

La jubilación como un factor de estrés psicosocial. Un análisis de los trabajos científicos de las últimas décadas

Hermida, Paula*
Stefani, Dorina

Resumen

La presente revisión bibliográfica tiene por objetivo exponer los hallazgos de diversos estudios, llevados a cabo entre 1978 y 2009, sobre el complejo fenómeno de la jubilación y su impacto en la salud. Se tienen en cuenta, también, como variables relevantes implicadas en este proceso, las redes de apoyo social, propuestas por el modelo de estrés psicológico, y el género y las actitudes hacia la jubilación, como variables externas a dicho modelo.

La localización del material bibliográfico fue efectuada a través de una estrategia de búsqueda en bases de datos. Dicha búsqueda electrónica fue completada con una de índole manual, a partir de las listas de referencias de los trabajos elegidos en bibliotecas de instituciones educativas y públicas. Fueron consultados 98 artículos publicados en revistas científicas, libros y tesis, de los cuales se seleccionaron 62, de acuerdo a la pertinencia en relación al tema objetivo del presente trabajo.

Sobre la base de los resultados obtenidos a través del análisis de contenido, se plantea que, de acuerdo al modelo de estrés psicológico, la jubilación resulta un factor de estrés psicosocial para el adulto mayor, pudiendo contribuir en el desarrollo de algún trastorno psicofisiológico. Intervienen en este proceso las actitudes hacia la jubilación, las redes de apoyo social y el género.

Palabras clave: Jubilación-Estrés-Adultos mayores-Género-Actitud-Redes de apoyo social

Retirement as a psychosocial stress factor. an analysis of scientific research conducted in the last decades

Abstract

The present review aims to present the findings of various studies, conducted from 1978 to 2009, on the complex phenomenon of retirement and its health impact. It also takes into account relevant variables involved in this process, such as social support networks, proposed by the psychological stress model, gender and attitudes to retirement, as external variables of that model.

Bibliographical material was located by means of the implementation of a strategy of database search. The electronic search was complemented by one of manual nature, starting from the reference lists of the selected researches, in libraries of public educational institutions. From the 98 consulted articles published in scientific journals, books and dissertations, 62 were selected, according to their relevance in relation to the subject of this review.

Based on the results obtained through the content analysis, according to the model of psychological stress, it is concluded that retirement becomes a factor of psychosocial stress for elders and may contribute to the development of some psychophysiological disorder. Attitudes to retirement, social support networks and gender are involved in this process.

Key words: Retirement-Stress-Gender-Attitude-Social support networks-Older adults

Introducción

El aumento poblacional cada vez más acelerado de sujetos mayores de 60 años constituye uno de los más importantes de nuestra era. La República Argentina resulta un claro exponente de este fenómeno. Al realizar una comparación entre los años 1869 y 2001, se observa que la población conformada por mayores de 65 años ha pasado de representar un 2,2% a un 9,9% de la población total (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, 2001). Asimismo, la esperanza de vida en este período se ha modificado, pasando de 32,9 a 73,8 años de edad. Entre el año 2004 y 2008 el número de jubilados mayores a 60 años en nuestro país pasó de 1.602.514 a

3.420.659 (Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2008).

De forma arbitraria, se considera que los 60 o 65 años marcan el inicio de la vejez. A nivel social, esto se asocia al momento de jubilarse, debido a que en las sociedades modernas productoras las edades y los ciclos vitales se organizan de acuerdo a la división del trabajo (Mishara & Riedel, 1986). Al tener en cuenta la centralidad que el trabajo tiene en nuestra sociedad, se considera que la pérdida del mismo, a través de la jubilación, resulta potencialmente estresante para el individuo.

Desde el modelo de estrés psicológico presentado por Lazarus y Folkman (1984), se plantea que la

* Instituto de Investigaciones Cardiológicas "Prof. Dr. Alberto C. Taquini" (ININCA) UBA - CONICET. Marcelo T. de Alvear 2270 (C1122AAJ). Capital Federal. Argentina. Teléfono: 011-4508-3630. E-mail: paulahermida@conicet.gov.ar

jubilación puede tener un impacto negativo en la salud del individuo, tal como, por ejemplo, el desarrollo de trastornos psicofisiológicos. Estos autores plantean que las redes de apoyo social, así como las conductas adaptativas del individuo frente al estrés, modulan dicho impacto. Se considera que existen también otras variables que probablemente intervengan en esta relación, tales como el género y la actitud hacia la jubilación, ambas pertenecientes a la dimensión sociocultural del fenómeno

Objetivo

El propósito de esta revisión bibliográfica es presentar los hallazgos de las últimas décadas, entre 1978 y 2009, obtenidos a partir de diversos estudios científicos sobre el complejo fenómeno de la jubilación y su impacto en la salud psicofísica del adulto mayor, desarrollándose, por ejemplo, algún trastorno psicofisiológico. Se tienen en cuenta, también, como variables relevantes implicadas en este proceso, las redes de apoyo social propuestas por el modelo de estrés psicológico, y las variables género y actitud del adulto mayor hacia la jubilación, ambas externas a dicho modelo.

