



PARANINFO DIGITAL

MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

ISSN: 1988-3439 - AÑO VIII – N. 20 – 2014

Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n20/473.php>

PARANINFO DIGITAL es una publicación periódica que difunde materiales que han sido presentados con anterioridad en reuniones y congresos con el objeto de contribuir a su rápida difusión entre la comunidad científica, mientras adoptan una forma de publicación permanente.

Este trabajo es reproducido tal y como lo aportaron los autores al tiempo de presentarlo como COMUNICACIÓN DIGITAL en "JÓVENES Y SALUD ¿Combatir o compartir los riesgos?" **Cualisalud 2014 - XI Reunión Internacional – I Congreso Virtual de Investigación Cualitativa en Salud**, reunión celebrada del 6 al 7 de noviembre de 2014 en Granada, España. En su versión definitiva, es posible que este trabajo pueda aparecer publicado en ésta u otra revista científica.

Título **El significado de la jubilación: reflexiones desde la mirada del adulto mayor jubilado**

Autores Patricia Noemí *Piscoya Angeles*, Sofía Sabina *Lavado Huarcaya*

Centro/institución Escuela de Enfermería, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo (USAT)

Ciudad/país Chiclayo, Perú

Dirección e-mail rdiaz@usat.edu.pe

RESUMEN

El presente artículo describe y reflexiona el significado social que tiene la jubilación en los adultos mayores jubilados, construcciones que fueron generadas por la innumerable cantidad de prejuicios que se elaboran en el día a día. Este trabajo intenta comprender los fenómenos de elaboración de los significados creados y compartidos socialmente, entendiendo de alguna manera porque las personas hacen lo que hacen y establecen actitudes positivas por la libertad laboral y el tiempo libre ganado; o actitudes negativas relacionadas con la adaptación al nuevo estilo de vida, a la disminución de sus ingresos, a la pérdida del status social profesional, o por el olvido de parte del estado. El análisis y la comprensión de estas ideas, mitos y actitudes que giran en torno a la jubilación, permite no solo descubrir la percepción de la realidad que les rodea y como ésta puede afectar el desarrollo de su vida personal y su adaptación al cambio, sino que a partir de los resultados fomentar la inclusión de esta temática dentro de las políticas públicas y sociales que contribuyan a involucrar al gobierno y a toda la sociedad; así como direccionar el cuidado de enfermería para lograr una mejor calidad de vida y promocionar adecuadamente el envejecimiento activo.

Palabras clave: Representaciones Sociales/ Jubilación/ Adulto Mayor/ Cuidado.

ABSTRACT

This article describes and reflects the social significance of the retirement retired seniors; constructs were generated by the myriad of prejudice that are developed on a day to day. This paper attempts to understand the phenomena of creation of meanings created and shared socially, somehow understanding why people do what they do and establish positive attitudes by labor freedom and free time gained; or negative attitudes related to adaptation to the new style of life, reduced income, loss of professional social status, or the neglect of the state. The analysis and understanding of these ideas, myths and attitudes that revolve around retirement, can not only discover the perception of reality around them and how it can affect the development of their personal lives and their adaptation to change, but that from the results encourage the inclusion of this subject in public and social policies that help engage the government and the whole society; and directing nursing care for better quality of life and effectively promote active aging.

TEXTO DE LA COMUNICACIÓN

Introducción

En una sociedad que tiene la particularidad de ser cada día más industrializada y tecnológica, el crecimiento acelerado de la población adulta mayor se torna un hecho de largo alcance. Así lo reporta el último informe de la División de Población de las Naciones Unidas, realizado en Madrid en 2012; donde se enfatiza que una de cada nueve personas tiene más de 60 años y se prevé que para el año 2045, esta relación se incrementará a de una de cada cinco personas, conformando el 21% de la población mundial, porcentaje mucho más alto comparado con el 8 % actual.¹ Estas cifras ratifican que las tasas de envejecimiento poblacional han crecido de forma importante como consecuencia del alargamiento de la vida y de la reducción de la fecundidad.

