UNIVERSIDAD ADVENTISTA DE CHILE
Facultad de Educación y Ciencias Sociales
Trabajo Social

PERCEPCIONES DE LOS ADULTOS MAYORES RESPECTO AL PROCESO DE JUBILACIÓN

TRABAJO FINAL INTEGRADOR
Presentada en cumplimiento final
de los requisitos para el título de
Trabajador Social
y grado de Licenciado en Trabajo Social

Por:
Maryori Ximena Lagos Chávez
Yessenia Michelle Rivas Sandoval
Camila Eliana Riveros Llanos

Profesor guía: Dan Neil Belmar Zúñiga

Chillán, noviembre de 2017

RESUMEN

La jubilación ha sido materia de interés durante los últimos años considerando el creciente aumento de la Población Adulto Mayor en Chile, producto de una transición socio demográfica y aumento de la expectativa de vida, trayendo consigo múltiples cambios psicológicos, sociales y económicos, los cuales han sido ampliamente abordados desde diferentes disciplinas y enfoques, sin embargo, existen aspectos que han quedado sin explorar. Es así, como se investigó este fenómeno abordando los cambios en las relaciones interpersonales, reestructuración económica y proyecto de vida en la transición a la Jubilación desde un enfoque cualitativo-descriptivo.

Desde un encuadre teórico y conceptual se realizó una aproximación empírica reflejando la realidad actual del A.M. jubilado, constituido por Teorías Sociológicas, Psicológicas y aspectos Biológicos enriqueciendo el contenido del estudio.

La investigación tuvo por finalidad conocer las percepciones de los Adultos Mayores durante el proceso de jubilación a través de entrevistadas aplicadas a doce participantes, cuyos resultados dan cuenta de múltiples cambios, asociados primeramente al fortalecimiento del vínculo familiar, en donde aquellos Adultos Mayores con una participación dentro de su sistema familiar tienen una percepción favorable respecto a su adaptación a su vida de jubilado. De la misma forma, en aquellos Adultos Mayores donde no existe una planificación económica experimentan insatisfacción con la jubilación y finalmente, los intereses y expectativas de vida dependerán de la actitud que adopta el individuo respecto a su condición actual como jubilado.

Palabras clave: Envejecimiento, adulto mayor, proceso de jubilación.

ABSTRACT

Retirement and Retirees have become part of a focus group as a large number of older adults are coming into retirement age in Chile. This has been caused by a transition in demographics and the increase in life expectancy, which in turn has changed the social, psychological and economic demographics in Chile. These changes and concerns have been studied and investigated via a variety of perspectives, however, there are still other aspects of Retirement which are yet to be explored

As such, there has been studies to investigate how retirement has changed individual's interpersonal relationships, their financial prospects and their thoughts on longer life expectancy. Research was conducted by taking into account theories regarding Psychology, Sociology and Biology which all form part of a person's perspective and life situation. Including these aspects into the study have provided further detail and support for the research.

The research was conducted by interviewing 12 volunteers of retirement age in order to obtain and understand the persons perception of retirement and its implications, whether they be positive or negatively viewed.

It was discovered via these interviews that individuals who had a strong bond and relationship with their extended family together with financial goals, had a very positive outlook on their retirement and future years ahead. On the other hand, individuals who had little or no family support and had no financial goals for their retirement, had a negative outlook on retirement life.

Despite this, it has been concluded that ultimately, retirement and its many effects on individuals will greatly depend on each person's capability in adapting to their new lifestyle as a retiree and whether they have financially prepared themselves for the upcoming years.

Keywords: Againg, elederly, retirement process

DEDICATORIA

Esta investigación se la dedicamos primeramente a Dios, quien durante estos 5 años nos ha guiado con sabiduría y perseverancia, enfrentando con éxito cada desafío y obstáculo que hemos experimentado para el cumplimiento de nuestros sueños.

Nuestros más sinceros agradecimientos a todas aquellas personas que nos han acompañado y apoyado durante todo este proceso de crecimiento personal y profesional, de forma especial a nuestros padres quienes con su amor, paciencia y recursos entregados hicieron posible el término de una de las etapas más significativas para nuestras vidas.

Además, agradecer los lazos de amistad generados y fortalecidos por quienes han desarrollado esta Tesis.

RECONOCIMIENTO

Un especial reconocimiento a todas las personas que hicieron posible la realización de esta investigación, de forma especial a nuestro profesor guía, Dan Belmar Zúñiga, Asistente Social, por la confianza depositada en nosotras, disposición y apoyo incondicional entregado durante todo este proceso.

TABLA DE CONTENIDO

INDICE DE TABLAS vii
CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN 1
Aspecto introductorio 1
Planteamiento del problema a abordar 3
Justificación 5
Delimitaciones 7
Limitaciones 7
Supuestos 8
Términos claves 8
Envejecimiento 8
Adulto mayor. 8
Proceso de jubilación. 8
Proyecto de vida. 8
Objetivo general 8
Objetivos específicos 9
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO 10
Marco conceptual 10
La vejez como objeto de investigación y el nacimiento de la gerontología 10
Envejecimiento 11
Aspectos generales del adulto mayor. 13
Proceso de jubilación. 15
Proyecto de vida. 16
Marco teórico 17
Teoría del ciclo vital y los adultos mayores. 17
Teoría de la desvinculación del desapego de E. Cumming (1961). 19
Teoría de la actividad de Robert Havighurst (1961). 20
Modelo de adaptación a la jubilación propuesto por Robert Atchley (1975). 21
Teoría de la continuidad – Roberth Atchley (1989). 23
Estado del arte 25
CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO 30
Tipo de investigación y diseño 30
Población y muestra 30
Técnicas de recolección de los datos 32
Procedimiento para la recolección y análisis de la información 33
Aspectos éticos 34
Consentimiento informado. 34
Criterios de rigor. 34
CAPITULO IV PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS 36
De la muestra y variables de estudio 36
Relaciones interpersonales. 36
Proceso de reestructuración económica. 40
Intereses y expectativas de vida. 43
CAPÍTULO V DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS 47
Conclusiones generales 51
Recomendaciones 55
ANEXOS 57
LISTA DE REFERENCIAS 59

INDICE DE TABLAS

Tabla 2 *Muestra*.....31
Tabla 3 *Malla temática*.....33

CAPÍTULO I
INTRODUCCIÓN

Aspecto introductorio

En los últimos años, las investigaciones relacionadas con la población Adulto Mayor, han generado un especial interés en la sociedad, considerando que actualmente Chile se encuentra en un proceso de transición socio-demográfica creciente, concentrándose la población cada vez más en individuos de mayor edad, en donde cerca del 16,7% del total de los habitantes de País se constituye dentro de la población Adulto Mayor según la Encuesta Casen realizada el año 2013.

Este cambio, producido por la disminución de las tasas de natalidad y el aumento de la esperanza de vida, han hecho que los Adultos Mayores, estén presentes en el discurso público, en la conversación cotidiana, en la creación de espacios dedicados a ellos y en los programas de salud, obligando una preocupación por la calidad de vida de esta población, en donde la mayor parte de las investigaciones realizadas en esta materia, se concentran en el proceso de envejecimiento desde variables mayoritariamente socio-demográficas, generando un panorama actual de la situación de este grupo etario, sin una mayor aproximación del fenómeno desde la propia perspectiva del Adulto Mayor.

Producto del considerable aumento de personas que viven esta realidad, surge el interés por las investigadoras de trabajar con este grupo etario, abarcando específicamente el proceso de Jubilación de esta Población desde el análisis de las propias percepciones que tienen los Adultos Mayores sobre la etapa en la que se encuentran, entendiendo que es un fenómeno cotidiano que genera múltiples cambios en la vida del individuo, los cuales requieren ser abordados para fines de esta investigación.

Cada día, son más las personas que se han ido incorporando al proceso de Jubilación, en donde la transición de una vida laboralmente activa a una vida laboralmente inactiva posterior al proceso de Jubilación, significa cambios en aspectos sociales, emocionales y económicos siendo un enfrentamiento a una nueva etapa, hacia un nuevo proyecto de vida y reestructuración del tiempo libre del Adulto Mayor. Todo ello, implica cambios en la experiencia vital, en el uso del tiempo, en las experiencias físicas, en la dedicación intelectual y en el significado social de la persona, suponiendo una respuesta psíquica global del individuo (Moragas, 1991).

Como plantea Jordar (citado en Miles, 1994), el retiro laboral viene a significar uno de los cambios de estatus más significativos en la etapa de transición a la vejez, en donde la persona debe afrontar la pérdida del principal eje estructurado de la rutina diaria, de uno de los más importantes determinantes del grupo social a que pertenece y de las funciones que cumple en la sociedad; esto, sumado a una eventual pérdida de ingresos, de identidad profesional, de compañeros laborales, y al desajuste entre las

fantasías de la jubilación y lo real, situación que puede convertir la jubilación en un proceso muy estresante y problemático en la vida cotidiana del individuo.

Frente a todo lo mencionado anteriormente, en donde diversos autores están de acuerdo con los múltiples cambios que debe enfrentar el Adulto Mayor que se encuentra inserto en la Jubilación, es que nace el interés y el sentido de esta tesis en analizar y conocer los cambios producidos en la transición laboral activa, hacia la jubilación en Adultos Mayores residentes en la Ciudad de Chillán, el cual será desarrollado a través de la percepción de las vivencias y experiencias de vida de los propios sujetos, lo que se logrará a partir del análisis, interpretación y significados asociados al fenómeno objeto de estudio.

Finalmente, a modo de contextualizar al lector frente a la estructura del siguiente documento, es relevante mencionar que el informe está dividido en cinco capítulos donde en su primera estructura se plantea el problema a abordar, incluyendo las características socio-demográficas más relevantes de la población Adulto Mayor, dando énfasis principalmente al concepto de Jubilación que será objeto de estudio durante esta investigación. En el segundo capítulo se desarrolla la revisión de la literatura, integrando un marco conceptual desde la perspectiva de diferentes autores para su respectiva aplicación empírica, en torno a diversas teorías y modelos que permiten guiar el proceso de investigación por parte del equipo investigador, incluyendo además un estado de arte que permite analizar el fenómeno desde diversas investigaciones ya realizadas en el área a fin de enriquecer el contenido de este estudio.

Así también, durante el desarrollo del capítulo número tres, se presentará la metodología del proyecto de tesis, en donde se abarca principalmente el tipo de investigación y muestra seleccionada por los investigadores desde una perspectiva teórica, seguida consecutivamente de una presentación de los resultados obtenidos durante el proceso de investigación, en donde se describen los principales cambios asociados al proceso de jubilación del Adulto Mayor, obtenidos desde sus propios relatos y experiencias de vida a través de la aplicación de una entrevista semi- estructurada que permitirá abordar los principales objetivos de la presente investigación.

Finalmente se realizará un análisis en relación a los principales resultados obtenidos frente a los aportes teóricos integrados en el capítulo número dos, permitiendo elaborar un discurso sobre las principales discusiones obtenidas durante la investigación, como también referente a las principales conclusiones de la investigación, respondiendo a las interrogantes planteadas al inicio de este estudio, generando sugerencias y aportes frente a este fenómeno emergente constituido como una realidad social en nuestro País.

Planteamiento del problema a abordar

De todos los fenómenos demográficos ocurridos durante el pasado Siglo XX, tal vez el más significativo es el sistemático aceleramiento del ritmo de envejecimiento de la población a nivel mundial. Dado a los ritmos diferenciados de desarrollo, el fenómeno en un comienzo se manifiesta en los países de mayor nivel de desarrollo de Europa y América del Norte, pero paulatinamente se ha ido extendiendo a países de menor nivel de desarrollo relativo, entre ellos los países de América Latina (Agudelo, 2011).

Así es como en Chile, se está viviendo un proceso de transición demográfica hacia el envejecimiento. De acuerdo con la encuesta Adimark, hoy los A.M. son una parte de la población que va en aumento, cada año hay cerca de 100.000 A.M. nuevos en el país, convirtiéndose en unos de los grupos de la población más importantes en cantidad. De acuerdo a esta misma encuesta realizada el año 2015, se estima que la población de personas mayores alcanza 3.075.603 personas, representando un 17.6% de la población total a nivel país (Adimark, GFK, 2015).

Estadísticas proyectivas indican que al año 2050 los A.M. alcanzarían el 28,2% de la población del País, resultando particularmente destacable el aumento de la proporción de mayores de 80 años. En efecto, la proporción de este segmento etario variaría de 1,3% en 2000 a un 6,9% en 2050, pasando a ocupar el primer lugar entre los subgrupos etarios de Adultos Mayores (SENAMA, 2014).

Del mismo modo y para contribuir a lo anteriormente señalado en efecto, para el año 2006, la encuesta CASEN arrojó una estimación de 2.100.378 mayores de 60 años, mientras que la estimación del INE fue de 1.936.435. El año 2009, las cifras estimadas fueron de 2.541.607 en CASEN y 2.144.187 en la estimación del INE. De esta forma puede concluirse que en general, las estimaciones obtenidas por CASEN se caracterizan por predecir mayores proporciones de población de Adultos Mayores que las obtenidas por el INE en sus estimaciones (Boreal investigación y consultoría ltda., 2010).

El índice de esperanza de vida nacional, según los últimos datos del Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA), es de una media de 72 años, descomponiéndose en 69 años en el hombre y en 76 años en la mujer (SENAMA, 2006).

A raíz de la creciente población etaria, descrita anteriormente, nace la necesidad del Estado en crear Políticas Públicas que se encarguen exclusivamente de trabajar y fortalecer al A.M., así también, de satisfacer las problemáticas y necesidades que presentan. Para dar respuesta a esto se crea un servicio público, quien por medio de la promulgación de la Ley Nº19.828, el 17 de septiembre de 2002, comenzando sus funciones en enero de 2003, y llevando por nombre Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA), el cual depende directamente del Ministerio de Desarrollo Social (SENAMA, 2003).

Hoy en día, el apelativo con que se hace referencia a este grupo como *Adulto Mayor*, le permite definirse como un actor social, a diferencia de la antigua denominación *anciano y vejez*, cuya connotación se asociaba a incapacidad, invalidez y enfermedad (Barros, 1989).

La visión que tiene la sociedad hoy ante los Adultos Mayores impacta negativamente a su proceso de envejecimiento, afectando su condición psicológica, social y física lo que dificulta la adaptación a esta etapa de la vida. El actual modelo económico y la forma de vida, privilegia al ser humano por su capacidad productiva, es así como una persona sana, joven y vital es necesaria y parte importante para la economía del País, en cambio un Adulto Mayor ya no posee la misma energía y los diferentes atributos tan propios de la *juventud* (Barros, 2004).

A medida que las personas envejecen, se retiran de la fuerza de trabajo, retirándose así de un escenario social importante (Carreño, 2009). Esto ocurre por varios factores, una de ellas es por las fuertes presiones sociales para que los mayores dejen sus cargos a los más jóvenes, por la discriminación en las contrataciones o porque muchos desean y necesitan hacer uso de un beneficio que les ha otorgado la sociedad, es decir, la jubilación.

El hecho de jubilar tiene lamentablemente, hoy en día, dos graves consecuencias. En primer lugar, los bajos montos de las pensiones que implican una estrechez económica, en una sociedad donde los servicios y bienes se pagan. En segundo lugar, en una sociedad donde las personas se valoran por el prestigio de lo que hacen en la esfera económica donde no desempeñar una actividad laboral es no hacer nada, ser nadie y ser percibido como una carga repercutiendo en el bienestar del Adulto Mayor y readaptándose a su nueva vida de Jubilado, el cual impacta en diversos aspectos de la vida tales como: económico, social y psicológico, puesto a la pérdida o cese laboral, la disminución de los ingresos, reducción sustancial de sus contactos sociales y ruptura con otros grupos de edad, debido a que las relaciones sociales en su mayoría ocurrían en el ámbito laboral y por último pero no menos importante el no sentirse útil y poco valorado para esta sociedad (Águila, 2011).

En relación con la situación demográfica de los A.M. en Chile referida anteriormente, evidenciándose el envejecimiento de la población es que surgió la necesidad de conocer el fenómeno de los A.M. insertos en el proceso de Jubilación a través de diferentes enfoques y aspectos. Todo esto, contribuyendo de suma importancia para el quehacer profesional.

Es en este punto, en el cual se buscó generar un análisis y conocimiento de la realidad local sobre este tema, el cual ha sido ampliamente abordado desde diferentes disciplinas y enfoques; sin embargo, existen aspectos que han quedado sin explorar en torno a esta temática. Es así como se dio a conocer los cambios producidos en la vida de los A.M. residentes en la Comuna de Chillán, donde se examinó desde diferentes aspectos que van desde haber conocido los cambios en sus relaciones interpersonales, en el proceso del retiro laboral, en el proceso de reestructuración económica en la Jubilación hasta las

expectativas de vida que tiene un A.M. Jubilado, todo esto para analizar el fenómeno de manera integral para generar conocimiento, lo que en este sentido es importante preguntar:

- ¿Qué percepción tiene el Adulto Mayor sobre las relaciones interpersonales vivenciadas durante el proceso de retiro laboral y posterior jubilación?
- ¿Cuál es la percepción del Adulto Mayor frente al proceso de reestructuración económica en la jubilación?
- ¿Cuáles son los intereses y expectativas de vida del Adulto Mayor Jubilado?

Justificación

En primer lugar, desde el punto de vista social, Chile se concentra cada vez más en individuos de mayor edad; así lo refiere Rodrigo A. Cerda (citado en Díaz, 2006), en dónde la población menor de 15 años en 1975 representaban cerca del 37% de la población y los mayores de 60 eran sólo el 7.9%, mientras que las proyecciones hacia el año 2050, indican cambios drásticos: donde el grupo de jóvenes sería sólo el 18%, mientras que los adultos de 15 a 59 años representarían el 57%, y el grupo de mayores de 60 pasaría ser el 25% de la población, generando un proceso de transición demográfica en Chile.

Estas cifras, evidencian un aumento drástico en la esperanza de vida de las personas pertenecientes al grupo de Adulto Mayor, en donde Chile es el País de América Latina con mayor esperanza de vida media con 80,5 años, y es el segundo de todo el Continente Americano, sólo por detrás de Canadá (82,2 años) (la Segunda online, 2017).

Estos dos grandes fenómenos de transición demográfica y aumento de la esperanza de vida plantean que el grupo de Adultos Mayores es un grupo de muy alto crecimiento y que debe recibir mayor atención tanto en la actualidad como en el futuro, donde desde un sentido práctico, se deben generar nuevos estudios frente al fenómeno, a fin de aportar nuevos conocimientos para la elaboración de políticas públicas orientadas a cubrir las necesidades de esta población.

Ante estos antecedentes surgió la necesidad de estudiar este considerable grupo social, que día a día se vuelve más emergente en nuestra sociedad actual, entendiendo sus necesidades y cambios durante esta etapa de vida. Esta situación, se orienta a atender temas relacionados con la vida y el bienestar de las personas mayores, de modo que tengan una vejez satisfactoria y feliz. Para ello, se manifiesta un cambio trascendental en la vida del Adulto Mayor, relacionado a una transición de una etapa laboralmente activa, a una etapa de inactividad laboral, proporcionada a causa del concepto de Jubilación.

Es escaso el material relacionado al estudio de cómo las personas mayores enfrentan este nuevo proceso y cómo estos cambios han afectado la vida cotidiana del individuo; desde la percepción y

experiencias de vida del propio A.M. Es por ello, que el tema de la jubilación y la vida después del retiro laboral fue el foco principal de esta investigación.

La jubilación es un proceso que requiere de un abordaje integral, por estar asociado a la etapa de la vejez, que en muchas ocasiones implica una amenaza sobre todo para aquellas personas que han hecho del trabajo una fuente de identidad (Jiménez, 2011). Del mismo modo, Sánchez (2000), concibe la jubilación, como una transición que puede estar acompañada de inestabilidad y que incluye cambios en las funciones sociales de la persona. Supone un cambio en los hábitos y comportamientos en la medida en que el individuo se ve lanzado a reestructurar su tiempo y actividades futuras (Sánchez, 2000). Escobar (2015), refiere que el proceso de jubilación de un A. M. tiene impactos particulares y relativos en cada persona, entre los cuales destaca un impacto emocional (psicológico), social y económico.

