

CARACTERIZACIÓN DE LA JUBILACIÓN Y SUS EFECTOS EN LA CALIDAD DE VIDA DE LOS DOCENTES JUBILADOS Y EN PROCESO DE JUBILACIÓN EN EL AMBIENTE UNIVERSITARIO*

CHARACTERIZATION OF RETIREMENT AND ITS IMPACT ON THE QUALITY OF LIFE OF RETIRED PROFESSORS AND IN THE RETIREMENT PROCESS IN THE UNIVERSITY ENVIRONMENT

GLORIA AMPARO GIRALDO ZULUAGA**

GLORIA STELLA ARANGO GIRALDO***

Resumen

En esta investigación se aborda el proceso de jubilación, tanto en docentes jubilados como en docentes en proceso de jubilación universitarios. Además de describir las características del proceso de jubilación, el trabajo indaga por la percepción que de la jubilación tienen los grupos bajo estudio y, por este camino, intenta precisar las secuelas del proceso en su calidad de vida. La investigación se realizó mediante una metodología de enfoque mixto (cuantitativo-cualitativo) y a partir de un procedimiento que alternó una encuesta general y entrevistas complementarias sobre las categorías: jubilación, relaciones familiares, relaciones sociales y calidad de vida (un amplio grupo de indicadores de satisfacción). Se concluyó que un alto número de jubilados se retira completamente de la institución y un significativo grupo de docentes está por hacerlo, con lo cual se pone en riesgo un importante capital humano. A pesar de la percepción, positiva y generalizada, de unos altos niveles de satisfacción y calidad de vida después de la jubilación, se evidencian algunas manifestaciones de confusión frente al proyecto jubilatorio, de temor frente a sus secuelas y de incertidumbre frente a la forma de enfrentarlos y resolverlos.

Además de la caracterización y de la determinación de niveles y calidad de vida en los docentes, el estudio propone unas recomendaciones y un plan o programa general de preparación para la jubilación.

Palabras clave: jubilación, adultos mayores, docentes, efectos, calidad de vida.

* Artículo de investigación.

** Gerontóloga. Licenciada en Filosofía y Letras. Magíster en Educación. Docente Investigadora, Programa de Psicología, Universidad de Manizales. E-mail: gloriamparogz@gmail.com

*** Psicóloga. Especialista en Gerencia Pública. Magíster en Gerencia del Talento Humano. Docente Investigadora, Programa de Psicología, Universidad de Manizales. E-mail: gloria@umanizales.edu.co

Abstract

This research addresses the retirement process, in both, retired professors and professors in retirement process at the University. In addition to describing the characteristics of the retirement process, the paper deals with the perception groups under study have about retirement and, in this way, it attempts to specify the consequences of the process in their quality of life. The research was conducted using a mixed methodology approach (quantitative and qualitative) and from a procedure that alternated a general survey and additional interviews on the following categories: retirement, family relations, social relations and quality of life (a large group of satisfaction indicators). It was concluded that a high number of retirees completely retire from the institution and a significant group of professors are in the process of doing so, which puts in risk an important human capital. Despite the positive and widespread perception of high levels of satisfaction and quality of life after retirement, some confusion in about the retirement project, and fear in front of the consequences and how to face them and solve them are evidenced.

Besides the characterization and determination of standards and quality of life in professors, the study proposes some recommendations and a general plan to prepare for retirement.

Key words: retirement, seniors, teachers, effects, quality of life

1. Introducción

El envejecimiento es uno de los fenómenos de mayor impacto en nuestras sociedades modernas. En primer lugar porque, con los avances científicos, aumentan cada vez más las expectativas y posibilidades de vida de los adultos mayores de nuestra población. En segundo lugar, porque esto dificulta en términos económicos la atención de esta población. Y en tercer lugar, porque en los países subdesarrollados sigue siendo muy bajo el nivel de aseguramiento social de los adultos mayores. En América Latina, “tan sólo 4 de cada 10 personas mayores de 70 años, cuentan con ingresos provenientes de alguna jubilación o pensión” (Romero, 2010: 1).

Lo cierto es que todas estas transformaciones económicas, sociales, culturales y políticas, hacen cada vez más difícil y problemático el bienestar de las personas adultas mayores y, en especial, la de todas aquellas que se enfrentan y/o ingresan al proceso de jubilación.

Para algunas personas mayores la jubilación es una experiencia positiva, oportuna para disfrutar el tiempo libre y liberarse de los compromisos laborales. Para otras, el retiro laboral supone una pérdida de poder adquisitivo y un descenso en la autoestima, pues experimentan el fin de un ciclo vital y con él ven terminadas las percepciones de autoridad y productividad asociadas al trabajo.

Es por esto que, en nuestras búsquedas conceptuales relacionadas con la población de adultos mayores de la institución, encontramos que la jubilación era un tema no solamente poco estudiado en nuestro medio sino de enorme importancia para la comprensión de la vejez y, de manera especial, como insumo para la proposición y consolidación de programas o intervenciones al respecto.