En el Perú de acuerdo con la Encuesta Nacional de Hogares (ENAHOG) trimestre julio – setiembre de 2011, la población con sesenta y más años de edad representa el 9.0% del total de la población. Este dato se corrobora con lo señalado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), que en referencia a los jubilados considera que en el año 2010 se registraron 64.000 personas jubiladas, cifras con tendencia a incrementarse y con ello también aumentan las personas que necesitan de un acompañamiento y cuidado para continuar exitosamente su vida.^{2,3} Sin embargo vivimos en una sociedad marcada por la relación productividad- juventud, y es allí donde este grupo poblacional se encuentran en seria desventaja, ya que al pasar los sesenta años pierden un rol social que anteriormente les permitía un “status y posicionamiento” y les otorgaba cierta libertad y autonomía en sus decisiones dentro de la sociedad.

En ese sentido, la jubilación, marca un cambio cualitativo en la vida de los jubilados, afectando todas sus esferas: emocional, social, personal y familiar; su vida ya no se organiza a través del trabajo, sino a través del tiempo libre. Muchos de ellos cuando finalmente llega el momento de jubilarse se ven desbordados por la incertidumbre y se plantean cuestiones, tales como ¿tendrán dinero suficiente para mantener el mismo ritmo de vida?, ¿se aburrirán?, ellos cuestionarán perder su rol social protagónico y se harán muchos planteamientos que van a generar en ellos sentimientos de inseguridad, angustia, estados de soledad, aburrimiento, sentimiento de inutilidad y desilusión respecto al futuro, actitudes que se exacerban mucho más por influencias de estereotipos y preconceptos sociales que favorecen a la construcción de un imaginario de ideas y prejuicios en torno a la jubilación, originando en ellas sentimientos de exclusión y rechazo.

Es así que ellos adoptan una representación de la jubilación, como una etapa donde ellos “están cansados” o “son poco productivos” “tienen el mayor tiempo libre, para hacer lo que quieren”, “no hay posibilidades para trabajar”, o simplemente que “son dependientes de la familia”. Es decir, algunos pueden adoptar una valoración negativa y poco respetuosa de su nueva condición; y todo ello gracias a la gran influencia de mitos y prejuicios existentes en la sociedad y que contribuyen a imaginar la jubilación, como una barrera demarcatoria, dejando afuera de este círculo a todos aquellos que, cumpliendo más de 60 años engrosan las filas de los llamados “pasivos”, obligándolos a replegarse sobre si mismos o a un reposo forzoso.

Pero también es dentro del mismo hogar donde se practican comportamientos que crean actitudes negativas en torno a la jubilación, como por ejemplo el abuso de confianza del tiempo libre del jubilado con respecto a su independencia conminándolo a realizar responsabilidades del cuidado de los nietos o quehaceres del hogar, por la

sencilla razón de “ser jubilados” y “tener mucho tiempo disponible”. En algunos casos lo asumen con agrado y satisfacción, pero en otros casos les disminuye o altera su autoestima sintiéndose que son una carga para la familia tanto de tipo económica como social.

A esta situación le suma el trato recibido por los servicios de salud y las políticas sanitarias del país que están impregnadas de una visión patogénica cuyas actividades continuamente inciden en los déficits y limitaciones de la vejez, desarrollándose cada vez menos líneas de trabajo preventivo y promocional que favorezcan las capacidades y oportunidades de los adultos mayores jubilados, estando muchas veces el trabajo de enfermería encasillado en considerar aspectos de salud física y enfermedad, olvidando involuntariamente la influencia que pueden tener estos dos aspectos.

En el Perú, esta realidad guarda similitud con los resultados de un estudio realizado en una población de Barcelona España, donde se reporta que la jubilación es percibida por los adultos mayores de manera positiva planteándose esta nueva etapa con motivación y predisposición al cambio por sentirlo como un derecho ganado. Sin embargo también se reportaron adultos mayores que lo perciben negativamente al relacionarlo a un envejecimiento biológico que desencadena pérdidas de sus capacidades.⁴ Otra investigación realizada por Hidalgo, en el Salvador amplía los resultados al afirmar que la percepción positiva o negativa de la jubilación, se ve influenciada por el grado de afectividad que recibe el adulto mayor; mientras más afectividad se muestre hay mayor equilibrio interno y externo, mientras menos afectividad hay mayor tendencia a la culpabilidad y actitudes más desfavorables hacia la jubilación.⁵

Por ello este artículo pretende abrir un espacio reflexivo en torno al significado de la jubilación en los adultos mayores jubilados, además de permitir descubrir la percepción de la realidad que les rodea y como esta de alguna manera afecta el desarrollo de su vida personal y su adaptación al cambio.