Método

La localización del material bibliográfico generado entre los años 1978 y 2009, fue efectuada a través de una estrategia de búsqueda en las bases de datos Redalyc (Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal), Dialnet (de la Universidad de la Rioja, España), MEDLINE (de "National Library of Medicine"), Oxford Journals (de "Oxford University Press") y la Social Psychology Network. Las palabras claves utilizadas fueron: trastornos psicofisiológicos, estrés, jubilación, retiro, género, redes de apoyo social y actitudes. Dicha búsqueda electrónica fue completada, a partir de las listas de referencias de los trabajos elegidos, con una de índole manual en bibliotecas de instituciones educativas y públicas, tales como la de Facultad de Psicología y la de Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires. Fueron consultados 98 artículos publicados en revistas científicas, libros y tesis, de los cuales se seleccionaron 62 de acuerdo a la pertinencia en relación al tema objetivo del presente trabajo.

Resultados

El material bibliográfico seleccionado y evaluado en forma cualitativa fue sistematizado en seis ejes temáticos, con la finalidad de poder analizar y explorar cada uno de los tópicos que intervienen en el objetivo planteado, que se presentan a continuación:

Envejecimiento Humano

Los avances de la ciencia han dado lugar a un aumento de la esperanza de vida. De acuerdo a datos

proporcionados por el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC), en el año 2004 en la República Argentina había un total de 1.602.514 jubilados mayores de sesenta años, mientras que en el año 2008 este número pasó a ser de 3.420.659 jubilados, incrementándose en más del doble (Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2008). En relación a esto, en países desarrollados, tales como Alemania y Suiza, ya se observa una inversión de la pirámide poblacional.

Las personas mayores constituyen, así, un sector poblacional de importancia, que presiona a la sociedad para que se le garantice una buena calidad de vida, el desempeño de "roles" que den sentido a su existencia y actitudes positivas que modifiquen la marginalidad social a la que están sometidos (Stefani, 2005; Stefani & Rodríguez Feijóo, 1988). De esta forma, se inicia en el pensamiento social una imagen de la vejez asociada con la oportunidad para desarrollar nuevos modos de encarar la vida, con la productividad o vejez productiva, en la que los ancianos constituyen un recurso productivo aprovechable con fines sociales (Riley & Riley, 1994; Sicker, 1994). Sin embargo, esta fuente de capacidades y posibilidades se enfrenta, en el momento actual, con la falta de políticas sociales y educativas que proporcionen alternativas concretas de participación para la población anciana (García, 2000). Así, la vejez plantea un importante problema social, debiendo garantizarse el bienestar a esta población (Buendía, 1994).

Por otra parte, desde inicios del siglo XX hasta la actualidad, se fueron generando una serie de concepciones acerca del envejecimiento y la vejez, que pueden ser incluidas en dos grandes categorías opuestas: el modelo deficitario y el modelo de desarrollo. Al principio del siglo XX, predominaba el primero de estos modelos, a partir del cual el imaginario social históricamente dominante, asociaba a la vejez con "deterioro", "ruptura" y "carga social". Se instalaba en este entonces el modelo biomédico, cuyo corolario social fue el rechazo y la marginación de la vejez por lo que significa: enfermedad, fealdad y muerte (Stefani, 2000; Alba, 1992). A partir de la Teoría del Ciclo Vital o del Desarrollo acerca de la vejez, el envejecimiento humano es considerado como un proceso que comienza con el nacimiento del sujeto y que a lo largo de la vida adulta se combina con diversos procesos de maduración y desarrollo. Este enfoque amplía la mirada propia de la Gerontología tradicional, que se centraba únicamente en los factores biológicos. Afirma que, a lo largo de la vida, el desarrollo es constante e intervienen diferentes variables: a) las normativas que se encuentran relacionadas con la edad, es decir factores biológicos y sociales que más se relacionan con la etapa propia del sujeto, b) aquellas relacionadas con la historia, que tienen que ver con el contexto sociocultural, momento temporal e histórico puntual, en el que el sujeto se encuentra inmerso y c) las no normativas, que son aquellas vinculadas con la propia historia o recorrido, es decir las variables psicológicas (Baltes, Rees y Lipsitt, 1980).

El envejecimiento es concebido en general desde diferentes perspectivas en relación a la edad cronológica.