2. Descripción del proyecto

Se desarrolló un estudio de tipo descriptivo-exploratorio, en el cual se abordaron algunas de las características del proceso de jubilación, así como sus implicaciones en la calidad de vida de los docentes jubilados y docentes en proceso de jubilación.

Para el proceso de planeación y producción de métodos e instrumentos, se tuvieron en cuenta cuatro grandes categorías: jubilación, relaciones sociales, relaciones familiares y calidad de vida.

Para los propósitos de la investigación se diseñaron y aplicaron dos tipos de instrumentos: encuestas y entrevistas. Las encuestas, con base en las categorías mencionadas, se diseñaron tanto para docentes activos como para docentes jubilados. En este estudio se intentó una aproximación tanto desde la perspectiva cuantitativa como desde la cualitativa, lo que permitió un análisis descriptivo y comparativo de los resultados.

3. Resultados de la investigación

3.1 Acerca de la jubilación

3.1.1 Percepción de la jubilación (*La jubilación se relaciona con:*)

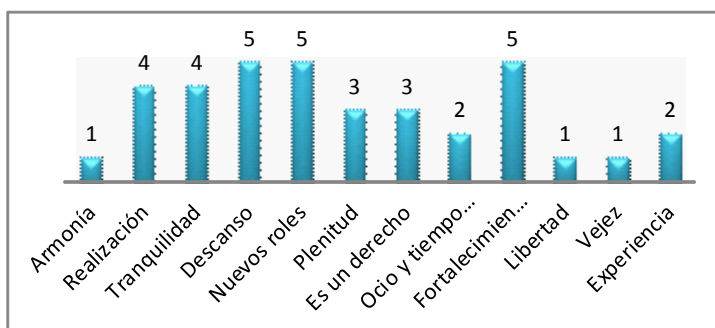


Figura 1. Docentes jubilados. Percepción de la jubilación.

Los docentes jubilados relacionan esta etapa de su vida con aspectos positivos de su existencia. En general, los mayores porcentajes se inclinan a asegurar que la jubilación es una época en donde se fortalecen las relaciones familiares y sociales (14%), una época propicia para el descanso y la asunción de nuevos roles (14%), así como una etapa de tranquilidad y realización (11%). Porcentajes más bajos hacen relación a la jubilación como libertad, armonía y vejez (3,6%, respectivamente).

Los picos descritos y analizados en el gráfico anterior, coinciden con dos tendencias claras: una tendencia a la actividad (orientada e independiente) y otra al simple descanso.

Observando los picos más pequeños, habría que señalar la poca importancia que los entrevistados le dan a conceptos como: ‘ocio’, ‘libertad’ y ‘vejez’. Sin duda estos son temas que exigen una formación y una conciencia más elevadas, pero en el presente estudio (a pesar de que se trata de docentes universitarios) no reciben el interés que se podría esperar.

3.1.2 Percepción de las personas jubiladas (*Las personas jubiladas se pueden catalogar como:*)

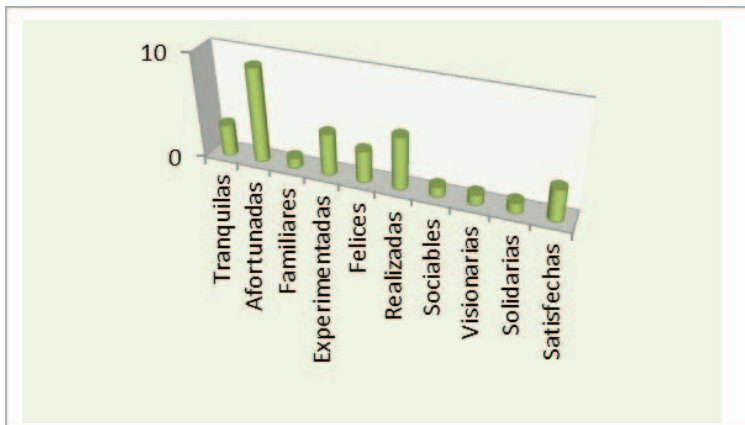


Figura 2. Docentes jubilados. Percepción de las personas jubiladas.

Cuando se le pregunta a los docentes jubilados cómo ‘catalogan’ a las demás personas jubiladas, la respuesta más común (un 25%) coincide en que, frente a las condiciones laborales actuales, los jubilados son personas ‘afortunadas’.

En un 17%, se afirma que se trata de personas ‘realizadas’. Porcentajes menores señalan que los jubilados son personas ‘experimentadas’, ‘satisfechas’ y ‘felices’.

La tendencia más fuerte señala una percepción individualista y economicista de la jubilación. No hay percepciones negativas del retiro, pero tampoco hay percepciones sociales más complejas o elevadas.

De forma general, esto concuerda con lo expresado por Cardona, Estrada y Agudelo (2003) en el sentido de que entre “los aspectos que más le producen preocupación o tensión al adulto mayor, el económico es el que presenta mayor relevancia” (p. 97).

