



UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Trabajo Final de Grado

Artículo científico de producción empírica:

***“Jubilaciones de la actualidad: Factores psicosociales
influyentes en el proceso de retiro laboral. Nuevos envejeceres.”***

Revista “Psicología, Conocimiento y Sociedad”

Br. Noelia Mediza Rodriguez

C.I.: 4.140.264-5

Tutora: Prof. Adj. Mag. Mónica Lladó Olivera

Revisor: Prof. Ag. Mag. Fernando Berriel Taño

Montevideo, Diciembre 2020

A los docentes que me acompañaron durante mi proceso formativo,

A Mónica, por su compañía y apoyo en este tránsito.

A Esteban, mi amor y compañero de ruta.

Susana y Martín, mis pilares.

A Mónica F., por su sostén.

A los amigos que están siempre.

*“Él es un hombre de ninguna parte,
sentado en su tierra de ninguna parte,
haciendo todos sus planes de ninguna parte, para nadie.
No tiene un punto de vista,
no sabe dónde va.
¿No se parece en algo a ti y a mí?
Hombre de ninguna parte, por favor, escucha.
No sabes lo que te estás perdiendo.
Hombre de ninguna parte, el mundo está bajo tu mando (...)”*
(McCartney y Lennon, 1965).

RESUMEN

El presente artículo expone los resultados de una investigación que indagó acerca de las esferas de la vida de los sujetos que se ven afectadas por el retiro laboral, así como la forma en que se planifica el proyecto de vida luego de éste. Tuvo como objetivos identificar mecanismos mediante los cuales las personas reorganizan sus redes vinculares a partir de la jubilación; indagar acerca del proyecto de vida a partir del retiro; e identificar de qué forma afectan las representaciones sociales a los procesos de jubilación y envejecimiento en el Uruguay. Utilizando una metodología cualitativa de carácter exploratorio, se realizaron entrevistas semi-dirigidas a 15 jubiladas y jubilados. 11 mujeres y 4 hombres de entre 65 y 74 años residentes en la ciudad de Montevideo y Área Metropolitana. Como resultados principales se halló que los sujetos vivencian la jubilación como un momento de quiebre al que generalmente llegan con poca preparación personal para afrontarlo. Se visualizó una relación directa entre jubilación y vejez, en la que se asocian a ambos procesos significaciones negativas instituidas en nuestra sociedad. En este sentido, los sujetos no solían identificarse como viejos. Además se vio que una menor afiliación con la tarea, el ámbito laboral y lugar de trabajo facilitaba proceso de retiro, y viceversa. En referencia a la planificación del proyecto de vida, se encontraron obstáculos al momento de hablar sobre la temática. No obstante, la mayoría de los proyectos se relacionaron con trabajo voluntario en apoyo a la comunidad. En relación al proyecto individual este tenía que ver con planes educativos y/o creativos. El hallazgo más relevante de este estudio refiere a la importancia de la satisfacción con las redes vinculares con las que los sujetos contaban, las cuales permitieron procesos de transición a la jubilación más satisfactorios.

Palabras claves: Jubilación – Redes Vinculares – Proyecto de Vida – Significaciones Sociales Imaginarias

INTRODUCCIÓN

El envejecimiento poblacional representa en América Latina, así como en el resto del mundo, el fenómeno socio-demográfico más relevante de los últimos cincuenta años (Moya, 2013). Dicha transición tiene su raíz en dos variables básicas: por un lado, el aumento de la esperanza de vida a partir de los avances técnico-científicos provenientes de disciplinas como la medicina y la epidemiología, y una caída paulatina y constante de la tasa de natalidad, por otro. A mediados del siglo XX nuestro país se

vio inmerso en esta transformación poblacional siendo uno de los primeros en la región y posicionándose desde ese momento como uno de los países más envejecidos de Latinoamérica y el Caribe, superado al día de hoy únicamente por Cuba. Actualmente, cerca del 20% de la población del Uruguay tiene 60 años o más (Brunet y Nathan, 2012; Paredes, Ciarniello y Brunet, 2010; Instituto Nacional de Estadística, 2018), encontrándose por debajo del recambio poblacional con una tasa de fecundidad inferior a 2 y una esperanza de vida promedio de 77 años (Brunet y Márquez, 2016; Brunet y Nathan, 2012; Organización Mundial de la Salud, 2016; Paredes, Ciarniello y Brunet, 2010). Según proyecciones para el año 2050, la cantidad de personas de 60 años o más será cercana al 28% del total de la población (INE, 2018). Estos datos representan indicadores de bienestar que denotan desarrollos científicos, técnicos, médicos y económicos a nivel nación. Paradojalmente, emerge como un desafío a nivel económico que indefectiblemente requiere un abordaje interdisciplinario (Moya, 2013).

En referencia a las prestaciones de cobertura previsional en nuestro país, la normativa vigente habilita a las personas al acceso a la prestación por jubilación común a partir de los 60 años, contando con 35 de servicio y aportes jubilatorios (Bucheli, Ferreira-Coimbra, Forteza y Rossi, 2006; Banco de Previsión Social, 2007). Al igual que en otras regiones, la discusión acerca de la extensión de la edad jubilatoria se está instalando tímidamente en la agenda política y social. Actualmente, 9 de cada 10 adultos mayores de 60 años, que están en condiciones de jubilarse, acceden a una pensión de tipo contributiva, situación que posiciona al Uruguay de forma más favorable ante otros países de América Latina. Asimismo, se debe tener en cuenta que la expansión del alcance de la seguridad social no necesariamente mejora los ingresos de las personas mayores, en particular en los contextos socio-económicos más vulnerables (Paredes, Ríos y Carbajal, 2018).

Existen diversas variables que se conjugan en el proceso jubilatorio. Desde las ciencias humanas se plantea como uno de los momentos de transición más importantes en la vida de las personas, para el cual éstas no siempre se encuentran preparadas. En las sociedades modernas occidentales el trabajo se constituye como un organizador central en la simbolización del proyecto de vida de los sujetos, ya que es la actividad pública más común e instituida (Berriel y Lladó, 2014). Si bien el retiro laboral puede generar aumento en las posibilidades de realización y disposición de tiempo libre, representa un gran cambio que requiere adaptación, aprendizaje y acompañamiento (Iacub, 2015; Sirlin, 2007). Se trata de una etapa en la que los sujetos se cuestionan quiénes son, cómo son vistos por los otros y cuál es su utilidad (Iacub, 2015).

El Banco de Previsión Social concibe la preparación para la jubilación como una estrategia de protección social con la finalidad de prevenir situaciones en las que pueda peligrar el bienestar de las personas (BPS, 2007). La Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores (Organización de los Estados Americanos, 2015) fue ratificada por nuestro país en 2016 y formalizada a través de la Ley N° 19.430. Dicha Convención establece que: “Los Estados Parte promoverán programas y medidas que faciliten una transición gradual a la jubilación, para lo cual podrán contar con la participación de las organizaciones representativas de empleadores y trabajadores y de otros organismos interesados” (Uruguay, 2016). En este sentido, el Plan Nacional de Envejecimiento y Vejez (2013-2015) (Ministerio de Desarrollo Social, 2012) y el Segundo Plan Nacional de Envejecimiento y Vejez (2016-2019) (MIDES, 2016) reconocen la importancia de la desvinculación laboral gradual en el proceso jubilatorio, promoviendo la preparación para esta etapa, como parte de la política de seguridad social incorporando la perspectiva de protección de derechos de las personas mayores. Actualmente, las acciones legisladas para materializar dicha política se encuentran dirigidas únicamente a las trabajadoras y los trabajadores del Estado próximos a jubilarse (MIDES, 2016). Las mismas se encuentran bajo la responsabilidad del BPS y su ejecución es competencia del Instituto Nacional de las Personas Mayores (INMAYORES), perteneciente al MIDES. A nivel social, se han desarrollado espacios grupales de *Preparación para la Jubilación*, por ejemplo, desde la Facultad de Psicología – UdelaR en convenio con la Organización Nacional de Asociaciones de Jubilados y Pensionistas del Uruguay (Núcleo Interdisciplinario sobre la Vejez, 2016), así como también a nivel del sector privado.

Es relevante entonces, indagar en los factores que atañen al proceso jubilatorio y por consiguiente al proceso de envejecimiento. En este nuevo escenario socio-histórico la proporción de personas jubiladas aumenta en la población mundial, particularmente de manera acelerada en el Uruguay. Las teorías tradicionales de *Desvinculación* (Cumming y Henry, 1961) y *Envejecimiento exitoso* (Havighurst, 1961) aportaron una serie de elementos que configuraron formas hegemónicas de concebir la vejez y el envejecimiento aportando un conjunto de factores cuya presencia en las personas mayores era esperable para un “buen envejecer”. Estas formas de ser personas mayores encarnan en la realidad de los sujetos que transitan estos procesos de jubilación y envejecimiento, en tanto se desarrollan como actores sociales en función al rol que la sociedad les otorga, así como a las características que se espera que tengan. Este fenómeno, que afecta a la sociedad en su conjunto (a niveles sanitarios, sociales, demográficos, económicos, de seguridad social, etc.) requiere un enfoque en

el que realicen sus aportes diversas disciplinas, permitiendo visualizar la globalidad del mismo, así como la diversidad de elementos que lo conforman y de factores que lo afectan. Resulta necesario, en el emerger de un nuevo panorama en el que hablamos de diversidad de vejez y procesos de envejecimiento, visualizar los factores que los constituyen desde una perspectiva crítica. Para ello, es ineludible, identificar las significaciones sociales imaginarias (Castoriadis, 1997) que nuestra sociedad produce y reproduce sobre las personas mayores, y como éstas influyen en la preparación para la jubilación y la planificación del proyecto de vida, así como en la manera de ser-estar de estos sujetos como actores sociales.