Frente a esto, el estudio buscó conocer los significados que los Adultos Mayores le asignan a la Jubilación y la serie de cambios que éste proceso ha producido en la vida cotidiana de estas personas, para un mayor acercamiento y comprensión desde la disciplina del Trabajador Social, donde a través del propio discurso de la población A.M. se darán a conocer sus percepciones sobre las experiencias asociadas a esta etapa de vida, incorporando esencialmente los impactos sociales y económicos frente al retiro laboral, analizando finalmente la configuración de los intereses y expectativas de vida en relación a la reconfiguración de sus estilos de vida posterior al proceso de jubilación, entendiendo que es un fenómeno cotidiano durante esta etapa de la vida, el cual para algunos jubilar puede significar el momento de disfrutar del tiempo libre, mientras que para otros, es un momento de estrés, porque el retiro les supone una pérdida del poder adquisitivo y en consecuencia de la autoestima (Hadley, 2001), generando diversas reflexiones y puntos de vista frente a un mismo objeto de estudio, dando cuenta de la heterogeneidad de las distintas formas de identificarse como Adultos Mayores Jubilados.

Ante estos antecedentes, se entiende que la orientación de un profesional capacitado en el área, es una tarea trascendental durante este proceso, para lo cual, es necesario generar nuevos conocimientos sobre las percepciones y los significados que el Adulto Mayor atribuye a esta nueva etapa y como enfrentan estos cambios de la mejor manera posible, entendiendo el antes y después del proceso de jubilación en la vida del Adulto Mayor, en la búsqueda del bienestar y una mejor calidad de vida para esta población creciente.

Desde otra perspectiva, la Gerontología analiza el proceso del Adulto Mayor en todas sus dimensiones: biológicas, psíquicas, económicas, política, educativa y social. Se trata de un estudio multidisciplinario, siendo su propósito el conocer el Adulto Mayor desde las diferentes prácticas profesionales que permita mejorar la calidad y el bienestar de este grupo etario. Desde este punto de vista, surge la reflexión desde el Trabajo Social gerontológico, definido por el autor Marcelo Pina Moran citado por García, como un campo de acción que apunta a potenciar el capital social individual,

familiar, grupal y comunitario de los adultos mayores, mejorando la calidad vida social y desarrollo humano, a través de una intervención social basada en enfoques epistemológicos, teóricos y metodológicos (García, 2003).

Llamas (2011), hace referencia a funciones múltiples propias de la disciplina que permite aportar al profesional a través de su función preventiva; con la detección precoz y prevención de los problemas sociales que dificulten al Adulto Mayor. Promocional; desarrollando las capacidades naturales de las personas mayores, fomentando su participación social, asistencial; aumentando la capacidad de la persona mayor, de promoción en la utilización de recursos para satisfacer sus necesidades sociales, rehabilitadora; con la rehabilitación y reinserción social de aquellas personas mayores que han sufrido algún tipo de disminución física, psíquica o social. Y, por último, la función informativa; brindando información sobre derechos y recursos sociales para las personas mayores, así como asesoramiento ante las demandas planteadas (Llamas, 2011).

Por otro lado, la relevancia teórica que buscó proporcionar esta investigación, está asociada a generar nuevos conocimientos para comprender científicamente de la realidad de la población A.M. a la luz de los diferentes enfoques teóricos, que permitan describir, conocer e identificar los cambios disgregados en aspectos sociales, emocionales y económicos basados en las relaciones interpersonales, restructuración económica, intereses y proyecto de vida en el proceso de jubilación de Adultos Mayores. Todo esto mencionado, permite aportar teóricamente material para la creación de Políticas Públicas destinadas a brindar apoyo y orientación a los cambios producidos en la etapa del Adulto Mayor en su proceso de Jubilación. Complementario a ello, la realización de esta investigación buscó aportar a la relevancia práctica de conocer este fenómeno orientado a la comprensión de las percepciones de los Adultos Mayores sobre la jubilación y los cambios atribuidos a dicho proceso, como también el levantar información válida generando futuras discusiones y aportes a la temática.

Delimitaciones

El estudio se realizó en la Ciudad de Chillán Capital de la Provincia de Ñuble, Región del Biobío. Se consideró como participantes a Adultos Mayores jubilados que hayan cotizado en algún sistema previsional (AFP) con un rango de edad desde los 60 a 75 años y capacidad autovalente.

Limitaciones

Disposición de los participantes para la entrega de información de interés para este estudio.

Supuestos

El principal cambio percibido por el A.M. en la jubilación se encuentra asociado a la reducción de los ingresos económicos, afectado directamente su proceso de adaptación.

Términos claves

Envejecimiento. Para comprensión del envejecimiento, se entenderá lo planteado por Cornachione (2008), quien señala que el envejecimiento es un proceso dinámico, gradual, natural e inevitable, los que se desarrollan en los aspectos biológicos, psicológicos y sociales de los sujetos, que está estructurado en torno al tiempo. Es una etapa del ciclo vital, no es un estado patológico. En edad avanzada, las personas sufren limitaciones en su autonomía como consecuencia del proceso natural del envejecimiento, pero también como consecuencia de impedimentos culturales.

Adulto mayor. Para efectos de esta investigación se entenderá Adulto Mayor una persona de 60 años y más, criterio de Naciones Unidas y asumido por el Gobierno de Chile establecido en la Ley 19.828 que crea el Servicio Nacional del Adulto Mayor, SENAMA.

Proceso de jubilación. Para esta tesis, el proceso de jubilación se entenderá según lo planteado por Pérez (2010), quien sostiene que el proceso de jubilación conlleva múltiples cambios que pueden estar asociados tanto a problemas físicos y cognitivos (aparición de múltiples enfermedades) como también, involucrar factores sociales, tales como la desvinculación del mundo laboral y la tendencia al aislamiento socio-familiar (Pérez, 2010).

Proyecto de vida. Para finalidad de la investigación se comprenderá proyecto de vida de acuerdo con lo planteado por Hernández (1994), entendido como un modelo ideal sobre lo que el individuo espera o quiere ser y hacer, que toma forma concreta en la disposición real y sus posibilidades internas y externas para lograrlo. En el proyecto de vida se articulan funciones y contenidos de la personalidad, en los campos de situaciones vitales de la persona tales como: Valores morales, estéticos y sociales, metas, planes, integración personal, autodirección y desarrollo (Hernández., 1994).

Objetivo general

Conocer los cambios producidos en la transición laboral activa hacia la jubilación en Adultos Mayores residentes en la Ciudad de Chillán.

Objetivos específicos

- Describir la percepción del Adulto Mayor sobre las relaciones interpersonales vivenciadas durante el proceso de retiro laboral y posterior jubilación.
- Describir la percepción del Adulto Mayor sobre la reestructuración económica en la jubilación.
- Identificar los intereses y proyecto de vida del Adulto Mayor jubilado.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

Marco conceptual

A continuación, se presenta un conjunto de orientaciones teórico-técnicas y conceptuales que colaboraron para realizar el encuadre teórico de la investigación, realizando una aproximación a los antecedentes empíricos que reflejan la realidad actual sobre el estudio desde la perspectiva del Adulto Mayor Jubilado, orientadas al proceso de Jubilación y proyecto de vida y su impacto en su vida personal, contextualizado en la ciudad de Chillán.

El marco referencial que a continuación se desarrolla, se ha construido sobre tres principales componentes tales como un Marco Conceptual el cual brinda la posibilidad de comprender, delimitar y encuadrar las nociones básicas sobre Adulto Mayor y Envejecimiento. Un Marco Teórico que detalla las teorías sobre las cuales se apoya el posterior análisis, discusión de los resultados y Estado del Arte que contiene los estudios que se han realizado sobre el tema.

El presente Marco Teórico está constituido por Teorías Sociológicas, Psicológicas y algunos aspectos Biológicos, las que permitirán generar un mayor entendimiento sobre el tema.

La vejez como objeto de investigación y el nacimiento de la gerontología

Cuando en 1982 se celebró en Viena la *I Asamblea Mundial del Envejecimiento*, la gerontología y la intervención psicosocial con personas mayores eran áreas casi desconocidas para la psicología española. En los ámbitos académicos, tanto en la docencia como en la investigación, la vejez despertaba escaso interés científico ya que todavía era considerada como un asunto cercano a las acciones benéfico-asistenciales (Sancho & Díaz, 2001).

La preocupación sobre el colectivo de personas mayores como grupo diferenciado, objeto de reflexión y de investigación, ha surgido recientemente dentro del ámbito cultural y científico. Si se toma como referencia los tratados sobre Psicología del Desarrollo, la mayoría concluían con la edad adulta como última etapa de la vida, dejando un gran vacío en el conocimiento del envejecimiento humano, donde actualmente todos ellos recogen el desarrollo psicológico en la adultez y en la vejez (Palacios & Coll, 2002).

En la II Asamblea Mundial de las Naciones Unidas sobre el Envejecimiento (2002), se dejó patente el giro tan radical que está experimentando la vejez en los países desarrollados, en donde en los últimos años se ha producido un aumento vertiginoso de las personas mayores de 65 años y en particular de personas mayores de 80 años, lo que ha hecho surgir un nuevo concepto llamado *envejecimiento generacional* (Gómez, 2003).

Diversos factores han contribuido al aumento de personas mayores en las sociedades industrializadas. Entre los principales cabe destacar: el aumento de recursos económicos y los avances en la medicina. Además, estos factores han tenido una repercusión en sus niveles de autonomía y salud (Olivares, 2008). No obstante, no se puede negar la existencia de algunas circunstancias negativas, evitables o no, como, por ejemplo:

- El gran número de personas mayores que necesitan algún tipo ayuda para desenvolverse en su vida diaria.
- El gran número de Adultos Mayores que viven solos (hogares unipersonales).
- El aumento de enfermedades (síndromes y trastornos) que producen dependencia (Gómez, 2003).

Estas realidades, que se podrían resumir en lo que se denomina *envejecimiento generacional* con sus implicaciones sociales y políticas, han ido generando una preocupación colectiva y en el ánimo de dar una respuesta a esa inquietud, nació la Gerontología como ciencia que estudia precisamente el proceso de envejecimiento.

De acuerdo con Gómez (2003), la Gerontología persigue una doble finalidad:

1. Prolongación de la existencia humana.
2. Mejora de las condiciones de existencia de las personas mayores (Retardar la pérdida de independencia).

La gerontología es entonces una disciplina fundamental a la hora de hablar de Adulto Mayor, esta aborda todas las dimensiones de la vejez, incluyendo los aspectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales, lo que para efectos de esta investigación se plantearon los siguientes conceptos donde se detallaran aspectos sociales de la vejez haciendo énfasis a los efectos del Proceso de Jubilación que se vivencian en esta etapa de la vida.

Envejecimiento. El envejecimiento se puede definir como un proceso de cambio morfológico, psicológico y fisiológico que aparece en el organismo como consecuencia de su funcionamiento en el tiempo (Buendía, 1997).

Bourliere (2004), se refiere al envejecimiento como una serie de modificaciones morfológicas, psicológicas, funcionales y bioquímicas, las cuales se producen con el transcurso del tiempo a todos los individuos.

Desde el punto de vista biológico, el envejecimiento es definido como un deterioro y declive asociado a la edad de todas las estructuras y funciones vitales.

Lo anteriormente plasmado por los diferentes autores que se refieren al tema, indican que es un proceso continuo, progresivo e irreversible, representado en personas mayores de 60 años o más, este es un proceso inevitable y es de suma importancia, debido a que tiene un impacto de corte social en diferentes aspectos como lo son la educación, salud, economía y productividad del País.

En cambio, Strehler (1997), lo define como un proceso universal, es decir, que afecta a todos los seres vivos, intrínseco, característica propia de la especie, progresivo, ya que aparece y progresa con el paso de los años, siendo determinante la muerte de los individuos (Strehler, 1977).

Según Cornachione (2008), el envejecimiento es un proceso dinámico, gradual, natural e inevitable, los que se desarrollan en los aspectos biológicos, psicológicos y sociales de los sujetos que está estructurado en torno al tiempo. Es una etapa del ciclo vital, no es un estado patológico. En edad avanzada, las personas sufren limitaciones en su autonomía como consecuencia del proceso natural del envejecimiento, pero también como consecuencia de impedimentos culturales.

Otro autor que se refiere al envejecimiento es Durante (citado en Andreu, Pedra, & Pérez, 2010), quien divide al envejecimiento en cuatro etapas: en primaria, secundaria, terciara y adicional. Donde la primaria es el proceso fisiológico que ocurre con el normal devenir de los años; la secundaria es cuando al proceso anterior se le añade una enfermedad o incapacidad de la persona; la terciaria es cuando las situaciones sociales, económicas o culturales del individuo pueden modificar el proceso de envejecimiento; y la adicional es cuando se le añade a todo lo anteriormente dicho alteraciones por abusos de drogas incluyendo fármacos suministrados.

Según estudios realizados por el Instituto Nacional de Estadísticas INE (citado por Boreal investigación y consultoría ltda., 2010), el proceso de envejecimiento de la población a lo largo de los años ha ido aumentando considerablemente, debido a la acción complementada de las transiciones demográfica y epidemiológica. De acuerdo con Omram (1971), la transición demográfica es un proceso de evolución de las características demográficas de la población, que pasa de un estado inicial caracterizado por una alta tasa de natalidad y una tasa de mortalidad en general, a un estado posterior en que caen las tasas de natalidad y mortalidad general. Por otro lado, refiere que la transición epidemiológica es un cambio progresivo en el perfil de la mortalidad, en el que se observa una disminución a causa de los decesos debido a causas infecciosas y un aumento de aquellos ligados a enfermedades degenerativas (Omram, 1971). Esta transición demográfica se demuestra a través de la manifestación porcentual de las muertes infecciosas, parasitarias y del aparato respiratorio. Por el contrario, aumentan las muertes provocadas por enfermedades crónicas, degenerativas y también de las causas externas, dándose principalmente en los Adultos Mayores (Damianovic, 2008).

La Organización Mundial de la Salud (2001), hace referencia al envejecimiento activo, siendo un proceso de aprovechar al máximo las oportunidades para tener un bienestar físico, psíquico y social

durante toda la vida. El envejecimiento activo es positivo para todos, sin consideración alguna de las facultades físicas o psíquicas, ni del estado socioeconómico o ubicación geográfica de la persona (Organización Mundial de la Salud, 2001).

Cada individuo es capaz de tomar sus propias decisiones a lo largo de su vida, lo más adecuado debiese ser que a lo largo de esta, se lleve un estilo de vida saludable, con el fin de que cuando comience la etapa del envejecimiento, el individuo sea una persona activa con el fin de vivenciar este proceso en forma grata y plena.

Vivir más años es a la vez un logro y un desafío perpetuo. El desafío por una mejor calidad de vida llama a las personas de edad avanzada a disfrutar de su independencia, tener relaciones sociales, participar en la vida comunitaria y tener acceso a los servicios de salud (Organización Mundial de la Salud, 2001).

La Organización Mundial de la Salud, ha impulsado un movimiento mundial por un envejecimiento activo, el cual consiste en una red de organizaciones y profesionales de diversas disciplinas. Tiene como objetivo influir en las políticas y prácticas, sensibilizando sobre las contribuciones de las personas de mayor edad en la sociedad, promoviendo hábitos beneficiosos para la salud durante toda la vida y potenciar políticas públicas de envejecimiento activo a nivel regional, nacional e internacional.

Aspectos generales del adulto mayor. La población de Adultos Mayores ha experimentado un crecimiento notorio, como respuesta de numerosos factores que se han conjugado para sustentar una mayor esperanza de vida.

En 1998 El Ministerio de Salud (MINSAL) utilizando un criterio convencional y epidemiológico, define Adulto Mayor a aquella persona mayor a 65 años cronológicamente.

Actualmente el Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA), define como Adulto Mayor a una persona de 60 años o más sin diferencia entre hombres o mujeres (SENAMA, 2005), criterio de Naciones Unidas y asumido por el Gobierno de Chile establecido en la Ley 19.828 que crea el Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA). Desde Institución se ha promovido la utilización del término Adulto Mayor, como también Persona Mayor, en reemplazo de Tercera Edad, Anciano, Abuelo, Viejo, senescente que pueden ser entendidos en un sentido peyorativo asociado a una imagen negativa, discriminatoria y sesgada de la vejez.

La condición de Adulto Mayor se puede establecer en términos de edad cronológica, edad fisiológica y edad funcional. En donde edad cronológica es la edad del individuo en función del tiempo transcurrido desde el nacimiento, por ende, es la edad en años; y son los que se consideran de forma legal en nuestra sociedad. A diferencia de la edad fisiológica o biológica que es la que corresponde con

el estado funcional de los órganos comparados con patrones estándar para una edad determinada. Este no es siempre concordante con la edad cronológica. La edad funcional considera la capacidad de mantener los roles personales del Adulto Mayor y la integración social del individuo a la comunidad a la que pertenece, para la medida de la edad funcional se utilizan escalas de evaluación la que es la base de la valoración geriátrica (Hernández, 2006).

Durante el envejecimiento en el Adulto Mayor se producen cambios importantes en su organismo y sistema, además de modificaciones fisiológicas, funcionales, psicológicas y sociales; teniendo estas variaciones una repercusión en el funcionamiento social del individuo.

Del mismo modo, el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (2006), realiza una clasificación al Adulto Mayor en: Persona adulta mayor independiente o autovalente; es la que es capaz de realizar las actividades básica de la vida diaria: comer vestirse desplazarse asearse bañarse, así como también es capaz de realizar las actividades instrumentales de la vida diaria, como; cocinar, limpiar la casa, comprar, lavar, planchar, usar el teléfono, manejar su medicación y administrar su economía con autonomía mental. También una Persona adulta mayor frágil: es quien tiene algunas limitaciones para realizar todas las actividades de la vida diaria básica. Y, por último, lo clasifica en una Persona adulta mayor dependiente o postrada: aquella que requiere del apoyo permanente de terceras personas. Tiene problemas severos de salud funcional y mental.

En cambio, Pérez (2010), menciona al A.M. como una etapa en relación con la edad cronológica que significa el tiempo transcurrido de una persona desde su nacimiento. En la actualidad, al haber cumplido los 65 años, las personas son incluidas en esta etapa. También, la autora hace relación del A.M. como parte de la etapa vivida. Desde este enfoque, se considera que el transcurso del tiempo produce cambios en la persona, la cual entra en una etapa que posee una realidad propia y diferenciada de las anteriores; tales como la infancia, la adolescencia y la etapa adulta. Posee ciertas potencialidades y limitaciones para la persona, distintas de las de otra.

De acuerdo con el estudio de la percepción de la vejez, para algunos autores, ser un A.M. significa enfrentar cambios negativos como lo plantea Bueno (2006), el cual señala que socialmente existe la idea de que los A.M. entran a una pérdida de capacidad y habilidades. Así también se suma Riera (citado en Aymerich, 2010), afirmando que, desde una explicación biológica, la vejez es sinónimo de deterioro personal, y una pérdida de condiciones físicas, mentales, económicas y sociales. Sin embargo, Alberich, señala que el A.M. al estar vinculado con el proceso de jubilación aumentan sus relaciones sociales puesto que se tiene más tiempo para relacionarse, y estas relaciones se perciben más intensas, más satisfactorias y óptimas (Alberich, citado en Pérez, 2013-2014).

Se ha visto en la actualidad que el Adulto Mayor a diferencia de las generaciones anteriores, presentan mayoritariamente una capacidad para seguir activos y con un gran interés en ampliar sus

posibilidades de desarrollo personal y comunitario, es decir mantenerse en una actitud de vigencia, en oposición a la antigua denominación de *Anciano* y *Vejez*, cuya connotación se asociaba a incapacidad, invalidez y enfermedad (Echenique, 2006).

Proceso de jubilación. Etimológicamente, jubilación proviene del latín jubilatio-onem que significa, acción o efecto de jubilar o jubilarse. La palabra jubilar proviene del latín jubilare que, quiere decir eximir del servicio a aquellas personas que desempeñan algún cargo civil, por razones de ancianidad o imposibilidad física, señalándole pensión vitalicia o recompensa por los servicios prestados (Morelli, citado en Bravo & Caro, 2002). Es por esta razón que existen diferentes tipos de jubilaciones como por invalidez, viudez o vejez.