Al consultar a los docentes universitarios sobre lo que piensan acerca de las personas jubiladas, encontramos que consideran a los jubilados como personas ‘tranquilas’ en un 85%, los otros 15% consideran que son ‘afortunadas’, ‘experimentadas’ y ‘satisfechas’.

Desde la perspectiva del docente universitario, se cataloga la jubilación como un proceso hacia la tranquilidad, donde las personas cumplen un ciclo lleno de estrés, reglas, horarios, requisitos, y llegan a uno nuevo en el cual deciden su tiempo, sus actividades, y hacen su vida sin tantas complicaciones.

3.1.3 Seguir trabajando –para docentes en proceso de jubilación– (*¿Le gustaría seguir trabajando?*)

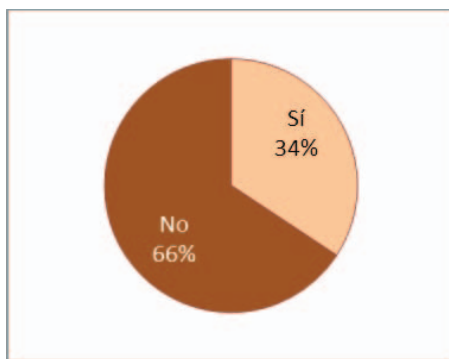


Gráfico 3. Docentes en proceso de jubilación. ¿Seguir trabajando?

Los docentes consideran, en un 66%, que ‘No’ trabajarían más porque consideran que no tienen necesidad y prefieren disfrutar esta nueva etapa como debe ser, sin ningún tipo de presión social. El 34% expresan que ‘Sí’ desean seguir trabajando.

En el estudio de Rodríguez Vergara (2006), se plantea que los jubilados que “disminuyen lentamente sus actividades son quienes tienen una imagen más positiva y alentadora de su futuro y son a quienes se les han brindado más oportunidades de seguir trabajando, o que han sufrido un desvinculamiento más progresivo” (s.p.).

3.1.4 Trabajo actual –para docentes jubilados– (*¿Está trabajando actualmente?*)

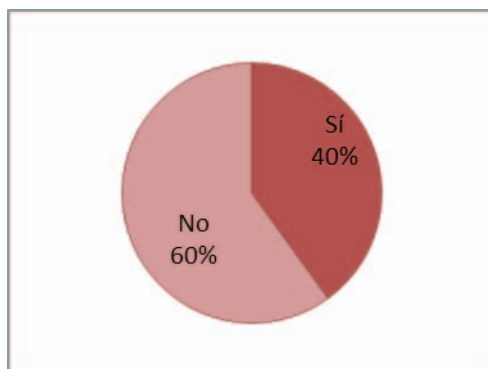


Gráfico 4. Docentes jubilados. Trabajo actual.

De los docentes jubilados, el 60% manifiesta que ‘No’ está trabajando actualmente. Algunos justifican esta situación en el hecho de no tener necesidades económicas o de suplirlas con la pensión. De allí que prefieran disfrutar esta nueva etapa de forma independiente y sin vínculos laborales. La mayoría se dedica a actividades espirituales, a viajes y a asuntos que no impliquen presión social o laboral.

El 40%, por su parte, expresa que todavía siguen trabajando, en buena medida para culminar y responder con compromisos académicos adquiridos previamente. También expresan que trabajan porque esa es una forma de seguir siendo productivos, demostrar lo que saben hacer y seguir ejercitando sus facultades intelectuales.

Es claro que nos hallamos ante dos grandes tendencias y concepciones de la jubilación: una que privilegia el retiro como opción de descanso y otra que mantiene vigente la actividad física e intelectual, solo que a partir de una independencia total o parcial de los vínculos laborales.

3.1.5 Ventajas de la jubilación

La mayoría de los encuestados destaca como ventajas de la jubilación las siguientes: la autonomía personal, la disposición del tiempo libre, la tranquilidad (física y mental) y el hecho de darle un nuevo sentido a la vida.

Otras opciones que se mencionan, en este orden de prioridades, son: la dedicación a otras actividades (culturales y deportivas, sobre todo), el disfrute y la satisfacción de lo logrado, y la seguridad económica.

En menor grado se destacan: las nuevas oportunidades, una mayor productividad y la posibilidad de tener nuevas relaciones sociales.

Se observa, al igual que en otras preguntas, un interés mayor por la 'independencia' y la 'liberación' de ciertas responsabilidades que por el cambio de trabajo o de actividad.

3.1.6 Dificultades de la jubilación

Al indagar por las 'dificultades', encontramos que una gran mayoría de los encuestados **ni** siquiera considera que se presenta algún tipo de dificultad en esta etapa de la vida.

Un porcentaje muy bajo de encuestados alude a la depresión, la enfermedad o la soledad y quienes lo hacen es porque han sufrido la pérdida de su cónyuge.