Se considera, de forma arbitraria, que la edad de jubilación, que se encuentra entre los 60 o 65 años, marca el inicio de la vejez. Si bien esta concepción no contempla los factores propios del sujeto y su entorno social, resulta la más aceptada por la sociedad. Desde esta perspectiva, los sujetos al cumplir esta edad entran en una etapa que se caracteriza por importantes pérdidas de capacidades psíquicas y cognitivas (Mishara & Riedel, 1986). Sin embargo, tal como se desarrolló anteriormente, el envejecimiento es un proceso evolutivo gradual. Considerar a la vejez de acuerdo a una perspectiva cronológica resultaría insuficiente, ya que la edad constituye un dato importante, pero no determina la condición de la persona (Moragas Moragas, 1991). En relación a esto, algunos autores señalan que a partir de los treinta años se observan cambios físicos concretos en el cuerpo de los seres humanos, como la pérdida de aptitudes físicas o también el cambio de textura (Mishara & Riedel, 1986). Neugarten y Danan (1973), por su lado, dividen a la vejez en dos edades: jóvenes-vejos (55 a 75 años) y viejos-vejos (a partir de los 75 años). Desde este enfoque del ciclo vital, el pasaje de una etapa a la otra está dado por la pérdida del estado de salud y el proceso de dependencia, los cuales no dependen de tener una edad específica, sino de otros factores, tales como la historia individual y el contexto cultural del individuo.

Por último, en las sociedades modernas productoras, las etapas del ciclo vital se organizan de acuerdo a cómo se divide socialmente el trabajo. Se considera que un sujeto pasa a ser un adulto mayor a partir de la jubilación, es decir, del momento en que deja de ser un trabajador activo. De esta forma, envejecer consiste en aprender nuevos roles y enfrentarse a nuevas situaciones sociales. La persona mayor debe permanecer activa, encontrando roles sustitutos a aquellos que ya no puede desarrollar (Buendía, 1994).

Trabajo y Jubilación

Trabajar es una práctica humana que produce y condiciona la subjetividad de los individuos. Su complejidad permite realizar un análisis desde cuatro perspectivas: el trabajo como actividad, como situación, como significado y como fenómeno social (Peiró & Prieto, 1996). De este modo, trabajar no es simplemente realizar una actividad en un determinado contexto, sino que también es una acción que posee diferentes significados para el sujeto, implicando a la vez un fenómeno social, donde el individuo estructura su identidad en relación con los que lo rodean.

En esta relación, el sujeto realiza un intercambio, en el que por su esfuerzo (psíquico y físico) y el uso de diversos recursos, recibe una gratificación (Peiró & Prieto, 1996). Esta compensación no es simplemente del orden material (dinero o bienes), sino de orden psicológico y social: el sujeto al realizar su tarea recibe el reconocimiento de sus pares y superiores (Schvarstein & Leopold, 2005; Dessors & Guiho-Bailly, 1998). Resulta, entonces, una relación estructurante entre el sujeto y el trabajo, cuya ruptura tendrá un fuerte impacto en la

subjetividad del individuo. La pérdida del trabajo representará un quiebre en sus funciones manifiestas, como el salario, y las latentes, como la posibilidad de vincularse con otras personas y ocupar un lugar determinado en la sociedad. (Jahoda, 1979).

El pasaje hacia la sociedad industrial, a partir el siglo XIX, enmarca la aparición de la jubilación. Con la previa existencia de la empresa familiar, el sujeto trabajaba hasta que su salud se lo permitiera, cambiando, a medida que pasaban los años, su rol en el proceso productivo. La industrialización, lleva a que las familias ya no tengan control en el proceso productivo, quedando el sujeto desprotegido al llegar a la tercera edad, por ser considerado no apto en tanto mano de obra. A fines del siglo XIX y comienzos del siglo XX, se comienza a regularizar la pensión jubilatoria como una forma de retribución a los adultos mayores que han trabajado durante su adultez (Agulló Tomás, 2001; Limón Mendizábal, 1993).

De esta forma, se puede definir a la jubilación como la acción por medio de la cual un trabajador activo pasa a una situación de inactividad laboral, de acuerdo a las edades determinadas por la legislación vigente. Asimismo, entre otros factores, es uno de los principales eventos que marcan, en nuestra sociedad, el inicio de la vejez (Pérez Ortiz, 2006).

Estrés y Trastornos Psicofisiológicos

Los profesionales de la Medicina Psicosomática y de la Medicina Conductual, en acuerdo con los del área de la Psicología de la Salud apoyan, en su gran mayoría, la aproximación multicausal de la enfermedad bajo el concepto de trastorno psicofisiológico, por sobre el concepto de enfermedad psicosomática. En esta categoría se incluyen las alteraciones físicas que son provocadas, agravadas o perpetuadas por factores psicológicos y psicosociales. (Cano Vindel & Miguel Tobal, 2002; Miguel Tobal, Cano Vindel, Casado Morales & Escalona Martínez, 1994; Gatchel, Baum & Krantz, 1989).

Este enfoque sostiene la necesidad de transformar el modelo médico tradicional en un modelo biopsicosocial que tenga en cuenta que en la aparición y desarrollo de las enfermedades influyen no sólo los factores biológicos, sino también los sociales, psicológicos y conductuales (Casado Morales, 1996).