De la libertad laboral a la prisión doméstica

Entre las prácticas y comportamientos positivos destacan el identificar la jubilación como la etapa de libertad, de gozo, de disposición del tiempo libre y tener una retribución económica como recompensa a todos los años trabajados, sin embargo en otros momentos, se asume esta etapa con un comportamiento negativo, ya que al tener “demasiado tiempo libre” su familia le asigna tareas de la cual el adulto mayor no puede escapar, y donde algunas veces es remunerado para que pueda “mejorar sus ingresos”, además de la pérdida del status social profesional e incluso la pérdida de compañeros y aún más la pérdida de su estilo de vida cotidiano; todas estas situaciones hacen que el adulto mayor jubilado pueda notar con mayor nitidez que su tiempo y sus actividades que por años realizó, se van diluyendo. Estas diferentes formas de representar la jubilación responden a la situación de su contexto mediato, inmediato y al perfil personal de quien vive la representación.

Siendo así, concordamos con Moscovici cuando afirma que la representación no es estática, sino dinámica y cambiante, de acuerdo a la influencia e interacción diaria. Dejar de laborar después de tres o cuatro décadas de intenso trabajo no siempre abre camino a representar la jubilación como un sueño o la etapa más feliz de la vida.^{6,7,8,9} De hecho, existe una mezcla de fantasía e ilusión generada por la idea de jubilarse pero al mismo tiempo crea ansiedad y temor a medida que crece la incertidumbre de no saber qué hacer cuando ella llega; y es que el adulto mayor ha recogido a lo largo de su vida representaciones “teóricas” acerca de la jubilación y que al vivir esta etapa, recién “hace

familiar” lo que verdaderamente significa, es decir hace suyo los estereotipos y preconcepciones que circulan en la sociedad y que contribuyen a determinar una especial forma de pensar y actuar, de acuerdo a su representación acerca la jubilación.

Si bien es cierto, la jubilación les trae libertad y tiempo libre, para disfrutar con la familia y tener un nuevo estilo de vida, también es cierto que el jubilado va sintiendo que esa libertad se convierte en prisión al tener que asumir roles domésticos asignados por la familia, que cada vez más le exige permanecer en casa. Esta situación se genera cuando el adulto mayor queda con un tiempo libre que “no sabe cómo ocupar”, pues la ruptura del vínculo laboral trajo consigo el alejamiento con la esfera pública, llevándole a una desestructuración de su vida, dejando de tener potestad sobre su tiempo, quedando relegado a cumplir roles secundarios que buenamente la familia y la sociedad le asignan.^{10,11}

Esta realidad es muy propia de la cultura peruana donde predomina el uso y abuso del adulto mayor jubilado como “propiedad” de los hijos y consecuentemente “administradores” de su tiempo, en todo caso le asignan múltiples tareas que por ser domésticas, pasan inadvertidas pero la realidad es que tienen una significativa actividad. Algo similar es reportado en España, a pesar de la marcada diferencia cultural. Sólo uno de cada cinco jubilados cree que son inactivos, lo que lleva a pesar que hacen más cosas de lo que la sociedad imagina, o que no hacen más porque su misma familia no se los permite.^{12,13,14}

Es importante mencionar la tendencia que asumen los hijos por el adulto mayor, ello piensan que ahora el jubilado pasa a ser “objeto” de cuidado. Esta idea no es aceptada por el jubilado, sin embargo a pesar de su insatisfacción, ellos son los portadores de prejuicios acerca de su imposibilidad de continuar aportando en algo que no sea la familia y no son conscientes de sus propias necesidades de desarrollo personal. Esto muchas veces no es percibido por los hijos que son los que dirigen las actividades de los adultos mayores jubilados y deciden qué es lo que deben hacer con su tiempo libre.⁽¹¹⁾