Otra de las percepciones está dada por la imagen cultural que se tiene sobre la jubilación, más que la percepción de sí mismo. Una imagen cultural negativa, la cual se asocia con enfermedad, déficit y minusvalía y en general con una vida improductiva.

3.1.7 Tipo de cambios (¿Qué tipo de cambios se han producido en su vida a partir de la jubilación?)

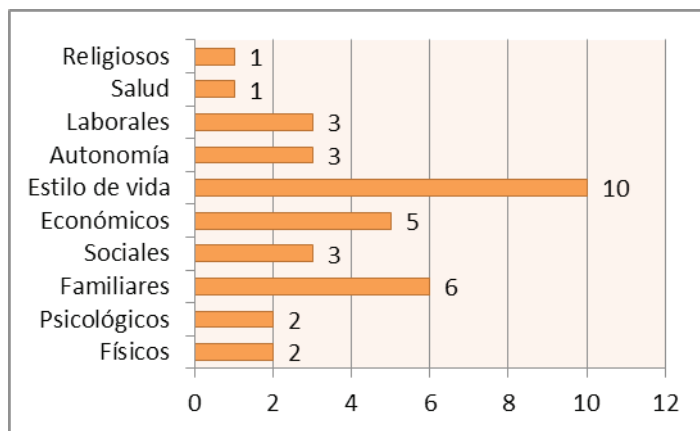


Gráfico 5. Docentes jubilados. Cambios después de la jubilación.

Un 28% de los encuestados asegura que los cambios más significativos que se han producido en su vida, luego de la jubilación o por razón de ella, tienen que ver con el estilo de vida. Un 17% considera que se trata de cambios familiares o relacionados con la vida familiar anterior. Un 14% manifiesta que los cambios son económicos. En porcentajes similares (8%) los encuestados aluden a cambios físicos, sociales y psicológicos.

Cuando hacemos el cruce con género, encontramos que los cambios más significativos que se han presentado con la jubilación incluyen: el estilo de vida (más marcado en mujeres –50%– que en hombres –33,3%–); algunos cambios en la autonomía (sumamente fuertes en mujeres –33,3%– y muy poco percibidos por los hombres –8,3%–); cambios en la parte económica (en un 25% en hombres y en un 16,6% en mujeres).

Tabla 1. Docentes jubilados. Cambios después de la jubilación y género.

Cambios	GÉNERO	
	Masculino	Femenino
Físicos	,0%	16,6%
Psicológicos	8,3%	8,3%
Familiares	16,6%	16,6%
Sociales	8,3%	16,6%
económicos	25%	16,6%
Estilo de vida	33,3%	50%
Autonomía	8,3%	33,3%
Laborales	16,6%	8,3%
Salud	0%	8,3%
Religiosos	8,3%	0%

Al respecto, Rodríguez Vergara (2006) afirma que “existen diferencias entre el proyecto de vida de los adultos mayores dependiendo de su sexo. Mientras las mujeres tienen como meta mantener una buena salud, los hombres –por su parte– desean alcanzar el objetivo de que su familia esté bien, sean felices o exitosos” (s.p.).

3.2 Acerca de las relaciones familiares

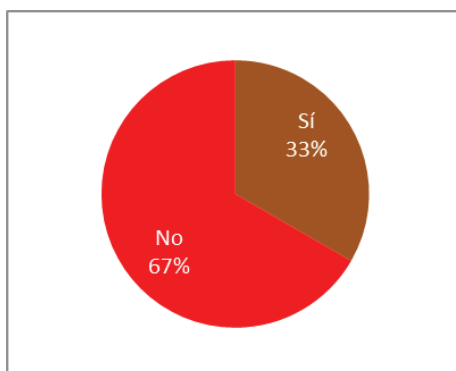


Gráfico 6. Docentes jubilados. Cambios en las relaciones familiares.

Cuando se les pregunta a los jubilados si cambiaron sus relaciones familiares luego de la jubilación, el 67% afirman que 'No' cambiaron.

Un 33%, por su parte, aseguran que 'Sí' cambiaron. Los motivos que expresan para ello incluyen: problemas para adaptarse a pasar tanto tiempo en la casa, dificultades en la convivencia familiar y, en ocasiones (para quienes viven solos o han perdido su pareja), el sentimiento de soledad que conlleva esta nueva situación.

En cuanto al género, las mujeres son quienes expresan mayores cambios en las relaciones familiares en esta etapa de su vida, y esto lo demuestran también algunos testimonios en las entrevistas. Es curioso que sean las mujeres, quienes siempre han asumido dos roles (el laboral y el hogar) y parecieran más fuertes y decididas, las que se lamentan de los cambios sufridos en la jubilación.

