

**Título** El impacto de la jubilación en la calidad de vida de personas jubiladas o en proceso de jubilación

---

**Tipo de Producto** Ponencia resumen

---

**Autores** Eguidazu, Sandra

---

VII Congreso de Derecho Laboral y Relaciones del Trabajo (Córdoba, Octubre 2015)

### **Código del Proyecto y Título del Proyecto**

---

A14S16- El impacto de la jubilación en la calidad de vida de personas jubiladas o en proceso de jubilación.

---

### **Responsable del Proyecto**

---

Eguidazu, Sandra

---

### **Línea**

---

Psicología Educacional y del Desarrollo

---

### **Área Temática**

---

Psicología

---

### **Fecha**

---

2015

---

**INSOD**

Instituto de Ciencias Sociales y Disciplinas  
Proyectuales

**UADE** 

*Autores: Eguidazu Sandra Noemi – Buschi Maria*

Institución que acredite o financia la investigación: Universidad Argentina de la Empresa

E-mail: seguidazu@yahoo.com.ar

## **Resumen**

**Título:** El impacto de la jubilación en la calidad de vida de personas jubiladas o en proceso de jubilación.

Por primera vez el mundo se enfrenta a un cambio demográfico tan importante, el mismo tendrá consecuencias trascendentales tanto para las naciones que lo componen, como para los individuos que lo habitan. La ciudad Autónoma de Buenos Aires tiene ya 150.000 adultos mayores de 80 años y casi un 1.000.000 en todo el país, con un total de 6.092.384 mayores de 65 años en toda la Argentina, con una proyección más elevada hacia el 2040 que casi duplicará la población infantil.

Se realizó una investigación descriptiva y exploratoria para conocer el impacto de la jubilación en la calidad de vida de personas residentes en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires.

La muestra está formada por 185 personas, 103 mujeres y 82 varones, de los cuales el 57 % reside en la CABA y el 43 % en el Gran Buenos Aires.

Para ello se trabajó con metodología cualicuantitativa, esto es, entrevistas semidirigidas individuales y dos cuestionarios también de aplicación individual, el Cuestionario de Significados acerca de la Jubilación (CSAJ) que permite comprender el estilo de vivencia de los sujetos hacia el proceso jubilatorio, y el Cuestionario Breve de Calidad de Vida (CUBRECAVI)

El proceso jubilatorio se ha convertido en un objeto de estudio relevante de la sociedad actual, ante los acelerados cambios demográficos y el aumento de las expectativas de vida. Las investigaciones realizadas hasta el momento arrojan diferentes resultados acerca de cuál es el impacto de este evento: mientras algunas mencionan los efectos negativos sobre la autoestima de la persona mayor, otras señalan el carácter positivo, de un nuevo comienzo. Dicha problemática requirió entonces de un abordaje integral debido a los cambios que producen en el status socioeconómico, roles, vínculos interpersonales, rutinas cotidianas y tiempo libre.

La transición de ser un trabajador a jubilado es uno de los cambios más significativos que tiene lugar en esa etapa evolutiva, ya que modifica la estructura de las funciones que realiza y lo obliga

a asumir un nuevo rol. La mayoría de los trabajadores no se encuentran preparados para afrontar dicho acontecimiento apareciendo de modo arbitrario en sus vidas.

Una de las problemáticas más sobresaliente es la reestructuración del tiempo. Es sabido que las personas jubiladas disponen de más tiempo liberado, entendiéndolo como los momentos del día cotidiano liberados de una ocupación obligatoria. Este hecho les exige modificar y fortalecer las redes de las relaciones familiares y sociales, de acuerdo a sus condiciones, intereses y capacidades. Para poder disfrutar y disponer del tiempo libre, que nos remite a la dimensión subjetiva del individuo. Si esto no se realiza pueden relegarse al aislamiento, que sumado a los prejuicios sociales sobre el proceso de envejecimiento aumenta el riesgo de depresión, ansiedad y pobre auto-percepción de salud.

Los resultados del estudio revelaron que la jubilación se presenta en términos muy complejos ya que interviene múltiples factores, la edad el género, el nivel educativo, el estado de salud, los ingresos económicos las relaciones familiares, las redes sociales, el tipo de profesión u oficio que desempeñó durante mucho tiempo, el desgaste acumulado, la reestructuración del tiempo los deseos y expectativas respecto de la misma y el tipo de personalidad. Con la Jubilación se producen rupturas importantes que pueden ocasionar una crisis de identidad, perturbaciones emocionales o nuevas oportunidades de crecimiento, trascendencia, desarrollo creativo y personal. Y advierten la necesidad de confeccionar y aplicar programas preventivos sobre la anticipación y preparación de las personas próximas a jubilarse, como así también contar con estructuras y dispositivos re creativos que posibiliten retomar y/o descubrir intereses, necesidades, deseos para que se conviertan en un nuevo motor y organizador de la vida cotidiana, ayudando al atravesamiento saludable del envejecer.

**Palabras clave:** Jubilación, Calidad de Vida, Adultos Mayores.

#### **Referencias Bibliográficas:**

**Arias, C (2004):** Red de apoyo social y bienestar psicológico en personas de edad, Mar del Plata.

**Baltes, P.B. y Baltes, M. M. (1990):** "Psychological Perspectives on Successful Aging: The Modelo f Selective Optimization with Compensation" Nueva York, Cambridge University Pres.

**Butler, R (1963):** "The Live Review: An Interpretation of reminiscence in old Age" , en Psychiatry Journal for the Study of Interpersonal Processes, nº 26, pp.65-76

**Nakajima, A (1999):** Hacia una vejez sana. Rev. OMS Salud Mundial 50 años, Ginebra, Suiza

**Scaglia, H, Mammana, A (2001):** Jubilación y Pérdidas. Buenos Aires. Disponible en:

<http://gergogia.net/index.htm>

**Organizacion Mundial de la Salud (1999):** El movimiento mundial en pro del envejecimiento activo, Ginebra Suiza, OMS, Programa de Envejecimiento y Salud.

**OPS. (2002):** Preparándonos para un mundo que está envejeciendo. Washington, EEUU National Academy Press.