Esta situación de alguna manera termina convenciendo al Adulto Mayor jubilado que lo mejor es ponerse en manos de sus hijos y que ellos asuman las decisiones más importantes, fortaleciéndose así una relación de dependencia personal y pérdida de autonomía que se acrecienta a medida que pasa el tiempo. Los que se resisten a las recomendaciones o sugerencias y consejos de los familiares adultos, en general, deben enfrentar las amenazas, a veces explícitas, otras muy sutiles al optar por su propia elección, en oposición al del resto de la familia y deberán atenerse a las consecuencias de no contar con el apoyo familiar del que gozaban hasta ahora.^{15,16,17}

Entre la auto (prisión) y la prisión estatal

Estudiar la jubilación exige involucrarnos en el estudio social, cultural e ideológico de una determinada sociedad, pues la representación que ella genera desencadena en la persona una manera particular de mirarse a sí mismo y mirar a su sociedad. En la primera categoría hemos desarrollado el análisis del inicio del proceso de jubilación, que es visto como libertad, liberación y manejo de su tiempo, pero que en poco tiempo esa representación cambia por otra que significa prisión, limitación y control generada por la propia familia. En esta segunda categoría se amplía el análisis para una representación desde la perspectiva de la propia persona y es generada por los estereotipos y pre conceptos que circulan en la sociedad. Adicionalmente se analiza cómo las instituciones estatales que cuidan del adulto mayor emiten lineamientos y

políticas que también se ven influenciados por estos mismos estereotipos y preconcepciones.

Para encontrar un argumento a estos hechos, entre otros autores, nos respaldaremos en Paredes, quien siguiendo la línea de pensamiento de Moscovici, hace mención que las representaciones sociales son elaboradas en el ámbito de los fenómenos comunicacionales que repercuten sobre las interacciones y cambios sociales. Asume que la comunicación social es responsable por el modo cómo se forjan las representaciones sociales, así como determina la formación del proceso representacional estructurado en tres niveles: cognitivo, formación de la representación social y edificación de las conductas.^{6,7,18} Para muchas personas la jubilación constituye un momento crítico en su existencia, muchos sueñan con llegar a esta etapa, pero definitivamente hay quienes en el momento que lo viven comprenden su verdadera significación.

Para algunos la jubilación va a significar una serie de pérdidas y ganancias, que de acuerdo con la forma como la persona jubilada las asuma, definirá o no un mejor ajuste a este período de la vida. Entre las ganancias resaltamos: la disponibilidad del tiempo para hacer lo que se desea hacer y el fortalecimiento de la convivencia de las relaciones personales. Frente a las pérdidas se presenta: el abandono de las actividades que se hacían en el trabajo y quizás -aun sin reconocerlo abiertamente- estaba “encariñado”; la pérdida de un rol funcional en la sociedad, la aparición de un tiempo vacío y limitación de las oportunidades de comunicación interpersonal. Todos estos eventos, generalmente, derivan en aislamiento, tristeza, soledad, olvido, decepción.^{19,20}

Una de las razones fundamentales de la causa de temor al llegar a la jubilación es el ingreso económico, ya que este se reduce significativamente. Sólo un pequeño porcentaje del total de los jubilados vive sin apremios económicos, mientras que la mayoría viven ajustados económicamente y necesitan de alguna ayuda económica por parte de sus familiares más cercanos. Los motivos que provocan una actitud desfavorable hacia la jubilación pueden ser, entre otros: temor a la reducción del ingreso, pérdida de valoración familiar y de contactos sociales generados por el ámbito laboral, así como pérdida del prestigio social, consecuencia del valor del trabajo.²¹

El trabajo ha configurado en las personas un hábito físico individual y es que ellos mantenían su cuerpo y su mente con la tensión de producir, pero al llegar a la jubilación sienten que es algo muy diferente a unas vacaciones o a un relax. Así surgen los sentimientos de vacío, de pena, de desconcierto ante el cambio de un estilo de vida y a la vivencia de una realidad que ellos no esperaban o para la que no estaban preparados.²² Ante esto el jubilado se siente inquieto, torpe, inútil, se muestra confundido, algunos sienten que quieren estar con sus familias, sin embargo, sienten que aquello no les hace feliz, y algunos se sumergen en el mundo de la depresión y de la ansiedad, y es que el giro repentino en la distribución de su tiempo, que antes se establecía, la mayoría de las veces, en torno a la dedicación profesional, a partir de ahora queda abierta a la iniciativa propia.