A continuación se detalla la revisión de una serie de estudios nacionales, regionales e internacionales que indagaron sobre los diversos factores que inciden en el proceso jubilatorio. Mayoritariamente, los resultados encuentran relación entre sí y concordancia con los que se presentarán en el este artículo. Lizaso, Sánchez de Miguel y Reizábal (2008), en España, proponen la existencia de un *nuevo perfil de jubilado*, el cual estaría determinado por factores como el buen estado de salud psicológico (bajos niveles de ansiedad y depresión), el buen estado de salud físico, las relaciones sociales con las cuales el sujeto se encuentre satisfecho, las prácticas de actividad física, así como los recursos económicos que se posean. Dichos factores determinan la forma en que cada sujeto transita su propio proceso jubilatorio y consiguiente nuevo rol. En consonancia con este concepto, otros autores hacen referencia a una *nueva vejez* (Bazo, 1992, 1996, 2000), a un *nuevo jubilado* (De Zayas, 1996) y a un *nuevo perfil del jubilado* (Canes y García, 1989). Si bien hay variaciones en sus terminologías, estas propuestas permiten visualizar la existencia de transformaciones que se están suscitando en las sociedades occidentales contemporáneas y que afectan, entre otros fenómenos, al retiro laboral. Estos autores afirman que un gran número de personas jubiladas recientemente poseen ciertas características que las diferencian de las generaciones de jubilados anteriores.

En relación con la salud social, en Australia Tarryn, Earl y Muratore (2010) exploraron los factores individuales, psicosociales y organizacionales que influyen en la adaptación a la jubilación. Concluyeron que mayores ingresos económicos y un buen estado de salud inciden favorablemente en esta adaptación. Por su parte, Rodrigues, Mendes, Zanetti, Nogueira, Azoubel y Chaguri (1997) en Brasil, hallaron una asociación entre la jubilación, la vejez y la pobreza. Estos últimos dos conceptos se constituyen como estereotipos negativos. En lo que respecta a pesquisas relacionadas con el factor económico, en España Arias, López y Arbona (2000) y Madrid y Garcés (2000) obtienen resultados similares afirmando que la jubilación se torna más difícil

para la población de bajos ingresos, que no llega a suplir sus necesidades mínimas, por lo que la reducción de ingresos representa una pérdida sustancial en este proceso. Aludiendo al apoyo social como factor incidente en el retiro laboral, investigaciones en Italia (Chiesa y Sarchielli, 2008) y Argentina (Hermida, Tartaglini y Stefani, 2014; 2016; y Hermida, Tartaglini, Feldberg y Stefani, 2017) revelaron que tanto las estructuras sociales más completas, así como el apoyo familiar y/o social posibilitan una transición más favorable hacia la jubilación, ya que el sostén social proveniente tanto de fuentes laborales como extra-laborales incide en la ansiedad hacia el retiro. Dicho soporte permite al sujeto una mejor adaptación en la transición del rol de trabajador al de jubilado. En Estados Unidos, Froidevaux, Hirschi y Wang (2016), demostraron que el apoyo social en el ámbito laboral en relación a la satisfacción con la vida eran percibidas como importantes por los sujetos y facilitaba su adaptación a la jubilación, aunque éste no era relevante para planificar el proceso jubilatorio. En lo referente a dicha planificación, así como la del proyecto de vida, tanto en Cuba (Jiménez Bentancur, 2008) como en México (Hernández Zamora, 2006) los estudios manifestaron un desconocimiento del concepto *proyecto de vida* y por consiguiente una falta de preparación el futuro. Plantearon que factores como el estado de salud, el nivel socio-económico y la escolaridad influyen en la producción de ese proyecto. Yeung y Zhou (2017), en China, se cuestionaron si la proyección de la jubilación efectivamente se traduce en un bienestar posterior. Realizaron un estudio longitudinal y registraron cambios positivos en el bienestar de las personas jubiladas que habían utilizado recursos de planificación en las fases pre y post retiro. Asimismo, en Australia Hewitt, Howie y Feldman (2010) investigaron las narrativas acerca de la proyección para la jubilación basada en la ocupación, resaltando la importancia de algunos aspectos como las influencias ambientales, el proceso de planificación en sí y las actividades de jubilación que representaron experiencias positivas para los participantes.

En lo que respecta al significado del trabajo en relación con el retiro laboral, en Costa Rica (Cruz, 2011), identificaron los factores que inciden en la jubilación desde una perspectiva de género. Los resultados obtenidos indicaron que la valoración que los participantes hacen de su rol laboral y el significado del trabajo en sus vidas es determinante en el proceso de retiro y su ajuste al rol de jubilado. Siguiendo este lineamiento, Aguilera (2010) realizó un estudio en referencia a la problemática del proceso jubilatorio en relación a la importancia del trabajo en la vida de docentes universitarios mexicanos. Dio cuenta de la escasez de planes y programas que acompañen a los sujetos en el retiro laboral. Sostuvo la importancia que tiene para una

óptima calidad de vida el apoyo psicológico, social, familiar y económico, así como la planificación de la jubilación y de un proyecto de vida.

En referencia a las significaciones sociales en este proceso, Ramos-Esquivel, Salinas-García, Colín-Luna, Mora-Equihua y Maldonado-Hernández (2012) en México, indicaron que existe una fuerte relación entre la vejez y la jubilación, y que ambas experiencias son construidas como representaciones sociales. En nuestro país Berriel y Pérez (2002) investigaron sobre las transformaciones en la imagen corporal simultáneas con los cambios somáticos de la vejez y su relación con las producciones subjetivas del proceso de envejecimiento. Al mismo tiempo, Berriel, Paredes y Pérez (2006) realizaron un estudio centrado en la imagen del cuerpo como construcción psicosocial. Se concluyó que la misma surge como una construcción subjetiva. Las personas mayores no se identificaron como viejas. Asimismo, se mostró que los sujetos relacionaron el envejecimiento con la pasividad y la pérdida de autonomía. Además, se observó el miedo a la dependencia, una valoración negativa a los cambios corporales en la vejez y el temor a la soledad y al aislamiento. También en Uruguay, Paredes, Ríos y Carbajal (2018) llevaron adelante un estudio cuyo objetivo fue analizar las normativas, políticas y legislación vinculada a la jubilación, así como conocer las características que este proceso adquiere en la población uruguaya de manera comparativa con otros países de la región. Concluyeron que frente a los desafíos generados por el envejecimiento poblacional y el aumento de la esperanza de vida, resulta necesario construir marcos normativos más flexibles con la finalidad de facilitar los procesos de integración en varios ámbitos de la vida social, incluida la esfera laboral, vinculados también a las nuevas tecnologías que puedan facilitar estos procesos de flexibilización y de transición del trabajo a la jubilación.

En referencia al marco conceptual, se trabajó en base a cuatro nociones que se entendieron básicas para el desarrollo del presente trabajo: jubilación, vejez y envejecimiento, proyecto de vida y significaciones sociales imaginarias.

El fenómeno jubilatorio cobra particular relevancia en el marco del envejecimiento poblacional y las modificaciones de naturalezas diversas que este suscita (Lehr, 1994). Existen diversos factores psicológicos, sociales, biológicos, económicos e históricos, que convergen y se conjugan en el proceso jubilatorio. Algunos autores plantean que independientemente de la diversidad de significados que posee para los sujetos, la jubilación representa un período de cambios muy significativo, que supone reestructuras en la dinámica diaria, en la relación con los demás, así como también con la imagen que el sujeto tiene de sí mismo (Chiesa, Negrini, Crego y Alcover, 2009; Hayden, Cotrell, Green, Ames y Ramsey, 2008; Iacub, 2015). El retiro laboral

representa un hito que marca un antes y un después en el trayecto vital de los sujetos. Es un punto de quiebre que plantea exigencias así como también posibilidades que generalmente no son previstas por las personas antes de su retiro, por lo que resulta conveniente realizar un proceso de adaptación que será dificultoso en mayor o menor medida en función de los recursos personales y las formas de apoyo social de las que disponga la persona (Sahagún, Hermsillo y Selva, 2014). Neugarten (1973) será pionera en considerar la personalidad como determinante en el proceso de envejecimiento, afirmando que la adaptación a la jubilación constituye un aspecto determinante para lograr el envejecimiento exitoso. Asimismo, dirá que no existen hitos que permitan determinar cuando una persona es vieja. Si bien los sujetos transitan su existencia regidos por criterios determinados acordes a edades cronológicas, la evolución de las sociedades contemporáneas complejizaron la relación subjetiva con el tiempo, y por ende, con las edades cronológicas.

Ineludiblemente la necesidad de determinar ciertas convenciones sociales se impone y generalmente la edad jubilatoria coincide con la edad de comienzo de la vejez. Ambos varían dependiendo de las sociedades pero suelen ubicarse entre los 60 y los 65 años. La tipología y definición del ser jubilada o jubilado ha variado en las últimas décadas. Actualmente no existe un consenso para definir a la persona jubilada como tradicionalmente se hizo. De esta manera, en diferentes estudios surgen nuevas terminologías para referir a actuales formas de concebir a estos sujetos y a esta etapa, como fuera mencionado en el apartado de antecedentes.

Etimológicamente la palabra jubilación deriva del latín *iubilare*, cuyo significado es “gritar de alegría” (Iacub, 2016). La Real Academia Española (2019) determina tres acepciones de la palabra. La primera refiere a la acción y efecto de jubilar o jubilarse, la segunda alude a la pensión que recibe quien se ha jubilado, y por último la viva alegría, el júbilo.