3.3 Acerca de las relaciones sociales

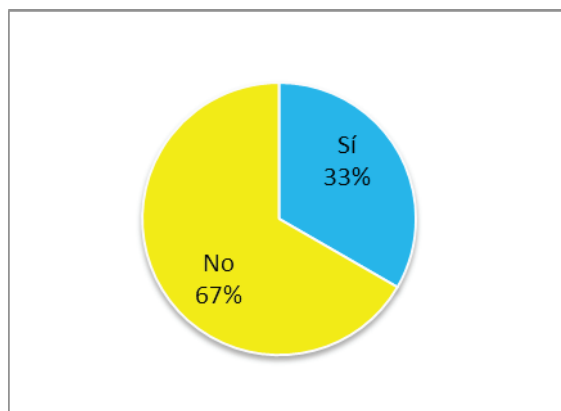


Gráfico 7. Docentes jubilados. Cambios en las relaciones sociales.

El 67% de los jubilados entrevistados manifestaron que sus relaciones sociales 'No' sufrieron cambios o 'No' se vieron afectadas por el hecho de la jubilación. Al contrario, un 33% de los encuestados expresaron que dichas relaciones 'Sí' cambiaron. Las razones que sustentaron esta consideración fueron: la percepción de que en esta etapa tienen más responsabilidades y actividades, que disponen de más tiempo para ello, que ha sido una época de reencuentro con amigos. Otros estiman que el cambio se debe a que sus relaciones estaban asociadas al trabajo y ahora que éste ha terminado comienza un período de aislamiento y soledad.

Tabla 2. Docentes jubilados. Relaciones sociales y género.

	GÉNERO	
	Masculino	Femenino
Sí	8,3%	25%
No	33,3%	33,3%

Cuando hacemos el cruce con género, encontramos que tanto en hombres como en mujeres (en un 33,3%) expresan que 'No' cambiaron sus relaciones sociales, lo que coincide con los resultados anteriores. Como ya lo vimos antes, es notable que sean en mayor medida las mujeres (en un 25%) quienes afirmen que 'Sí'.

3.4 Acerca de la calidad de vida

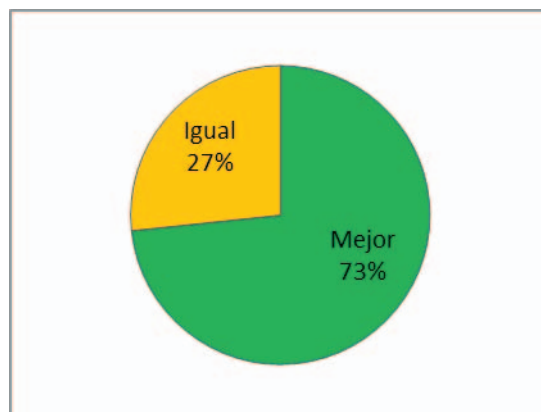


Gráfico 8. Docentes jubilados. Percepción sobre la calidad de vida.

Al indagar por la percepción que tienen los jubilados sobre su calidad de vida, encontramos que en un alto porcentaje (73%) los entrevistados consideran que ha 'mejorado'. El restante 27% de entrevistados opinan que siguió 'igual', es decir, no sufrió mayores modificaciones.

Tabla 3. Docentes Jubilados. Calidad de vida y edad.

Calidad de vida	EDAD			Total
	51-55	56-60	61 y más	
	,0%	16,6%	58,3%	75%
	8,3%	8,3%	8,3%	25%
Total				100%

Al cruzar los anteriores datos con la variable ‘edad’, encontramos que a mayor edad, mayor es la percepción de los jubilados respecto a una mayor calidad de vida. En cuanto a la variable ‘género’, no encontramos diferencias significativas sobre su calidad de vida. En porcentajes similares (41,6% mujeres y 33,3% hombres) consideran que ha mejorado su calidad de vida.

3.5 Variables calidad de vida (*Grado de satisfacción*)

Nota importante: los porcentajes relativos a docentes jubilados son los de la parte superior. Los de docentes en proceso de jubilación se indican, debajo, entre paréntesis –()–.

Como señalan muchos especialistas: “En la valoración de la calidad de vida del adulto mayor cobra una importancia significativa lo concerniente a aspectos subjetivos o percepciones de los adultos” (Cardona, 2003: 108).

Los encuestados expresan, en la mayoría de las variables propuestas, una percepción altamente positiva del estado posterior a su jubilación.

Las 24 variables pretendían mostrar el grado de satisfacción actual.

Una observación general nos permite apreciar que, cuando se trata de docentes jubilados, en 12 de las variables presentadas la percepción está entre los niveles ‘total’ y ‘mucho’. Es decir, no presenta rangos negativos.

Esta percepción positiva se manifiesta en las siguientes variables: salud, sexualidad, actividades realizadas, vida social, posibilidad de expresión, autonomía e independencia, respeto a la intimidad, respeto a su opinión, respeto de sus derechos, hogar y responsabilidades familiares.

En el caso de los docentes en proceso de jubilación, las opciones elegidas son más variadas y corresponden a los cuatro niveles indagados: ‘totalmente’, ‘mucho’, ‘algo’, ‘poco’ y ‘nada’.