El trabajo en la vida del hombre cumple importantes funciones como: ingresos, status, fuente de relaciones interpersonales, además de ser la actividad en la cual se ocupa la mayor parte del tiempo de la vida de una persona, es claro que este gran cambio involucra pérdidas para la vida de una persona, pese a que la jubilación es un derecho de todos, donde la oportunidad de descansar y ocupar el tiempo de manera libre, puede que no sea deseado y se transforme en una amenaza, por la falta de un objeto social y de la inactividad social; en cambio para otras puede significar mayor tiempo para nuevas actividades y un merecido descanso.

El proceso de jubilación es un proceso importante que pone fin a la vida laboral activa de una persona principalmente en este grupo etario (Adulto Mayor). Gradualmente, las personas mayores de 60 o 65 comienzan a jubilarse. El proceso de jubilación, como muestra de su enorme complejidad y variedad de significados, es interpretado de muy diversas formas por quienes lo experimentan (Ussel, 2001). Atchley (1989), sostiene que existen muchas formas de definir jubilación, pero que en ello incide la autopercepción que la persona tenga con respecto a la jubilación; la cual puede ser definida como: ausencia de participación en el trabajo, aceptación del pago de una pensión, reducción de las horas de trabajo, percepción subjetiva del jubilado o abandono permanente del trabajo. (Atchley, 1989).

Así también, Galvanovskis y Villar (2000), plantan que la jubilación no se trata de un fenómeno universal ni transcultural, pero en nuestra sociedad constituye un cambio importante en el ciclo vital, porque modifica nuestra estructura de funciones, nuestros hábitos, la organización de nuestra vida diaria y repercute sobre nuestro sentido de eficacia y de competencias personales (Galvanovskis & Villar, 2000).

En este sentido, el proceso de jubilación constituye un cambio en la trayectoria vital de los individuos ciertamente delicados, ya que, además de separarlos de la actividad diaria que hasta entonces regulaba el mercado laboral, tiende a originar una profunda alteración en los quehaceres

cotidianos. Así, la persona que se jubila asiste a un giro repentino en la distribución de su tiempo, que, si antes se establecía la mayoría de las veces en torno a la dedicación profesional, que a partir de ahora queda abierta a la iniciativa propia (Ussel, 2001).

El trabajo en una persona significa un rol laboralmente activo, generador de rentas, productividad, exigencias físicas, psíquicas y sociales, ritmo intenso, obligación, responsabilidades y carga laboral, (Rodríguez, 2007) , mientras que el proceso de jubilación según Moragas (1991), implica un cambio global de la situación vital, individual, social y económica de la persona que se retira de la vida laboral. Además, hace referencia que significa un replanteamiento de la experiencia vital en el uso del tiempo, en las experiencias físicas, y en la dedicación intelectual y en el significado social de la persona, y todo ello supone una respuesta psíquica global del individuo.

Como plantea Pérez (2010), que al jubilarse una persona deja de estar sujeto a una distribución del tiempo dictada por el trabajo, que regulaba los ciclos cotidianos y las perspectivas para el día siguiente, y se ven obligados a decidir a qué van a dedicar cada hora del día, qué harán cuando se levanten, o cuáles son sus proyectos para los próximos años (Osorio, 2007).

De este modo, los autores ya mencionados, coinciden en que la jubilación implica un cambio sustantivo a nivel efectivo y simbólico para aquellas personas que pasan a esta nueva etapa. Sin embargo, las diferentes consecuencias que puede acarrear en la vida de las personas otorgan una categoría relevante al acontecimiento de la jubilación, basado en; la disminución productiva, cambios en las expectativas de vida, pero también a su vez, nuevas oportunidades de uso del tiempo, más relaciones sociales y familiares.

Proyecto de vida. Ante todo, lo señalado anteriormente, la jubilación y el envejecimiento trae consigo tiempo libre, para lo cual se debe analizar la condición actual y la deseada.

Heidegger (citado en Zamora, 2006), sostiene que el proyecto de vida es una proyección de sí mismo, una anticipación siempre abierta en la que éste no elige otra cosa más que así mismo. Al igual que D´Angelo (citado en Zamora, 2006), coincide con Heidegger quien manifiesta que el proyecto de vida es un subsistema psicológico principal de la persona en sus dimensiones esenciales, o sea, un modelo ideal sobre lo que el individuo espera o quiere ser y hace, que adquiere forma concreta en la disposición real y sus posibilidades internas y externas de lograrlo, definiendo su relación hacia el mundo o hacia sí mismo, su razón de ser como individuo en un contexto y tipo de sociedad determinada. (Hernandez, 2002).

Es por lo anterior, que el proyecto de vida se presenta en muchas ocasiones como un reto acorde a las posibilidades del individuo, convirtiéndose en un tiempo y espacio actual que ofrece la posibilidad de construir un panorama a futuro; así el proyecto involucra una anticipación temporal que es la base

para una temporalidad futura (Zamora, 2006). Además, este autor plantea que el proyecto de vida que tenga una persona va a depender del ciclo de vida en que se encuentre.

Este análisis conceptual alude a la importancia de que el A.M. desarrolle un proyecto de vida con una reorganización de sus tiempos libres, y una construcción definida de un conjunto de hábitos, actividades durante el proceso de la jubilación.

Hernández (1994), sostiene que el proyecto de vida articula la identidad personal-social en las perspectivas de su dinámica temporal y posibilidades de desarrollo futuro. Se comprende, entonces, como un sistema principal de la persona en su dimensionalidad esencial de la vida. Es un modelo ideal sobre lo que el individuo espera o quiere ser y hacer, que toma forma concreta en la disposición real y sus posibilidades internas y externas de lograrlo, definiendo su relación hacia el mundo y hacia sí mismo, su razón de ser como individuo en un contexto y tipo de sociedad determinada.

Marco teórico

Teoría del ciclo vital y los adultos mayores. El progresivo aumento de la etapa del ciclo vital en los adultos mayores causa cambios profundos en la vida de todos, sin embargo, no todos los adultos mayores son iguales, como tampoco experimentan los cambios de la misma forma. Existen varios autores como Erikson (1982) y Vinter (citado en Zamora, 2006), entre otros que han plantado sus formas de ver dicho proceso.

Durante todo el proceso del ciclo de vida de una persona que va desde la infancia, adolescencia, adulto joven, adulto tardío hasta llegar a la vejez la persona se ve enfrentada diversas crisis asociados al cumplimiento de diversas tareas y desafíos que en la medida que vaya superando satisfactoriamente permitirá acercarse a una vejez de oportunidades y goce. La vejez como parte del ciclo de vida implica cambios globales desde diversas perspectivas, tanto a nivel físico donde lo acompañan cambios fisiológicos que se encuentran netamente relacionados con la edad, tales como la pérdida gradual de la memoria, alteraciones del sueño, pérdida progresiva de la vista y la audición en los adultos mayores. Así como también a nivel cognitivo asociados a cambios en la rapidez psicomotora donde se vuelven más lentos. Saltohouse (citado por Bazo & García, 2005), hace referencia que se trata de un hallazgo bien documentado, puesto que para muchos es el único cambio universal de la conducta de los ancianos hasta el día de hoy.

Desde las perspectivas y los cambios psicosocial que pueden enfrentar los A.M. se plantea desde la perspectiva de Erickson (citado en Bazo & García, 2005) quien manifiesta existir en la etapa del A.M. un conflicto entre la integridad y la desesperación, el cual significa la aceptación de la vida individual opuesta a los sentimientos de desesperación y depresión derivados del rechazo de esta.

El paso del adulto mayor de una vida activa, con actividades cotidianas propias de lo laboral, vinculación con sus grupos de pares, hacia el replanteamiento de nuevos desafíos asociados a la etapa de la vejez significa un impacto que podría ser positivo como negativo según cómo la persona haya vivido y experimentado etapas anteriores. Cuando un adulto mayor comienza a enfrentarse a nuevos cambios y sentimientos se alude a replantearse etapas y años anteriores, y todo lo que ha sido su vida a la actualidad. Bien lo plantea Erickson (citado en Bazo & García, 2005), en sus descubrimientos donde de igual modo señala que, la ausencia de la integridad se deriva del miedo a la muerte, y a la falta de aceptación de este período como la última etapa del ciclo vital. Por el contrario, la integridad del yo se produce cuando las personas han sido responsables, tanto de acciones como de otros individuos, y se han adaptado a los éxitos y fracasos derivados del propio devenir, lo que significa que el A.M. en la medida que visualice los fracasos y éxitos durante su vida como parte del crecimiento y oportunidades podrá estar listo para adoptar a una vejez de tranquilidad con ellos mismos y enfrentarse a todos los cambios que acompañan este último ciclo de vida de la persona.

Otro aspecto de la integridad como crisis que enfrentan los A.M. en la etapa de la vejez se asocia al ego, es decir, la importancia del amor que tengan hacia ellos mismos, a la percepción de sus vidas, al hecho de que ellos mismos sean personas que se reconozcan valiosas y con el derecho a ser respetados, y empoderar su etapa, ser amados y también a poder sentir amor en su vida sentimental. Sin duda que en la medida que se desarrollen estas cualidades en los A.M. favorecerá el ciclo de vida asociado a las crisis que enfrentan. Erickson (citado en Bazo & García, 2005), dice algo similar a lo planteado, él señala que un amor posnarcista favorece la participación social con las generaciones posteriores, así como la aceptación de la responsabilidad del liderazgo, incluso relaciona este amor con la adquisición de sabiduría en la persona para hacer frente a la etapa de la vejez, puesto que si la persona supera con éxito una crisis agrega una nueva cualidad a su ego que le fortalece poniéndola a disposición de afrontar una nueva etapa. El individuo puede sentir que ha valido la pena vivir, que se encuentra satisfecho con las decisiones tomadas a lo largo de la vida y aceptarlas como las apropiadas e inevitables dadas a las circunstancias en las que se tomaron.

La teoría del ciclo de vida de Erickson (citado en Bazo & García, 2005), contempla aspectos de pérdida y de ganancia al mismo tiempo, como resoluciones posibles de una crisis normativa. Pueden haber maneras de envejecer muy negativas, denominadas por el aislamiento, el estancamiento, sentimientos de culpa, depresiones y con temor a la muerte, pero también pueden haber trayectorias de envejecimiento altamente positivas, como cuando el individuo es capaz de expandir su capacidad creativa, de comprometerse con su entorno y de asumir los errores y éxitos que ha cometido conservando, pese a todo, un sentimiento de satisfacción en relación a su propio devenir evolutivo.

Para poder incluir factores positivos que debe considerar un A.M. para hacer de su vida más satisfactoria se visualiza el estudio realizado en 1982 donde las Naciones Unidas adoptaron el slogan *añadir vida a los años* que incluían cinco fundamentos: independencia, participación, cuidado, dignidad y desarrollo personal. Estos principios constituyeron elementos imprescindibles en el proceso de envejecimiento satisfactorio, junto a otros criterios, objetivos y subjetivos, como una larga vida, salud física, eficacia cognitiva, competencias sociales, control personal y satisfacción. Por lo tanto, el análisis de los factores que inciden en el desarrollo del A.M., así como de las políticas de prevención requiere incluir elementos tan variados como estilo de vida y salud, ejercicio físico, redes de apoyo social, relaciones interpersonales, vinculación familiar o vida productiva (Bazo & García, 2005).

Teoría de la desvinculación del desapego de E. Cumming (1961). La teoría, representa la más explícita aplicación del funcionalismo estructural a la condición de los A.M., en cuanto se refiere a la reacción de los individuos social y psicológicamente al proceso del envejecimiento. La Teoría de la desvinculación pone de manifiesto que la pérdida o el distanciamiento con el entorno de las personas que ingresan a la etapa de la vejez es un proceso normal y asumido por las personas. La mayoría de las personas a través del tiempo consideran la soledad como parte del proceso natural al entrar a la vejez. No se visualizan en las personas que la tercera edad es un espacio para fortalecer los vínculos producto de la gama de tiempos a disposición de una persona adulto mayor.

Asimismo, lo plantea Cumming (2009), quien señala que la vejez es un proceso de desvinculación gradual y voluntaria del interés por desempeñar algunos roles. La disminución de la actividad es considerada normal por ellos, basada en la disminución de contactos sociales con el entorno. Existe una retirada gradual y natural de los contactos sociales como un proceso universal de adaptación a las nuevas circunstancias vitales y a sus restringidas capacidades. Haciendo referencia a esto, este distanciamiento no sólo es individual, sino que reciproco y colectivo, como si existiera una predisposición con anterioridad en las personas para desligarse de su entorno al ingresar a la vejez.

De acuerdo con las diferentes actividades, ocupaciones, rutinas que realicen las personas, el nivel de desvinculación varía entre hombres y mujeres. Es muy común observar en existe mayor participación y socialización por parte de las mujeres en los grupos de adultos mayores. Como también es importante considerar que las aptitudes profesionales, también juegan un papel importante respecto al nivel de vinculo que tenga una persona con el entorno. Existen adultos mayores que a muy avanzada edad una vez que se encuentran jubilados continúan ejerciendo labores profesionales remuneradas o por opción voluntaria, danto espacio a la participación en la sociedad, pero también se observan la otra brecha de grupos que no muestran interés con vincularse con grupos pares, incluso con la familia, esto podría ser la causa de una predisposición previa de soledad voluntaria en el adulto mayor para con esta

etapa, como también estar asociados a factores sociales que obligan a la persona a desvincularse de la sociedad, importante mencionar el pensamiento de Huberman (citado en Bazo & García, 2005), quien manifiesta que las personas a partir de los 60 años comienzan un período progresivo de desinterés hacia las actividades sociales y personales que marcaban la vida de ellos. Esto, podría dar respuesta a tales grupos que voluntariamente no muestran sentido de participación con interaccionar con el entorno.

Gonzales (citado en Bazo & García, 2005), manifiesta que las necesidades y requisitos de la sociedad son considerados funcionalmente importantes, en relación con las demandas y las necesidades individuales. Si un individuo no está preparado para enfrentar el desapego del retiro laboral y la jubilación, es muy probable que tenga sentimientos de rechazo que produzca en la persona pérdida de motivación y desencanto (González, 2001), por eso es importante estudiar las variables que influyen y las consecuencias que desencadenan dichos aspectos que inclinan a los A.M. desvincularse del entorno.

En su parte, Neugarten (citado en Bazo & García, 2005), junto con el grupo de Kansas City Study (citado por Cumming, 2009), descubrieron que las personas de edad avanzada tienden hacia una interiorización o introspección, lo cual significa una mayor atención al propio mundo psicológico. Entendida de esta forma, que la desvinculación no significa necesariamente el abandono de ciertas conductas sino una actitud de los individuos hacia la vida. Más aún, no hay razón para asumir que todas las personas A.M. están inclinadas hacia un estado de desvinculación.

Teoría de la actividad de Robert Havighurst (1961). La teoría de la actividad se sitúa en un polo opuesto a la teoría del desapego, pues argumenta que cuántas más actividades que se realicen, más posibilidades existen de estar satisfecho con la vida.

Todas personas que realizan actividades cotidianas, como dedicado al mundo laboral, actividades recreacionales muestran mayor satisfacción con la vida, por el hecho de sentirse útiles y mantener el tiempo ocupado en actividades de interés. La práctica de actividades tanto sociales, profesionales, beneficia nuestra vida, fortaleciendo el desarrollo, autoestima, y manteniendo el vínculo e interacción con el entorno.

Así lo señala también el autor Havigurtst (citado por Sáez, 2009), quien afirma que un alto grado de participación es la clave para lograr un buen envejecimiento y autorrealización; tienen más capacidad de adaptación y están satisfechos con la vida, como también la pérdida del rol laboral por motivo de jubilación supondrá en el individuo una pérdida de función y por lo tanto trae consigo una inactividad, una limitación en el radio del comportamiento, no sólo en el área social sino también familiar.

Por otra parte, una adecuada vejez debería estar acompañada de nuevas actividades y trabajos (hobbies, participación en clubs), que sustituyan a las actividades que se tenían antes de la jubilación, ya que durante la vejez se produce la pérdida de actividades, funciones, roles como el dejar de trabajar, o ejercer un cargo, es por esto, que para mantener una percepción y sentimientos de utilidad, el A.M. debe generar nuevos roles en esta etapa. Así lo manifiestan también Havighurst y Albrecht (citado por Muñoz, 2001), quienes están de acuerdo que las actividades sociales juegan un papel importante a la hora de sustituir las posibles consecuencias negativas que tiene la pérdida de roles durante el periodo del retiro laboral. Entre los aspectos positivos de dicha teoría destaca la búsqueda de un sentimiento de utilidad del individuo a partir de la actividad en el retiro; protección contra el excesivo tiempo libre del que dispone la persona. En este mismo sentido, una de las consecuencias más importantes en la jubilación recae cuando los adultos mayores no restructuran el uso del tiempo libre que tendrán durante la prejubilación, esto genera que una vez insertos en la jubilación adopten sentimientos de desesperación que se complementan con la crisis del ciclo de vital en el adulto mayor.

Desde esta teoría de la actividad, se recomienda la formación de grupos con intereses o preocupaciones comunes, lo que puede contribuir a una actitud positiva con respecto al futuro del A.M. Además, se concluye como fundamental que los A.M. deben mantener su acostumbrado nivel de vinculación y actividad, que responde a los niveles experienciales previos a los sujetos, que le garanticen un envejecimiento exitoso (Alfonso, 2006). Lo que significa, que el comportamiento de este grupo de edad se encuentra estrechamente relacionado con factores ambientales y socioculturales.

Si bien a la jubilación se le atribuye el tiempo libre o el ocio que comienza a enfrentar un A.M. también permite dar paso a posibilidades en la persona. El autor Weiss (citado por Kleiber, Bayón, & Cuenca, 2012), entiende por *libertad* o tiempo libre un abanico de posibilidades que éste ofrece. Libertad para pasar más tiempo con el conyugue, las familias y las actividades que prefiera realizar una persona. Existe una libertad en el A.M. de iniciar nuevas actividades, vivencias y experiencias, además de la posibilidad de imponer el propio ritmo a su vida. Así como también la libertad para liberarse de las presiones de un trabajo, el estrés, las exigencias. El ocio es esencialmente una posibilidad de hacer lo que uno desea, hay estudios y pruebas considerables de que la calidad de vida en el A.M. aumenta por y a través de las actividades de ocio para hacer frente al tiempo libre. Según algunos, el tiempo y la libertad es el principal beneficio de la jubilación.

Modelo de adaptación a la jubilación propuesto por Robert Atchley (1975). Muchos estudios e investigadores coinciden en que la jubilación es una transición importante en la vida. Donde se debe desarrollar patrones nuevos dentro del contexto de actividades y estilos de vida cambiantes (Cumming, 2009). Comprender los efectos que conlleva la jubilación en la vida de la persona ha sido de interés

durante muchos años.

Diversos autores tales como; Bossé, Aldwin, Levenson (citado por Cumming, 2009), Kim y Moen (citado en Andreu, Pedra, & Gras, 2010), han puesto su mirada en comprobar si la jubilación posee efectos negativos o positivos. Algunos de estos estudios hallaron relaciones estadísticamente significativas entre la jubilación y una disminución en los niveles de satisfacción vital durante los primeros seis meses después de la jubilación. Además, estos autores plantean que las personas pueden tener distintos tipos adaptativos ante un cambio vital como sucede con el proceso de jubilación.