Los diferentes significados culturales, prejuicios y estereotipos que existen en torno a la jubilación marcan la manera como la persona jubilada asume esta nueva etapa de su vida, la misma que tiene un impacto sobre su salud mental y si la persona no crea mecanismos de adaptación para afrontarla, se constituirá en un problema de salud pública. Además el hombre, por lo general, está educado para sentirse útil e importante a través del trabajo asalariado; no tenerlo conlleva una serie de conflictos internos y culturales relativos al status y la autoestima, lo que fácilmente puede desencadenar en un cuadro depresivo.²²

Por otro lado ellos sienten que existe invisibilidad y olvido por parte del estado, ante esto tenemos que el Ministerio de Salud del Perú ha establecido algunos lineamientos de políticas de salud, que permitirán mejorar la salud de la población, sin embargo los adultos mayores tienen la sensación de abandono y de falta de compromiso por parte del estado. Además, expresan una falta de garantía respecto a la seguridad de sus ingresos, lo que ocasiona que al llegar el momento de la jubilación, muchos se mantengan viviendo en la incertidumbre económica. A pesar que en las últimas décadas, se han incrementado estrategias para mejorar los sistemas de protección social a fin de revertir esta situación, aún esta es desigual. Continúa existiendo riesgos de enfermedad, desempleo y discapacidad, traducidos en la reducción o en la pérdida de recursos económicos para satisfacer las necesidades de los adultos mayores jubilados que les permita cumplir sus derechos.²³

Es importante mencionar que ellos exigen que las políticas también deban estar dirigidas a promocionar la salud y por ende brindar una jubilación decorosa. Moragas sostiene que la preparación de la jubilación constituye un proceso de información-formación para que las personas jubiladas asuman su nuevo rol positivamente, lo cual beneficiará a los interesados y a la sociedad, además que minimiza los costes sanitarios y sociales, y mejora la salud física, psíquica y social de la persona.²⁴ De esta manera la preparación a la jubilación viene a ser una de las etapas de la formación permanente y como señala Moragas constituye un proceso esencialmente educacional, ya que enseña a la persona los conocimientos útiles para una nueva etapa vital y sobre todo consigue un aprendizaje de hábitos nuevos e intereses para una fase tan importante de la vida como cualquier otra.¹⁰

De esta manera debe existir un enfoque salubrista en las políticas de salud destinadas a los adultos mayores jubilados, donde se considere que su salud debe empezar a constituirse en un bien tangible que debe cuidar y conservar y no solo lamentarse o hacer algo cuando se pierde la salud. La responsabilidad es de todos los sectores del gobierno nacional y de los gobiernos locales, promoviendo estilos de vida saludables y por consiguiente el mayor bienestar de la persona adulta mayor jubilada donde se trabaje conjuntamente el sector salud con el sector educación, los gobiernos locales, las organizaciones de la sociedad civil y la familia como unidad básica, con lo cual se garantizan estándares adecuados de salud. Para ello, se debe contar con un modelo de promoción que incorpore con mayor fuerza y decisión la política y el diálogo democrático en las relaciones del sector salud con la población y sus organizaciones representativas.

Consideraciones finales

La jubilación es una situación de la vida, periodo en que las personas tras el cese absoluto del ejercicio de su profesión, ingresan a una nueva etapa de vida, llena de emociones, miedo e incertidumbre. Es un momento esperado en la vida de todos los seres humanos y como llega pasados los sesenta años, crea en la conciencia ciertas ideas, prejuicios, estereotipos y expectativas ante su llegada, debido a que la jubilación representa un símbolo social de transición a la vejez y da una alerta para la persona que se encuentra en esta etapa.