A pesar de que ambos grupos poblacionales manejan similares grados de satisfacción, es evidente que los docentes jubilados perciben y expresan esta satisfacción en niveles más elevados.

Tabla 4. Calidad de vida. Grado de satisfacción.

GRADO DE SATISFACCIÓN	Total	Mucho	Algo	Poco	Nada
1. Con la calidad de mi estado de salud	58,3% (36,7)	41,7% (53,3)	(6,7)		(3,3)
2. Con las actividades que realizo	50 (43,3)	50 (53,4)	(3,3)		
3. Con mi vida social	58,3 (26,7)	41,7 (60)	(10)		(3,3)
4. Con la posibilidad de expresar lo que pienso	58,3 (20)	41,7 (67)	(10)		(3)
5. Con mi autonomía e independencia	66,7 (30)	33,3 (54)	(13)		(3)
6. Con el respeto a mi intimidad	66,7 (50)	33,3 (40)		(7)	(3)
7. Con el respeto a mis derechos individuales	58,3 (30)	41,7 (56,7)		(6,7)	(6,7)
8. Con el uso de mi tiempo libre	50 (45)	33,3 (45)	16,7 (5)		(5)
9. Con mi hogar	83,3 (46,7)	16,7 (43,3)	(6,7)		(3,3)
10. Con mis responsabilidades familiares	75 (50)	25 (47)			(3)
11. Con el apoyo de mis familiares	83,4 (83,4)	8,3 (8,3)		8,3 (8,3)	
12. Con el apoyo de mis amigos	66,7 (66,7)	16,6 (16,6)		16,7 (16,7)	
13. Con mi trabajo	58,4 (37)	33,3 (60)		8,3 (3)	
14. Con mis oportunidades profesionales	50 (33,3)	8,4 (40)	25 (26,7)	8,3	8,3
15. Con mi productividad	50 (50)	41,7 (41,7)	8,3 (8,3)		
16. Con el dinero que recibo	41,7 (20)	50 (53,3)	8,3 (13,3)	(6,7)	(3,3)
17. Con el nivel económico que tengo	41,7 (41,7)	33,3 (33,3)	25 (25)		
18. Con el sistema de seguridad social	50 (18)	33,3 (25)	16,7 (43)		(14)
19. Con mi seguridad personal	58,3 (24)	25 (45)	16,7 (28)		(3)
20. Con la seguridad de mi familia	58,3 (3)	25 (28)	16,7 (34)		(35)
21. Con mis creencias religiosas	66,7 (41)	16,7 (35)	8,3 (21)	8,3 (3)	
22. Con mis creencias políticas	50 (35)	16,7 (38)		25 (24)	8,3 (3)
23. Con la situación del país	16,7 (13)	8,3 (10)	58,3 (54)	16,7 (23)	
24. Con el medio ambiente en general	33,4 (16,7)	8,3 (16,7)	50 (46,7)	8,3 (13,3)	(6,7)

También pude advertirse que, aunque siendo leve, hay una tendencia más notable de desconfianza y escepticismo entre los no jubilados que entre los jubilados. Esto puede deberse a la incertidumbre de los deberes cotidianos y al hecho mismo de que la jubilación solo se siente realizada cuando se obtiene, y en muchos casos es el resultado de demandas o de complejas situaciones legales.

Los aspectos que muestran un nivel de menor satisfacción entre los docentes no jubilados (frente a los docentes jubilados) son: la vida social, la posibilidad de expresarse, la autonomía, el respeto por los derechos, las responsabilidades familiares, el dinero que reciben, la seguridad social y personal y las creencias políticas. Como se aprecia fácilmente, son aspectos de su calidad de vida todavía en desarrollo cuestionados por virtud de las obligaciones laborales y económicas. Son aspectos, por supuesto, que producen altas satisfacciones cuando se culmina y obtiene la jubilación.

3.6 Propuestas para la etapa de jubilación (*¿Qué propuestas le haría a los futuros jubilados, para tener una buena calidad de vida?*)

Como propuestas específicas de los jubilados hacia quienes están próximos a jubilarse, la mayoría de los encuestados se inclina por aconsejar la búsqueda y realización de todo tipo de actividades, en especial las sociales y familiares. Otro segmento de encuestados propone aprovechar el tiempo libre (no sugiere cómo hacerlo), crear nuevas relaciones sociales, así como aumentar su variedad y frecuencia. En este rango están también aquellos que aconsejan una preparación adecuada para esta época de la vida.

Finalmente, las demás propuestas enfatizan: el cuidado de la salud, el disfrute de lo que se tiene y, en último lugar, el descanso.

Es notable y curioso, por cierto, que las prioridades de las respuestas relativas a las “ventajas” de la jubilación (**ver. 9.3.210**) se **inviertan** cuando se trata de proponer a otros lo que debe hacerse. Así por ejemplo, en las ventajas resalta el disfrute y el descanso (que aquí van en último lugar) y se minimizan las oportunidades y relaciones sociales (que aquí se aconsejan en primer lugar).

