

**Título** El impacto de la jubilación y la calidad de vida

---

**Tipo de Producto** Material Didactico

---

**Autores** Sandra Eguidazu, Sandra; Ibañez, Alejandra y Herrera, Sonia

---

## 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

---

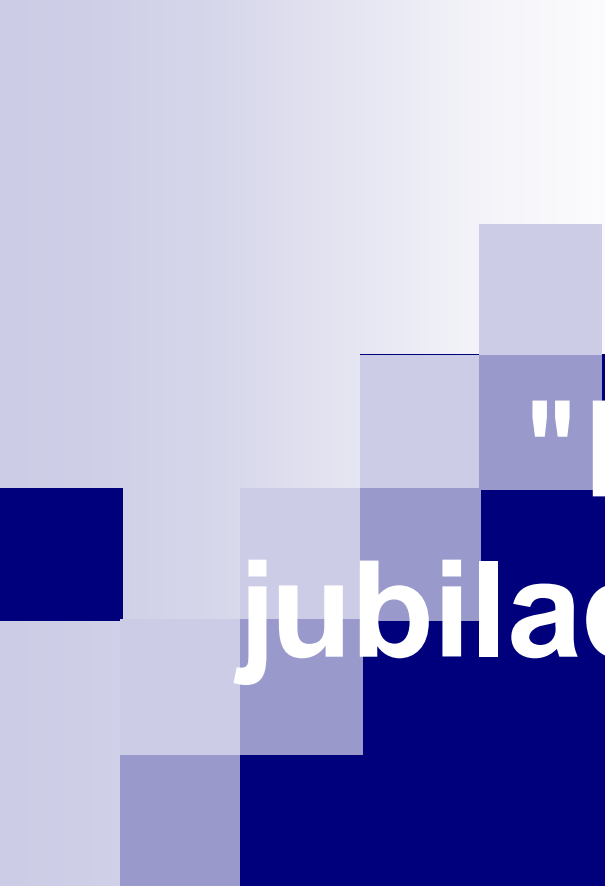
2015

---

**INSOD**

Instituto de Ciencias Sociales y Disciplinas  
Proyectuales

**UADE** 



# "El impacto de la jubilación en la calidad de vida"

Lic. Sandra Noemi Eguidazu

Lic. Alejandra Ibáñez

Alumna Sonia Herrera

**Universidad Argentina de la Empresa**

- El **envejecimiento de la población** es un fenómeno global que afecta tanto a países desarrollados como aquellos en vía de desarrollo.
- Según datos estadísticos mundiales, la población de **adultos mayores de 60 años** se situará por encima del **25% hacia el 2050**.
- **La Argentina** es el segundo país más envejecido de América junto con Uruguay.
- El porcentaje de **población de 60 años y más** es de **14,6 %** y de **80 años y más** de **2,6%**.
- Las provincias con mayor envejecimiento son: **Buenos Aires, Santa Fe, La Pampa y Córdoba**.