Existen puntos de referencia para pensar el proceso de jubilación, como el significado del trabajo y sus vínculos identitarios, el pasaje de la adultez a la vejez, la salida del mercado laboral, la aparición de tiempo libre y con él, la posibilidad de ocio.

El trabajo funciona como organizador de nuestros horarios y rutinas (Iacub, 2015; Sirlin, 2007 y Limón, 1993) y nos determina a lo largo de la vida tanto en proyectos y deseos, como también en cuan eficientes y valiosos nos sentimos. Iacub (2015) sostiene que la autoestima de los sujetos muchas veces depende de ello en gran medida. Así mismo, Becchetti, Ricca y Pelloni (2012) conciben el retiro laboral en términos de tiempo libre dedicable al esparcimiento. Ya en 1970 De Beauvoir (2012) sostuvo que los ocios abren al jubilado posibilidades nuevas en el momento en que el individuo se encuentra liberado de las coacciones.

El retiro del mercado laboral genera, en mayor o menor medida, un quiebre en el transcurso de la vida del sujeto, así como la necesidad de adaptarse a una nueva situación. Esto supone grandes desafíos, como la revisión y reconstrucción de la identidad, la reorganización de la rutina y la vida cotidiana, y la redefinición de roles en el seno familiar. Al decir de Moragas (1989) la jubilación representa una nueva realidad que implica replantear la experiencia vital de los sujetos en la utilización del tiempo en las experiencias físicas, en la dedicación intelectual y en el significado social del sujeto, por lo que supone de su parte una respuesta psíquica global.

En lo referente a la noción de vejez, la palabra deriva del latín *vetulus* cuyo significado es de cierta edad, algo viejo, y comienza a utilizarse en el siglo XIII (Iacub, 2016). El término vejez es definido como la cualidad de ser viejo (RAE, 2019), por lo que surge como una comparación con otros sujetos de una comunidad o grupo determinado. Refiere a una etapa de la vida que conlleva una serie de procesos biológicos, psicológicos, culturales e históricos propios, por lo que adquiere características particulares con numerosas variantes, dependiendo de la forma en la que cada sujeto haya transitado su vida. Actualmente su comienzo se ubica entre los 60 y los 65 años en los países en vías de desarrollo y desarrollados, respectivamente (Iacub, 2016). De esta noción se desprenden una serie de valoraciones, tanto positivas como negativas, diversas y entrelazadas en relación con un sistema social, económico, histórico y cultural determinado. De este modo la edad determina en el esquema social las formas en que una sociedad considera y habilita posibilidades de trabajo y goce de los sujetos. Las concepciones de esta etapa son múltiples y coexistentes, construidas socialmente.

Sin embargo, ya no nos encontramos frente a una mirada simple sobre la vejez, basada en el modelo tradicional de envejecimiento, aún vigente, asimilado directamente con la pasividad, la enfermedad y el declive. Se dio lugar al emerger de un nuevo paradigma con contenidos casi opuestos. Las percepciones que tienen los sujetos son integradas por elementos de ambos modelos (Berriel, Paredes y Pérez, 2006). Al respecto, Zarebski (2008) dirá que en la actualidad estamos ante una nueva imagen de la vejez, en donde las personas mayores “ya no ejercen tan solo como abuelos; también viajan, estudian, trabajan, se sienten vivos, disfrutan, son partícipes y constructores activos de su entorno, demostrando así que la edad avanzada puede ser un período fértil para seguir creciendo y proyectando” (p.35).

En lo que respecta al término envejecimiento, las definiciones suelen hacer énfasis en los aspectos biológicos, por lo que se ven reducidos sus campos de incidencia. Históricamente se planteó un esquema de evolución-involución que sintetiza el

envejecimiento en un proceso de deterioro (Iacub, 2016). El autor plantea que los sujetos van adquiriendo a lo largo de su vida características asociadas a la vejez, que resultan variadas y se relacionan con la diversidad cultural, histórica, generacional y subjetiva. Es importante diferenciar los procesos de envejecimiento biológicos, psicológicos y sociales que aun sucediéndose en una persona al mismo tiempo, pueden resultar disímiles, por lo que existirían tantos significados de envejecimiento como sujetos en el mundo. Resulta necesario su abordaje como un proceso heterogéneo, reconociendo la individualidad de las personas mayores, así como su pertenencia étnica, de género, religiosa y socio-económica (Huenchuan, 1999). Se trata de un proceso individual y existen diferentes formas de transitarlo en función del contexto social, histórico y cultural en el que se desarrolle, así como de la situación personal y subjetiva.

A partir de la década de los sesenta se desarrollaron una serie de postulados que utilizaron términos como envejecimiento exitoso, satisfactorio, óptimo, positivo, productivo, activo, que conformaron un nuevo paradigma de la vejez y el envejecimiento (Fernández-Ballesteros, 2011). Estos modelos teóricos pretendieron describir y definir los elementos centrales del envejecimiento activo y saludable y su frecuencia en la población en general, así como promover estas situaciones en los sujetos y prevenir el envejecimiento patológico (Petretto, Pili, Gaviano, Matos López y Zuddas, 2016). Cumming y Henry (1961) plantean la Teoría de la Desvinculación, también conocida como Teoría del Desapego. Esta afirma que los sujetos van perdiendo su interés en actividades en la medida en que envejecen. Define el envejecimiento activo como el deseo y la capacidad de la persona para alejarse de una vida social activa, replegándose dentro de sí, con el fin de prepararse para la muerte. Esta teoría se presenta como inherente al envejecimiento y desconoce la incidencia de factores sociales y culturales. A modo de respuesta, Havighurst (1961) plantea que el envejecimiento activo puede ser interpretado como una adhesión continua a las actividades y a las actitudes de las personas de mediana edad, como alternativa a la sustitución de los roles que se han perdido debido a la edad, con el fin de mantener un sentido positivo de uno mismo. Atendiendo la heterogeneidad de los sujetos, el autor habla del sentimiento interno de felicidad y de la satisfacción vital presente y pasada. Plantea que las personas que presentan envejecimiento con éxito están satisfechas, son activas, independientes, autosuficientes y contrastan con la visión tradicional del declive. Zarebski y Marconi (2017) refieren a las investigaciones y teorizaciones de las últimas décadas, afirmando que se han enfocado en los factores protectores biológicos, culturales, sociales y cognitivos de los sujetos envejecientes y se interrogan: ¿Qué sucede con el individuo? ¿Cómo se posiciona frente a su propio

proceso de envejecimiento? Al decir de Conde (1997) estas teorías dejan de lado lo que sucede con la dimensión psíquica del sujeto, que se encuentra en directa relación con la forma en la cual la persona afronta su propio proceso de envejecimiento. Por su parte, Pérez (2011) también realiza una lectura crítica sobre estos postulados, y plantea que la finalidad de las actividades mencionadas anteriormente es el hacer algo en sí mismo, estar en movimiento sin un propósito, y que en muchas ocasiones, carece de significado para los sujetos. Al mismo tiempo sostiene que ambas teorizaciones (Teoría de la Desvinculación y Teoría de la Actividad) representan distintos aspectos de una misma concepción prejuiciosa de la vejez, ya que en ambas el viejo es despojado de su condición de sujeto deseante y reflexivo. La persona mayor es pensada desde las teorías clásicas como una sucesión de pérdidas y duelos, por lo que está implícito el temor a la angustia en el proceso de pensarse a sí mismo. Partiendo de una concepción de vejez pasiva, estos enfoques limitan la autonomía del sujeto en referencia a la posibilidad de generar sus propios proyectos, reafirmando conductas sociales prejuiciosas. Ambas teorías parten de una noción de declive general de los aspectos biológicos, psicológicos y sociales de los sujetos.

A partir de estos aportes, tuvo lugar un extenso desarrollo teórico de diversos autores, que propusieron enfoques cada vez más holísticos. Entre estos se destacan los postulados de Rowe y Khan (1987, 1998, 2002, 2004), quienes propusieron una distinción entre el envejecimiento “usual” y “con éxito” como estados no patológicos, como alternativa a la continua tendencia de los estudios gerontológicos de distinguir entre sujetos con discapacidades y/o enfermedades, de quienes no las sufrían. Definieron el envejecimiento exitoso como multidimensional y plantearon que en él interactúan tres factores: la baja probabilidad de enfermar y presentar discapacidad, un alto funcionamiento físico y cognitivo y un alto compromiso con la vida. Enfatizaron en la importancia de centrar la atención en la heterogeneidad de los factores asociados al envejecimiento activo y no en los comportamientos y las tendencias medias. Para estos autores, el envejecimiento activo va más allá del potencial y refiere a la participación activa que tiene significado para la persona. Sostienen que tanto los factores de riesgo como los niveles funcionales y de actividad son modificables. Si bien es un modelo retomado y complementado por varios autores, tuvo como críticas el centramiento en la idea de un envejecimiento saludable, así como el desconocimiento de factores personales y sociales.

Envejecimiento activo, saludable y con éxito, el modelo de Fernández-Ballesteros es catalogado por Petretto et al. (2016) como el referente europeo de los modelos de envejecimiento activo. Éste entiende el envejecimiento con éxito como un concepto multidimensional compuesto por una amplia gama de factores biológicos, psicológicos

y sociales: capacidad funcional, actividad, productividad social, valoración subjetiva, etc. (Fernández-Ballesteros et al., 2010). Resulta de suma importancia vincular la Vejez, la Jubilación y el Proyecto de Vida. Al decir de la autora la vejez ya no sería un punto de llegada, sino nuevas oportunidades y caminos que se abren. Asimismo, es importante no perder de vista un componente conformativo de la Gerontología actual al momento de abordar estas teorías: el enfoque crítico. Así como la *Teoría de la Desvinculación*, que surge en un contexto socio-histórico determinado y atravesado por representaciones acerca de la vejez marcadamente biologicistas y productivistas, las teorías acerca del *Envejecimiento Exitoso* corren también peligros epistemológicos y sientan sus bases en los estereotipos negativos de envejecimiento y vejez, de modo que los reproducen. Ambas hacen foco en mayor o menor medida en la productividad de los sujetos.