Roberth Atchley (1989), optó por estudiar la adaptación a la jubilación desde una vertiente dinámica y procesual, caracterizada por la superación de diversas fases que permiten elaborar la desvinculación de la persona con su entorno laboral hasta lograr una total acomodación al rol de jubilado. Dichas fases son cinco; prejubilación, jubilación, desencanto, reorientación y estabilidad. La primera de ellas, la etapa de la prejubilación se caracteriza por la presencia de fantasías anticipatorias que el trabajador construye sobre cómo será su vida de jubilado estando todavía en activo. Aquí la persona se orienta a sí misma. La etapa de jubilación, se inicia una vez se haya hecho efectivo el retiro y puede experimentarse, según el autor, de tres maneras posibles: como un período de euforia y liberación asociada al abandono de las obligaciones laborales o en otras palabras la luna de miel, donde la persona intenta hacer todo aquello que esperaba hacer cuando la jubilación llegara, o también como la simple continuidad de actividades de ocio previas a las que se le dedica más tiempo o simplemente como un período de descanso asociado al abandono de las obligaciones laborales es decir, una disminución de las actividades, que es opuesta a la luna de miel. La etapa de desencanto refleja un cierto desengaño, al comprobar que la realidad del día a día de jubilado no corresponde con las fantasías iníciales, lo que conlleva a un descenso del entusiasmo previo. La fase de reorientación implica asumir y construir una visión más realista de lo que supone la jubilación, abandonando progresivamente tanto las fantasías positivas como negativas y desplegando una perspectiva más ajustada a la realidad en cuanto a las posibilidades, limitaciones sociales y económicas que conlleva la jubilación. Finalmente, la fase de estabilidad se alcanza cuando las personas logran cierta acomodación y ajuste a su rol de jubilado estabilizando sus emociones y rutinas diarias en relación con la vida de jubilado (Atchley, 1989).

Según el Modelo de Atchley, una persona que jubila, traspasa una serie de etapas que van desde la ideación de lo que se realizará al momento de jubilar, desde los planes que se generaron durante la vida laboral y que por tiempo no pudieron ser efectuados, y que en esta etapa de tiempo libre podrán ser realizados, hasta la etapa de desencanto, reorientación y estabilidad, esto porque en el tiempo el ocio y el ocupar el tiempo libre se vuelve monótono por lo que se debe asumir la disminución de actividades que se asocian principalmente a la inactividad laboral quedando rehusado únicamente a las labores de

casa, todo esto como lo menciona el autor por los escasos recursos que se generan durante esta etapa, limitándose en las energía y la condición de salud tanto física como mental que posea el individuo en esta edad.

Atchley, explica bastante bien las fases que una persona podría enfrentar antes y después del proceso de la jubilación, sin embargo, no garantiza que todas las personas vivan dicho proceso, ni con la secuencia que plantea el autor. De hecho, podría haber personas que no fantaseen con expectativas previas a la jubilación y sea un proceso natural y normal.

El estudio realizado por Atchley en Girona, realizado a un total de 30 personas jubiladas entre uno y seis meses, de edad promedio entre los 58 y 73 años, buscó comparar los niveles de satisfacción antes y después de la jubilación en relación con las fases que plantea el autor. Dichos resultados, mostraron que las personas se mantenían bastante satisfechas con su vida una vez jubiladas manteniendo unos niveles parecidos a los experimentados antes del retiro laboral. En este sentido, cerca de un 26% de los encuestados reconocían que las fantasías previas acerca de la jubilación influyen realmente en sus niveles de bienestar, y también un 16% experimentó miedo y ansiedad ante la llegada del retiro laboral, pero sin embargo predominó el porcentaje restante con sentimientos de ambigüedad frente a la jubilación, manifestando que no pensaban mucho en ello. En relación con las fases que describe el autor, sobre el 50% de las personas encuestadas declararon haber experimentado las características del desencanto o reorganización (Aymerich, 2010).

Según lo referido por este estudio, se infiere que para lograr una plenitud en la etapa de la jubilación es importante reconocer la realidad de cada persona, evitando las presunciones que difícilmente se puedan lograr, es importante destacar que un alto porcentaje de las personas consultadas se consideran satisfechas con su vida una vez jubiladas, manteniendo niveles similares antes de vivenciar esta etapa.

Teoría de la continuidad – Roberth Atchley (1989). En la misma línea el autor Roberth Atchley da a conocer la teoría de la continuidad haciendo referencia que tendemos a ver a la vida diaria en la adultez aplicando estrategias conocidas que se basan en la experiencia, a fin de mantener y perseverar las estructuras internas y externas. La continuidad constituye una evolución, no una ruptura total con el pasado.

Atchley (citado por Papalia, Sterns, & Duskin, 2009), sostiene que el grado de continuidad con la vida, la persona puede hacer frente a tres categorías generales: muy poco, demasiado y óptimo. En el primer caso, uno siente que la vida es demasiado impredecible o el temor a lo desconocido, a los cambios que no han previsto ni asumido los adultos mayores al ingresar a la etapa de la vejez que se acompaña de la transición de un mundo laboral activo hacia la jubilación. En el segundo, puede

sobrevenir un terrible aburrimiento o una ruptura en la que todo es predecible; simplemente no hay suficientes cambios que hagan interesante la vida y la tercera, ofrece bastante cambio para despertar el interés, pero no tanto que agote los recursos personales.

Esta teoría sostiene que las personas tienden a ver la continuidad de esta etapa de la vejez como un medio de adaptación, donde las personas A.M. sienten mayor facilidad para adaptarse a esta etapa en la medida que continúan conductas y comportamientos que se hallan mantenido durante las etapas anteriores del ciclo vital, se refiere a una prolongación de la forma de vida de las personas al paso de la vejez, donde se mantiene por ejemplo; carácter, intereses, motivaciones, y estilos de vida que son propios de la personalidad humana.

Atchley (1989), afirma que la continuidad puede ser interna o externa. La continuidad interna designa el pasado individual: temperamento, experiencias, emociones y destrezas; en una palabra: la identidad personal. Es decir, permite ver cómo estamos conectados en este momento con nuestro pasado, aun cuando la conducta actual parezca distinta. Produce sensaciones de competencia, de dominio e integridad del yo y autoestima a lo que Erickson (citado por Atchley, 1989), denominó *integridad del yo*. La continuidad o estructuras externas se refieren a los ambientes físicos y sociales recordados, a las relaciones y a las actividades. La continuidad externa se siente en contacto con ambientes o personas conocidas, es decir, al entorno de la persona.

Es normal, sugiere Atchley, que los adultos que envejecen busquen un equilibrio satisfactorio entre la continuidad y el cambio en sus estructuras de vida, puesto que demasiados cambios hacen la vida sumamente impredecible. El envejecimiento exitoso puede significar distintas cosas para diferentes personas; desde esta perspectiva, la actividad es relevante no por sí misma, sino en la medida en que representa una continuación del estilo de vida de una persona. Para los A.M. que siempre han sido activos y comprometidos en sus roles sociales, puede ser importante continuar con un alto nivel de actividad. Otros, que han sido menos activos en el pasado, pueden ser más felices en la proverbial.

Ekerdt (citado por Atchley, 1989), señala que la ética de trabajo, a la cual muchas personas han vivido a lo largo de sus vidas adultas puede traducirse a la llamada ética de ocupación, la que consiste en una necesidad de mantenerse ocupados y activos de modo que no parezcan o se sientan inútiles, razón por la cual muchos jubilados entran en la desesperación por no tener actividades que realizar. Un estudio encontró que los jubilados más satisfechos son personas con buena condición física que usan sus habilidades en trabajo pagado o voluntario de tiempo parcial (Atchley, 1989). Papalia, Sterns, & Duskin (2009), hace referencia a lo anteriormente planteado señalando que existen tres formas usar el tiempo libre después de la jubilación: realizando un trabajo pagado, quizás voluntario o ejerciendo actividades de ocio.

Cuando el envejecimiento produce cambios físicos o cognitivos, puede ser difícil mantener la continuidad en el ambiente externo. Por ejemplo; un A.M. puede volverse dependiente de los cuidadores y es posible que tenga que establecer nuevas reglas para su alojamiento. La adaptación exitosa puede depender del apoyo de la familia, amigos o instituciones sociales que le ayuden a compensar las pérdidas y a minimizar la discontinuidad (Papalia, Sterns, & Duskin, 2009).

Es por esto por lo que es fundamental verificar si la persona conserva la continuidad interna y externa, y conocer los factores que le acompañan, para de esta forma conocer si el A.M. cuenta con los recursos para enfrentar satisfactoriamente la vejez o el proceso de jubilación.

Estado del arte

Durante los últimos años, el crecimiento progresivo de la población A.M. junto al aumento sustancial de la expectativa de vida de este grupo etario, han consignado la necesidad en los investigadores de realizar múltiples estudios e investigaciones referentes al tema, enmarcados en variables que concluyen en la vida diaria de esta población, generando el interés por conocer el proceso y los principales efectos que contiene en sí mismo el proceso de Jubilación en la vida diaria de un A.M.

Es así, como se considera de carácter fundamental, abarcar estudios ya realizados por distintos autores en esta materia, a fin de conocer el fenómeno desde diversas perspectivas, integrando un enfoque social y psicológico frente al fenómeno de Jubilación, lo que permitirá enriquecer el contenido de la investigación que a continuación se abordará:

Investigaciones revelan que en la vida social de un A.M., una de las actividades que más valora este grupo etario es; juntarse a conversar y cultivar la amistad. A pesar de lo cual, sabemos que no más allá de un 13% de ellos, participa en organizaciones sociales o clubes que se han constituido precisamente con este fin (SENAMA, 2005).

Los A.M. sienten la necesidad de tener un rol en la familia, jugando un papel fundamental el hecho de contar con la tarea de ser abuelo o abuela, ya que esta función le puede entregar un enorme sentido a su vida (Papalia & Wendkos, 2003).

Dentro de las investigaciones realizadas incluyendo el fenómeno de la Jubilación, autores como Idalia Alpízar, quien en su investigación *Jubilación y calidad de vida en la edad adulta mayor,* refiere que es evidente que durante ese proceso de envejecimiento se da una serie de cambios, conforme transcurre el tiempo. Cambios en la personalidad, en los papeles sociales, en la capacidad de ajuste o de adaptación al entorno; de allí nace las diferencias esenciales, en donde para algunos jubilar puede significar el momento de disfrutar del tiempo libre, mientras que, para otros, es un momento de estrés, porque el retiro les supone una pérdida del poder adquisitivo y en consecuencia de la autoestima (Alpízar, 2011).

Ahora bien, no todas las personas reaccionan de la misma manera ante la jubilación; factores como el estado civil, la condición laboral, el apoyo social, el nivel educativo, la situación económica, la personalidad, la actitud ante la vida, el significado que se haya internalizado de este fenómeno y el ambiente social inciden en gran manera en la forma de reaccionar ante la jubilación y de percibirla como pérdida (Hadley, 2001).

El ingreso a la etapa de la jubilación tiene la tendencia de asociarse con la llegada de la vejez; aunque en algunos casos no coincide, lo cierto es que se está muy cerca a esa etapa y tiende a agravar la reacción ante el abandono de un papel de trabajador y el advenimiento de una etapa desocupada, así como los cambios biopsicosociales que lo acompañan.

En este sentido, la jubilación viene a representar una crisis muy severa, sobre todo para aquellas personas que no han elaborado proyectos de vida y contactos sociales fuera del trabajo, lo que hace que el ajuste a la jubilación les sea más dificultoso (Hidalgo, 2002).

Por otro lado, en el estudio *Afrontar la Jubilación* desarrollado por Escárraga (2004), donde se entrevistó y se tomó en consideración los aportes de distintos autores, se menciona que, para enfrentarse a la jubilación, lo mejor es tratar de separar esta etapa de la vida de la pérdida de autoestima. Pero en ello no sólo juega un papel importante la actitud del jubilado, sino de las personas que le rodean. Cuanto más apoyo social tienen estas personas, más positiva será la jubilación o por lo menos disminuyen las consecuencias negativas. No es lo mismo el que se jubila sin redes sociales de apoyo emocional -familiares y amigos-, que el que lo hace rodeado de estos estímulos.

Así también, en este artículo se da énfasis a la falta de información para los jubilados de las diferentes capas sociales, en donde según la autora por ejemplo; en las zonas rurales, existe escasa información durante este proceso y sobre el panorama que les espera; *Creo que se da muy poca información sobre la vejez y es importante, sobre todo en esos ámbitos, que la gente aprenda a envejecer*, para esta especialista, el parámetro establecido a partir del cual se empieza a hablar de vejez son los 65 años, pero los cambios importantes en el individuo se dan a partir de los 80 años (Escárraga, 2004).

El estudio *Retiro Laboral y ajuste a la Jubilación de hombres y mujeres en la mediana edad*, hace mención a la adaptación del rol de *persona trabajadora* al de *jubilado* en donde se identifica como un proceso de cambios en las fortalezas y recursos personales de cada individuo. Desde el punto de vista de la transición entre el trabajo, el retiro laboral y la jubilación –periodo en el cual la persona se enfrenta a cambios propios de la edad y al prejuicio social asociado al envejecimiento–, las personas deben recurrir a diversos factores internos y externos para lograr una mejor adaptación (Cruz, 2011).

Entre los diferentes factores asociados a una mejor adaptación a la jubilación se encuentra el sexo. Con la incorporación de ciertas variables predictoras relevantes en el caso de hombres y mujeres, el

interés recae en estudiar la diferencia en los patrones de jubilación y el proceso de ajuste al mismo en ambos sexos. Se ha encontrado una menor satisfacción en el retiro entre las mujeres, quizá debido a su menor nivel de ingresos económicos, asociado a la combinación de roles en el hogar y el trabajo, lo que las coloca en una situación menos favorable para obtener mayores recursos. Hay evidencia de que las mujeres mantienen una actitud más negativa hacia la jubilación en comparación con los hombres, la que está asociada a una mayor depresión y soledad (Madrid, 2000). Por otro lado, estar casado o vivir con una pareja es un apoyo suficientemente importante para adaptarse mejor a la jubilación al haber mayor satisfacción moral y vital, mejor salud física y psicológica y mayor apoyo social (Madrid, 2000).

Un estudio realizado por (Sener, Terzioglu, & Karabulut, 2007), tuvo como propósito evaluar los efectos de la salud, ingreso económico, edad, nivel de estudios, estado civil y la participación en actividades de ocio, en la satisfacción con la vida de un grupo de 231 hombres jubilados en Turquía, en quienes se evaluó su satisfacción con la vida y frecuencia de participación en actividades de ocio. La edad media de los participantes fue de 65 años, y de ellos 62% estaban casados. Como resultado, se obtuvo una relación positiva significativa entre la satisfacción con la vida y la frecuencia de participación en actividades de ocio. Los resultados también indicaron que el nivel educativo tiene un importante impacto positivo en la satisfacción con la vida, junto con la salud percibida y el ingreso económico. Si bien tales resultados no son generalizables a otras poblaciones, subrayan sin embargo la necesidad de hacer más investigaciones para determinar el impacto de las variables sociodemográficas y las actividades de ocio en la satisfacción con la vida en la población de jubilados (Acosta & Vales, 2015).

En el *estudio cambios en la ocupación de los adultos mayores recientemente jubilados* realizado en el año 2005 en Chile, enfatiza que el proceso de jubilación en nuestra sociedad traería consigo una serie de consecuencias negativas: en el aspecto económico, los ingresos significativamente menores, un deterioro de las relaciones sociales producto de la pérdida de contacto con los compañeros de trabajo y la pérdida de estatus como individuo activo, sumada a la desaparición de seres queridos y amistades que fallecen, un deterioro de la salud, debido a la ruptura y al cambio súbito de las rutinas que entrega la vida laboral, generando una problemática importante; refiriéndose a que en esta etapa de la vida, se pierde el rol social asignado y aceptado, que luego de jubilar, se centra en actividades de ocio y tiempo libre, siendo estas consideradas un estado pasivo del individuo a nivel social productivo y no aceptadas por las personas aún competentes (Allan, Wachholtz & Valdés, 2005).

Por otro lado, y relacionado directamente a la visión actual del proceso de envejecimiento, Freire (citado en Escárraga, 2004) lo define:

> La vejez es una etapa en que el individuo debe hacer un gran esfuerzo para adaptarse a los

múltiples cambios en diversas dimensiones que debe enfrentar. Asimismo, la vejez es una etapa de la vida fuertemente marcada por influencias socioculturales, familiares e individuales que intervienen en el bienestar de las personas de este grupo de edad (pág. 98).

Para la población Adulto Mayor se considera que una de las principales barreras entre la vejez y un estado de bienestar, lo constituye una evaluación negativa de la vejez, donde la imagen predominante del envejecimiento en la Sociedad es de carácter negativo y se expresa en la representación social basada en la pasividad, enfermedad, deterioro, la desvinculación al mundo laboral, una carga social que complejiza la dinámica familiar, la economía doméstica y la estabilidad del sistema familiar. (Vega, 1996), inclusive, una investigación realizada en España entre los años 2002 y 2003 mostró cómo las imágenes generalizadas en torno a la vejez están lejos de representar lo que los mismos Adultos Mayores piensan y sientes respecto del ciclo vital en el que se insertan (Cathalifaud, Thumala, Urquiza, & Ojeda, (2007).

Para finalizar, estudios sobre la transición demográfica hacia el envejecimiento en Chile, se configuran como un elemento fundamental, a fin de integrar la realidad social y demográfica en respecto de la población A.M., fenómeno de este estudio. Para ello, uno de los estudios realizados por el Ministerio de Planificación (2007), llamado: Diagnóstico de la situación económica y social de los adultos mayores, el cual revela que:

En la dimensión del individuo, el envejecimiento, es un proceso fisiológico normal irreversible que se traduce en una serie de cambios bio-psico-funcionales que lenta y progresivamente afectan la adaptabilidad de la persona a su entorno físico, ambiental y social aumentando la vulnerabilidad del individuo, exponiéndolo a la aparición de enfermedades crónicas y degenerativas, que menoscaban su salud y calidad de vida (Mayoes, 2007).

El crecimiento de la población mayor de 60 años y su particular perfil de morbilidad y discapacidad requerirá reorientar las estrategias del sistema de atención de salud no solo hacia tecnologías médicas más especializadas o un modelo de atención más integral y multidisciplinario, sino que también a mantener y recuperar la funcionalidad fisiológica, la autonomía y la integración social de las personas mayores de 60 años.

Definitivamente, el fenómeno del envejecimiento de la población debe ser entendido no solo como un cambio estadístico demográfico, sino como una profunda transformación de la sociedad, porque involucra aspectos tan variados y complejos, que obligan a replantear desde las relaciones familiares, necesidades culturales y materiales, desafiando las capacidades estructurales y funcionales de todos los agentes sociales involucrados.

El envejecimiento de la población constituye uno de los acontecimientos sociales y demográficos relevantes de las últimas décadas. La creciente población de adultos mayores debe ser integrada al

desarrollo y a la modernidad, lo que depende en parte importante del Estado, pero también de los propios adultos mayores (y de los individuos que se aproximan a esa etapa de la vida).

El envejecimiento poblacional se define como el incremento de la proporción de los mayores de 60-65 años sobre la población total, fenómeno que se produce como resultado de la reducción de la tasa de natalidad y el incremento de las expectativas de vida (Mayoes, 2007).

En el caso de Chile, la población mayor de 60 años se incrementó en 411.921 personas entre los censos 1992 y 2002, siendo las tres principales regiones con el mayor aumento de este universo poblacional, en orden decreciente, la Región Metropolitana de Santiago, Biobío y Valparaíso, con aumentos de 161.334, 51.979 y 44.427 personas mayores de 60 años, respectivamente (Instituto Nacional de Estadística, 2006), situación que evidencia la necesidad que existe hoy en día de trabajar con dicha población que seguirá en aumento durante los próximos años, en donde los esfuerzos están orientados a cubrir las necesidades específicas de este grupo etario, demandando estrategias y políticas sociales nuevas, a fin de generar mayor bienestar en la población A.M. en Chile. De allí, la necesidad de abordar y generar evidencia respecto a esta problemática asociada a nuestro colectivo social, en donde las estadísticas nos revelan que una de cada diez personas pertenece al grupo Adulto Mayor y se espera que para el año 2025 esta proporción sea de 1 por cada 5 habitantes. (Instituto Nacional de Estadísticas, 2007).

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

Tipo de investigación y diseño

La presente investigación fue realizada bajo el enfoque Cualitativo, de acuerdo a lo que plantea Denzin y Lincon (2012), buscando comprender la subjetividad de los A.M. desde su naturaleza empírica e inductiva permitiendo comprender en los aspectos más internos y significativos en relación al cambio producido en el proceso de jubilación en los A.M. (Denzin, & Lincon, 2012).

Además, este estudio fue de tipo descriptivo, el cual permitió conocer las propias palabras de las personas habladas o escritas, y la conducta observable (Denzin, & Lincon, 2012), permitiendo conceptualizar y caracterizar los diversos aspectos del fenómeno de estudio, relacionado a la población Adulto Mayor y a los cambios producidos por la Jubilación.