Estas representaciones sociales de la jubilación se construyen y re construyen de una forma dinámica, donde se entrelazan un conocimiento no conocido con otro más elaborado, partiendo de formas de saberes e ideas ancladas, las cuales mediante una serie de transformaciones influyen en el contexto donde se desarrollan, pasando a

convertirse en representaciones objetivadas, que ayudan a explicar y clasificar al sujeto. De esta manera, a través del análisis de los testimonios presentados en esta investigación fue posible comprender cómo el paso a la etapa de la jubilación es para algunos difícil y complejo, consecuentemente algunos de ellos presentan ciertas limitaciones dentro de su vida personal, familiar y social.

La ruptura con su grupo de pertenencia del trabajo hace que ellos ingresen a un estado de vacío y de ausencia y hace que sientan añoranza por su trabajo, los amigos, las reuniones laborales y la rutina de todos los días. Esto conlleva a que sientan una pérdida de identidad y disminución de su autoestima, adoptando conductas tales como la marginación, introspección, aferrarse al pasado y aparición de sentimientos de inferioridad, y sobre todo a formar en ellos una imagen de desconcierto y duda, cuestionándose si ¿la jubilación es un júbilo o es llegar a una vida sin sentido? De esta manera, las reacciones negativas no se hacen esperar, el adulto mayor jubilado siente tristeza, decepción, olvido, engaño soledad, porque en realidad no está preparado para este cambio en su vida. Socialmente ha perdido el rol que cumplía, su círculo de amigos cambió, sus actividades también, por lo general sus opiniones no cuentan, y por si fuera poco la familia en su afán de protegerlo porque “debe descansar” y “está mayor”, lo único que genera es que ellos se sientan menos e inútiles.

Otro punto importante es el papel que cumple el Estado en el planteamiento de políticas de salud pública, que brinden mayor protección a los adultos mayores jubilados. Uno de los conceptos elaborados por ellos es que se encuentran desprotegidos y desamparados, porque no existe voluntad política ni un marco legal que les garantice sus derechos y les permita vivir dignamente. Ellos muestran como parte de este olvido los bajos ingresos económicos que perciben, el maltrato para la atención en salud, los medicamentos que no reciben, así como programas destinados a prepararlos para la jubilación, sin distinción de pertenecer a alguna institución de salud por parte del estado. A pesar de que en la actualidad, observamos que existen políticas de salud elaboradas con esta temática, sin embargo no son usadas para lo que fueron formuladas, solo están realizadas en la mayoría de veces para obtener el poder y por consiguiente los beneficios que son dirigidos a individuos y grupos selectos, y no a esta población susceptible de vulnerabilidad.

Por otro lado, los estereotipos que tiene la sociedad respecto al jubilado, el lidiar día a día con la etiqueta social “que ya están viejos” y que no son tan productivos como cuando eran jóvenes, hace que se sienten relegados y se conviertan en un grupo segregado económicamente y socialmente definido por la jubilación y la supuesta improductividad. Esto hace muy difícil adaptarse a la nueva circunstancia de vida porque piensan que son un estorbo para sus hijos o sus familias en general.

En efecto, los resultados obtenidos nos permiten comprender cómo una determinada representación puede influir en los sujetos y orientar sus conductas teniendo en cuenta que el proceso de representar es un mecanismo por el cual los grupos sociales otorgan un sentido a una realidad que tenga coherencia con su propio comportamiento, el cual va a conducir a crear en ellos estereotipos que son el resultado de una apropiación individual y a la vez conjunta de un determinado comportamiento social.