Si bien el concepto de envejecimiento exitoso brindó una visión más amplia del proceso aportando luz sobre numerosos factores y elementos que hacen al envejecer, ha sido blanco de numerosas críticas. Martinson y Berridge (2014) por un lado, reconocen la importancia del concepto para la comprensión de los sujetos de los factores que pueden ser de ayuda a la hora de aumentar la probabilidad de gozar de óptimas condiciones de salud durante el proceso de envejecimiento. Por otro lado, los autores se preguntan cómo una idea normativa en la que se ausentan los factores psicosociales puede aportar a sostener y apoyar a las personas envejecientes.

Si desde una perspectiva del curso de vida se entiende al sujeto como un continuo, el envejecimiento del individuo y su tránsito hacia la jubilación estarán determinados por experiencias anteriores, es decir, se envejece como se ha vivido. Es necesario visualizar las carencias que acarrea, ante todo, en relación con los factores personales y sociales. Estos autores plantean la posible existencia de la influencia en este modelo de valores predominantes en sectores socio-económicos favorables, anclados en la cultura occidental. Por su parte, Petretto et. al. (2016) destacan un punto de encuentro entre la necesidad de superar visiones restringidas y los modelos basados en visiones no universales y limitados al contexto concreto en el cual se desarrollaron. Es importante la integración de criterios objetivos con la subjetividad de las personas interesadas y promover modelos de envejecimiento inclusivos que posibiliten a los sujetos la misma dignidad de envejecer.

En cuanto al concepto Proyecto de Vida, desde una perspectiva psicológica y social, se entiende que este se conforma por los modos de acción y las direcciones del sujeto (estructuras psicológicas) en el marco de las relaciones entre éste y la sociedad, considerando al individuo en un entorno social del cual procede y al que contribuye.

Dichas estructuras determinan su posicionamiento subjetivo en un contexto socio-cultural concreto, y expresan la apertura de la persona hacia el dominio del futuro. La noción vigotskiana de *Situación Social del Desarrollo* permite comprender el proyecto de vida a partir de la “posición externa” de la persona y como la configuración de sus experiencias personales, en las que se estructuran sus propias dinámicas y componentes como los recursos del sujeto, sus necesidades, sus objetivos, sus aspiraciones y sus actitudes vitales (D’Angelo, 1994). Es entonces, resultado de los modos de afrontar y experimentar la historia de vida personal en el contexto concreto en el que ésta tuvo lugar. Se identifica por su carácter organizador y anticipatorio de las actividades y comportamientos del sujeto y aporta a determinar y visualizar los rasgos del estilo de vida y modos de existencia de estos. En él se articulan dimensiones de situaciones vitales del sujeto como las orientaciones de la personalidad (valores morales, sociales, estéticos, etc. y fines vitales), la programación de metas y la autodirección personal (mecanismos y estilos psicológicos de regulación y acción que implican estrategias y formas de integración personal, autodesarrollo y autoexpresión). Sin embargo, Berriel, Lladó y Pérez (1995) plantearon la problematización sobre el proyecto de vida en tanto consideraron fundamental discernir con claridad esta noción, de la idea de un mero plan. Desde una perspectiva, al decir de los autores, existencialista, vincularon el proyecto al problema del sentido de la vida para la persona. Si bien el proyecto es creado por el sujeto en forma autónoma, surge de un determinado contexto y condiciones sociales, así como las posibilidades de las que disponga la persona. Es decir, si no surge una oportunidad de ruptura, el proyecto aparecerá al sujeto como dado. En ese sentido, la producción del proyecto de vida es igual en todas las edades, y la clave para ello es la posibilidad del sujeto de ser reflexivo y deliberativo.

Visualizando la jubilación como un proceso que se da en el marco del desarrollo del envejecimiento y la vejez entendidos como constructos sociales, es indispensable recurrir al concepto de significaciones sociales imaginarias. Castoriadis (1975) desarrolló el concepto de Imaginario Social. Este refiere a los elementos que constituyen la heterogeneidad de los discursos y prácticas que conforman los dispositivos socio-históricos de subjetivación. El Imaginario Social representa el conjunto de significaciones que instituyen un colectivo, en este caso, una sociedad. Dichas significaciones moldean la sociedad en la que existen, a la vez que son creadas, modificadas y representadas por ésta. Inventan el mundo en el que se despliegan, construyendo los modos de sus relaciones sociales-materiales y delimitando sus formas contractuales. El Imaginario Social tendrá una dimensión

colectiva y una psíquica, de dependencia mutua e irreductibles entre sí. A través de este concepto podemos visualizar accionares que atraviesan, no solo los fenómenos estudiados en esta investigación, sino accionares que rigen a la sociedad en su totalidad. Al decir de Foucault (2010) las prácticas discursivas son escenarios constitutivos de lo social, de las subjetividades y de procesos de producción y reproducción del poder. Por tanto, los discursos que habitan la sociedad en relación a las personas mayores, moldean la vida cotidiana de los sujetos produciendo y reproduciendo discursos que se materializan en formas de vivir, ser y estar en el mundo.

Este estudio pretendió conocer las esferas de la vida de las personas que se ven afectadas por el retiro laboral, así como la reflexión y la problematización acerca de la incidencia de las significaciones sociales que se encuentran ligadas a los procesos de jubilación, vejez y envejecimiento. Al mismo tiempo se indagó en las formas en que estas significaciones influyeron en la producción del proyecto de vida de estos sujetos. La pesquisa se abordó a partir de las siguientes interrogantes: ¿Cuáles son las dimensiones de la vida del sujeto y de su proyecto de vida que se ven afectadas a partir del retiro laboral? ¿Qué factores inciden en este proceso y cuáles son sus características? ¿Cómo se genera el proyecto de vida luego de la jubilación? ¿Cómo rearma el sujeto sus vínculos a partir de esta etapa? ¿Qué significa el retiro de la escena laboral para estos sujetos? ¿De qué manera se relacionan los conceptos vejez y jubilación? ¿Qué rol cumple la persona jubilada en la esfera familiar? ¿Qué lugar ocupa la familia para la persona jubilada? ¿Qué rol cumple el sujeto jubilado en la esfera social? Al decir de Zarebski y Marconi (2013) “¿Qué sucede con la persona? ¿Cómo está posicionada frente al proceso del paso del tiempo? ¿Cuál es la calidad de huésped en la que se asientan esos procesos?” (p.5). Con la finalidad de evitar las generalizaciones que homogenizan las miradas sobre las personas mayores, se deben comprender la forma singular en que se conjugan estos factores en cada sujeto.

A punto de partida de las preguntas que motivaron esta investigación, el presente estudio planteó como objetivo general conocer las diferentes dimensiones en las que el retiro laboral afecta a los sujetos y a su proyecto de vida. Como objetivos específicos se propuso identificar los mecanismos con que los sujetos reorganizan sus redes vinculares a partir de la jubilación; indagar acerca del proyecto de vida a partir del retiro; e identificar de qué forma afectan las representaciones sociales a los procesos de envejecimiento y jubilación.

Este artículo surgió como resultado de una investigación financiada por la Comisión Sectorial de Investigación Científica (CSIC) de la Universidad de la República. Fue

reconocida con mención especial y sus resultados fueron difundidos a través de una producción audiovisual accesible del sitio web de la CSIC.

METODOLOGÍA

Esta pesquisa utilizó una metodología de tipo cualitativa. Al decir de Creswell (1998) la investigación cualitativa es un proceso interpretativo que se basa en diversas tradiciones metodológicas que analiza un problema humano o social. Este modelo permite desarrollar cuestionamientos durante todo el proceso de recolección de datos y análisis de los mismos. Estas actividades valen para descubrir cuáles son las preguntas de investigación centrales, así como para desarrollarlas y darles respuesta. Este modelo permite un indagar dinámico (Sampieri, Fernández y Baptista, 2014). El carácter de esta pesquisa fue exploratorio debido a la necesidad de estudios acerca del proyecto de vida de los sujetos a partir de su jubilación en Montevideo y Área Metropolitana, que presentan sus características propias (Martín, López, Miranda y Díaz, 2001). Como herramienta para la recolección de los datos se utilizó la entrevista semi-dirigida con un patrón flexible de preguntas, guiando los encuentros según las necesidades del entrevistador y el entrevistado. Asimismo, brindó a los participantes la libertad de explayarse en cuestiones que desearan dentro de las preguntas o temáticas a tratar (Patton, 1990; Taylor y Bogdan, 1994; Sampieri, Fernández y Baptista, 2014 y Valles, 1999), al tiempo que permitió la aparición de temáticas emergentes. Previo a la realización de cada entrevista, se solicitó la firma de un consentimiento informado en el cual se aseguraba la confidencialidad de los datos. En base a las preguntas de investigación formuladas y a los objetivos planteados se realizó una pauta piloto, que se puso a prueba durante la primera entrevista sin sufrir modificaciones posteriores. Se utilizó un muestreo de tipo incidental atendiendo los criterios de edad y antigüedad jubilatoria propuestos en el proyecto. Los primeros participantes fueron reclutados mediante un llamado que se divulgó a través de redes sociales como *Facebook* y *Whatsapp* y a partir de ahí se utilizó la técnica bola de nieve. La recolección de datos se realizó de forma presencial e individual. Se realizaron un total de 15 entrevistas, 11 a mujeres y 4 a hombres. La edad promedio de los participantes fue de 70 años, en un rango entre 65 y 74 años. El promedio de la edad jubilatoria fue de 61 años, abarcando un rango de entre 52 y 67 años. Los datos obtenidos fueron analizados a partir de núcleos temáticos. Se utilizó el método de análisis temático, en tanto este permite identificar las formas en las que las personas significan sus experiencias, así como la manera en las que el contexto social incide en ellas (Braun y Clarke, 2006). Las categorizaciones fueron construidas desde el

material obtenido en las entrevistas atendiendo a los objetivos del estudio y a emergentes de los discursos de los participantes.