## Figura 7. Composición de la población Argentina por edades. Proyecciones

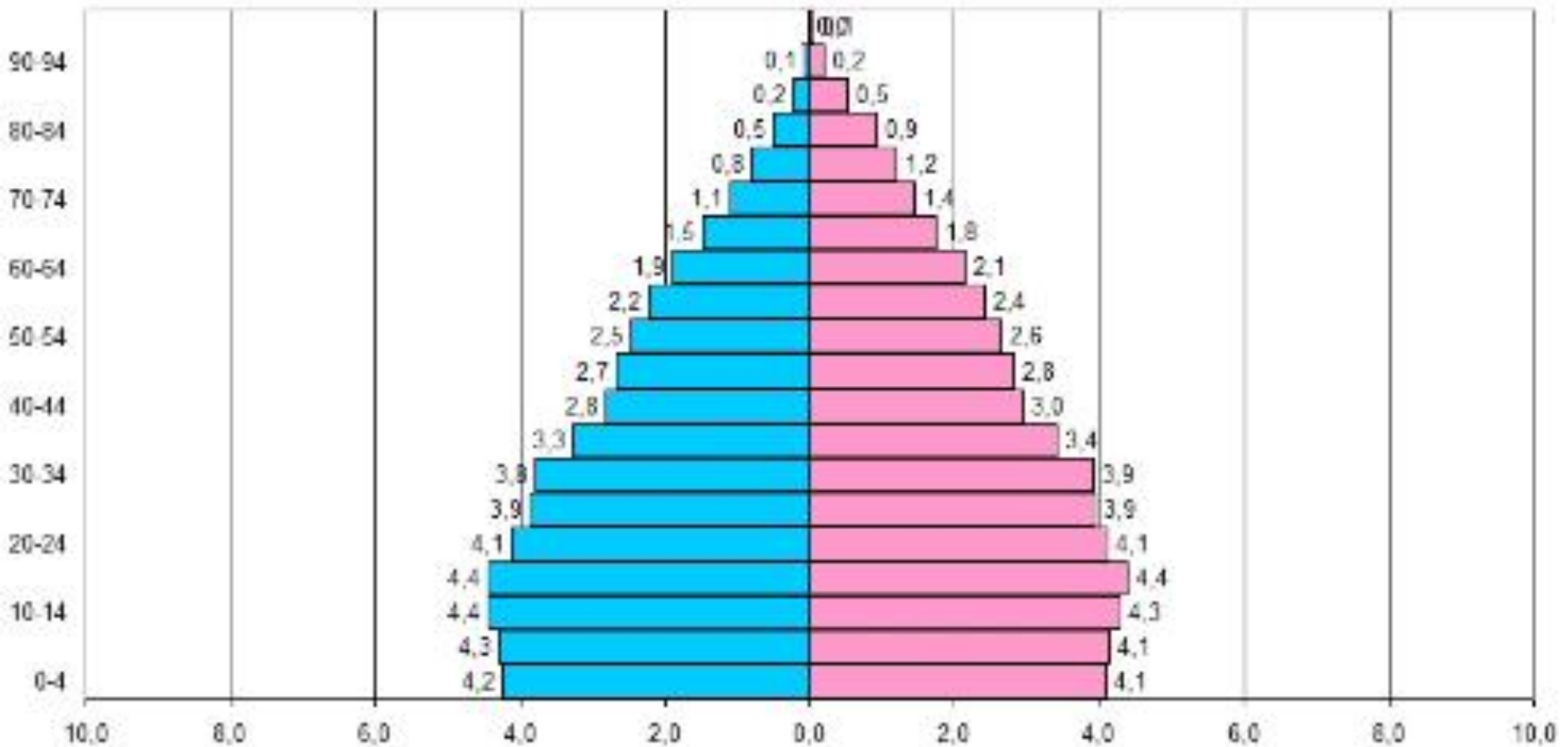
Estimaciones y Proyecciones de población. Total país, Serie Análisis Demográfico N° 30. INDEC. Observatorio Demográfico N° 3, CEPAL/CELADE 2007.