Al respecto, diversos estudios (Cockerham, 2001; Wheaton, 1996) han comprobado que las situaciones sociales pueden causar altos niveles de estrés y generan el desarrollo de diferentes tipos de alteraciones, tales como las cardiovasculares, respiratorias e inmunológicas. Sandín (2003) propone tres formas principales de estresores sociales: los sucesos vitales, el estrés de rol y las contrariedades cotidianas. Aclara, sin embargo, que estos estresores sociales no afectan a todas las personas por igual: el estrés es el resultado de una relación entre el individuo y el ambiente que lo rodea, donde se ponen en juego determinadas variables que intervienen en dicha relación. González Rivera (1991) propone agrupar estas variables en tres grandes grupos. Un primer grupo es el

de los factores externos, conformados por aquellas características propias del medio ambiente que pueden alterar el equilibrio del medio interno del individuo, por ejemplo la jubilación como un suceso vital. El segundo grupo es el de los factores internos, que son aquellas variables propias del sujeto, como por ejemplo la actitud hacia la jubilación. Finalmente, el tercer grupo es el de los factores moduladores, que son aquellas características, tanto del medio como propias del individuo, que no están directamente relacionadas con la inducción o la respuesta del estrés, pero que, sin embargo, condicionan o modulan la interacción entre factores externos e internos, tal como las redes de apoyo social.

La jubilación es considerada entonces un suceso vital, ya que implica para el sujeto un cambio evolutivo que trae aparejadas tanto ganancias como pérdidas. En cuanto a los beneficios, permitiría al jubilado disponer de tiempo para hacer lo que desea, pondría fin a los aspectos que le resultaban incómodos de su trabajo retribuido y permitiría fortalecer sus vínculos en la vida cotidiana con amigos y familiares (Corteza, 1990).

Por otro lado, la jubilación trae aparejadas rupturas, que pueden resultar factores estresantes para el individuo. En primer lugar, el sujeto abandona las tareas laborales que formaban parte de su rutina, debiendo encontrar un nuevo uso para el tiempo libre. De esta forma, abandona aquel rol que ocupó durante gran parte de la vida adulta (rol laboral o de proveedor) para dar lugar a un nuevo rol a construir (Téllez Rivera & Reyes Montoya, 2004; Biancotti et.al, 2001). Otra ruptura es la de la pérdida de redes de apoyo social: visto que el trabajo funciona como un lugar de intercambio social, donde el sujeto estructura su identidad a lo largo de gran parte de la vida adulta, la jubilación llevaría a perder contacto, lo que podría fomentar al aislamiento (Téllez Rivera & Reyes Montoya, 2004; Fandiño Rojas, 2000). Finalmente, una tercera ruptura se daría a nivel económico. La jubilación implicará quedarse por fuera o ver disminuida la posibilidad de consumo que permite el trabajo, lo que posee un gran peso en una sociedad de consumo tal como es la actual (Biancotti et. al., 2001; Fericla, 1992).

Estos factores estresantes indican la importancia de generar un espacio donde los sujetos puedan prepararse para que todos estos cambios no aparezcan de forma abrupta y con consecuencias para la salud, tal como los trastornos psicofisiológicos (Gascón, Olmedo, Bermúdez, García Campayo & Ciccotelli, 2003; Limón Mendizábal, 1993).

Redes de Apoyo Social

El concepto de red social fue ampliamente desarrollado a partir de mediados del siglo XX. Kurt Lewin (1952) desarrolló, en su Teoría de Campo, la gran importancia que las relaciones sociales informales tienen en la vida del individuo. Asimismo, Moreno (1962) elaboró la técnica del sociograma, por la cual se genera un mapa en función de las relaciones en grupos y comunidades.

En relación a esto, Sluzki (1998) introduce el concepto de red social personal. La define como todas aquellas relaciones que un individuo percibe significativas, diferenciadas del resto del conjunto social. Asimismo, el autor propone que esta red se puede sistematizar a través de un mapa que se divide en cuatro cuadrantes: familia, amistades, relaciones laborales y relaciones comunitarias.

Thoits (1986), por su parte, introduce la idea de que las redes sociales pueden dar apoyo a los sujetos de acuerdo al grado en que sus necesidades básicas estén satisfechas en la interacción con estos otros. Este autor se suma a una perspectiva más funcional que concibe a las redes de apoyo social como aquellas que proveen ayuda tanto en lo emocional -afectos, comprensión, estima- como también en lo instrumental -en tareas, en lo económico, otorgando información-. Señala que lo más importante no es el tamaño de la red, sino la satisfacción percibida acerca del apoyo social que esa red le brinda.

La teoría del Efecto Buffer (Cohen 1988) postula que las redes de apoyo social aportarían un efecto amortiguador que disminuiría las respuestas fisiológicas frente al estrés. Al respecto, Lazarus y Folkman (1984) plantean en su modelo transaccional del estrés, que el apoyo social interviene tanto en la evaluación primaria como en la secundaria, que se realiza frente al estímulo estresante. Diversas investigaciones informan que la percepción satisfactoria de las redes de apoyo social amortigua el impacto en la salud, causado por situaciones estresantes, y genera un mayor bienestar subjetivo en el sujeto (Clemente, Tartaglino & Stefani, 2008; Tartaglino, Clemente & Stefani, 2007; Hernández Plaza, Pozo Muñoz, Alonso Morillejo & Martos Méndez, 2005; Jiménez Muro et. al., 1999; Sluzki, 1998; Lin & Ensel, 1986).