Del mismo modo, el enfoque epistemológico de esta investigación fue fenomenológico, puesto que este tipo de investigación destaca el énfasis sobre lo individual y sobre la experiencia subjetiva.

Gómez, Flores y Jiménez (1996), define la fenomenología como: *La fenomenología es la investigación sistemática de la subjetividad*, por lo cual el estudio buscó conocer los significados que los individuos dan a su propia experiencia, en este caso al proceso de Jubilación que vivencia los Adultos Mayores, lo importante es conocer el proceso de interpretación por el que la gente define su mundo y actúa en consecuencia. Se intenta ver las cosas desde el punto de vista como lo han vivido y cuál es su expectativa, describiendo, comprendiendo e interpretando (Gómez et al., 1996).

Población y muestra

Para efectos de esta investigación, la población objeto de este estudio hace referencia a Adultos Mayores Jubilados, sin distinción de género, los cuales según los criterios de inclusión de los investigadores deben cumplir las siguientes características:

- Adultos Mayores Jubilados que hayan cotizado en algún sistema previsional (AFP).
- Rango etario desde los 60 a 75 años.
- Residencia actual en la Ciudad de Chillán, Región del Biobío.
- Ser auto-valentes.
- Aceptar voluntariamente ser parte de la investigación.

Tabla 1

Muestra

Sujeto	Edad	Sexo	Periodo de tiempo Jubilado
Sujeto N° 1	68	Masculino	3 años
Sujeto N° 2	73	Masculino	8 años
Sujeto N° 3	69	Femenino	9 años
Sujeto N° 4	72	Femenino	12 años
Sujeto N° 5	68	Femenino	8 años
Sujeto N° 6	69	Masculino	4 años
Sujeto N° 7	63	Femenino	3 años
Sujeto N° 8	62	Femenino	2 años
Sujeto N° 9	62	Femenino	2 años
Sujeto N° 10	74	Masculino	9 años
Sujeto N° 11	67	Masculino	2 años
Sujeto N° 12	76	Masculino	11 años

Este tipo de muestra seleccionada se definió de tipo no probabilística, toda vez que no se requiere generalizar los resultados obtenidos, sino que más bien, realizar un estudio con un tipo de muestra más reducida, la cual reúna las características descritas con anterioridad establecidas por los investigadores. Esta muestra fue dirigida, categorizándola como *Caso Tipo* según lo descrito por los autores Hernández, Fernández y Baptista (2010), quien la define como una muestra cuyo *objetivo principal se encuentra orientado a obtener mayor riqueza, profundidad y calidad en la información, no la cantidad ni la estandarización.*

Respecto al número de casos que compuso la muestra, es necesario precisar que fueron determinados a través del proceso de saturación de la información (Hernández et al, 2010), toda vez que no se consideró necesario precisar un número exacto de casos al inicio de la investigación, entendiendo que el proceso cualitativo se constituye de manera dinámica, donde a medida que se fueron adicionando nuevos casos y éstos no aportaron nueva información novedosa, (datos repetitivos o redundantes) fue el criterio definitivo para dar por finalizado la cantidad de personas integrantes de la muestra, saturándose la información con un total de trece participantes durante el proceso de investigación.

Técnicas de recolección de los datos

Para la recolección de la información de este estudio, se aplicaron entrevistas en profundidad donde el investigador analizó las experiencias de vida del A.M. y las definiciones que el sujeto participante de este estudio aplicó a tales experiencias del proceso de Jubilación.

Dicha entrevista en profundidad permitió ser una conversación entre iguales, cara a cara con la persona, así lo manifiestan Taylor & Bogdan (1990), como reiterados encuentros cara a cara entre el entrevistador y los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como las expresan con sus propias palabras (Taylor & Bogdan, 1990).

Para la entrevista en profundidad los entrevistadores dispusieron de una malla temática con diferentes tópicos para recabar información en los A.M. respecto a su proceso de jubilación. Además, los participantes tuvieron la libertad de agregar preguntas adicionales para obtener mayor antecedente de acuerdo con los intereses del entrevistador del estudio.

A continuación, se presenta el desglose de la malla temática con los principales tópicos de interés de esta tesis:

Tabla 2

Malla temática

Tópico	Detalle
Relaciones interpersonales	▪ Aspectos de la Dinámica familiar (comunicación, roles, subsistema parental, fraterno). ▪ Comunicación, vínculos con grupo de pares. ▪ Participación social, autopercepción con la sociedad, experiencia y proceso propio).
Proceso de restructuración económica	▪ Adaptación a una pensión. ▪ Administración de recursos post jubilación. ▪ Necesidades pre y post jubilación, significados asociados a la calidad de vida post jubilación.
Intereses y expectativa de vida	▪ Ocupación del tiempo libre, rutina diaria, actividades. ▪ Fortalezas internas y oportunidades frente a la jubilación. ▪ Motivaciones e intereses como recursos para el bienestar en la jubilación. ▪ Proyecto de vida, actitud frente al futuro.

Procedimiento para la recolección y análisis de la información

Con relación al procedimiento para la recolección de la información**,** se hizo uso de la entrevista en profundidad propia del enfoque cualitativo. En primera instancia para acceder al grupo objeto de este estudio, se aplicó la técnica: bola de nieve, planteada por Taylor y Bogdan (1990), la cual consistió en conocer a algunos informantes que cumplieron con el perfil de la muestra establecida por los investigadores y así lograr que ellos presentaran nuevos participantes constituyentes de la muestra.

Respecto al *procedimiento para el análisis de la información*, una técnica adecuada para analizar los textos de interés de este estudio fue el análisis de contenido entendido por (Bardin, 1996), como un conjunto de técnicas de análisis de comunicaciones tendientes a obtener indicadores (cuantitativo o no) por procedimientos sistemáticos y objetivos de descripción del contenido de los mensajes, permitiendo la inferencia de conocimientos relativos a las condiciones de producción/recepción (variables inferidas) de estos mensajes. Es una técnica de interpretación de los datos, sean estos escritos, grabados o

filmados, u otra forma diferente donde puedan existir toda clase de registros de datos como transcripción de entrevistas. La importancia de aplicar como técnica de interpretación el análisis de contenido como menciona (Abela, 1996), recae en su capacidad para albergar un contenido que leído e interpretado abre las puertas al conocimiento de diversos aspectos y fenómenos de la vida social.

Los instrumentos de recogida de información para esta tesis, de acuerdo con lo que sostiene Berelson (1952), quien manifiesta que los análisis de contenido cumplen características de ser replicables y viables. Es decir, que el procedimiento puede ser utilizado en otros estudios por investigadores.

El procedimiento que sigue el analizar los textos desde la técnica de análisis de contenido, se enfatizó de acuerdo con Bardin (1996), en primer aspecto el determinar la unidad de análisis el cual lo componen los A.M. jubilados, y con diferentes tópicos de interés para este estudio. Se aplicó la unidad de muestreo intencional.

Se aplicó como tipo de código el método descriptivo según lo planteado por Miles (1994), el cual requiere poca interpretación, implica la atribución de una clase de fenómeno a un segmento de texto, lo que contribuirá a conocer el objetivo planteado al comienzo de esta investigación (Miles, 1994).

Respecto a las categorías, se aplicó para este estudio de acuerdo con la clasificación realizada por Kripendorff (citado en Miles, 1994), la categoría de asunto o tópico en base a los temas de interés del estudio y de valores respecto a los intereses, deseos, revelados por la población entrevistada.

Aspectos éticos

Para garantizar la calidad y objetividad de la investigación se consideraron los siguientes criterios.

Consentimiento informado. A todos los sujetos de la investigación, en este caso los Adultos Mayores se les explicó previamente los objetivos del estudio, dejando el claro la confidencialidad de la información aportada por ellos y que esta sólo será utilizada para fines de la investigación. Solicitándose expresamente su consentimiento para participar. (Pauta adjunta en Anexo 1).

Criterios de rigor.

Dependencia. Los datos debieron ser revisados por distintos investigadores y estos deben arribar a interpretaciones coherentes, involucra los intentos de los investigadores por capturar las condiciones cambiantes de sus observaciones y del diseño de investigación por lo que puede producir sesgos en la investigación (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010). Para evitar que las creencias y opiniones del investigador interfieran en la interpretación de los datos recolectados, se realizó una pauta de temas a abordar en las entrevistas realizadas, donde se confeccionó una malla temática compuesta por criterios

a consultar, así también los criterios especificados para la elección de los participantes, para así adquirir la información de forma uniforme y ordenada.

Credibilidad. Según Hernández et al (2010), se refiere si el investigador ha captado el significado completo y profundo de las experiencias de los participantes. Para evitar que las creencias y opiniones del investigador afecten la claridad de las interpretaciones de los datos se realizó una pauta de temas a abordar en las entrevistas realizadas, en donde se confeccionó una malla temática compuesta por tópicos a consultar, así también los criterios especificados para la elección de los participantes, para así adquirir la información, la entrevista se llevó a cabo de forma personal (un entrevistado y un entrevistador), la que fue grabada con un artefacto electrónico administrado por el entrevistador, permitiendo un posterior análisis de la entrevista.

Confirmación. Criterio cualitativo que vela por que los resultados (interpretaciones) sean confirmados, como también la coherencia interna de los datos y las interpretaciones realizadas. (Bertomeu, 2009). La confirmación fue lograda a través de la triangulación de análisis de la información recolectada en las entrevistas por las investigadoras primeramente analizadas de forma independiente y luego se programaron sesiones con el fin de realizar una conclusión confirmando el análisis realizado por cada una de las investigadoras, esto permitió minimizar los sesgos y tendencias que pueda tener el investigador.

CAPITULO IV
PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

De la muestra y variables de estudio

El análisis de las entrevistas realizadas a los A.M. objetos de estudio, nació a partir de las preguntas de investigación y los objetivos planteados en el comienzo de la tesis. Para ello, fue elaborada una pauta temática con la finalidad de interpretar y comprender cada uno de los discursos desarrollados por los A.M. entrevistados, respecto a sus experiencias personales en cuanto al proceso de jubilación, vista desde tres grandes aristas; relaciones interpersonales, proceso de reestructuración económica y finalmente sobre sus respectivos proyectos de vida.

Esta interpretación, se realizó a partir de las narraciones entregadas por cada uno de los participantes, dando énfasis a las temáticas planteadas a continuación que dan respuesta a los objetivos propuestos al inicio de este estudio.

Relaciones interpersonales.

SUB-TÓPICO 1.1 "Aspectos de la dinámica familiar":

Frente a los aspectos de la dinámica familiar obtenidos a través de la aplicación de las entrevistas en profundidad con la población Adulto Mayor, se debe comprender que la mayoría de los A.M. se encuentran insertos en la etapa del ciclo de vida familiar del "nido vacío", encontrando como característica principal hogares unipersonal en estado de viudez o viviendo con sus respectivos cónyuges, enfrentando esta etapa con tranquilidad considerando que sus hijos han formado sus respectivas familias, encontrando opiniones tales como: *"…la relación con mi hijo es perfecta, nunca he tenido problemas con él, primero vivió conmigo y después cuando se casó se fue pero es como si no se hubiera ido de mi casa…"* (Sujeto N°3, 69 años, género femenino). Respecto a la comunicación que mantienen los A.M. con sus hijos se obtiene que estos no han visualizado cambios significados en su relación, en donde la mayoría de los A.M. concuerdan en que sus relaciones familiares de cierta manera se vieron favorecidas y fortalecidas, como consecuencia de la jubilación, toda vez que dicha situación les permitiría contar con mayor disponibilidad de tiempo libre, asignando un valor agregado a pasar más tiempo con sus respectivos seres queridos y sobre todo disfrutar durante esta etapa de los nietos, encontrándose opiniones como:*"… ahora compartimos mucho más…tenemos más tiempo para disfrutar la vida, con los nietos…somos más cercanos"* (Sujeto N°2, 73 años género masculino), Así también lo relata el Sujeto N°7, 63 años género femenino *"…la relación con mi hija no ha cambiado para nada…siempre nuestra relación ha sido buena, bien cercana y unidas…"*. Del mismo modo, los relatos de los A.M. respecto al subsistema conyugal expresan que la relación de pareja ha mejorado,

destacando una mejora significativa en el proceso de comunicación, encontrándose opiniones tales como: *"…ha sido mejor porque cuando uno trabaja la comunicación no es la misma, uno viene por entrá' y salida y cansado en cambio hoy en día pasamos más tiempo juntos… hay más confianza y eso cambia después de que uno jubilada…porque uno para más en la casa…"* (Sujeto N°2, 73 años género masculino).

Ahora bien, en contra-oposición a lo relatado con anterioridad, existen una minoría de A.M. principalmente del género masculino que con el trascurso del tiempo visualizaron efectos negativos y descontento con la jubilación asumiendo sentimientos de frustración lo que se refleja en cambios de humor, mayor irritabilidad y conflictividad conyugal ligado a la desocupación laboral. Así lo relata el Sujeto N° 10, 74 años, género, masculino refiriendo: *"De primera bien, ósea la relación con mi señora mejoró; pasábamos más tiempo juntos, pero a medida que uno va envejeciendo se va poniendo más idiota y más insoportable, a veces sentía que a mi señora le incomodaba mi presencia en la casa… me decía que me echaba todo el día a ver tele y yo le decía que era para descansar…"*

Frente a los roles en el sistema familiar, existe una marcada diferencia entre en género masculino y femenino, puesto que mientras la mujer durante la jubilación continúa realizando actividades domésticas el hombre al desligarse de un trabajo activo se ve enfrentado a realizar actividades de ocio y tiempo libre. Generalmente, los relatos de los A.M. hombres ponen de manifiesto realizar actividades fuera del hogar, así lo refiere el Sujeto N°10, 74 años, género masculino *"… a mi señora le incomoda mi presencia en la casa, me decía que me echaba todo el día a ver tele y yo le decía que era para descansar…al final me di cuenta que no podía estar siempre echado en el sillón sin hacer nada, sólo me marchitaba de apoco, así que empecé a trabajar en mi parcelita y ahora me mantengo ocupado en eso…"* de la misma manera relata el Sujeto N°6, 69 años género masculino *"…tengo un tallercito donde me entretengo, además tengo una casa bastante grande que la mantengo con labores de jardinería…"*

SUB-TÓPICO 1.2. "Comunicación y vínculo con grupo de pares"

Ahora bien, los Adultos Mayores entrevistados concuerdan en su gran mayoría, en que la relación con su grupo de pares durante esta etapa de vida, se encuentra relativamente disminuida y limitada, ocasionado principalmente a priorizar mayor tiempo al vínculo familiar: *"…a medida que uno va madurando se va inclinando más hacia la familia y existen otras prioridades…*" (Sujeto N°1, 68 años, género masculino), *"no, amigos ya no señorita, a esta edad solo queda la familia..."* (Sujeto N° 10, 74 años género masculino), en otros casos motivado a las distintas enfermedades y patologías desarrolladas durante esta etapa de la vida, las cuales van limitando finalmente su participación social. Mientras que por otro lado, un número importante de entrevistados asocian la pérdida de comunicación

y participación con su grupo de pares, a la inactividad laboral o pérdida del trabajo, así lo relata el Sujeto N° 10, 74 años, género masculino: *"…antes cuando trabajaba tenía amigos en el trabajo pero uno es hombre y si no lo ve en trabajo no me voy a estar juntándome con él, se vería raro (ríe), pero uno está viejo ya, sólo se limita a la casa…"*

La mayoría de los relatos de los A.M. jubilados señalan que se comunican principalmente con su grupo de pares integrado por vecinos(as) de su sector, personas de grupos de adultos mayores en los que participan, pero generalmente con personas que se encuentran en su mismo ciclo vital, debido a intereses en común entre sí, tal como lo señala el Sujeto N°2, 73 años, género masculino *"…en el entorno en que no me muevo también hay gente jubilada, mis amigos, mi señora, todos vamos avanzamos de la misma manera y por eso vamos enfrentando situaciones parecidas…" ;* Sujeto N°8, 62 años, género femenino: *"me gusta conversar con mi vecina porque hablamos sobre las plantas y me dan semillas para plantar en mi huerta…"*

Otro punto importante a destacar es la participación creciente de los jubilados en los diversos grupos de Adultos Mayores existentes en la ciudad de Chillán, en el cual se observa en variados casos una participación activa, pero con la limitación de los respectivos recursos económicos, haciendo referencia a que si no estuviesen tan limitados en dinero la participación sería mucho mayor: *"No es que a uno no le guste, pasa que al club que usted se meta, tiene que tener dinero, sea para una u otra cosa.."*(Sujeto N° 8, 62 años, género femenino).

SUB-TÓPICO 1.3. "Participación social, auto-percepción con la sociedad"

Desde el relato de los mismos entrevistados, existe una prevalencia de participación social de los A.M. jubilados, en su mayoría grupos de adultos mayores pertenecientes a sus respectivos Centros de Salud Familiar, como también grupos conformados por Iglesias Católicas y Evangélicas, a raíz del tiempo libre que disponen para realizar actividades de índole comunitario. Un bajo número de A.M. entrevistados refirió participar de organizaciones territoriales como junta de vecino de su sector, orientados a intervenir problemáticas y necesidades que se generen en su comunidad, así refiere el Sujeto N°4, 72 años, género femenino: *"…yo participo en la junta de vecino mi población…me gusta porque hemos postulado a proyectos y porque se puede ayudar a alguien, porque uno no sabe la necesidad que puede estar pasando otra persona…"*

Respecto a la participación se identifica una diferencia de género, en las mujeres entrevistadas inciden como factores motivacionales la convivencia, el sentido de pertenencia, el participar de actividades sociales, así como también el compartir intereses en común con otras mujeres que favorecen a su bienestar, así lo relata el Sujeto N°4, 72 años, género femenino: *"…me motiva de que compartimos y todas somos hábil para conversar y eso a una le distrae mucho. También este en un*

grupo de taller y eso me sirve porque todas son muy guenas´ y todas comprensivas. A mi me gusta participar porque interactúo con otras personas…", del mismo modo, el realizar actividades de beneficencia así lo manifiesta el Sujeto N° 5, 68 años, género femenino: *"… en el otro grupo de mi iglesia es bueno visitar, porque a veces hay personas enfermas y eso es una satisfacción del alma que uno siente al ir a llevar un mensaje de esperanza…"*

Mientras que los hombres se limitan a las actividades sociales refiriendo sentirse incomodos, afirmando que prefieren estar en casa junto a su familia, así lo manifiesta el Sujeto N°3,69 años, género femenino: *"…no me gustan los grupos...esos son para mujeres, van a puro copuchar, prefiero estar con mi familia o haciendo cosas que me sienta útil…",* Sujeto N°11, 67 años, género masculino: *":..la explicación muy simple, resulta que se junta los adultos mayores y se conocen hasta los remedios y las enfermedades unos con otros…para a ir a enfermarme yo prefiero estar solo, dicen que te recomiendan un remedio que este aquí y este allá, por eso no, más me aviejan'…"*

De la mayoría de los informantes, opiniones minoritarias señalaron la falta de participación en actividades sociales y/o grupos de adultos mayores, motivado principalmente a factores de salud y factores económicos, situación que genera sentimientos de tristeza y frustración al no poder cubrir los gastos asociados a las distintas actividades desarrolladas en los distintos grupos sociales, ocasionado por los bajos ingresos percibidos durante la jubilación, *"…voy a un club de adulto mayor pero eso es más frustrante y triste aún porque el año pasado fuimos al sur por una semana fue una experiencia muy hermosa pero para poder ir con mi señora tuve que pedir un préstamo de 180 mil porque teníamos que pagar $80 mil cada uno y eso cubría todo, la estadía la comida todo, pero igual hay que llevar más porque uno siempre se entusiasma con alguna cosita, pedí el préstamo a la caja de compensación y me descuentan 20 mil mensual y este año querían salir de nuevo pero yo aún sigo pagando el préstamo y aunque tenga todas las ganas no podré porque no me da la pensión ...*".(Sujeto N°10, 74 años, género masculino).