Indudablemente, uno de los grandes temores de llegar a la jubilación es la inactividad y el sedentarismo, muy marcado por la imagen negativa que se tiene en nuestro medio con este grupo de población, los cuales al no prepararse para asumir nuevos roles se deterioran rápidamente no solo en su salud física, sino mental, de ahí que sobresalen como propuestas la preparación, el cuidado de la salud, el tener nuevos proyectos y, por supuesto, el fortalecimiento de las relaciones familiares y sociales como pilares fundamentales de una buena calidad de vida y un grado de satisfacción en esta etapa de la vida.

4. Conclusiones

4.1 Acerca de la jubilación

Dijimos antes que los resultados de las encuestas y entrevistas nos muestran dos tendencias claras en los grupos bajo estudio: una tendencia a la actividad (orientada a ciertos intereses y con una marcada actitud de independencia) y otra al simple descanso. Pareciera que los dos grupos (jubilados y no jubilados) se inclinan por aspectos pragmáticos de la jubilación: la realización personal, la tranquilidad económica, el descanso físico y la adquisición de nuevos roles. Aspectos que parecen sintetizar no solo la jubilación sino, especialmente, la vejez misma. En cuanto a las percepciones de las personas jubiladas, son positivas, las referencias parecen apuntar al premio económico que trae la jubilación. Lo curioso es que, tratándose de docentes, no ofrezcan perspectivas diferentes o más elaboradas.

Llama la atención que sean las mujeres las que aluden —en mayor medida— a cambios en su estilo de vida y en su autonomía. También se concluyó que son las mujeres quienes denuncian la presencia de mayores cambios en sus relaciones familiares y sociales, mientras en los hombres la aceptación de estos cambios es mínima.

Sin duda, estamos ante una diferencia de género con raíces en situaciones tradicionales de discriminación. A la mujer, que mantiene varios roles al mismo tiempo (madre, esposa y trabajadora), le cuesta más trabajo asumir y enfrentar estos cambios.

4.2 Acerca de la ‘calidad de vida’

En esta parte es conveniente destacar que, desde un comienzo, asumimos —como eje del estudio— que la propia percepción del docente (jubilado y en proceso de jubilación) era esencial en nuestra concepción y acercamiento a su ‘calidad de vida’.

Los resultados de nuestro estudio confirman, en este sentido, que la ‘calidad de vida’ del adulto mayor es multidimensional, con componentes objetivos y subjetivos que comprenden: ingresos, estado de salud, autonomía, niveles de satisfacción personal, relaciones familiares, servicios sociales, participación social y oportunidad de toma de decisiones, entre otros.

Nuestra investigación pudo establecer que los componentes que explican de mejor manera la ‘calidad de vida’ de los docentes jubilados y en proceso de jubilación de la Universidad de Manizales, son: salud, sexualidad, actividades realizadas, vida social, posibilidad de expresión, autonomía e independencia, respeto a la intimidad, respeto a su opinión, respeto de sus derechos, hogar y responsabilidades familiares.

También se advirtió que, aunque siendo leve, hay una tendencia más notable de desconfianza y escepticismo entre los no jubilados que entre los jubilados. Esto puede deberse a la incertidumbre de los deberes cotidianos y al hecho mismo de que la jubilación solo se siente realizada cuando se obtiene, y en muchos casos es el resultado de demandas o de complejas situaciones legales.

Entre las percepciones menos positivas, para los docentes jubilados, se mencionan: el apoyo de los amigos, las oportunidades profesionales, creencias políticas, situación del país y satisfacción con el medio ambiente.

El estudio, por otra parte, muestra niveles significativos de confusión frente al proyecto jubilatorio, de temor frente a sus secuelas y de incertidumbre frente a la forma de enfrentarlos y resolverlos.

De aquí que nuestra investigación, además de la caracterización y de la determinación de niveles y calidad de vida en los docentes, considere pertinente la proposición de un plan o programa general de preparación para la jubilación.

Bibliografía consultada

Blejmar, B. (2000). *Gestión del cambio organizacional*. 7º Congreso Internacional de Educación - Santillana.

Cardona, D., Estrada, A., y Agudelo, H. B. (2003). *Envejecer nos "toca" a todos. Caracterización de algunos componentes de calidad de vida y de condiciones de salud de la población adulta mayor. Medellín, 2002*. Facultad de Salud Pública, Universidad de Antioquia. Disponible en: http://especiales.universia.net.co/dmdocuments/Envejecer_nos_toca_a_todos_Medellin_2003.pdf

CELADE - Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía, División de Población de la CEPAL. (2004). *América Latina y El Caribe: Estimaciones y proyecciones de población. 1950-2050. Boletín demográfico, 73*. Disponible en: www.eclac.cl/

Constitución Política de Colombia. (1991). Presidencia de la República. Bogotá.