Estas estuvieron relacionadas con temáticas tales como la relevancia del trabajo en la vida de los participantes, el proyecto de vida luego de la jubilación, las redes vinculares de los sujetos, el significado atribuido a la jubilación, la relación entre vejez y retiro laboral, las actividades actuales, la reorganización de las redes vinculares, la relación de estas personas con su entorno familiar, el rol del sujeto en la familia y rol de la familia para el sujeto, los prejuicios sobre la jubilación y la vejez, y el sentido que cobra la vida en la jubilación. Emerge firmemente de los discursos de los participantes una categoría relacionada a las diferencias con respecto al género en referencia al rol en la familia y los cuidados.

RESULTADOS

Acerca de la incertidumbre en el proceso de retiro laboral

Los participantes afirmaron, en la mayoría de los casos, llegar al momento de la jubilación con poca preparación personal para ello. En general, expresaron no haber pensado en la jubilación con anterioridad al hito administrativo, lo cual genera un sentimiento de incertidumbre en relación con el futuro próximo, que se manifiesta en mayor grado que en los sujetos que de algún modo planificaron su retiro.

“No sé si me imaginaba algo. Nunca me lo pregunté, creo. Sabía que iba a llegar en algún momento. Pero, ¿qué significaba la jubilación? Dejar de trabajar.” (Hombre, 72 años, casado).

Experiencias de planificación del retiro

En los casos en que los entrevistados pensaron en su proceso jubilatorio, lo hicieron poco tiempo antes del retiro. Esta planificación resultó satisfactoria para los sujetos en tanto les permitió visualizar la jubilación como un proceso con oportunidades y elementos favorables a considerar.

“Nuestra institución tuvo la buena fortuna de invitar a tres psicólogas que estaban trabajando en el proceso puente. Entonces como me estaba por jubilar entonces digo: muy bien, llegó el momento (...) Yo quería hacerlo [el proceso con las psicólogas] porque me dije: bueno, ¿Qué viene después? (risas) ¿Cómo lo asumo? Porque yo estaba muy metido en lo que estaba haciendo” (Hombre, 72 años, casado).

Importancia de la autonomía de los sujetos en la decisión de su retiro laboral

Resultó relevante la autonomía de los participantes al momento de tomar la decisión sobre su retiro laboral. En los casos en que la jubilación fue impuesta resultó más difícil el proceso jubilatorio. Estas experiencias fueron vividas con sentimientos de

dependencia y falta de autonomía, así como con incomodidad al no ser respetado el deseo del sujeto de continuar trabajando.

“No la tomé yo la decisión. La hubiera tomado después. En agosto del dieciséis me mandaron al seguro de paro, y a partir del primero de marzo pase a ser pasivo. No me gustó, sinceramente no me gustó (...) Mi proyecto era trabajar hasta los 70” (Hombre, 69 años, viudo).

En los casos en los que los participantes decidieron por sí mismos el momento de su retiro, fue posible una preparación personal y cierta planificación inicial de esta nueva etapa.

“Un día dije me jubilo, ya está, podía haber seguido trabajando perfectamente, pero ta, incluso ahora trabajo, ya te digo, tengo dos limpiezas” (Mujer, 68 años, viuda).

Jubilación, autonomía y sentimiento de utilidad, “sintonía propia” y nuevos espacios de pertenencia

Fue recurrente el valor dado al sentimiento de utilidad en relación al proceso jubilatorio (Ser útil, sentirte útil).

“(…) Unos juegan al tejo, otros llevan cartas, y cuando nosotros nos encontramos siempre nos divertimos, yo pienso que nos sentimos útiles, en otra sintonía ¿eh? Atento. En nuestra sintonía” (Mujer, 72 años, viuda).

“Y si... el sentirse útil cuando uno es viejo vale mucho” (Hombre, 69 años, viudo).

Si bien los sujetos manifestaron haber dialogado con su familia acerca del retiro antes de su concreción, la opinión de estos no determinó la resolución final tomada por el sujeto.

“-¿Cómo tomó la decisión de jubilarse? –Ya me correspondía (...) y a su vez tenía muy deteriorada la columna. - ¿Lo charló con la familia? - Si, no, al contrario, por mis hijos me tenía que haber ido antes, pero yo no, yo estoy bien en lo mío, soy muy independiente” (Mujer, 72 años, viuda).

Acerca del retiro laboral, la aparición de tiempo libre y oportunidades de disfrute

Existieron convergencias entre los participantes en entender el retiro laboral como un evento bisagra en sus vidas, marcado por un conjunto de elementos, entre los cuales se destacaron los cambios en la rutina diaria. Expresan la dificultad que representa vivenciar situaciones de disfrute.

“El tema es saber cómo disfrutar, porque no estamos acostumbrados, vivimos muchísimos años de esfuerzo (...), entonces parece que todo tiene que ser con esfuerzo, entonces aunque nos jubilemos y que tengamos ese tiempo para el disfrute nos cuesta (...)” (Mujer, 65 años, unión libre).

“Fue esperada [la jubilación], dos años antes ya estaba diciendo que me quería jubilar (...) lo decidí yo (...) cuando dije que me jubilaba una persona me dijo que era jubileo, que era sentirse joven, empezar a disfrutar, pero cuesta” (Mujer, 65 años, casada).

“Lo que yo ahora necesito es disfrutar, pero realmente disfrutar. Disfrutar de aprender de no hacer nada, que es estar haciendo algo, pero cuesta” (Mujer, 65 años, unión libre).

Acerca de los aspectos económicos en la jubilación

Esta esfera surgió en la mayoría de las entrevistas. En algunos casos los sujetos continuaron trabajando dado que las prestaciones económicas por causales jubilatorias a las que accedieron no son suficientes para cubrir sus necesidades. En estos casos se suele complementar este ingreso con trabajos de menor carga horaria. En otros, los sujetos postergaron su jubilación planificando su futuro en relación a sus perspectivas económicas. Finalmente, aquellos que se encontraban en una posición socio-económica más favorable tuvieron mayor libertad para decidir el momento de su retiro definitivo.

“(...) La jubilación no es buena, pero me alcanza porque le alquilo a dos señores [habitaciones], aquí la casa es muy grande (...)”. (Mujer, 73 años, viuda).

“(...) no he salido como hubiese salido hace 20 años atrás a generar más ingreso con respecto a eso, porque (...) después se me llena de gente, si me da plata pero no lo estoy disfrutando, entonces como que no me quiero enganchar en eso. Ahora estoy alquilando, porque la casa de Atlántida es mía, es propia pero acá estoy alquilando, digo bueno, si me entran dos, tres mil pesitos ayudan para los gatos comunes.” (Mujer, 65 años, unión libre).

Acerca de la jubilación, la vejez y sus significaciones sociales

La jubilación fue relacionada directamente con la vejez. Las significaciones que se le atribuyen son mayoritariamente negativas. Los aspectos negativos asociados al retiro laboral fueron similares a los aspectos negativos asociados a los procesos de vejez y envejecimiento. Las significaciones sociales instituidas acerca de los procesos antes mencionados se encuentran en estrecha relación.

“-¿Qué entiende por vejez? – Que no te agarre...” (Hombre, 69 años, casado).

“-Yo ya estoy jugado, que voy a hacer... -¿A qué se refiere con que está jugado? – Ya estoy viejo.” (Hombre, 69 años, viudo).

“Creo que tengo miedo a envejecer, porque cuando uno trabaja siente que aún puede dar, y envejece menos, viste, la inactividad me aterra.” (Mujer, 65 años, unión libre).

La jubilación y la vejez fueron concebidas de forma negativa asimilándose a la enfermedad, la discapacidad física, la dependencia y el final de la vida. Los sujetos no solían reconocerse a sí mismos como viejas o viejos, sino que cuando se hablaba de vejez, era en relación a la vejez de terceros.

“¿Vejez? ¡Yo no tengo vejez! (...) yo no soy vieja, soy una adulta mayor, yo no soy vieja, no.” (Mujer, 72 años, divorciada).

Acerca de la afiliación laboral y el proceso jubilatorio

Se destacó la incidencia del ámbito laboral y la afiliación a la tarea llevada a cabo como elementos que afectan al proceso jubilatorio, al tiempo que generan impacto sobre el desarrollo de proyectos de vida asociados al crecimiento individual. Se halló una relación inversamente proporcional. Una menor afiliación con la tarea, el ámbito laboral y lugar de trabajo resultó favorable para el proceso jubilatorio de los participantes, mientras que una mayor afiliación con dichos factores hizo el proceso de retiro más dificultoso.

“No estaba yo de acuerdo en jubilarme, porque yo entretejí en el negocio este que te conté, cuarenta y cinco años, entretejí con los clientes una amistad, y eso, si me sacan eso... también, es complicado” (Hombre, 69 años, casado).