En lo que respecta a la autopercepción de los A.M. frente a la sociedad, en su totalidad los entrevistados manifestaron sentimientos de inferioridad y despreocupación de las personas hacia los Adultos Mayores. Durante el desarrollo de las entrevistas señalaban que la sociedad los visualiza como sujetos inferiores y que, además, no son amables ni respetan al Adulto Mayor en espacios públicos,…*Siento que el adulto mayor está descuidado. En las mismas micros yo veo que hay jóvenes; no todos que no dan el asiento. Como también hay adultos mayores que dicen con rabia que le den el asiento…"* (Sujeto N°5, 68 años, género femenino*),* de cierta manera no solamente culpan a la sociedad sino que también señalan que dichas situaciones son producidas ante la actitud que muchos A.M. tienen, aludiendo a ser poco amables y malhumorados con el resto *"…mire, yo creo que esto depende de uno también, porque si usted anda con una actitud dura nadie se va a fijar en la persona,*

mientras que si usted tiene una actitud alegre con una sonrisa no falta quien lo ayuda, todo tiene que ver con la actitud y no necesariamente con la jubilación o con ser adulto mayor…"(Sujeto N°5, 68 años, género femenino).

Además, los A.M. han cambiado la percepción frente a la preocupación del Gobierno de Chile y su interés por este grupo etario del A.M. puesto que manifiestan durante sus relatos que existen programas, y beneficios que antes no existían para el Adulto Mayor, señalando que la baja participación en estos grupos sociales, se debe más a opción personal de las personas y no porque el Estado no les proporcione las oportunidades para ellos, así lo refiere el Sujeto N° 3, 69 años género femenino: *"…La gente no participa porque no quiere participar, no porque no estén los programas".*

Proceso de reestructuración económica.

SUB-TÓPICO 2.1. "Adaptación a una jubilación"

A partir de los relatos obtenidos por los entrevistados, se pudo constatar la similitud de discursos frente a una misma temática referente a la "adaptación a una jubilación". La mayoría de los A.M. tenían la ilusión de una etapa de descanso, feliz, sin sacrificios laborales y el disponer del tiempo libre para actividades de interés, del cual en un comienzo algunos A.M. disfrutaron, sin embargo, con el trascurso del tiempo comenzaron a aparecer sentimientos de frustración, tristeza y aburrimiento al disponer de tanto tiempo libre, sin programación diaria para sus vidas, así lo menciona el Sujeto N° 2, 73 años, género masculino: *"…pensé que yo jubilando como me contaban yo iba a ser más feliz, iba a salir a distraerme, iba a ser otra vida mejor y esto fue todo lo contrario, y no fue para nada lo que pensaba, porque yo prefiero hasta hoy en día, estar trabajando que jubilado".*

Para poderse adaptarse al proceso de la jubilación, los A.M. concuerdan que tuvieron que reducir los gastos, limitándose únicamente a los servicios básicos del hogar sin poder acceder a privilegios de los que antes gozaban *"... Con mi esposa íbamos para El Carmen con toda la familia, y allá comprábamos corderos y muchas cosas, yo tenía plata en ese tiempo porque trabajaba. Y salíamos todos, pagándole el pasaje a todos. Y ahora ya no se puede. Ahora vivo el día a día. Gracias a Dios mi esposa ha podido saber administrar el dinero, para poder pagar las deudas de la casa: la luz, el agua y la comida…".* (Sujeto N°2, 73 años, género masculino).

Del total de entrevistados, un muy bajo número de personas manifestaron una organización previa a su jubilación, señalando sistema de ahorros y predisposición para lo que significaría un monto inferior al que se estaba acostumbrado, aquello permitió expectativas reales y mayor adaptación al proceso de jubilación: *"Yo me organicé antes de la jubilación porque yo sabía que la jubilación no iba a andar ni cerca de lo que uno ganaba, surgió una herencia de mi papá y compramos una casa, entonces ya no teníamos que hacer el gasto de pagar un arriendo y ahí uno se va adaptando"* (Sujeto

N° 5, 68 años, género femenino), *"…bueno yo analicé todo eso antes, porque la pensión va a hacer poca. Entonces qué paso, compramos una casa y yo iba ahorrando y compré otra casa y esa la arrendamos, entonces por lo menos teníamos otro ingreso, pero tuvimos malos arrendatarios y vendimos la casa y esos ahorros están en el banco y eso nos sirve para emergencias o para remedios. Porque si yo comprara con la jubilación no me alcanzaría..."* (Sujeto N°6, 69 años, género masculino), *"…tuvimos que acostumbraros a lo más baratito nomas, a esperar la atención de médico en el consultorio y a tener lo básico…"* Sujeto N°10, 74 años género masculino.

En otros casos, se encontró una actitud de agradecimiento frente a sus respectivas jubilaciones, dando énfasis a la culminación de una etapa laboralmente activa, constante y sacrificada para muchos Adultos Mayores, con el cumplimiento de logros alcanzados, y de la salud de la cuál disponen para comenzar un proceso de jubilación, dónde muchos de ellos disfrutan de participar y realizar actividades que son de interés; no de índole monetario, pero sí de satisfacción personal, así lo señala Sujeto N°4, 72 años, género femenino: *"…yo creo que hay que saber adaptarse y ser agradecido, uno sabe que las pensiones son bajas y que son pocas las personas que pueden decir que están feliz con la jubilación pero hay tratar de buscar una mejoría y sentirse bien", "...estoy bastante conforme, aunque disminuyó un poco, no fue tan difícil volver a reestructurarme, además tengo unos departamentos arrendados con los que vivo muy bien, siento que me ha cambiado para bien, ahora disfruto las cosas simples de la vida, sin preocupaciones ni horarios, ni todas esas cosas que a uno lo hacen enfermar.."* (Sujeto N°1, 68 años, género masculino).

SUB-TÓPICO 2.2. "Administración de los recursos post- jubilación"

Referente a esta temática, los resultados obtenidos frente a esta interrogante dan cuenta que la gran mayoría de los relatos sostenidos con los A.M. existen una jerarquía de prioridades económicas orientadas a cubrir principalmente las necesidades básicas; *"…mi esposa ha podido saber administrar el dinero, para poder pagar las deudas de la casa: la luz, el agua, antes imagínese un cilindro de gas valía tres mil pesos y ahora 17 mil pesos."* (Sujeto N° 2, 73 años, género masculino), seguidamente los A.M. priorizan los gastos de la alimentación… *"Lo principal es la comida, ahora ya no me puedo dar los gustos que me daba antes..."* (Sujeto N° 9,62 años, género femenino) y finalmente los recursos se orientan a gastos asociados a la salud involucrando tratamientos médicos y farmacológicos como una necesidad primordial que requiere generalmente de una fuerte inversión económica que incitan a los A.M. a depender del sistema público considerando al sistema de salud privado inalcanzable para ellos, *"…alcanza sólo para lo básico, los sueños que siempre tuvimos de viajar y darnos gustos no se puede, si con la luz, el agua, la comida, los remedios se va la plata, y la salud privada es muy cara, por esos*

debemos atendernos en los consultorios y esperar largas horas..”.(Sujeto N° 6, 69 años, género femenino).

Muchos A.M. a pesar de manifestar una pensión muy por debajo de lo que estaban acostumbrados a generar durante su proceso laboral, mantienen un sistema de ahorro con su pensión obtenida mensualmente, lo que les permite disponer del dinero en circunstancias de emergencias principalmente ocasionado a problemáticas de salud: *“…Siempre gasto una parte de mi sueldo y el resto lo voy guardando… porque uno no sabe lo que viene más adelante; como una enfermedad”* (Sujeto N° 1, 68 años, género masculino)

Sin embargo, un bajo número de A.M. señalaron que su pensión no les permite cubrir sus necesidades básicas mensuales, debiendo acudir a préstamos en entidades comerciales o a familiares para poder cubrirlas, existiendo endeudamiento por parte de los A.M. jubilados, motivado según refieren ellos, a la falta de organización previa a la jubilación, y a problemas de salud que tienen un alto costo monetario. *“…a veces cuando no nos alcanza el dinero le pedimos prestado a mi hija y al mes siguiente se la devolvemos o debemos comprar con la tarjeta cosas de comida…”* (Sujeto N°2,73 años, género masculino).

Además, una gran parte de A.M. entrevistados señalan no disponer de dinero para espacio de distracción o salidas familiares, generando aislamiento y baja participación social en el entorno familiar y en la misma sociedad. Un número muy bajo de entrevistados señalaron que aún mantenían salidas familiares, pero con una frecuencia mucho menor que cuando disponían de un trabajo activo: *… “Bueno, nosotros cuando trabajamos nos dábamos el gusto de salir a comer, a pasear y ahora no se puede con tanta frecuenta pero si lo podemos hacer…”* (Sujeto N°5, 68 años, género femenino).

SUB-TÓPICO 2.3. “Necesidades pre y post-jubilación, significados asociados a la calidad de vida post jubilación”

A partir de las experiencias recopiladas de los A.M. jubilados entrevistados, se obtiene que las necesidades previas a la jubilación suelen ser principalmente las salidas recreacionales, brindar el respectivo tiempo a el fortalecimiento del vínculo familiar, el éxito laboral a fin de adquirir bienes materiales que les proporcionen acceder a una mejor calidad vida según la percepción subjetiva de los entrevistados, así lo señala el Sujeto N°11, 67 años, género masculino*:“…antes yo trabajaba mucho para ganar más dinero y poder comprar cosas materiales porque cuando uno se casa debe comenzar de cero y mi prioridad era tener una casa, pagar las cuentas…también, poder cambiar el auto, entregarles a mis hijos lo que necesiten…esas eran mis necesidades…”.*

Otros entrevistados relataron una planificación previa a la Jubilación, refiriendo una vida dedicada al trabajo a fin de generar ingresos mensuales que permitan mantener un ahorro significativo post-

jubilación, entendiendo desde antes, que los ingresos son relativamente inferiores a los obtenidos durante la actividad laboral: *"…Trabajé y supe organizar mi dinero… Yo voy guardando en un fondo, y cuando necesito voy sacando de ese ahorro".* (Sujeto N° 4, 72 años género femenino).

Frente a las necesidades post- jubilación, en su mayoría los relatos coinciden en la importancia de cubrir las necesidades básicas de sus respectivos subsistemas familiares, reconociendo un cambio significativo en los ingresos económicos, dando prioridad a satisfacer las necesidades alimentarias y de Salud, entendiendo que durante esta etapa de la vida aumentan significativamente los gastos médicos ocasionados por las distintas enfermedades y patologías presentes en la población Adulto Mayor: *"…la salud es lo principal, porque si uno no tiene salud no puede hacer nada*".(Sujeto N°4, 72 años, género femenino), *"Ahora yo pienso que lo más importante es la salud, y la familia porque lo material pasa a segundo plano… ahora la prioridad es vivir el día a día, tener para comer y pagar mis cuentas; no alcanza para más…"*(Sujeto N°5, 68 años, género femenino).

Intereses y expectativas de vida.

SUB-TÓPICO 3.1. "Ocupación del tiempo libre, rutina diaria y actividades"

En las diversas entrevistas sostenidas con la población Adulto Mayor, gran parte de la muestra concuerdan en la gran disponibilidad de tiempo libre que genera la jubilación, esto causado en su gran mayoría a que muchos utilizan la jubilación como única fuente de ingreso durante su proceso de envejecimiento.

En este sentido, refieren como rutina diaria de rigor, el hecho de acotar la jornada diaria, comenzando con el suministro de medicamentos derivado de las diversas enfermedades que mantienen la mayoría de los A.M., generando un cambio significativo después de una vida laboralmente activa marcada por horarios de trabajos establecidos. Así lo señala en Sujeto N°3, 69 años, género femenino: *"...yo me levanto no más de las 10 de la mañana, tomo mi desayuno y mis remedios para empezar el día, para la hipertensión y para la glicemia. El anapril y una aspirina y después a medio día una tableta para el azúcar. Después vengo a yoga a las 10 de la mañana una hora...", "…me acuesto temprano porque ya no hay nada más que hacer y no me gusta ver televisión…"* (Sujeto N°6, 69 años, género masculino).

También se obtiene, el valor que agregan a disfrutar tiempo con sus familias y a la necesidad de mantenerse activos en su contexto domiciliario refiriendo: *"Porque uno a estado acostumbrado a trabajar toda su vida y no se haya desocupado, si bien al momento de jubilar uno lo único que quiere es descansar, después uno se aburre…"* (Sujeto N°10, 74 años, género masculino). En este sentido, la ocupación del tiempo libre es destinada en el género femenino a las labores domésticas y talleres de recreación *"...yo hago todo lo de la casa, hago el aseo, el almuerzo, después veo a mis gallinas, voy a*

la huerta…ahora lo hago menos que antes por la salud, pero me encanta estar en mi casa..." (Sujeto N°6, 69 años, género masculino). No obstante, en el caso de los hombres, dedican la parte de su rutina diaria a descansar y a realizar actividades de ocio *"…me gusta salir a la calle y mirar a la gente que pasa, no falta vecino que me habla, me siento, doy vueltas y en eso se me pasa el día..."* (Sujeto N°2, 73 años, género masculino).

En su minoría se obtiene, la participación limitada del Adulto Mayor en actividades diarias y de esparcimiento con su grupo de pares, motivado a un deterioro del estado de salud en general de esta población, siendo éste un motivo de preocupación diaria integrado como parte de su rutina, implicando el consumo de fármacos y controles, como es el caso del Sujeto N° 2, 73 años, género masculino, quien refiere: … *"Lo único que hago es ir a terapias de kinesiólogo… porque mi pierna que me operaron se me adormece y me complica para hacer actividades o simplemente salir".*

Por otro lado, una gran cantidad de adultos mayores indican estar trabajando, o haber trabajado al menos una vez luego de haber jubilado, esto explican ellos, para sentirse útiles y ocupados durante este periodo junto a los bajos ingreso obtenidos en sus pensiones; así lo destaca el Sujeto N° 11, 67 años, género masculino: *"… si hubiese estado desocupado me hubiese muerto hace rato, además que la jubilación es muy poca, uno no alcanza a vivir plenamente con eso".*

SUB-TÓPICO 3.2. "Fortalezas internas o externas frente a la jubilación"

En relación con este tópico, en su gran mayoría los Adultos mayores concuerdan en que una de las principales fortalezas que tiene la Jubilación es la disposición del tiempo libre, en donde la participación en actividades de índole religioso, social (beneficencia) y familiar, cobran un valor fundamental durante esta etapa de la vida. Así lo menciona el Sujeto N° 3, 69 años, género femenino:…*"uno se siente bien con su familia cerca, tengo hermanas que están pendiente de mí, que me llaman para saber cómo estoy, entonces esa conexión que hay con la familia cercana es muy satisfactoria para uno"* complementario a ello, algunas personas entrevistadas identifican como fortaleza su fe espiritual tal como lo relata el Sujeto N°5, 68 años, género femenino: *"…Mi fe es mi fortaleza para sentirme bien también y es lo más importante, Dios renueva mis fuerzas…".*

En contra oposición, un número igualitario de sujetos refieren durante esta interrogante, que no rescatan ninguna fortaleza durante este periodo, haciendo alusión a un estado de inactividad laboral que conlleva consigo la jubilación, sintiéndose como sujetos carentes de energías, sin distracciones e inclusive inservibles según lo refiere el Sujeto N° 9, 62 años, género femenino… *"No, yo nada, estoy totalmente inservible, mi condición de salud no me permite trabajar",* dando cuenta que la pérdida del trabajo afecta su situación de vida actual ya sea de forma económica como de ocupación del tiempo

libre… *"uno debe estar preocupada de algo, la mete ocupada se mantiene joven"* (Sujeto N° 10, 74 años, género masculino).

Por otro lado, un número menor considera que la jubilación entrega oportunidades ofreciendo beneficios de los cuales no podían gozar con anterioridad, destacando la posibilidad de viajar ya sea de forma autónoma, como a través de los distintos programas estatales diseñados por el Gobierno, que fomentan la actividad y participación del Adulto Mayor durante esta etapa de vida. Así también destacan las distintas prestaciones de Salud a las cuales pueden acceder de forma gratuita, las cuales son garantizadas a través del plan de salud GES. *"...tengo cáncer y por estar jubilada tengo auge y de eso estoy agradecida, porque me revisan, porque me dan la droga que tengo que tomarme todos los días durante 10 años, todo lo que es ecografía, mamografía, todo eso me sale gratis, si las cosas buenas hay que reconocerlas…"* (Sujeto N° 8, 62 años, género femenino).

SUB-TÓPICO 3.3. "Motivaciones e intereses como recurso para el bienestar en la jubilación".

En este tópico, se observa una marcada trascendencia a considerar como una de las principales motivaciones durante este periodo, al vínculo familiar. La gran mayoría refieren que lo más importantes para ellos, es la cercanía con sus seres queridos, en especial el hecho de ver crecer a sus nietos configurándose como uno de los procesos más significativos durante este periodo, refiriendo… *"Mi familia, mis hijos y mis nietos, quiero verlos crecer, que sean personas de bien; eso es lo que me motiva".* (Sujeto N°10, 74 años, género masculino), así también el Sujeto N° 6, 69 años, género masculino, refiere que sus principales motivaciones son *"mis hijos… Yo daría todo por ellos".* Opiniones repetidas en la mayoría de los entrevistados, destacando el valor que se le asigna a la familia durante este proceso, después de pasar una vida laboralmente activa en la que muchas veces eran limitados los encuentros familiares y la disposición del tiempo libre para este cometido.

En su número menor, algunos adultos mayores le asignan valor al bienestar y calidad de vida durante esta etapa, en la que priorizan el vivir cómodamente junto a la satisfacción de sus necesidades básicas. *"...me motiva el vivir tranquila, que no me falta nada lograr algunas cosas como arreglar mi casita…"* (Sujeto N°7, 63 años, género femenino).

SUB-TÓPICO 3.4. "Proyecto de vida y actitud hacia el futuro".

En relación al proyecto de vida de la población Adulto Mayor entrevistada, surgen distintas opiniones referente a una misma temática, toda vez que algunos de los participantes refieren como meta, alcanzar cierto grado de bienestar durante su proceso de envejecimiento, enmarcado en gran medida a mejorar las condiciones de habitabilidad de sus viviendas, con la finalidad de vivir en forma cómoda durante este proceso, viajar y conocer lugares nuevos que en su momento vieron impedido

por la falta de tiempo *":.. a mí me gustaría terminar de arreglar mi casa, dejarla más bonita…ese sería mi sueño…"* (Sujeto N°2, 73 años género masculino), *"bueno mi proyecto a futuro es seguir viajando mientras el cuerpo y la plata me acompañe...*" (Sujeto N°1, 68 años, género masculino). Mientras que otros A.M. se encuentran limitados motivado a la falta de recursos económicos post jubilación (ingresos bajos) y a la respectiva condición de salud del entrevistado, entendiendo que cada organismo se va deteriorando poco a poco, aumentando los gastos en medicamentos y consultas médicas, por lo que sólo se proyectan en vivir el día a día y disfrutar mientras les sea posible y dentro de lo que ellos puedan acceder. Así lo refiere el Sujeto N°11, 67 años, género masculino: *…"A esta altura empiezan los achaques, cada día hay que gastar más plata en remedios, controlar la presión. Solo darme ciertos gustos y uno de ellos podría ser viajar...",…a mi lo único que me motiva es pensar que Dios me tiene destinado hasta cierto tiempo, entre medio es problema mío entretenerme, mientras tanto viviré el día a día, mañana no sé…además, no hay plata para más…"* (Sujeto N°12, 76 años, género masculino). Así mismo, algunos relatos hacen alusión al proceso de muerte *"...Lo que yo quiero a futuro es comprarme un pedazo de terreno en el cementerio. Tener donde descansar mis huesos, eso quiero. Algo propio, no que me estén prestando y eso espero hacerlo con mi jubilación. Y desde que estoy yendo al cementerio es hace artos días. Pero, quiero comprarlo…"* (Sujeto N°6, 69 años, género masculino).

Para los Adultos Mayores jubilados, es imprescindible contar con una condición óptima de salud hasta el último día de sus vidas, como uno de los hechos más anhelado durante este proceso, a fin de vivir en forma tranquila, disfrutando de todo lo conseguido y logrado con su propio esfuerzo a lo largo de sus vidas *"...a estas alturas deseo vivir tranquila, como estoy viviendo, he cumplido todos mis sueños, estoy conforme con lo logrado hasta hoy…"* (Sujeto N°3, 69 años, género femenino).