Delgado, Pedro, y Salcedo, Tulia. (2008). Aspectos conceptuales sobre los indicadores de calidad de vida. Disponible en: <http://revinut.udea.edu.co/index.php/ceo/article/view/6803/6233>

Dulcey Ruiz, Elisa, y Londoño Gutiérrez, Adriana. (2007). *Preparación para la Jubilación*. Bogotá: Imprelibros S.A., Colsubsidio.

Echeverri, Ligia. (2000). *Familia y vejez: realidad y perspectivas en Colombia*. Disponible en: www.bdigital.unal.edu.co

El sistema de pensiones en Colombia. (2010). Disponible en: <http://www.enplenitud.com/>

Forum Mundial de ONGs sobre el Envejecimiento. (2004). Disponible en: <http://www.gerontologia.org>

Manrique, Gabriel. (2005). Elementos básicos de la nueva Reforma Pensional. disponible en: www.adida.org.co

Naciones Unidas. (2003). *Declaración Política y Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el envejecimiento*. Nueva York: ONU. Disponible en: <http://www.eclac.org>

Neugarten, Berenice L. (1999). *Los significados de la Edad*. Barcelona: Editorial Herder.

Organización Mundial de la Salud - Departamento de Promoción de la Salud. (2002). *Salud y Envejecimiento. Un documento para el debate*. Segunda Asamblea Mundial, España, 2002.

Organización Panamericana de la Salud –OPS–. (1996). *Pronunciamiento de consenso sobre políticas de atención a los ancianos en América Latina*. Santiago de Chile: OPS.

Patiño Villada, Fredy Alonso. (2006). *Depresión y aspectos relacionados en un grupo de jubilados de la Universidad de Antioquia*. Trabajo de investigación para optar al título de Magíster, Universidad de Antioquia, Facultad Nacional de Salud Pública “Héctor Abad Gómez”, Medellín, Colombia. Disponible en: <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/043-Depresion.pdf>

Perafán, Astrid, y Martínez, William (2002). Calidad de vida: una propuesta sistémica para su construcción. Disponible en: http://www.naya.org.ar/congreso2002/ponencias/astrid_lorena_perafan_ledezma.htm

Ministerio de la Mujer y Desarrollo Social –Perú–. (2006). Plan nacional para las personas adultas mayores 2006-2010. Disponible en: http://www.mimdes.gob.pe/files/PROGRAMAS%20NACIONALES/PNCVFS/planes/plan_nac_PAM2006_2010.pdf

Moragas Moragas, Ricardo, et al. (2006). *Estudio: Prevención dependencia. Preparación para la jubilación - dos*. Disponible en: <http://portalmayores.csic.es/documentos/documentos/moragas-prevencion-01.pdf>

PNUI. (2010). *IDH. Informe sobre Desarrollo Humano 2010*. Disponible en: <http://content.undp.org>

Rodríguez Fernández, María Magdalena. (2008). Hacia un Envejecimiento Activo. *Boletín del adulto mayor*, Caritas cubana, Enero-abril 2008. Disponible en: <http://www.gerontologia.org/2008>

Rodríguez Vergara, Rosario (2006). ¿Cuál es el proyecto de vida de los adultos jubilados? Disponible en: <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-31-cual-es-el-proyecto-de-vida-de-los-adultos-jubilados-un-estudio-descriptivo.pdf>

Romero, Ximena. (2010). La reducción de la pobreza en la vejez, una tarea pendiente para el logro de los Objetivos de Desarrollo del Milenio en América Latina. En *Red Latinoamericana de Gerontología*, Editorial No. 124. Disponible en: <http://www.gerontologia.org/noticia.php?id=1795>

Semana.com –Revista digital–. (2010). Trabajar, trabajar y trabajar. Disponible en: <http://www.semana.com/vida-moderna/trabajar-trabajar-trabajar/136601-3.aspx>

Tu salario.org/Colombia –Revista digital–. (2010). Trabajar después de jubilarse sería beneficioso para la salud. Disponible en: <http://www.tusalario.org/colombia/Portada/consejo-utiles/trabajar-despues-de-jubilarse-seria-beneficioso-para-la-salud>

Universidad Eafit. (2010). Programas de preparación a la jubilación de profesionales. Disponible en: <http://www.eafit.edu.co/>

Vicente, Fermín Nivardo. (2009). Valoraciones de la jubilación. Importancia y ventajas de su preparación. *GEROINFO*, 4(2). Disponible en: http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/gericuba/jubilacion_fermin_nivardo_.pdf

Wortman, Susana (2003). Aspectos Psicológicos del Envejecimiento. Disponible en: <http://www.gerontologia.org/noticia.php?id=162>

Zuleta Gómez, Catalina, y Gómez, Yamile. (2005). Factores psicológicos intervinientes en la calidad de vida de personas en la etapa de la vejez. Disponible en: <http://www.monografias.com> y <http://www.vejezyvida.com>