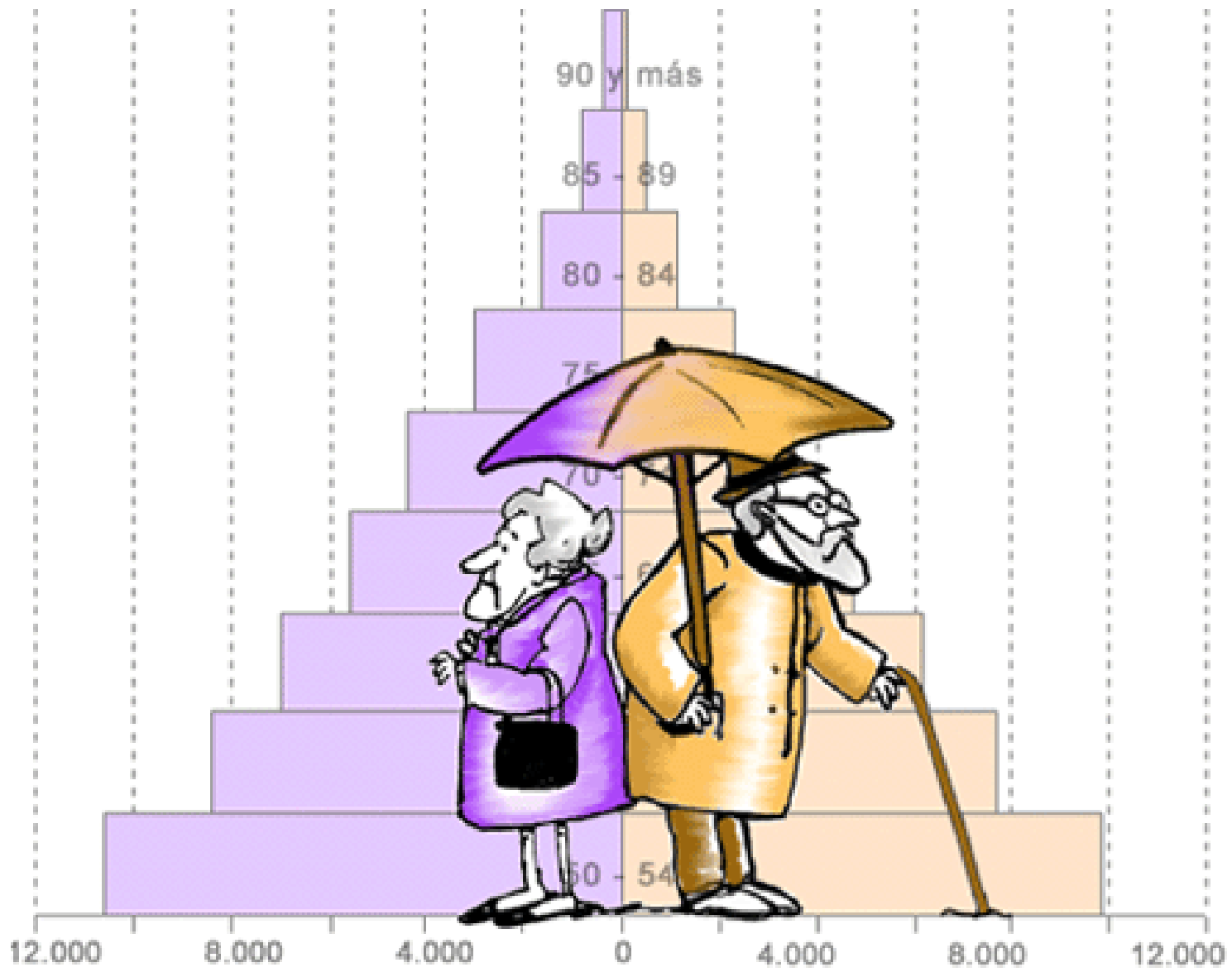



En nuestro país, para el año 2050 tendremos que 1 de cada 5 Argentinos tendrá más de 64 años de edad ([Tabla 4 uno](#)); para entonces tendremos algo más de 50 millones de habitantes, y nuestra población mayor será de casi 10 millones de personas.