Bibliografía

1. Segunda Asamblea Mundial sobre el envejecimiento. Madrid, España 8-12 de Abril 2002.
2. Instituto Nacional de Estadística e Informática del Perú (INEI). Perú Compendio Estadístico 2005. Informe Sistema nacional de estadística. Lima 2005:357, 670-674.
3. Instituto Nacional de Estadística e Informática del Perú (INEI). Encuesta Nacional de Hogares sobre condiciones de vida en Perú. Informe técnico. N°4. 2011: 49.
4. Serra A. La imagen de la jubilación. Actitudes y expectativas de la población adulta. Revista catalana de sociología. N°16. 2002:55-74.
5. Rodríguez Feijoo N. Actitudes hacia la Jubilación. [revista en internet] 2007 [acceso 21 de noviembre de 2011]; 24 (1) Disponible en http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S166870272007000100001&script=sci_arttext.
6. Moscovici S; Mugny Gabriel; Pérez Juan A. La influencia social inconsciente, estudios de psicología social. 1°ed. Barcelona: Anthropos; 1991.
7. Moscovici S. Psicología social, pensamiento y vida social. Psicología social y problemas sociales. 1° ed. Barcelona: Paidós;1984.
8. Araya Umaña S. Las Representaciones Sociales. Ejes teóricos para su discusión. Cuadernos de Ciencias Sociales. Facultad latinoamericana de ciencias sociales. 2002 octubre.[acceso 21 de noviembre de 2011]; Disponible en <http://unpan1.un.org/intradoc/groups/public/documents/ICAP/UNPAN027076.pdf>.
9. Sociopsicología. Jodelet D. La representación social: fenómenos, concepto y teoría [acceso 17 de julio de 2011]; Disponible en <http://sociopsicologia.files.wordpress.com/2010/05/rsociales-djodelet.pdf>.
10. Moragas Moragas R. La jubilación. Una oportunidad vital. 1. edición. Barcelona: Herder; 2001;p 88-112.
11. Papalia Diane. Desarrollo del adulto y vejez. 3° ed: México. Editorial McGraw-Hill. 2009.
12. Pérez Ortiz L. Las necesidades económicas de los ancianos españoles. Madrid: REIS 2003. (73); pp. 149-176.
13. Instituto Nacional de servicios sociales. El jubilado ante su futuro. Plan de preparación ante la jubilación. Ministerio de Asuntos sociales. 1°edic. Nancea; 1991
14. Ángel E. F. Cambios y adaptaciones en la dinámica familiar durante el proceso de envejecimiento. [acceso 10 de julio de 2011]; Disponible en: <http://www.encolombia.com/medicina/menopausia/meno6300cambios.htm>.

15. Kalish, Ra. La vejez. Perspectivas sobre el desarrollo humano. 2ºedic. Madrid: Pirámide. 1999.
16. Meza Mejía M; Villalobos Torres M. La crisis de la jubilación como oportunidad educativa. Rev. Educación y Educadores; 11(2) México: Panamericana; 2008.
17. Iglesias de Ussel J. La Soledad en las personas adultas mayores. Influencias personales, familiares y sociales. Análisis Cualitativo. 1º edic. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales; p: 19-103; 2006
18. Paredes M. Oliveira D. Estudos Interdisciplinares de Representacao Social. Abordagem estrutural das representacoes sociais. Brasil: Ed. AB Cultura e Qualidades. Goiania. 2009
19. Fernández Lápiz E. Tiempo Libre y nuevas responsabilidades en los adultos mayores. Departamento de Psicología evolutiva y educación. Universidad de Granada. 2006. [acceso 10 de julio de 2011]; Disponible en: <http://www.redadultosmayores.com.ar/buscador/files/CALID008.pdf>.
20. Chiesa R. Preparación 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). Madrid: 2008.
21. Rodríguez Feijoo N. Actitudes hacia la Jubilación. [revista en internet] 2007.[acceso 21 de noviembre de 2011]; 24 (1) Disponible en http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S166870272007000100001&script=sci_arttext
22. Feliciano Vilar, Estanislao Pastor Mallol, Joan Boada, María D. Varea, Sonia López, Teresa Zaplana Alcaraz. Significados asociados a la jubilación e influencia con la actividad de ocio y la ética del trabajo. Revista de gerontología 13(1).2003: 15-23.
23. Polo Fredy. Respuesta Social de las Políticas Públicas de la Salud desde la Perspectiva de los Ancianos. Contribuciones de Enfermería. Estudio Comparado Brasil / Perú [tesis doctoral]. Brasil. Universidade federal do rio de Janeiro.2009
24. Scaglia H, Mammana A. Jubilación y pérdidas. Buenos Aires, 2001 [acceso 21 de noviembre de 2011]; Disponible en: <http://geragogia.net/index.htm>.