CAPÍTULO V
DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

En este capítulo se devela información relevante frente a los planteamientos de las teorías expuestas al inicio de la investigación, sobre los principales resultados obtenidos a través de las entrevistas aplicadas a la población Adulto Mayor objeto de estudio, desde donde dicho análisis permitió describir y analizar dichos supuestos, con el objetivo de generar nuevos conocimientos y/o reafirmar a través de la investigación las teorías replanteadas a continuación:

A partir de las respuestas entregadas por los A.M. entrevistados en los temas investigados permitieron apreciar claramente algunos cambios físicos y/o cognitivos que han enfrentado propiamente vinculado a la etapa en que se encuentran; tales como, la alteración del sueño y cambios en la rapidez psicomotora volviéndose más lentos al caminar, siendo estos, factores señalados desde la perspectiva de la teoría del ciclo vital de Erikson (1982), estrechamente vinculado con el estudio *diagnóstico de la situación económica y social de los adultos mayores* realizado por el Ministerio de Planificación (2007), lo que significa que el envejecimiento es un proceso fisiológico normal e irreversible asociados a una etapa con cambios que son innegables.

Así mismo, como lo respalda Erikson, en su mayoría los A.M. enfrentan nuevos desafíos que pueden ser tanto positivos y negativos según como hayan experimentado su historia de vida, así también lo refiere el estudio *jubilación y calidad de vida en la edad adulta mayor* desarrollado por Alpízar (2011), señalando que durante el envejecimiento existen una serie de cambios, tales como en la personalidad, en aspectos sociales, y adaptación de la persona con el entorno, donde cada A.M. lo experimentará de maneras diferentes conforme al transcurso del tiempo.

Se observa en los relatos recopilados la existencia de A.M. que han replanteado su vida con éxito, aludiendo a sentimientos de conformidad, satisfacción y tranquilidad con los logros alcanzados en etapas anteriores a la jubilación, basado en la integridad, tal y como lo explica Erikson, que en la medida que las personas visualicen los fracasos y éxitos como parte del crecimiento, podrán acceder a dicha etapa con aceptación hacia ellos mismos respecto a las experiencias que han tenido a lo largo de su vida. De manera contraria, existen A.M. que perciben la falta de aceptación con dicha etapa, puesto que durante las entrevistas indicaron desconformidad y frustración al no alcanzar logros deseados durante la adolescencia y adultez, desencadenando sentimientos de rechazo con la nueva etapa del ciclo vital, reflejando una crisis en el Adulto Mayor entre la integridad y desesperación.

Complementario a lo anterior, se aprecia una actitud positiva que un amplio número de A.M. tiene frente a los desafíos de esta etapa, denominado por la teoría del ciclo de vida como “el amor post narcisista”, con un importante valor hacia la percepción que tienen de la vida, considerándose personas

valiosas, el cual dichos sentimientos permiten ser una oportunidad para los entrevistados basado en el interés por la participación social con el entorno en diferentes grupos de adultos mayores y otras organizaciones comunitarias, donde en controversia, aquellos entrevistados que presentaban desinterés por la participación con el entorno, se observó la falta del amor post narcisista, desencadenando una actitud negativa y de rechazo que naturalmente no se direccionan ni favorecen la participación social, existiendo en esta muestra personas sin interés a la convivencia con los demás, donde la teoría de acuerdo a Erikson, contempla claramente aspectos de pérdida y una manera de envejecer marcada por el aislamiento y estancamiento.

En relación con la teoría de la desvinculación del desapego propuesta por Cumming (2009), para efectos de esta investigación, se obtienen distintos relatos y puntos de vista del entrevistado referente a un mismo fenómeno, en donde en su gran mayoría asocian esta desvinculación o distanciamiento con el entorno social a tres significativas causas. En primer lugar, a la priorización del tiempo libre durante la jubilación al fortalecimiento del vínculo familiar, entendiendo que durante esta etapa; el poder gozar y disfrutar de aquellas personas significativamente importantes en la vida del A.M. es considerado para esta población como una característica propia y compartida por su gran mayoría. Otra situación que genera este fenómeno se encuentra orientado al desarrollo de múltiples patologías de salud durante el transcurso de los años, acentuándose en esta etapa de la vida, lo que según la percepción misma de los A.M. generaría una limitación propia de participar en actividades de índole social. Finalmente, la inactividad laboral y/o pérdida del trabajo durante el periodo de jubilación, se encuentra asociado considerablemente a la pérdida de un rol social, en donde el individuo que antes desarrollaba una serie de actividades cotidianas y sociales que le permitían sentirse útil dentro de su contexto social, ahora ve impedido y limitado a causa de la jubilación.

Este distanciamiento de la vida social según la teoría no es sólo individual (propio del adulto mayor), sino no más bien "reciproco y colectivo" entendiendo que el actual modelo económico privilegia al ser humano por su capacidad productiva, impactando negativamente la visión que tiene la sociedad respecto del Adulto Mayor; en dónde jubilación es sinónimo de vejez, enfermedad y pasividad afectando considerablemente el proceso normal de envejecimiento de esta población que en su gran mayoría se mantiene activa. Ahora bien, desde otra perspectiva los A.M. explican que no es solo la visión que tiene la sociedad frente a su condición la que provoca este distanciamiento social, sino más bien es la actitud que tiene el Adulto Mayor hacia la vida, en donde refieren muchas veces ser ellos los culpables del distanciamiento y/o desvinculación de su contexto social.

Según Cumming (2009), "la vejez es un proceso de desvinculación gradual y voluntaria del interés por desempeñar algunos roles" (p. 9), en este sentido se vuelve interesante contrastar que para la mayoría de los entrevistados del género masculino; la pérdida de la actividad laboral significaría una

disminución importante de los contactos sociales durante esta etapa de la vida. No así para el género femenino, quienes generalmente cumplen una multiplicidad de roles, destacando la ocupación de las labores domésticas en el contexto domiciliario, la cual no registraría variaciones posteriores al proceso de jubilación, encontrándose como resultado importante durante esta investigación la participación social activa de las entrevistadas en todo tipo de actividades comunitarias y de interés, asociado en su gran mayoría a un proceso de adaptación satisfactorio.

Según la información entregada por los A.M. entrevistados, se puede asociar con la Teoría de la Actividad, esto pues, por la idea central de cuantas más actividades haya realizado una persona, más satisfecho se encontrará con la vida y también junto con ello sobrellevar el exceso de tiempo libre que en esta etapa de la vida se enfrenta.

Por lo anterior, es importante mencionar que las respuestas que entregaron los A.M. jubilados fueron variadas, por lo que algunas de ellas coincidieron en sentirse felices y plenos en esta etapa de la vida, donde se destaca vivir sin responsabilidad y exigencias propias de la etapa laboral. Muchos de ellos valoran el tiempo libre, levantarse más tarde e imponerse su propio ritmo de vida, reconociendo poder desarrollar diferentes actividades, por mencionar algunas: el poder compartir con la familia, con sus pares en grupos sociales y realizar actividades de beneficencia, tal cual como lo plantea el autor de esta teoría, donde el tiempo libre y el ocio son fortalezas que ofrece la jubilación.

Por otra parte, los resultados arrojados por este estudio concuerdan con lo propuesto por esta teoría dando a conocer que otra parte de los A.M. consultados muestran insatisfacción con la vida, lo que en muchos casos es debido al exceso de tiempo libre y no saber qué hacer en su rutina diaria, no se interesan por participar en actividades sociales y religiosas, por lo que tienden al aislamiento y a percibir la jubilación como algo negativo. Esto, lo explica la teoría de la actividad; señalando que aquellas personas que no planificaron actividades previas a la jubilación generaron sentimientos de insatisfacción y descontento con la vida.

Desde otra perspectiva, los sujetos que dicen no participar o realizar alguna actividad en su rutina diaria identifican como principal causa la falta de recursos económicos, afirmando que se deben restringir y limitar económicamente sin tener la oportunidad de realizar actividades de ocio y participación en grupos funcionales que les den satisfacción a sus vidas. Dicho aspecto es referido por los A.M. entrevistados, sin embargo, no se encuentra mencionado en la teoría de la actividad propuesta por Atchley.

En lo que respecta a la continuidad de una vida laboral hacia la etapa de la jubilación, los entrevistados de este estudio no manifestaron temor, como se observa en lo planteado por Atchley en la Teoría de la continuidad, donde mayormente se visualizaron extractos de relatos basado en expectativas positivas previas al ingresar a la jubilación, que más tarde se transformaron en desencanto

y una realidad que no era lo que esperaban. Sin embargo, un bajo número de entrevistados indicó que, con la jubilación, sobrevino un terrible aburrimiento al disponer de tiempo libre sin actividades y motivaciones para sobrellevar esta etapa, donde la teoría de la continuidad señala que la transición es un proceso normal e interiorizado por el A.M.

Atchley en su Teoría, sostiene que la continuidad permite ser un medio de adaptación en la medida que se mantengan actividades o comportamientos de etapas anteriores previas a la jubilación, lo cual se pudo observar y complementar con el rol que ocupan las mujeres entrevistadas, puesto que la totalidad de relatos señalan mantener actividades propias del hogar siendo una prolongación de funciones no experimentando cambios significativos, contraponiéndose al estudio *retiro laboral y ajuste a la jubilación de hombres y mujeres en la mediana edad* (Cruz, 2011) puesto que en las entrevistas recogidas se pudo conocer que las mujeres presentan una actitud positiva respecto a la continuidad de funciones y cambios en la jubilación en comparación al género masculino, quienes al culminar una rutina laboral sin actividades voluntarias en la jubilación, se produce aburrimiento y actitud negativa que señala el autor y algunos entrevistados.

En los resultados de este estudio, se observa que existen A.M. que mantienen una continuidad interna planteada por el autor, basado en fortalezas tales como el carácter, destrezas, la moral, que son propias de la personalidad de la persona y que favorecen la actitud positiva para hacer frente a la jubilación. Por otro lado, en la teoría se identifica una continuidad con el entorno y los vínculos familiares denominado por el autor como *continuidad externa*, donde la mayoría de los entrevistados han optado por continuar fortaleciendo las relaciones familiares con los hijos, nietos, y el contacto con sus grupos de pares en organizaciones comunitarias, tal y como lo respalda el estudio *afrontar la jubilación* realizado por el autor Escárraga (2004), haciendo referencia que cuanto más apoyo y contacto social mantenga la persona más positiva será su jubilación considerando que no es lo mismo jubilar con apoyo familiar-emocional que sin redes sociales que permitan disminuir las consecuencias negativas del proceso de jubilación.

Por consiguiente, para los adultos mayores entrevistados, las actividades, el vínculo con su familia y la participación, se configura como parte fundamental y relevante para ellos, no precisamente por ser acciones en si misma tal como lo señala Atchley, sino por ser una continuidad de actividades en etapas anteriores. Además, se puede observar, que aquellos adultos mayores que se identificaron activos durante la etapa previa a la jubilación lo han seguido siendo, remplazando la actividad laboral por actividades voluntarias, denominado por la teoría de la continuidad como *ética de la ocupación* asociado a una necesidad de mantenerse ocupados de modo de no sentirse inútiles, razón por la cual se explica que algunos A.M. entrevistados se sientan desesperados al no tener actividades por realizar.

Desde otra perspectiva, de acuerdo con el modelo de adaptación de la jubilación propuesto por Robert Atchley (1989), se identifican 5 grandes etapas durante el proceso de jubilación reconociendo cambios y efectos significativos en la vida del A.M. Respecto a esto y a las entrevistas realizadas, la mayoría de los A.M. ya han enfrentado la etapa de la prejubilación y jubilación planteada por el autor, refiriendo haber experimentado expectativas y fantasías anticipatorias deseadas por el trabajador aún activo con planes y sueños a realizar durante la jubilación, haciendo referencia a disfrutar del tiempo libre, viajar, descansar y estar libre de responsabilidades laborales. En lo que respecta a la jubilación, los A.M entrevistados no asocian la etapa de jubilación con un periodo de euforia, sino más bien se identifican en su gran mayoría con una etapa de continuidad de las actividades de ocio, tiempo libre y descanso producto del abandono de la actividad laboral.

Por otra parte, gran parte de los entrevistados manifestaron sentimientos asociados a la tercera etapa denominada "desencanto" caracterizada por un desengaño, al comprobar que la realidad no corresponde a la fantasía inicial del jubilado. Esto es posible observar en la mayoría de los relatos obtenidos, destacando sentimientos de desilusión y desengaño frente a sus expectativas previas a la jubilación en relación con la realidad en la que se encuentran inmersos en la actualidad, donde los mismos entrevistados expresan monotonía y aburrimiento en sus rutinas diarias ligado al tiempo libre, condición económica y de salud que les limita su participación encarecidamente en su entorno social.

Posteriormente, según el autor se identifica una etapa de reorientación y estabilidad siendo esta última muy característica de un número reducido de A.M. entrevistados, en donde se obtiene desde sus propios relatos cierta acomodación y ajuste a su rol de jubilado, estabilizando sus emociones y rutinas diarias, donde la reorganización de sus propios recursos les permite mantener sus necesidades básicas cubiertas, seguido de una planificación de actividades de ocio en sus domicilios, permitiendo mantenerse activos y ocupados durante dicho proceso, así como también la participación en grupos sociales de interés para esta población.

Conclusiones generales

La investigación realizada surgió a partir de la necesidad de conocer los cambios producidos en la transición laboral activa hacia la jubilación en Adultos Mayores residentes en la Ciudad de Chillán, donde en base a los resultados expuestos por los entrevistados, se buscó dar respuesta a los objetivos de la investigación apreciando los efectos que inciden en el proceso de jubilación.

El vertiginoso incremento de la población A.M en Chile, genera preocupación y materia de análisis profesional, frente a lo que muchos identifican como la contingencia nacional actual, entendiendo que durante esta etapa de la vida se identifica una multiplicidad de cambios que pueden ser percibidos ya sea de forma positiva o negativa, según la actitud que adopte la persona A.M.

Posterior al proceso de Jubilación y frente a los principales cambios asociados a la dinámica familiar, se obtiene un mayor número de adultos mayores que coinciden en que dicho proceso impactó de forma positiva sus vidas, reconociendo un fortalecimiento de la comunicación y vínculo familiar a causa de la disposición del tiempo libre con el que cuenta el Jubilado, entendiendo que durante la etapa laboralmente activa de los individuos, es relativamente limitado el tiempo que se dedica y proporciona al ámbito familiar, cobrando un real sentido para los A.M. jubilados en la actualidad, disfrutar de aquellas personas significativamente importantes que se constituyen dentro de su sistema familiar, fortaleciendo el sentimiento de confianza y amor conyugal, realizando actividades ahora compartidas junto a la pareja. Ahora bien, entendiendo la multiplicidad de relatos obtenidos frente a un mismo fenómeno, se puede apreciar la existencia de una postura opuesta a la referida con anterioridad, en donde la mayor parte de los hogares constituidos por A.M. se caracterizan por ser unipersonales o conformado por ambos cónyuges, sin la presencia activa de los hijos, tal cual lo describe Erikson en su teoría del ciclo familiar, siendo relativamente dificultoso lograr esta vinculación familiar en el caso de aquellos adultos mayores que se encuentran viviendo solos, en dónde la carencia de apoyo familiar impacta negativamente en el proceso de adaptación a su jubilación. Se identifica entonces que aquellos A.M. que cuentan con una participación dentro de su sistema familiar logran acomodarse y adaptarse con mayor facilidad a su vida como jubilado, identificando este proceso de forma positiva a diferencia de aquellos que no cuentan con este importante apoyo familiar.

Desde otra perspectiva, se obtiene que la participación limitada de la población A.M en su contexto social, se asocia a múltiples factores que van desde su propia actitud como Adultos Mayores jubilados, quienes durante este proceso tienden a una introspección de lo que ha sido de sus vidas, prestando mayor importancia a su mundo interior, generando finalmente una barrera que limita gradualmente su participación en su contexto social. Esta desvinculación, en la mayoría de los casos también es asociada a la pérdida de la actividad laboral, siendo ésta mayoritariamente nociva en el género masculino, quienes según lo expresado en las entrevistas serían los que más se restringen de participar en actividades de índole social post- jubilación. Así también, considerando los cambios físicos y cognitivos propios de esta etapa, la salud se vuelve un determinante al momento de lidiar con múltiples enfermedades, siendo esta una de las principales causas de la desvinculación social, combinada en su gran mayoría a los bajos ingresos de sus respectivas jubilaciones, generando sentimientos de frustración y temor en los individuos que desembocan finalmente en un aislamiento y desvinculación del mundo social.

Desde otro análisis referente a los cambios que enfrentan los participantes de este estudio asociado a la restructuración económica que mantienen los A.M. frente al proceso adaptativo, partiendo de la base del modelo de adaptación de Atchley, se hace referencia que la adaptación a una pensión no es un

proceso automático, sino más bien gradual, donde la duración de cada fase no es igual en todos las personas, como también no todos los A.M. van a vivir las fases en el orden que plantea Atchley, el tiempo que tarde un A.M. para adaptarse varía de acuerdo a la experiencia individual y familiar que se mantenga, existen muchos entrevistados que de manera óptima han logrado adaptarse, generalmente cuando en etapas anteriores ha existido una planificación económica previa de acuerdo las necesidades que requieran, el cual al ingresar a la jubilación existe una continuidad funcional familiar de organización de los recursos, recurriendo a cambios para lograr ajustarse y funcionar, como por ejemplo, la reducción de los gastos, una jerarquización de necesidades; limitación exclusivamente a la satisfacción de las servicios básicos, identificando mayor adaptación y conformidad con la pensión.

En controversia, en aquellos A.M. que no existe una planificación económica se observó que experimentan insatisfacción y sentimientos negativos con la etapa de la jubilación, producto de recurrir al endeudamiento en entidades comerciales o préstamos a familiares para poder cubrir sus necesidades, ocasionando dificultades para organizarse, requiriendo mayor tiempo para el proceso de adaptación. De manera general, en la sociedad se puede observar que existen más A.M. insatisfechos que conformes con la jubilación, que también se respalda con que la gran mayoría no planifica ni administra adecuadamente sus recursos.

Desde otra perspectiva de análisis, el impacto que puede generar la actitud que adopta el A.M. va marcar notablemente la percepción y significado que mantengan hacia la jubilación, puesto que aquellos participantes de este estudio que adoptaron una actitud positiva y de agradecimiento con cada etapa del ciclo de vida y con la realidad actual han señalado mayor satisfacción y adaptación a una pensión, es decir, que en la medida que el A.M. identifique y se concentre en aquellas cosas positivas que les ha permitido su pensión existen mayor oportunidades de que interiorice este proceso de adaptación. Si bien existen algunos A.M. que para poder adaptarse a los cambios de una pensión inferior a la remuneración adquirida durante la vinculación laboral, han recurrido al ahorro pausado para poder disfrutar de las actividades que antes gozaban lo que les permite una mayor adaptación al continuar con planificaciones, quizás no con la frecuencia de etapas anteriores pero que favorece a su proceso de adaptación, sin embargo la mayoría de los entrevistados no recurren a un sistema de ahorro y se han conformado a vivir el día a día sin mayor planificación y organización económica para poder satisfacer necesidades recreacionales o de índole material donde inevitablemente desencadenan sentimientos negativos y sin proyecciones en la etapa de la jubilación.

Las necesidades que los A.M. mantienen en la etapa previa a la jubilación están marcadas por el éxito laboral para la adquisición de bienes materiales, los logros individuales, la satisfacción de necesidades recreacionales considerando las características físicas que acompañan en dicha etapa tales como; el vigor, salud y la vitalidad propias de la etapa adolescente y adultez, no siendo de mayor

importancia el cuidado a la salud, puesto que al mantener una vida laboralmente activa marcada por horarios establecidos se adquiere una rutina diaria en muchas ocasiones de alimentación en lugares de trabajo, con un tiempo limitado, siendo parte del proceso natural que cada persona experimenta. Sin embargo, posterior a la jubilación las necesidades que los A.M. expresan hacen referencia al goce de lo alcanzado en las etapas anteriores, es por ello que a medida que se alcancen las metas, bienes materiales y recursos deseados favorecerá su adaptación a una restructuración económica. Una vez insertos en la etapa de jubilación, los entrevistados consideran una necesidad fundamental la tranquilidad y la alimentación como un factor principal que forma parte de su bienestar puesto que se requiere una organización y preocupación mayor al disponer del tiempo para una rutina alimentaria en el hogar, es por esto que aquellos participantes que mantenían satisfecha la alimentación en el hogar mostraban mayor bienestar y adaptación. Por último, para el A.M. la salud es una necesidad innegable considerando el deterioro progresivo natural que experimentan, asistiendo con mayor frecuencia a los Centros de Salud.