Acerca del proyecto de vida en el proceso jubilatorio

Se hallaron obstáculos al momento de hablar sobre el proyecto de vida, evidenciando una dificultad para comprender el concepto. Una vez explicitado, se obtuvieron diversas respuestas. La mayoría de los proyectos se relacionaron con el apoyo comunitario, materializado en actividades de trabajo voluntario o trabajo para otros (familia, amigos, etc.).

“Estos son los que hice [muestra a la entrevistadora fotografía de su trabajo en madera] tallado a mano; - ¿Los toma como insumo, los vende? – Los regalo”. (Hombre, 69 años, viudo).

“-¿Qué sentido cobra la jubilación ahora? – Servir a los demás. Me quedaron muchas interrogantes y expectativas que no pude desarrollar” (Hombre, 72 años, casado).

Generalmente, lo largo de su vida estos sujetos se vincularon con grupos que cumplieron funciones comunitarias. En el ámbito laboral, a través de la participación en sindicatos y en el ámbito social a través de la militancia político partidaria, el trabajo voluntario en clubes barriales, centros comunales y parroquias. Al ser consultados por un proyecto de vida individual, este solía tener que ver con el estudio y/o la formación.

“(...) Y mi proyecto, hoy pienso, que me iba a apuntar en la Uni Tres” (Mujer, Viuda, 68 años).

“(...) Por eso ahora busqué esto de aprender chino, porque siempre me gustó.” (Mujer, 65 años, casada).

En este sentido, también surgen deseos de desarrollarse en actividades creativas, que van desde la práctica de *Reiki*, la escritura, la pintura, la albañilería y el tallado en madera, hasta el cuidado de huertas orgánicas.

Acerca de las redes vinculares y los ámbitos de pertenencia

Con respecto a las vínculos tales como familia, amigos y grupos de pares, aquellos sujetos que mostraron tener una red más amplia, generadora de sostén y bienestar vivenciaron su proceso jubilatorio más satisfactoriamente. Aquellos participantes con

una red de vínculos más débil y escasa experimentaron su retiro laboral de forma más dificultosa.

“...Una de las cosas que no tenés que dejar son los amigos, es importantísimo, porque a mí me ha pasado de tener un problema y no tener a quien contárselo” (Hombre, 69 años, casado).

“La relación con mi hija y con su esposo siempre ha sido muy fraterna y sigue siéndolo (...)” (Hombre, 72 años, casado).

La participación en espacios para personas mayores amplió considerablemente sus redes vinculares.

“Y ahora, ahora estoy de parabienes (...) ocurre que estoy en una parroquia (...) se armó un grupo muy lindo donde charlamos de cosas íntimas, cosas de nuestro tiempo pasado”

Respecto al lugar que ocupan los espacios sociales destinados a Personas Mayores, los sujetos consideraron que estos resultan escasos. Se planteó, también la necesidad de mayores propuestas destinadas a personas mayores de niveles socio-económicos más vulnerables.

“Faltarían (espacios sociales para personas mayores) en los barrios más... está centralizado del medio para arriba. Del medio para abajo no.” (Hombre, 69 años, viudo).

Concomitantemente, los discursos de los participantes masculinos asignan una relevancia a la pareja en el proceso de jubilación, así como en la ideación del proyecto de vida. Se aprecia una marcada diferencia de género frente a esta situación. En el caso de los hombres entrevistados, el retiro laboral implica una reformulación en relación a la pareja. Tanto para hombres casados como para viudos la jubilación “tiene sentido” si la misma se da en compañía.

“Tenés que entretener muy bien la pareja, porque los últimos días son los más difíciles, son más complicados (...) cuarenta y cinco años de matrimonio, ¿con qué lo solucionás? Me parece que se va uno y atrás se va el otro” (Hombre, 69 años, casado).

“Para mí el significado [de la jubilación] es cuando vos estas acompañado, sólo no.” (Hombre, 69 años, viudo).

En el caso las mujeres tanto casadas, como viudas y divorciadas, aseguraron encontrar un sentido en la jubilación en tanto existían redes vinculares más allá de la pareja. Valoran favorablemente poseer libertad de decisión sobre sus actividades y la disponibilidad de su tiempo.

“Yo me parece que voy a seguir así [soltera], si yo voy a todos lados, voy a la playa, voy al parque, voy a las termas, con toda aquella gente divina, con todo aquel grupo, yo no sé si me adaptaría ahora a una pareja” (Mujer, 72 años, viuda).

No se divisaron con claridad los límites de roles de los integrantes del núcleo familiar, quedando asociados principalmente al lugar de abuela o abuelo. En el caso de las mujeres se reivindicó la libertad y se expresó rechazo a la realización de tareas de cuidado cuando éstas se presentaban de forma regular o impuesta. De todas maneras

no solían rechazarse estas solicitudes al provenir núcleo familiar. Respecto a las tareas de cuidado existen divergencias por género. Generalmente las mujeres expresan ya haber cumplido con la crianza de los hijos y cuidados de la familia. En este momento surge el deseo de dedicarse a sí mismas y experimentar libertad. Asimismo, valoraron positivamente compartir tiempo con sus hijos y nietos. El relato de los hombres difiere, puesto que el relacionamiento con sus hijos y/o nietos no suele estar atravesado por tareas de cuidados, sino por la posibilidad de compartir tiempo con ellos.

“A mí me fastidia un poco si tengo que estar todo el día cuidando niños, por ejemplo, no quiero llevarlos a la escuela, traerlos, hay gente que loca de la vida con eso, yo no, porque si tengo una reunión me agarro la chinche del año” (Mujer, 68 años, viuda).

“Yo a veces le digo a mi hija: Yo no te la voy a educar [a la nieta], la que la tenés que educar vos, yo le voy a dar, yo que sé, si me pide le compro. Y somos muy compinches...” (Hombre, 69 años, casado).

DISCUSIÓN

En líneas generales, los resultados obtenidos en este estudio se encuentran en concordancia con los hallazgos de las investigaciones consultadas. Se observa una relación directa entre los procesos de jubilación y vejez, al igual que en los estudios llevados a cabo por Berriel y Pérez (2002), Berriel, Paredes y Pérez (2006), y Ramos-Esquivel, Salinas-García, Colín-Luna, Mora-Equihua y Maldonado-Hernández (2012). Estos procesos se encuentran atravesados por significaciones sociales negativas atribuidas a la vejez, como la dependencia, el aislamiento, la enfermedad y el final de la vida. Se vislumbra que la vejez es reconocida por los entrevistados en otras personas mayores, pero no en ellos mismos, tal como hallaron Berriel, Paredes y Pérez (2006). Además se visualizó, al igual que en estudios de Limón (1993), Sirlin (2007), Sahagún, Hermosillo y Selva (2014) e Iacub (2015), que los participantes vivencian el retiro laboral como un punto de quiebre en el curso de sus vidas, que es marcado por un conjunto de elementos, entre los cuales se destacan los cambios en la rutina diaria. En aquellos casos en que los sujetos cuentan con redes vinculares con las que se sienten satisfechos (familia, amigos, grupos de pares) el impacto que genera este momento de inflexión se reduce. Por lo tanto, se infiere que ambos aspectos se encuentran íntimamente vinculados. En este sentido, la importancia de la fortaleza de las redes vinculares y espacios de pertenencia que poseen los participantes representa el hallazgo más significativo del presente estudio. A este respecto, este estudio permite la posibilidad de problematizar el proceso jubilatorio y su forma de concepción, en tanto suele verse como un proceso personal e individual.

No obstante los resultados aquí planteados permiten aventurarnos a pensar en la jubilación como un proceso que puede ser pensado, transitado y compartido junto a otros, principalmente pares, que se encuentran atravesando su propio proceso con similitudes y puntos en común. Aunque dichos procesos naturalmente se vivencien en relación a las características propias y subjetivas de cada individuo, existe evidencia empírica que permite visualizar la existencia de los beneficios de compartir este tipo de experiencias, dados los numerosos puntos de convergencia en los que se encuentran los sujetos y sus relatos.

También existe concordancia con varios de los antecedentes consultados en relación a la incidencia de la calidad de las redes vinculares que posee el sujeto sobre la valoración positiva que éste tenga de sí, así como también sobre los procesos por los cuales se encuentra transitando. Estudios como los realizados por Hermida, Tartaglini y Stefani (2014; 2016), Lizaso, Sánchez de Miguel y Reizábal (2008), Chiesa y Sarchielli, (2008), Chiesa, Negrini, Crego y Alcover, (2009), Aguilera (2010) y Tarryn, Earl y Muratore (2010), describen factores asociados a un *envejecer exitoso*, como el tener un buen estado de salud física, psicológica y social, el ser autónomo y el poseer niveles económicos que permitan cubrir sus necesidades básicas. Sin embargo, en el presente estudio se hallaron discursos de sujetos que, aunque se encontraban afectados por dificultades físicas y por lo tanto tenían mayor dependencia de sus familiares o terceros, valoraban muy positivamente sus procesos de retiro laboral y envejecimiento (aunque no cumplían con los factores asociados al *envejecer exitoso*), reconociendo que sus redes vinculares son contundentes y les brindan sostén de calidad. Este punto evidencia también la relevancia de la salud subjetiva, en tanto es la persona quien determina cómo se siente en relación con su estado de salud, entendiéndolo en su más amplia concepción y convergencia de factores.

Se observan dificultades en los participantes al hablar de su proyecto de vida, posiblemente, como plantean Hernández Zamora (2006) y Jiménez Bentancur (2008) por un desconocimiento del concepto, y por consiguiente, por una falta de planificación del mismo. Asimismo, dicha dificultad podría haber estado relacionada con una falla técnica en relación a la formulación de las preguntas referidas a este eje.