Por otra parte, se señala que las redes de apoyo social se modifican de acuerdo a los ciclos vitales. A partir de la adolescencia, las relaciones sociales tienden a incrementarse debido a la salida exogámica del núcleo familiar. Con la llegada de la jubilación, la red social sufre un descenso por la pérdida del trabajo, la finalización de la crianza de los hijos y la muerte de parientes y amigos que la conforman (Meléndez-Moral, Tomás-Miguel & Navarro-Pardo, 2007; Arias, 2001; Sluzki, 1998). De esta forma, la jubilación implica un cambio en las relaciones sociales del sujeto, dado que incluye la pérdida de roles laborales y, a la vez, modificación de los roles familiares. Las actividades habituales del sujeto se verán modificadas de forma tal que el sujeto deberá buscar una nueva posición frente al entorno (Fandiño Rojas, 2000).

En apartados anteriores se ha mencionado que el trabajo es un espacio de intersección entre lo social y lo individual, que favorece la interacción entre las personas y las formas asociativas entre ellas (Schvarstein & Leopold, 2005). Al respecto, Kalish (1983) sostiene que las relaciones sociales que se mantienen en el ámbito laboral son uno de los factores que más inciden en la satisfacción personal, motivo por el cual su pérdida implica un gran quiebre en la vida del sujeto. Así, la percepción satisfactoria del sujeto sobre las redes de

apoyo social en situaciones de pérdida de trabajo, tiene un efecto moderador en el impacto de este evento sobre la salud (Gascón et. al., 2003; Gore, 1978). Se observa, entonces, que las personas que perciben sus redes de apoyo social de forma positiva, tienen en general una actitud más favorable hacia la jubilación (Rodríguez Feijóo, 2007).

Actitud hacia la jubilación

Se considera a la actitud hacia la jubilación como una organización aprendida y duradera de creencias y cogniciones, con una carga afectiva a favor o en contra de la jubilación, que predispone a una acción coherente con las mismas (Rodríguez Feijóo, 1995).

Según Pastor et. al. (2003), los sujetos pueden otorgar a la jubilación diferentes significados: como un descanso, como una nueva etapa, como una pérdida o simplemente serle indiferente. De acuerdo al modelo de estrés planteado por Lazarus y Folkman (1984), esto dependerá también de la evaluación secundaria que el sujeto realice sobre dicho evento en función de los recursos que posee, tales como, por ejemplo, las redes de apoyo social.

Forteza Méndez (1990), por su parte, analiza la actitud hacia la jubilación en trabajadores aún activos y afirma que ésta debe ser considerada en relación a la satisfacción laboral del sujeto. Se presentan cuatro posibles escenarios vinculando ambas variables. Algunos trabajadores que están satisfechos con su trabajo muestran una actitud negativa hacia la jubilación por tener que dejar de hacer aquello que les agrada. Otros, también satisfechos con su trabajo, muestran una actitud positiva porque consideran que la jubilación les permite disfrutar de otros aspectos que hasta el momento habían tenido que sacrificar. Por otro lado, algunos trabajadores insatisfechos con su trabajo tienen una actitud positiva hacia la jubilación, por sentirse aliviados al dejar un trabajo que no les resulta placentero. Pero, otros, insatisfechos con sus tareas, tienen una actitud negativa hacia la jubilación ya que consideran que nunca hicieron lo que hubieran querido. Los resultados señalan que las opiniones y actitudes más optimistas hacia la jubilación se observan en los trabajadores más jóvenes y que, al acercarse el momento de la jubilación, las actitudes resultan predominantemente negativas hacia el evento.

Por último, diversos estudios coinciden en que las actitudes hacia la jubilación tienden a ser más positivas en aquellos sujetos que perciben sus redes de apoyo social de forma satisfactoria y que las mujeres presentan en general actitudes más favorables que los hombres (Hernández Zamora, Ehrenzweig Sánchez & Navarro Hernández, 2009; Rodríguez Feijóo, 2007; Madrid García & Garcés de los Fayos Ruiz, 2000). De esto último, se deduce la importancia de realizar un análisis que contemple la incidencia de la variable género en el complejo fenómeno de la jubilación.

Género y actitud hacia la jubilación

En la sociedad occidental, los estereotipos señalan

que el género masculino se caracteriza por poseer una mayor independencia frente a los inconvenientes, mientras que el género femenino tiene cualidades orientadas hacia otras personas, como el ser sensible, afectuoso y dependiente (Spence, Deaux & Helmreich, 1985). De esta forma, se asocia al género femenino con el rol de cuidador, como extensión del rol reproductivo propio de la función biológica de la mujer (World Health Organization, 1998; Ochotorena & Torres Gómez de Cádiz Aguilera, 1990).