En lo que respecta a los intereses y expectativas de vida de un A.M jubilado, se destacaron varios aspectos principales de su ruina diaria, percibiendo algunos entrevistados el tiempo libre como una ventaja y otros como desventaja, esto se explica principalmente por las actividades diarias que cada uno realiza y además por el estado de salud que cada uno de ellos poseían; por estas razones las respuestas eran variadas, puesto que aquellos que tenían un mejor bienestar percibían el tiempo libre como algo positivo del cual poder disfrutar y realizar tareas y actividades antes impensadas; mientras que aquellos que tenían enfermedades u otras limitantes principalmente económicas veían el tiempo libre como algo negativo que les hacía sentirse inútiles frente a la sociedad y poco valiosos, haciendo referencia a que su rutina diaria se basaba principalmente en la toma de medicamentos y tareas domésticas, teniendo una actitud oposicionista frente al compartir con los demás, llevándolos al aislamiento. Según lo analizado en la presentación de resultados, esta problemática afecta principalmente a los varones, por lo que se explica que estos pierden su rol como proveedor y trabajador fuera del hogar, quedándose limitados tanto física como psicológicamente, asumiendo la jubilación como un estado de descanso y aislamiento causando descontento y deterioro con esta etapa de la vida asignándole un sentido negativo. Esta problemática surge principalmente porque no realizan un reemplazo de actividades durante la jubilación, quedándose únicamente limitados al descanso sin encontrar algún pasatiempo o actividad que los haga sentirse activos y útiles, sin interés a la participación social.

No obstante, según los resultados de este estudio, las mujeres tienen una mayor adaptación y perciben el tiempo libre como algo positivo, explicando que aprovechan este tiempo para realizar actividades de ocio acompañada de la rutina doméstica, libre de preocupaciones tan propias del mundo

laboral. Que la mujer tenga una visión positiva al tiempo libre se explica porque ésta, durante toda su vida cumple una multiplicidad de roles tales como madre, esposa, dueña de casa, trabajadora dependiente y amiga que hacen que se adapte mucho mejor a las situaciones, percibiendo la etapa de jubilación como una oportunidad para hacer actividades que antes por diversos factores le eran imposibles desarrollar.

Por otra parte, los A.M destacan la importancia de los recursos económicos para la administración del tiempo libre, puesto que, según su postura, para realizar cualquier actividad, se ven condicionados por el dinero, los viajes, tener una buena calidad de vida y gozar de comodidades; siendo estas condiciones muy valoradas y deseadas por ellos, pero por su actual situación económica no pueden acceder generando sentimientos de resignación, teniendo como motivaciones el hecho de compartir con la familia y seres queridos además de disfrutar de lo que a lo largo de su vida han podido conseguir.

Cabe mencionar que la etapa Adulto Mayor, es la etapa final del ciclo de vida, caracterizada por la culminación de todas las etapas anteriormente vividas, lo que para muchos A.M. es prepararse para la muerte, para otros es significado de experiencia, sabiduría y oportunidades. Lo importante de esto y así lo destacan los relatos obtenidos es aprender a vivir esta etapa con una actitud positiva, sentirse como un aporte para la sociedad considerándose seres llenos de experiencia, conocimiento y sabiduría, independiente del rol que hayan cumplido dentro de la sociedad. Este estudio estuvo compuesto de participantes escogidos al azar por lo que participaron diferentes personas de diversos estratos sociales, desde oficio como asesoras de hogar, jornaleros, maestro de construcción, hasta profesionales que alcanzaron el éxito en su vida laboral, que fueron productores de muchas de las comodidades y beneficios de los que hoy podemos disfrutar. Es por ello, la importancia de haber dado a conocer esta realidad, tan impensada para un trabajador activo, pero que tarde o temprano esta realidad será parte de cada uno, es así como la sociedad debe hacerse partícipe y adquirir el compromiso de las oportunidades y valorar la experiencia y conocimiento que los A.M. tienen para entregar.

Recomendaciones

En los capítulos anteriores, se ha reflexionado y debatido sobre los cambios producidos en el proceso de adaptación a la jubilación de la población Adulto Mayor. En este sentido a continuación serán planteadas las principales sugerencias de investigación e intervención emergentes durante el desarrollo de este estudio.

Para comenzar, es necesario precisar que la investigación se efectúa desde el enfoque cualitativo-descriptivo, orientado principalmente a generar conocimiento respecto a una realidad social determinada, donde a partir de los resultados y relatos obtenidos en cada tópico planteado, se identificaron notables diferencias de adaptación a una jubilación entre el género masculino y femenino,

surgiendo la necesidad de generar nuevos estudios desde la perspectiva de género en el A.M. incorporando investigaciones correlacionales frente a las diferencias del uso del tiempo libre, continuidad de roles y participación social, con la finalidad de generar un escenario integrador para el adulto mayor, considerando un trabajo en conjunto entre los estudios realizados en el ámbito académico y la realidad social actual.

Otra propuesta a señalar, nace a partir de la necesidad de continuar con este estudio, generando nuevos conocimientos ligados al enfoque cuantitativo, con alcance de datos estadísticos, generalizables y probatorios respecto a los principales cambios asociados al proceso de adaptación a la jubilación, permitiendo identificar problemáticas sociales que afectan a este grupo etario para brindar estrategias de intervención desde la oferta programática del Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA).

Complementario a lo anterior, se desprende un desafío a la Política Pública orientada a una propuesta de intervención que sea un aporte a los actuales y nuevos programas por desarrollar, con la finalidad de generar una adecuada preparación para la jubilación, en la que se eduque sobre la nueva etapa a enfrentar, se ofrezca apoyo y formación para facilitar el proceso de adaptación desde los diversos ámbitos estudiados en esta tesis para la nueva situación personal y social de los A.M.

Finalmente, es necesario mencionar que el supuesto generado por las investigadoras al inicio de la investigación, frente a los cambios percibidos en el proceso de la jubilación del A.M., dependería principalmente de la pensión; es decir al ingreso económico que recibe el Adulto Mayor jubilado, sin embargo, a raíz de los resultados obtenidos durante el transcurso del estudio, se da cuenta de un factor multi-causal, tales como: la falta de restructuración del tiempo libre, la administración de los recursos económicos, continuidad de roles, participación e integración social, así como también la actitud personal que adopta el A.M jubilado frente a dicho proceso, que les permitan mantenerse activos durante esta etapa de la vida.

ANEXOS

ANEXO 1

FORMULARIO DE PARTICIPACIÓN CONSENTIDA E INFORMADA

Nombre: _____

Rut: _____

Fecha: _____

Declaro conocer a través del presente documento las condiciones para participar de la investigación Percepciones de los Adultos Mayores respecto al proceso de Jubilación, que realizan las estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Adventista de Chile. La entrevista podrá ser grabada con fines de investigación, siendo sus contenidos confidenciales y no utilizados y divulgados para otros fines. _____

Acepto que las conclusiones del estudio puedan ser dadas a conocer con fines de difusión de la problemática.

_____También estoy en pleno conocimiento de mis derechos, siendo estos:

1) Derecho a la confidencialidad de mi persona.
2) Derecho a reservarme información y a no continuar con la entrevista si me siento incómodo(a) desde cualquier punto de vista.
3) Derecho a conocer resultados de las evaluaciones realizadas y a aclarar dudas en relación a ellos.

_____

FIRMA DE COLABORADOR

Chillán, _____ de agosto de 2017.

LISTA DE REFERENCIAS

Abela, J. (1996). *Las técnicas de análisis de contenido*. Granada: Andaluces.

Acosta Quiroz, C. & Vales García, J. J. (2015). Ajuste Psicosocial, Bienestar Subjetivo y Ocio en Adultos Mayores Jubilados Mexicanos. *Enseñanzas e investigación en Psicología 30*(3), 316-325.

Adimark, GFK (2015). *Adultos mayores en Chile: Ojos puestos en el futuro* [documento online]. Obtenido de: http://www.adimark.cl/estudios/documentos/adultos%20mayores.pdf

Agudelo Taborda, J. (2011). *Variables Sociopolíticas de la Cooperación Internacional para el Desarrollo en América Latina y el Caribe*. Bogotá: Editorial Kimpres Ltda.

Águila, E. (2011). *Envejecer en México: Condiciones de Vida y Salud*. México: Library of Congress.

Alfonso García, J. (2006). Dependencia y Vejez una aproximación al debate social. *Enfermería Global, 10*(5), 156- 159.

Allan, N., Wachholtz, D. & Valdés A. (2005). Cambios en la ocupación de los adultos mayores recientemente jubilados. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional* (5), 1-13. Obtenido de: file:///C:/Users/Diego/Downloads/103-1-306-1-10-20090925.pdf

Alpízar, I. (2011). Jubilación y calidad de vida en la edad adulta mayor. *ABRA, 31*(42), 15-26. Obtenido de: http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/abra/article/view/3987/3829

Andreu, M., Pedra, M. & Pérez, M. (2010). La adaptación a la Jubilación y sus fases. *Anales de la Psicología, 26*(1), 80-88.

Atchley, R. (1989). A continuity theory of normal aging. *The Gerontologist 29* (2), 183-190. Obtenido de: https://academic.oup.com/gerontologist/article-abstract/29/2/183/581908/A-Continuity-Theory-of-Normal-Aging

Aymerich, P. (2010). La adaptación a la jubilación y sus fases: Afectación de los niveles de satisfacción y duración del proceso adaptativo. *Anales de Psicología,* 26(1), 80-88.

Bardin, l. (1996). *El análisis de contenido*. Madrid-España: Akal Universitaria.

Barros, C. (1989). Envejecer en Chile, en estudios sociales. *Corporación de Promoción Universitaria, 60*(2), 41-57.

Barros, C. (2004). *Componentes de la calidad de vida del adulto mayor y factores asociados*. Santiago: Pontificia Universidad Católica de Chile.

Bazo, M. & García, B. (2005). *Envejecimiento y Sociedad: una perspectiva internacional*. Madrid: Panamericana.

Berelson, B. (1952). *Análisis de contenido*. Barcelona: Paidós.

Bertomeu, P. F. (2009). *Métodos y técnicas de recogida de análisis de información cualitativa*. Buenos Aires: Universidad Buenos Aires. Obtenido de http://www.fvet.uba.ar/postgrado/especialidad/power_taller.pdf

Boreal investigación y consultoría ltda. (2010). *Estudio de recopilación, sistematización y descripción de información disponible sobre vejez y envejecimiento en Chile*. Santiago de Chile: SENAMA.

Bourliere, M. (2004). *Auxiliar de Enfermería del Instituto Foral de Bienestar Social*. Madrid, España: Editorial Mad, S. L.

Bravo, C. & Caro, M. (2002). Efectos Psicosociales de la jubilación por vejez en las variables de autoestima y apoyo social en el adulto mayor afiliado al Instituto de Normalización Previsional (INP) de la Región Metropolitana. *Psykhe 11*(2), 89-108.

Buendía, J. (1997). *Envejecimiento y psicología de la salud*. Madrid: Editorial siglo Veintiuno de España Editores, S.A.

Bueno, B. J. (2006). Informes Portal Mayores, Lecciones de Gerontología IX: Jubilación y tiempo libre en la vejez. *Lecciones de Gerontología 65*(1), 3-20.

Carreño, R. M. (2009). *Percepción de Adultos Mayores en etapa de Desvinculación Laboral sobre Salud y Calidad de Vida*. Tesis de Asistente Social. Universidad Academia de Humanismo Cristiano, Santiago.

Cathalifaud, M.; Thumala, D.; Urquiza, A. & Ojeda, A. (2007).La vejez desde la mirada de los jóvenes Chilenos. *Última Década 27*(1), 75-91.

Cornachione. (2008). *Psicología del Desarrollo*. Argentina: Editorial Brujas.

Cruz, R. (2011). Retiro Laboral y Ajuste a La Jubilación de Hombres y Mujeres en la Mediana Edad. *Revista Electrónica de Actualidades Investigativas, 11*(2), 34-47.

Cumming, E. (2009). *Teoría y enfoques sobre la personalidad en el envejecimiento y la vejez*. Santiago: Altillo.

Damianovic, N. (2008). *Población y sociedad, aspectos demográficos*. Santiago, Chile: INE

Denzin, N. & Lincon, Y. (2012). *Manual de Investigación Cualitativa*. Barcelona: Gedisa.

Díaz, J. (2006). *La República en Cifras: Chile 1810-2000*. Santiago: Editorial UC.

Echenique, L. (2006). *Estudio de Sexualidad en la Tercera Edad*. Valdivia, Chile: Universidad Austral de Chile.

Erikson, E. (1982). *Envejecimiento y Sociedad: una perspectiva internacional*. Buenos Aires: Ciencias de la Salud Panamericana.

Escárraga, T. (2004, junio 10). *Afrontar la jubilación* [Web]. Obtenido de: http://www.consumer.es/web/es/salud/psicología/2004/06/10/104003.php

Escobar, J. (2015). Jubilación, Repercusiones en el Adulto Mayor. *Revista de la escuela de Psicología* UAG Campus Tabasco 9 (12) 34-42.

Galvanovskis, A., & Villar, E. (2000). Revisión de vida y su relación con el autoconcepto la depresión en el periodo de jubilación. *Geriátrica: Revista Iberoamericana de Geriatría y Gerontología*; 16(10), 40-47.

García, M. (2003). *Trabajo Social en Gerontología*. Madrid: Síntesis S.A.

Gómez, G., Flores, J. & Jiménez, E. (1996). *Metodología de la Investigación Cualitativa*. Granada, España: Ediciones Aljibe.

Gómez, T. (2003). *Estereotipos y autoestereotipos asociados a la vejez en Extremadura.* Tesis Doctoral en Psicología y Sociología de la Educación. Universidad de Extremadura.Badajoz, España.

González., J. (2001). *El envejecimiento; aspectos sociales*. Costa Rica: Universidad de Costa Rica.

Hadley, A. (2001). *El estrés post jubilación.* Costa Rica: Universidad de Costa Rica.

Hernández, Á. (1994). Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. *Revista Cubana de Psicología 17*(3), 270-275.

Hernández, Fernández, & Baptista. (2010). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill Interamericana.

Hernández, M. G. (2006). *En auxiliar de Enfermería*. Madrid, España: Editorial Mad S. L.

Hernández, O. (2002). El desarrollo profesional creador como dimensión. *Revista Cubana de Psicología 16*(4), 267-275.

Hernández, R. (2006). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw- Hill Interamericana.

Hernández. (2006). Estudio exploratorio sobre el proyecto de vida en el Adulto Mayor. *Psicología y Salud 16*(1), 103-110. Obtenido de http://www.redalyc.org/pdf/291/29116112.pdf

Hidalgo, J. (2002). *El envejecimiento: aspectos sociales*. Costa Rica: Universidad de Costa Rica.

Instituto Nacional de Estadísticas (2006). *CHILE: Proyecciones y Estimaciones de Población*. Santiago: INE

Instituto Nacional de Estadísticas (2007). *Adulto mayor en Chile*. Santiago: INE.

Jiménez, I. (2011). Jubilación y calidad de vida en la edad Adulta Mayor. ABRA, *Revista de la Facultad de Ciencias Sociales Universidad Nacional 31*, 42. Obtenido de http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/abra/article/view/3987

Kleiber, D.; Bayón, M., & Cuenca, J. (2012). *La educación para el ocio como preparación para la jubilación en Estados Unidos y España*. Georgia: Editorial Interuniversitaria.

la Segunda online (2017). Chile tiene la mayor esperanza de vida media de América Latina: 80,5 años [pág. web]. Obtenido de: http://www.lasegunda.com/Noticias/Nacional/2016/05/1039748/Chile-tiene-la-mayor-esperanza-de-vida-media-de-America-Latina-805-anos

Llamas, C. F. (2011). Trabajo Social para la tercera edad. Documentos de trabajo social: *Revista de trabajo y acción social 4*(1), 204-219.

Madrid, A. (2000). La preparación para la jubilación: Revisión de los factores psicológicos y sociales que inciden en un mejor ajuste emocional al final del desempeño laboral. *Anales de Psicología 16*(1), 87-99.

Miles, M. B. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook* (Vol. 2° Ed). California, EE.UU.: Thousand Oaks.

Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (2006). *Plan Nacional para las Personas Mayores*. (2006-2010). Lima: MIMP

Moragas, R. M. (1991). Manifestaciones cutáneas de la diabetes mellitus. *Jano 93*(1), 81-86.

Muñoz, J. F. (2001). *Antecedentes del retiro laboral temprano. El proceso de salida organizacional en muestra de prejubilados españoles*. Madrid: DYKINSON.

Olivares, P. (2008). *Dependencia de los Adultos Mayores en Chile.* Santiago: Departamento de Estudios y Desarrollo SIS

Omram. (1971). *Interacciones entre transición demográfica y epidemiológica en Nicaragua: Implicancias para las políticas públicas en Salud*. Puerto España, Trinidad y Tobago: Cepal.

Organización Mundial de la Salud (2001). *El Abrazo Mundial Manual de Envejecimiento y Ciclo de Vida*. Ginebra, Suiza: OMS.

Osorio, P. (2007). *Construcción Social de la Vejez y Expectativas ante la Jubilación en Mujeres Chilenas*. Santiago: Universum.

Palacios, J. M., & Coll, C. (2002). *Desarrollo Psicológico y Educación*. Madrid: Alianza Editorial.

Papalia, D., & Wendkos, A. (2003). *Desarrollo Humano*. Colombia: McGraw Hill.

Papalia, D., Sterns, H., & Duskin, R. (2009). *Desarrollo del Adulto y Vejez*. México: McGrawHill.

Pérez, A. (2010). *Factores asociados a la depresión en el adulto mayor.* Ecuador: Universidad de Cuenca.

Pérez, A. (2013-2014). *La percepción social de la vejez.* Tesis de licenciatura en Trabajo Social. Santa Cruz de Tenerife, España: Universidad de la Laguna.

Rodríguez, N. (2007). Actitudes hacia la jubilación. *Interdisciplinaria, 24*(1), 5-42.

Sáez, N. (2009). *Jubilación y fin laboral*. Valencia: Promolibro.

Sánchez, C. D. (2000). *Gerontología Social*. Argentina: Espacio.

Sancho Castiello, M., & Díaz Gómez, C. (2001). Hacia una Sociedad para todas las edades. *Intervención Psicosocial* 10, 3, 23-28.

SENAMA. (2003). *Definición y tipificación del maltrato al adulto mayor en Chile*. Santiago: Servicio Nacional del Adulto Mayor. Obtenido de: http://www.senama.cl/CentroDocument.html

SENAMA. (2005). *Catastro Nacional de Organizaciones Sociales de Adultos Mayores, Redes Comunales*. Santiago: Servicio Nacional del Adulto Mayor.

SENAMA. (2006). *Situación de los adultos mayores dependientes con pensión asistencial y sus cuidadores domiciliarios*. Santiago: Servicio Nacional del Adulto Mayor

SENAMA. (2014). *Maltrato a las personas mayores en Chile, haciendo visible lo invisible*. Santiago: Servicio Nacional del Adulto Mayor

Sener, A.; Terzioglu, R. & Karabulut, E. (2007). Life satisfaction and leisure activities during men's retirement: A Turkish sample. *Aging & Mental Health 11*(1), 30-36.

Strehler, B. (1977). T*iempo, las células y el envejecimiento*. New York: Academic Press.

Taylor, S., & Bogdan, R. (1990). *Introducción a los métodos cualitativos de introducción*. Barcelona: Paidós.

Ussel. (2001). *La Soledad en las Personas Mayores: Influencias Personales, Familiares y Sociales*. Madrid, España: Instituto de Migraciones y Servicios Sociales (IMSERSO).

Zamora, Z. H. (2006). Estudio exploratorio sobre el proyecto de vida en el Adulto Mayor. *Psicología y Salud* 24(1), 23-34.