Al igual que los resultados obtenidos por Hewitt, Howie y Feldman (2010) y Yeung y Zhou (2017) se halla que la valoración de los efectos en los sujetos que planificaron su jubilación y participaron de programas de apoyo al retiro laboral, fue altamente positiva. Al mismo tiempo se destaca la relación inversamente proporcional entre afiliación al trabajo o ámbito laboral y el impacto de la jubilación en los sujetos. Los resultados representan una evidencia empírica acerca de la necesidad de espacios que promuevan la preparación para el retiro laboral, así como la necesidad de generar

ámbitos sociales de pertenencia para esta población que permitan extender sus redes vinculares. Resulta imperioso, entonces, continuar indagando en este aspecto con la finalidad de traducir el conocimiento producido en la elaboración de Políticas Públicas que aborden estas demandas, así como fortalecer las ya existentes.

En cuanto a la valoración de la autonomía en el proceso jubilatorio, resulta relevante para las personas decidir en forma individual y autónoma sobre el momento en el que se concreta su retiro laboral.

En lo referente al plano económico en dicho proceso también se encontraron puntos en común entre el presente estudio y las pesquisas consultadas. A partir de la jubilación se visualizan algunas dificultades económicas, principalmente en sujetos que se encuentran en niveles socio-económicos más vulnerables (Arias, 2000; Madrid y Garcés, 2000; Hernández Zamora, 2006; Jiménez Bentancur, 2008; y Lizaso, Sánchez de Miguel y Reizábal, 2008). Sin embargo, en este estudio, la mayoría de los participantes no visualizó este factor como problemático. Esto podría deberse a una limitación de representatividad, en tanto la mayoría de los sujetos estaban posicionados en niveles socio-económicos favorables. Los sujetos planificaron alternativas para la mejor adaptación al nuevo escenario (por ejemplo: trabajos de medio tiempo, rentas, etc.). De cara a futuras investigaciones sería deseable indagar acerca de las ansiedades, incertidumbres y estrategias que se puedan desplegar en los sujetos en referencia al plano económico. Otra limitante que se visualiza en esta pesquisa refiere a que la misma indaga en las experiencias de personas mayores radicadas en Montevideo y Área Metropolitana. Nada puede desprenderse acerca de las formas de vincularse con el retiro laboral y el envejecer de la población adulta mayor que radica en el resto de nuestro país. Asimismo, se observan limitaciones de tipo metodológicas, como las referentes a la representatividad, esperables dada su naturaleza de estudio cualitativo y exploratorio, su propuesta de muestreo incidental, la metodología elegida para su desarrollo, así como las herramientas seleccionadas para llevar a cabo la pesquisa.

En referencia a futuras líneas de investigación, así como también de participación y fomento del dialogo académico-social, se considera relevante la promoción de investigaciones y/o espacios de apoyo al tránsito por el proceso jubilatorio que permitan un mayor alcance, dado el reconocimiento de los participantes de no encontrarse preparados para el retiro laboral, así como también de la falta de espacios en los cuales poder participar, destinados o que incluyan a esta población en particular. Los sujetos que participaron de espacios de este tipo catalogan muy positivamente sus experiencias, valorando el bienestar que promueven, en tanto permiten desarrollar el ocio y fomentan la creación de nuevas redes sociales en las

que los sujetos pueden entretenerse. Se destaca además la necesidad de llevar adelante pesquisas desde una perspectiva de género. Si bien este estudio arrojó luz sobre las diferencias en los discursos respecto a los cuidados familiares, que de algún modo siguen siendo esperables por parte de las mujeres mayores, así como también la importancia de la pareja en los procesos de jubilación y envejecimiento, ambos temas deben ser profundizados en investigaciones específicas. En este sentido, también es necesario atender a las diferentes edades jubilatorias que conforman la población de personas mayores.

Resulta deseable para el buen desarrollo de la Gerontología como un campo de estudios críticos, indispensable en esta época, llevar a cabo investigaciones teniendo en cuenta el escenario particular de envejecimiento poblacional frente al cual nos encontramos. Asimismo, se deberá atender la complejidad de los elementos que conforman los fenómenos que se suscitan en el proceso jubilatorio, al tiempo que deberá visualizarse la pluralidad en dichos fenómenos, en tanto es innegable la existencia de diversos envejeceres inscriptos en un determinado curso de vida particular, que se desarrollan en un corpus político, económico, social e histórico determinado.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilera, M. (2010). *Salud y jubilación: Aproximación fenomenológica en profesores universitarios*. Guadalajara: Página Seis.
- Arias, M., López, C. y Arbona, A. (2000). La jubilación, una nueva etapa. Papel de enfermería como agente educador en la preparación a la jubilación. *Gerokomos*, 11, 174-178.
- Banco de Previsión Social (2020). *Jubilaciones*. Recuperado de <http://bps.gub.uy/3498/jubilaciones.html>
- Bazo, M. (2000). La jubilación desde la perspectiva macro y micro. En M. Medina y M. Ruiz (Coords.). *Políticas sociales para las personas mayores en el próximo siglo* (pp. 269-294). Murcia: Universidad de Murcia.
- Bazo, M. (1996). Aportaciones de las personas mayores a la sociedad: análisis sociológico. *Reis*, 73, 209-222.
- Bazo, M. (1992). *La ancianidad del futuro*. Barcelona: Fundación Caja Madrid.
- Beauvoir, S. (2012). *La vejez*. Buenos Aires: Debolsillo.
- Becchetti, L., Ricca, E. y Pelloni, A. (2012). The relationship between social leisure and life satisfaction: Causality and policy implications. *Social Indicators Research*, 108(3), 453-490.
- Berriel, F. y Lladó, M. (2014). *La Jubilación: Cambios, su significado y los vínculos con los demás*. Manuscrito Inédito. Facultad de Psicología, Universidad de la República, Montevideo
- Berriel, F., Lladó, M. y Pérez, R. (1995). Por los viejos tiempos. Reflexiones desde la práctica psicológica en el campo de la vejez. En *Segundas Jornadas de Psicología Universitaria*. Montevideo: Multiplicidades.
- Berriel, F., Paredes, M. y Pérez, R. (2006). Sedimentos y transformaciones en la construcción psicosocial de la vejez. En A. López (Coord.), *Proyecto género y generaciones. Reproducción biológica y social de la población uruguaya. Tomo I. Estudio Cualitativo* (pp. 19-124). Montevideo: Trilce.
- Berriel, F. y Pérez, R. (2002). Adultos mayores montevideanos: imagen del cuerpo y red social. *Revista Universitaria de Psicología*, 1, 25-42.

- Braun, V. y Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in Psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77-101.
- Brunet, N. y Márquez, C. (2016). *Atlas sociodemográfico y de la desigualdad del Uruguay. Fascículo 7. Envejecimiento y personas mayores en Uruguay*. Montevideo: Trilce.
- Brunet, N. y Nathan, M. (2012). Vejez y generaciones en Uruguay: ¿envejecemos del mismo modo que antes? En N. Redondo y S. Garay. (Coord.), *El envejecimiento en América Latina: evidencia empírica y cuestiones metodológicas* (pp. 191-226). Montevideo: Trilce.
- Bucheli, M., Ferreira-Coimbra, N., Forteza, A. y Rossi, I. (2006). El acceso a la jubilación o pensión en Uruguay: ¿cuántos y quiénes lo lograrían? *CEPAL - SERIE Financiamiento del desarrollo*, 180.
- Canes, C. y García, R. (1989). Perfil del anciano del año 2000. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, 24, 335-341.
- Castoriadis, C. (1997). El Imaginario Social Instituyente. *Zona Erógena*, 35, 1-9.
- Castoriadis, C. (1975). *La institución imaginaria de la sociedad. Vol 1. Marxismo y teoría revolucionaria*. Barcelona: Tusquets.
- Chiesa, R., Negrini, A., Crego, A. y Alcover, C. (2009). Il pensionamento come fase della carriera: Il ruolo della soddisfazione lavorativa e della volontarietà del ritiro. *Giornale Italiano Di Psicologia Dell'Orientamento*, 10(2), 3-18.
- Chiesa, R. y Sarchielli, G. (2008). Prepararse para la jubilación: El papel del apoyo social en la gestión de la ansiedad. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 24(3), 365-388.
- Conde, J. (1997). Subjetivación y vinculación en el proceso de envejecimiento. *Anuario de Psicología*, 73, 71-87.
- Creswell, J. W. (1998). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five traditions*. California: Sage Publications.
- Cruz, R. (2011). Retiro laboral y ajuste a la jubilación de hombres y mujeres en la mediana edad. *Revista Electrónica Actualidades Investigativas en Educación*, 11(1), 1-28.