Asimismo, las tareas realizadas en el ámbito laboral tienen un correlato con los roles socialmente esperados para cada género. Las tareas que implican fuerza y destreza física, como por ejemplo las del ámbito de la construcción, son llevadas a cabo por hombres. Por otro lado, el rol de cuidador propio del género femenino determina, generalmente, que las tareas propias del trabajo de oficina, servicio doméstico o enfermería sean realizadas por mujeres (Castañeda Abascal, 2007; World Health Organization, 1998).

Las mujeres tienden, entonces, a desempeñar en simultáneo un rol productivo en el ámbito público o laboral y un rol reproductivo o de cuidado en el ámbito privado o familiar (Castañeda Abascal, 2007; Pérez Ortiz, 2006). Como consecuencia, al dejar de ejercer el rol laboral debido a la jubilación, podrán permanecer ocupando el rol de cuidadoras familiares (Pérez Ortiz, 2006; Stefani, 2004; Téllez Rivera & Reyes Montoya, 2004; Aranda, Pando & Aldrete, 2002). Para el hombre, sin embargo, la jubilación implicaría la construcción de un nuevo rol, diferente al desempeñado durante gran parte de su vida adulta. En consecuencia, las mujeres manifiestan en general actitudes más favorables que los hombres frente a la jubilación (Rodríguez Feijóo, 2007).

Conclusiones

A través del análisis de contenido de la bibliografía seleccionada, se concluye que:

- El incremento demográfico de la población de adultos mayores, debido principalmente al aumento de la esperanza de vida, convierte a este grupo etario en un importante problema social. Se debe garantizar el bienestar a este segmento de la población.
- Si bien existen diversas teorías y enfoques acerca de la vejez, se concibe socialmente que el inicio de este ciclo vital se da a partir de la jubilación del sujeto.
- El trabajo ocupa una posición central en la construcción de la subjetividad. A partir del modelo de estrés psicológico planteado por Lazarus y Folkman, se considera a la jubilación un factor psicosocial potencialmente estresante, que puede tener consecuencias desfavorables para la salud humana. Estas alteraciones físicas o psíquicas, que son provocadas, agravadas o perpetuadas por factores psicológicos y psicosociales, son definidas como trastornos psicofisiológicos.
- Las redes de apoyo social eficaces para el individuo amortiguan el impacto en su salud,

causado por la tensión que le genera enfrentar situaciones, cuyas demandas superan sus recursos internos y externos. Dado que la jubilación implica un retraimiento de las relaciones sociales, esta situación expone al adulto mayor a niveles más altos de vulnerabilidad social.

- Diversos estudios que indagan empíricamente las actitudes de los sujetos hacia la jubilación coinciden en que, a medida que el sujeto se va

acercando hacia el momento de jubilarse, su actitud hacia dicho evento se va transformando en negativa.

- El género determina las percepciones sociales y los roles del campo laboral. De esta forma, influye tanto en la forma de percibir la pérdida de trabajo como en la actitud hacia la jubilación. Al respecto, las mujeres manifiestan actitudes menos desfavorables que los hombres.