# Censo 2010

■ Varones ■ Mujeres

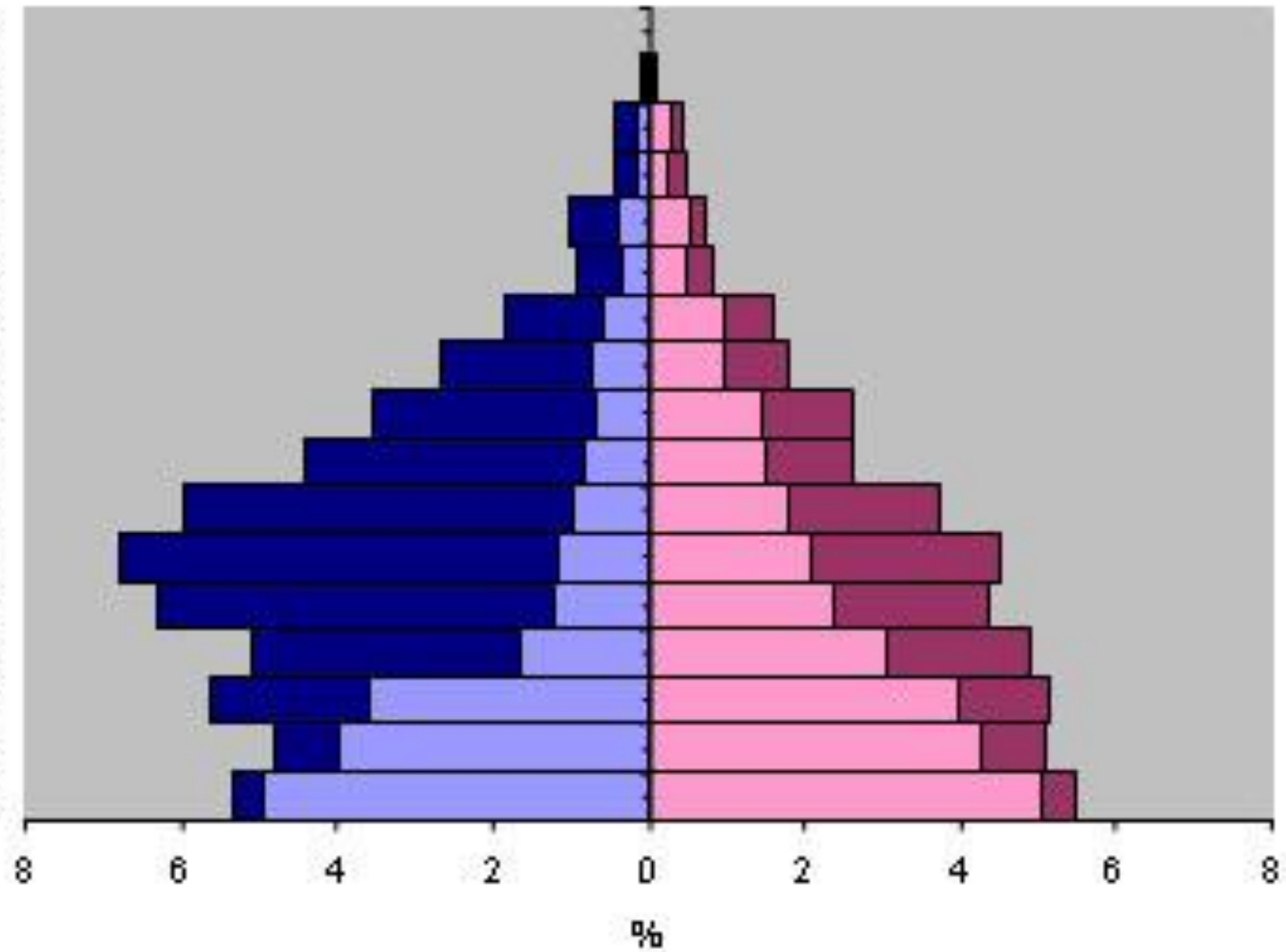




- 
- **La Ciudad Autónoma de Buenos Aires** posee la población más envejecida del país.
  - Según datos de la **Dirección de Estadísticas y Censo**, en el año 2015 se estima una población de 3.054.267 habitantes de los cuales el 16,4 % (485.397) pertenecen al grupo etáreo de 65 y más años.
  - Según sexo, **las mujeres representan el 19 % y los varones el 13 %** del total de Adultos Mayores de la CABA.

