

¿JUBILACIÓN Y TIEMPO LIBRE PUEDEN CONVERTIRSE EN UN FACTOR DE VULNERABILIDAD?

Eguidazu Sandra Noemi; Buschi María & Ibañez Alejandra.

seguidazu@yahoo.com.ar

Universidad Argentina de la Empresa.

Resumen

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

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

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

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

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

La transición de ser un trabajador a jubilado es uno de los cambios más significativos que tiene lugar en esa etapa evolutiva, ya que modifica la estructura de las funciones que realiza y lo obliga a asumir un nuevo rol. La mayoría de los trabajadores no se encuentran preparados para afrontar dicho acontecimiento apareciendo de modo arbitrario en sus vidas.

Una de las problemáticas más sobresaliente es la reestructuración del tiempo. Es sabido que las personas jubiladas disponen de más tiempo liberado, entendiendo al mismo como los momentos

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

Los resultados del estudio revelaron que la variable tiempo libre- tiempo liberado relacionados con el significado otorgado a la jubilación, se convierten en una oportunidad de cambio o en un riesgo psíquico. Y advierten la necesidad de confeccionar y aplicar programas preventivos sobre la anticipación y preparación de las personas próximas a jubilarse, como así también contar con estructuras y dispositivos re creativos que posibiliten retomar y/o descubrir intereses, necesidades, deseos para que se conviertan en un nuevo motor y organizador de la vida cotidiana, ayudando al atravesamiento saludable del envejecer.

Palabras clave: Jubilación, Calidad de Vida, Tiempo Libre – Tiempo Liberado.

Retirement and free time can become a source of vulnerability?

Abstract

A descriptive and exploratory research was conducted to know the impact of retirement on the quality of life of people living in the City of Buenos Aires and Gran Buenos Aires.

The sample consists of 185 people, 103 women and 82 men, of which 57 % living in the CBA and 43 % in Gran Buenos Aires.

For this we worked with quali-quantitative methodology that is, individual semi-structured interviews

and two questionnaires also individual application , the questionnaire Meanings about retirement (CSAJ) for understanding the style of living of the subject to the retirement process, and the Brief Questionnaire of Quality of Life (CUBRECAVI).

The retirement process has become an object of study relevant contemporary society, given the rapid demographic changes and increasing life expectancy. This problem required a comprehensive approach due to the changes that occur in socioeconomic status, roles, interpersonal relationships, daily routines and free time. The study results revealed that the time freed freely variable time -related meaning given to retirement, become an opportunity for change or a psychic risk.

Keywords: Retirement, Quality of Life, Free Time - Time Released.

Referencias Bibliográficas:

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

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

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

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

Scaglia, H, Mammana, A (2001): Jubilación y Pérdidas. Buenos Aires. Disponible en: <http://gergogia.net/index.htm>

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

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