Referencias

- Agulló Tomás, M. S. (2001). *Mayores, actividad y trabajo en el proceso de envejecimiento y jubilación: una aproximación psico-sociológica*. Madrid: Imsero.
- Alba, V. (1992). *Historia social de la vejez*. Barcelona: Laertes.
- Aranda, C., Pando, M. & Aldrete, M. (2002). Jubilación, trastornos psicológicos y redes sociales de apoyo en el adulto mayor jubilado. *Revista de Psiquiatría de La Facultad de Medicina de Barcelona*, 29 (3), 169-174.
- Arias, C. (2001). *Red de apoyo social y bienestar psicológico en personas de edad*. Tesis de Maestría no publicada. Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina.
- Baltes, P. B.; Reese, H. W., & Lipsitt, L. P. (1980). Life-span developmental psychology. *Annual Review of Psychology*, 31, 65-110.
- Biancotti, C., Katz, M., Macotinsky, G., Malvicini, C., Mingorance, D., Paradelo, C., Vazzano, L. (2001). Exclusión laboral y reorganización psíquica en el adulto mayor. *Cuadernos de Gerontología: Asociación Gerontológica de Buenos Aires (AGEBA)*, 12 (13), 69-73.
- Buendía, J. (comp.) (1994). *Envejecimiento y psicología de la salud*. Madrid: Siglo XXI Editores.
- Cano Vindel, A. & Miguel Tobal, JJ. (2002) *Emociones Negativas (Ansiedad, Depresión e Ira) y Salud*. I Congreso Virtual de Psiquiatría. Recuperado el 30 de julio de 2010 de http://www.psiquiatria.com/congreso/mesas/mesa28/conferencias/28_ci_a.htm
- Casado Morales, M.I. (1996). Psicología y salud. Emociones y enfermedad: una relación compleja e indisoluble. *Boletín de la Sociedad Española para el estudio de la ansiedad y el estrés*, 5. Recuperado el 5 de abril de 2010, de <http://www.ucm.es/info/seas/Boletine/boseas05.htm>.
- Castañeda Abascal, I.E. (2007). Reflexiones teóricas sobre las diferencias en salud atribuibles al género. *Revista cubana de salud pública*, 33 (2). Recuperado el 26 de abril de 2010, de <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=21433211>.
- Clemente, M. A., Tartaglini, M. F. & Stefani, D. (2008). Apoyo social, bienestar psicológico y salud percibida en personas de edad. *Perspectivas en Psicología. Rev. Psicología y Ciencias Afines*, 5 (2), 47-53.
- Cockerham, W.C. (2001). *Handbook of medical sociology*. Nueva York: Prentice-Hall.
- Cohen, S. (1988). Psychosocial models of the role of social support in the etiology of physical diseases. *Health Psychology*, 7 (3), 269-297.
- Corteza (1990). La preparación para el retiro. *Anales de Psicología*, 6 (2), 101-114.
- Dessors, D. & Guiho-Bailly, M-P. (Comps.) (1998). *Organización del trabajo y salud: de la psicopatología a la psicodinámica del trabajo*. Buenos Aires: Lumen/Hvmanitas
- Fandiño Rojas, D. (2000). Jubilación: cambios en las relaciones sociales. *Revista anales en gerontología*, 2, 31-42.
- Fericgla, J. M. (1992). *Envejecer. Una antropología de la ancianidad*. Barcelona: Anthropos.
- Forteza Méndez, J.A. (1990). La preparación para el retiro. *Anales de Psicología*, 6 (2), 101-114.
- García, A.V.M (2000). Diez visiones sobre la vejez: Del enfoque deficitario y de deterioro al enfoque positivo. *Revista de Educación*, 323, 161-182.
- Gascón, S., Olmedo, M., Bermúdez, J., García Campayo, J. & Ciccotelli, H. (2003). Estrés por desempleo y salud. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace*, 66, 9-18.
- Gatchel, R. J., Baum, A. & Krantz, D. S. (1989). *An Introduction to Health Psychology*. New York: McGraw Hill.
- González de Rivera (1991). Factores de estrés y vulnerabilidad a la enfermedad. *Monografías de Psiquiatría*, 3 (3), 35-40.
- Gore, S. (1978). The effect of social support in moderating the health consequences of unemployment. *Journal of Health and Social Behavior*, 19, 157-165.
- Hernández Plaza, S., Pozo Muñoz, C., Alonso Morillejo, E. & Martos Méndez, M.J. (2005). Estructura y funciones del apoyo social en un colectivo de inmigrantes marroquíes. *Anales de Psicología*, 21 (2), 304-315.
- Hernández Zamora, Z.E., Ehrenzweig Sánchez, Y. & Navarro Hernández, A.M. (2009). Factores psicológicos, demográficos y sociales asociados al estrés y a la Personalidad Resistente en adultos mayores. *Pensamiento Psicológico*, 5 (12), 13-28.
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (2001). *Indicadores demográficos seleccionados para fechas censales. Total del país. Años 1869-2001*. Buenos Aires, Argentina. Recuperado el 04 de noviembre de 2010, de <http://www.indec.mecon.ar/>
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (2008). *Beneficios del Sistema Nacional del Régimen de Reparto por tipo de beneficio, según grupo de edad y sexo de los beneficiarios. Total del país. Diciembre de 2004-2008*. Buenos Aires, Argentina. Recuperado el 15 de julio de 2010, de <http://www.indec.mecon.ar/>
- Jahoda, M. (1979). The impact of unemployment in the 1930's and the 1970's. *Bulletin of the British Psychological Society*, 32,

309-314.