Grupo de edad

80 y más  
75 - 79  
70 - 74  
65 - 69  
60 - 64  
55 - 59  
50 - 54  
45 - 49  
40 - 44  
35 - 39  
30 - 34  
25 - 29  
20 - 24  
15 - 19  
10 - 14  
5 - 9  
0 - 4





Argentino Extranjero Argentina Extranjera



# Vejez y jubilación

- Suele establecerse una sinonimia entre **Jubilación y vejez.**
- Generalmente el evento de la Jubilación se da en un periodo de **transición** o en la entrada de la vejez

- 
- En este momento de transición hay **temas predominantes** que necesitan un **trabajo psíquico**.
  - ✓ se da un cambio en la **percepción de la temporalidad** y una mayor **conciencia de la posibilidad de muerte**.
  - ✓ Estos temas se vuelven predominantes a raíz de :
    - ✓ **Incremento de interioridad**
    - ✓ **Conciencia del paso del tiempo**
    - ✓ **Personalización de la muerte**

- 
- ✓ **Incremento de la interioridad**: se produce un movimiento desde el mundo externo al mundo interno aumento de introspección la interioridad y el ensimismamiento.
  - ✓ Hay una mayor conciencia por **el paso del tiempo** se lo mide por lo que “**resta vivir**”, el tiempo es finito.
  - ✓ **Personalización de la muerte** se hace más real los hijos crecen, los padres envejecen y mueren, el fallecimiento de un amigo.

# La Jubilación

- La jubilación debido a que esta **fijada de modo arbitrario**, convirtiéndose así en un **evento negativo** para la mayoría de las personas.
- A pesar que es un hecho esperable y usual. **La jubilación es una crisis**

# ¿Qué es una crisis?

- Para **Caplan**: “Una crisis es un periodo de transición, que representa tanto una oportunidad como un riesgo para la personalidad”.
- A) **Una oportunidad** para que la persona se **desarrolle** y salga de la crisis **enriquecida**, con un fuerte sentimiento de unidad interior.
- B) **Un riesgo** de que la personalidad se “**quiebre**” y el sujeto quede en estado de **vulnerabilidad** a la enfermedad. **Despersonalización**.




- Es decir el termino **Crisis** en si mismo **no** debe asociarse a algo **negativo**.

- **Crisis = Cambio = Pérdida = Duelo.**

**“La jubilación es un hecho crucial en la vida de mucha gente.”**

# Jubilación = Cambios

- ✓ Dado a que trae un **cambio importante** en **los patrones de la actividad**.
- ✓ Implica una **reestructuración del tiempo**, una manera distinta de organizar **las tareas diarias** y para muchos **un cambio de residencia**.


- 
- Registros del **ANSES**, la población jubilada es **7.636.165** titulares de derecho.
  - **6.092.384** son **jubilados y pensionados** nacionales contributivas.
  - **1.543.781** son titulares de **Pensiones No Contributivas (PNC)** y **excombatientes de Malvinas**.






**Según los resultados de la investigación realizada algunos protagonistas la definen como:**


- **“jubilarse es despedirse de un ámbito en el cual se pasó mucho tiempo de su vida, pobló la agenda de obligaciones, dio sentido al despertador, cansó los días, iluminó los francos, e idealizó cada año la idea de vacaciones”.**

- 
- **“es vaciar el día de anécdotas, chismes y quejas del laburo, y desprenderse de las obligaciones de arreglarse, capacitarse y salir a probar suerte en la vida pública...”**
  - **“la sensaciones de vacío se impone”.**
  - **“Es duro”**

# EL TRABAJO

- Es el gran organizador del tiempo, los horarios, las rutinas, los roles, las redes vinculares, la imagen para sí y para los demás, el estilo de vida.
  - Las **representaciones sociales** de la modernidad sostiene una semejanza entre  
“trabajo= actividad = utilidad”.  
y  
“jubilación= pasividad = inutilidad”
- Los adultos mayores de **hoy** que se han formado en la sociedad industrial dicen “**el tiempo es oro**”, y no hacer nada de valor material es “**No producir**”.