- Cumming, E. y Henry, W. (1961). *Growing Old: The process of disengagement*. New York: Basic Books.
- D'Angelo, O. (1994). *Modelo integrativo de los proyectos de vida*. La Habana: Pueblo Educación.
- De Zayas, I. (1996). El reto de la atención socio-asistencial de los nuevos jubilados. En Instituto Nacional de Servicios Sociales (Ed.), *Transformación social y compromiso de los profesionales: IV Jornadas de Intervención Social del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid, Vol. 3* (pp. 2365-2373). Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales.
- Fernández-Ballesteros, R. (2011, Marzo). *Envejecimiento saludable*. Conferencia dictada en Congreso Envejecimiento. La investigación en España y en Europa, Ministerio de Ciencia e Innovación, Madrid.
- Fernández-Ballesteros, R., Zamarrón, M. D., López Bravo, M. D., Molina, M., Díez, J., Montero, P., y Schettini, R. (2010). Envejecimiento con éxito: criterios y predictores. *Psicothema*, 22(4), 641-647.
- Foucault, M. (2010). *La arqueología del saber*. Buenos Aires: Siglo XXI.
- Froidevaux, A., Hirschi, A. y Wang, M. (2016). El papel de la importancia como un desafío clave pasado por alto en la planificación y el ajuste de la jubilación. *Journal of Vocational Behavior*, 94, 57-69.
- Havighurst, R. (1961). Successful aging. *The Gerontologist*, (1), 8–13.
- Hayden, J., Cotrell, R., Green, L., Ames, E. y Ramsey, D. (2008). Professional development in retirement: The top rung on the career ladder. *Health Promotion Practice*, 9(3), 232-263.
- Hermida, P., Tartaglini, M. y Stefani, D. (2016). Adaptación y evidencias de validez del cuestionario de significados acerca de la jubilación en adultos mayores argentinos. *Investigaciones en Psicología*, 18(3), 35-49.
- Hermida, P., Tartaglini, M. y Stefani, D. (2014). Redes de apoyo social en la vejez y su relación con la actitud hacia la jubilación. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 23(3), 209-218.

- Hermida, P., Tartaglini, M. Feldberg, C. y Stefani, D. (2017). Jubilación, trastornos psicofísicos y bienestar en una muestra de adultos mayores argentinos. *Ciencias Psicológicas*, 11(2), 213-221.
- Hernández Zamora, Z. (2006). Estudio exploratorio sobre el proyecto de vida en el adulto mayor. *Psicología y Salud*, 16(1), 103-110.
- Hewitt, A., Howie, L. y Feldman, S. (2010). Retirement: What will you do? A narrative inquiry of occupation-based planning for retirement: Implications for practice. *Australian Occupational Therapy Journal*, 57(1), 8-16.
- Huenchuan, S. (1999). De objetos de protección a sujetos de derechos: trayectoria y lecciones de las políticas de vejez en Europa y Estados Unidos. Notas sobre intervención y acción social. *Revista Perspectivas*, 8, 51-69.
- Iacub, R. (2015). *Todo lo que usted siempre quiso saber de su jubilación y nunca se animó a preguntar*. Buenos Aires: Paidós.
- Iacub, R. (2016). *Identidad y envejecimiento*. Buenos Aires: Paidós.
- Instituto Nacional de Estadística. (2018). Indicadores demográficos. Recuperado de http://www.ine.gub.uy/c/document_library/get_file?uuid=a70bf11d-a2a0-4f26-aadb-fe4df9b5fc8b&groupId=10181
- Jiménez Bentancourt, E. (2008). El proyecto de vida en el adulto mayor. *MEDISAN*, 12(2).
- Lehr, U. (1994). La calidad de vida de la tercera edad: una labor individual y social. En J. Buendía (Ed.) *Envejecimiento y psicología de la salud*. (pp.353-372). Madrid: Siglo XXI.
- Limón, M. (1993). La preparación a la jubilación: nueva ocupación del tiempo. *Revista Complutense de Educación*, 4(1), 53-67.
- Lizaso, I., Sánchez de Miguel, M. y Reizábal, L. (2008). Factores psicológicos y salud asociados con un nuevo perfil de jubilados. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 24(3), 303-324.
- Madrid, A. y Garcés, E. (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 la Psicología*, 16, 87-89.

- Martín, W., López, E., Miranda, C. y Díaz, D. (2001). *Metodología de la Investigación. Maestría en Manejo Integral de Zonas Costeras*. Cienfuegos: Editorial de la Universidad de Cienfuegos.
- Martinson M, Berridge C. (2014). Successful aging and its discontents: A systematic review of the social gerontology literature. *Gerontologist*, 1, 12-13
- McCartney, P. y Lennon, J. (1965). Nowhere man. En *Rubber Soul* [LP]. Londres: EMI Studios.
- Ministerio de Desarrollo Social del Uruguay. (2012). Plan Nacional de Envejecimiento y Vejez 2013-2015. Recuperado de <http://dspace.mides.gub.uy:8080/xmlui/handle/123456789/945>
- Ministerio de Desarrollo Social del Uruguay. (2016). Segundo Plan Nacional de Envejecimiento y Vejez 2016-2019. Recuperado de <http://dspace.mides.gub.uy:8080/xmlui/handle/123456789/946>
- Moragas, R. (1989). *La jubilación. Un enfoque positivo*. Barcelona: Grijalbo.
- Moya, M. (2013). Genealogía de una vejez no anunciada: biopolítica de los cuerpos envejecidos o del advenimiento de la gerontogubernamentalidad. *Polis, Revista Latinoamericana*, 12(36), 431-451.
- Neugarten, B. (1973). Personality change in late life: A developmental perspective. En J. Birren y W. Schaie (Eds.), *The psychology of adult development and aging*. (pp. 311-335). Washington: American Psychological Association.
- Organización de los Estados Americanos (2015). Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos de las Personas Mayores. Recuperado de http://www.oas.org/es/sla/ddi/tratados_multilaterales_interamericanos_a-70_derechos_humanos_personas_mayores.asp#:~:text=El%20objeto%20de%20la%20Convenci%C3%B3n,y%20participaci%C3%B3n%20en%20la%20sociedad.
- Organización Mundial de la Salud (2016). Uruguay, perfil de país. Recuperado de <https://www.who.int/countries/ury/es/>
- Paredes, M.; Ciarniello, M. Y Brunet, N. (2010). *Indicadores sociodemográficos de envejecimiento y vejez en Uruguay: una perspectiva comparada en el contexto latinoamericano*. Montevideo: Lucida.

- Paredes, M., Ríos, A. y Carbajal, M. (2018, octubre). *Personas mayores y jubilación en Uruguay: políticas públicas y características del proceso jubilatorio en perspectiva comparada*. Conferencia dictada en VIII Congreso de la Asociación Latinoamericana de Población, ALAP, Puebla.
- Patton, M. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. California: Sage.
- Pérez Fernández, R. (2011). La construcción subjetiva del envejecimiento. Proyecto de vida e imaginario social en la clínica psicológica con mayores. En: F. Quintanar (Coord.), *Atención psicológica de las personas mayores. Investigación y experiencias en psicología del envejecimiento* (pp. 279-299). México DF: Pax.
- Petretto, D., Pili, R., Gaviano, L., Matos, C. y Zuddas, C. (2016). Envejecimiento activo y de éxito o saludable: una breve historia de modelos conceptuales. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*, 51, 229-241.
- Uruguay (2016, setiembre 08). Ley nº 19.430: Aprobación de la Convención Interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores. Recuperado de <https://www.impo.com.uy/bases/leyes/19430-2016>
- Núcleo Interdisciplinario de Estudios sobre la Vejez (2016). Proyecto de convenio entre ONAJPU y la Universidad de la República. Recuperado de https://psico.edu.uy/sites/default/files/2015_CONVENIO%20CON%20ONAJPU.pdf
- Ramos-Esquivel, J., Salinas-García, R.J., Colín-Luna, G.L., Mora-Equihua, A. y Maldonado-Hernández, I. (2012). Representaciones sobre la jubilación y la vejez en personas mayores jubiladas y pensionadas en la Ciudad De Morelia, México. *Revista de Educación y Desarrollo*, 23, 71-79.
- Real Academia Española. (2019). Jubilación. En *Diccionario de la lengua española*. Recuperado de <https://dle.rae.es/jubilaci%C3%B3n>
- Real Academia Española. (2019). Vejez. En *Diccionario de la lengua española*. Recuperado de <https://dle.rae.es/vejez>
- Rodrigues, R.; Mendes, M.; Zanetti, M.; Nogueira, M.; Azoubel, L. y Chaguri, A. (1997). La vivencia de un grupo de jubilados-anciano: Investigación – Acción. *Revista Latino – Americana Enfermagem - Ribeirão Preto*, 5(4), 85-89.

- Rowe, J. y Khan, R. (1987). Human aging: Usual and successful. *Science*, 237, 143-149.
- Rowe, J. y Khan, R. (1997). Successful Aging. *The Gerontologist*, 4, 433-440.
- Sahagún, M., Hermsillo, A. y Selva, C. (2014). La jubilación, hito de la vejez: revisión de aproximaciones psicosociales recientes. *Quaderns de Psicologia*, 16(2), 27-41.
- Sampieri, R.H.; Fernández, C.; y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. México D.F.: Mc. Graw Hill Education.
- Sirlin, C. (2007). La jubilación como situación de cambio: La preparación para la jubilación como acción estratégica para su abordaje. En *Comentarios de Seguridad Social*, 16.
- Tarryn, D., Earl, J. y Muratore, A. (2010). Ampliación del modelo integrado de ajuste de la jubilación: incorporación del dominio y la planificación de la jubilación. *Revista de comportamiento vocacional*, 77(2), 279-289.
- Taylor, S. y Bogdan, R. (1994). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona: Paidós.
- Valles, M. (1999). *Técnicas cualitativas de investigación social. Reflexión metodológica y práctica profesional*. Madrid: Síntesis.
- Yeung, D. y Zhou, X. (2017). Planificación de la jubilación: efecto longitudinal sobre los recursos de jubilación y el bienestar posterior a la jubilación. *Frontiers in Psychology*, 8, 1-14.
- Zarebski, G. (2008). *Padres de mis Hijos ¿Padres de mis Padres?* Buenos Aires: Paidós.
- Zarebski, G. y Marconi, A. (2017). *Inventarios de Factores Psíquicos Protectores para el Envejecimiento*. Moldova: Académica Española.