- Jiménez Muro, M., Gómez Pajuelo, C., Sáenz de la Calzada, C., del Campo Urbano, S., Lacasa Rivero J. L. & Pombo Jiménez, M. (1999). Calidad de vida y apoyo social en pacientes con infarto agudo de miocardio no complicado. *Revista Española de Cardiología*, 62(7), 462-474.
- Kalish, R. (1983). *La vejez. Perspectivas sobre el desarrollo humano*. Madrid: Pirámide.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- Lewin, K. (1952). *Field theory in social science*. Dorwin Carwright London: Tavistock Publications.
- Limón Mendizábal, M. R. (1993). La preparación a la jubilación: nueva ocupación del tiempo. *Revista Complutense de Educación*, 4(1), 53-67.
- Lin, N. & Ensel, W.M. (1986). *Social support, life events and depression*. Londres: Academic Press.
- Madrid García, A.J & Garcés de los Fayos Ruiz, E.J. (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.
- Meléndez-Moral, J.C.; Tomás-Miguel, J. M. & Navarro-Pardo, E. (2007). Análisis de las redes sociales en la vejez a través de la entrevista Manheim. *Rev. Salud Pública de México*, 49(6), 408-414.
- Miguel Tobal, J., Cano Vindel, A., Casado Morales, M. & Escalona Martínez, A. (1994). Emociones e hipertensión. Implantación de un programa cognitivo-conductual en pacientes hipertensos. *Anales de Psicología*, 10(2), 199-216.
- Mishara, B.L. & Riedel, R.G. (1986). *El proceso de envejecimiento*. Madrid: Ediciones Morata S.A.
- Moragas Moragas, R. (1991). *Gerontología Social. Envejecimiento y calidad de vida*. Barcelona: Editorial Herder
- Moreno, J.L. (1962). *Fundamentos de la Sociometría*. Buenos Aires: Paidós.
- Neugarten, B.L. & Danan, N. (1973). Sociological perspectives on the life cycle. En: P.B. Baltes & K.W. Schaie (Eds.). *Life-span development psychology: Personality and socialization* (pp. 52-69). Nueva York: Academic Press.
- Ochotorena, J. & Torres Gómez de Cádiz Aguilera, B. (1990). Sintomatología depresiva en la mujer: influencia del rol sexual y del estatus laboral. *Revista de Psicología Social*, 5(1), 43-59.
- Pastor, E., Villar, F., Boada, J., López S., Varea, M. D. & Zaplana, T. (2003). Significados asociados a la jubilación e influencia con la actividad de ocio y la ética del trabajo. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 13(1), 15-22.
- Peiró, J. M. & Prieto, F. (1996). *Tratado de Psicología del Trabajo* (vol I & II). Madrid: Síntesis.
- Pérez Ortiz, L (2006). Jubilación, género y envejecimiento. En J. Giró Miranda (Coord.) *Envejecimiento activo, envejecimiento en positivo* (pp.89-112). España: Breogán.
- Riley, W.J. & Riley, W.M. (1994). Más allá del concepto de vejez productiva. Cambios en las vidas y en las estructuras sociales. *Revista Gerontología*, 3, 202-206.
- Rodríguez Feijóo, N. (1995). Estudio de la influencia de variables sociodemográficas y psicosociales sobre las actitudes hacia la jubilación. *Revista Argentina de Gerontología y Geriatria*, 15(3), 137-144.
- (2007). Actitudes hacia la jubilación. *Interdisciplinaria. Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 24(1), 5-42.
- Sandín, B. (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 3(1), 141-157.
- Schvarstein, L. & Leopold, L. (Eds.) (2005). *Trabajo y subjetividad*. Buenos Aires: Paidós.
- Sicker, M. (1994). La paradoja del concepto de vejez productiva. *Revista Gerontología*, 3, 199-201.
- Sluzki, C. (1998). *La red social: Frontera de la práctica sistémica*. Barcelona: Gidesa.
- Spence, J.T., Deaux, K. & Helmreich, R.L. (1985). Sex roles in contemporary American society. En G. Lindsey y E. Aronson, *Handbook of Social Psychology II*. Nueva York: Random House.
- Stefani, D. & Rodríguez Feijóo, N. (1988). Actitudes hacia la vejez y nivel socioeconómico. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 20, 207-216.
- Stefani, D. (2000). Prejuicios hacia la vejez: Una forma de violencia social. *Revista del Instituto de Investigaciones en Psicología de la Facultad de Psicología*, 5(2), 115-124.
- (2004). Estrés y mecanismos de afrontamiento en la vejez: un análisis a partir del género. *Geriatría: Revista Iberoamericana de Geriatria y Gerontología*, 20(3), 23-27.
- (2005). Participación Social de la persona de edad: un análisis a partir de las creencias acerca del sentido de la vida. *Psico-Logos*, 15, 67-76.
- Tartaglino, M.F., Clemente, M.A. & Stefani, D. (2007) Apoyo social y sentimiento de sobrecarga. Un recurso psicosocial diferencial en cuidadoras de cónyuges con Demencia en estadio leve y moderado. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 16(3), 231-237.
- Téllez Rivera, V. & Reyes Montoya, D. (2004). Jubilación, envejecimiento y espacios alternativos de participación social. *Rev. Santiago*, 104, 102-105.
- Thoits, P. (1986). Social support as coping assistance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 4, 416-423.
- Wheaton, B. (1996). The domains and boudaires of stress concepts. En H.B. Kaplan (Ed.). *Psychosocial stress* (pp. 29-70). San Diego, CA: Academic Press.
- World Health Organization. Women, Health and Development Unit. (1998). *Gender & Health, a Technical Paper*. Recuperado el 30 de septiembre de 2010, de <http://www.who.int/docstore/gender-and-health/pages/WHO%20-%20Gender%20and%20Health%20Technical%20Paper.htm>

Fecha de recepción: 07-02-11

Fecha de aceptación: 28-06-11