- 
- Una sociedad que exalta **la productividad** y el **potencial juvenil**.
  - **Desprecia** el envejecimiento.
  - La jubilación tiene más de **angustia** y **pérdida** que de **anhelo** o **descanso**.
  - Una persona a los 60 -65 años se encuentra en lo mejor de **la madurez** tanto para el trabajo como para la transferencia de su experiencia laboral.

- 
- Quienes han pasado décadas en las empresas u organismos tiene su identidad asociada al trabajo.
  - *“La crisis que se desata es muy fuerte”.*
  - Es necesario **pensar con anterioridad** en esta etapa de la vida para encontrar un **proyecto que guíe su deseo.**

# Cambios = pérdidas

- La **Jubilación** y la entrada en la **Vejez** son un momento de **pérdida** y hay mucho que elaborar:
- Dejan el **grupo de pertenencia**.
- Caen los **ingresos**.
- Cambia el **rol social**.
- Reubicarse en el **ámbito familiar**.
- Se equipara al **trabajo** con **actividad** y a la **jubilación** con **inactividad**


# El genero

- Es un factor que incide en el afrontamiento
- **Las mujeres** presentan **menos conflictos** que los varones.

Por la diversidad de tareas durante toda su vida:

- Trabajo fuera de la casa.
- Trabajo dentro de la casa.
- Cuidado y educación de los hijos.
- Cuidado de la relación con y entre los hijos.
- Presencia en el ámbito escolar de los hijos.

Desarrollan mayores habilidades sociales.

- 
- **Los varones** el poder de lo público, trabajar, sostén y proveedor de la familia.
  - El deporte como otra área en la que demuestre virilidad.
  - Con la jubilación siente que ha perdido su lugar en la sociedad.
  - Solo algunos han participado de Sociedades de fomentos y clubes.



# Factor económico


- Para los sectores de clase baja recrearse es mucho más difícil, no solo porque tiene menor poder adquisitivo.
- Tiene menos recursos educativos y sociales, dificulta la apertura a otras actividades.
- *“no es fácil disfrutar del descanso cuando no hay cómo sostenerlo económicamente”*


# Factor Económico

- El haber mínimo es de 3.821,71 pesos en bruto.
- **75 por ciento de los jubilados**, es decir alrededor de 4,5 millones de adultos mayores cobra el haber mínimo.
- *“yo pensaba viajar pero no se puede no me alcanza”*
- *“yo quería aprender a pintar con acrílico pero es muy caro todo y con la minima...”*

# Vida Conyugal y Familiar

- Investigaciones recientes señalan que han aumentado el número de divorcios en esta franja etárea.
- O se redescubren, rearmen pero nunca quedan iguales.
- “no me deja cocinar dice que es de ella la cocina”.
- “Ahora tengo tiempo para decorar el jardín”.
- Nietos que sea una elección propia y no una imposición de los hijos.
- *“mis hijos me reprochan que nunca estaba con ellos, y yo trabajaba para que tuvieran todo”*

- 
- A la gente le preocupa:
  - Lo económico.
  - La seguridad.
  - La planificación del tiempo libre.
  - Los temas vinculados con la salud.
  - Los vínculos familiares.

- 
- Se recomienda:
  - Pensar con anterioridad en la jubilación
  - Desarrollar un proyecto de vida con rutinas mínimas que ordenen lo cotidiano.
  - Reconvertir viejos proyectos postergados.
  - Ampliar las redes interpersonales.
  - Usos de redes sociales virtuales.
  - Reestructurar el uso del tiempo liberado.
  - Ser resilientes, ver la oportunidad de aprender, soñar, crear, fantasear.

# A los empleadores:

- Acompañar al trabajador en este momento previo al retiro.
- Preocuparse por la desvinculación laboral de sus empleados.
- Con esta conducta se verá beneficiado porque mejora el rendimiento.
- Y favorece su predisposición al traspaso de conocimientos y funciones.