

CAMBIO DE ROLES EN EL ADULTO MAYOR ANTES Y DESPUÉS DE LA JUBILACIÓN.

ROLES' CHANGING IN ELDERLY BEFORE AND AFTER RETIREMENT

Palabras clave: adulto mayor, cambio, jubilación, roles, terapia ocupacional.

Keywords: elderly, change, retirement, roles, occupational therapy.

DeCS: Adulto Mayor, Cambio Social, Jubilación, Rol, Terapia Ocupacional, Trabajadores.

MeSH: Aged, Role, Retirement, Social Change, Occupational Therapy, Workers.



Autora

Dña. Ana Karen Cotarelo Pérez

*Pasante de la licenciatura en terapia ocupacional
Realizando Servicio Social en CENAPRED (Centro
Nacional de Prevención de Desastres Naturales).
e-mail de contacto: krn_cotaprz@hotmail.com*

Como citar este documento:

Cotarelo Pérez AK. Cambio de roles en el adulto mayor antes y después de la jubilación. TOG (A Coruña) [revista en Internet]. 2015 [fecha de la consulta]; 12(21): [14 p.]. Disponible en: <http://www.revistatog.com/num21/pdfs/original2.pdf>

Texto recibido: 24/11/2014

Texto aceptado: 04/05/2015

Texto publicado: 28/05/2015

Introducción

En México existe un rápido crecimiento de la población en edad adulta. El subdirector general de Asistencia e Integración Social del DIF, señala que existe un incremento promedio anual de 180 mil adultos mayores y se prevé un aumento de 27 millones para el 2050. El 80% de dicho aumento comenzará a partir de 2020⁽³⁾.

Para el adulto mayor no hay roles definidos ni sociales, ni laborales, y si a esto le agregamos el retiro forzoso del trabajo, el adulto mayor en general no va encontrar sentido a su existencia humana. Todo será negociaciones y a la vez frustraciones, pues la carencia de tareas específicas lo lleva a la incertidumbre de saber dónde concentrar sus esfuerzos y dónde manifestarse en pleno para actualizar y realizar sus

RESUMEN

Introducción: El envejecimiento de las poblaciones y la mayor esperanza de vida han atraído una creciente atención sobre los factores que afectan la calidad de vida en la tercera edad ⁽¹⁾.

Objetivos: El propósito de la investigación es identificar los cambios de roles en el adulto mayor antes y después de la jubilación y la importancia que cada uno de ellos representa para el adulto mayor jubilado.

Metodología: Se ha llevado a cabo una investigación de tipo comparativa- trasversal realizada en los meses de junio-julio 2014.

Resultados: Tras el análisis de los resultados se llega a la conclusión de que los roles si cambian en el proceso de jubilación entendiendo que el adulto mayor antes de la jubilación tenía como rol principal el rol de trabajador, por lo cual dejaba a un lado los roles sociales sin darse cuenta que por estar tan centrado en cumplir la rutina que conllevaba para lograr el cumplimiento de este rol dejaba de lado roles como importantes como el rol de amigo o miembro de familia que son de gran importancia para ellos.

Discusión y conclusiones: Las personas que pasan de la actividad laboral a la jubilación, y sobre todo a la prejubilación, no están preparadas para los cambios tan importantes que acontecen en sus roles, por lo cual se ve afectado su desempeño ocupacional ⁽²⁾.

SUMMARY

Introduction: Aging population and increased life expectancy have attracted increasing attention on factors that affect the quality of life in old age (1).

Objectives: The purpose of the research is to identify changes in the older adult roles before and after retirement and the importance of each for the elderly retired.

Methodology: A cross-comparative research was carried out between the months of June-July 2014.

Results: After analyzing the results it is concluded that the roles change during the retirement process, understanding that most of elderly before retirement had as main role the worker role, so they put aside social roles such as friend or family member, which are really important for elderly

Discussion and Conclusions: Retirement is a factor that carries a complete change in living arrangements of individuals. In most cases, people who move from work activity to retirement, especially early retirement, are not prepared for such important changes in their roles, therefore their occupational performance is affected.

propias potencialidades de los que es poseedor ⁽⁴⁾.

La mayoría de los adultos mayores identifican que el principal aspecto para desarrollar una vejez saludable, feliz o tranquila, es contar con una salud adecuada. Se puede tener dinero, estar acompañado, pero si no se tiene salud, no se puede disfrutar de nada ⁽⁵⁾.

El estudio presente se llevó a cabo en la unión de pensionados y pensionistas del Instituto de Seguridad Social del Estado de México y Municipios (ISSEMYM), en el cual se brinda una serie de actividades recreativas y educativas a las que asisten

los maestros jubilados interesados. El objetivo de estas actividades como son el baile, clases de computación, de tejido, entre otras; son darle la motivación al adulto mayor después del proceso de jubilación de seguir desarrollándose como ser independiente dentro de un círculo social.

Por lo tanto la jubilación debe ser vista como un proceso continuo de crecimiento y mejora; no debe significar el fin de la vida social, pero si como una nueva fase de la vida donde el individuo dispone de un tiempo mayor para ejecutar tareas de su interés, buscando así nuevos ideales. Sin embargo es un

tiempo restante de las actividades profesionales, escolares, familiares, religiosas y políticas, donde es posible determinar libremente lo que se desea realizar, pudiendo ser una actividad de ocio, de diversión, distracción, o también una actividad de mayor significado individual y social ⁽⁶⁾.

Según Kielhofner, el cambio es algo necesario a lo largo de la vida de cada ser humano, pero en ocasiones el individuo no se encuentra en situación física o psicológica para producirlo por sí mismo. Los déficits o aspectos actitudinales en el individuo suponen una alteración de las rutinas, roles y los objetivos de vida ⁽⁷⁾.

La jubilación supone la desaparición del rol del trabajador, ya que al jubilarse no se está sujeto a las exigencias del trabajo. Así, el jubilado, acostumbrado durante mucho tiempo a ser guiado por su trabajo, puede encontrarse desorientado y angustiado cuando se da cuenta de que la distribución de su actividad y de su tiempo solo depende de él ⁽⁸⁾.

Uno de los aspectos más importante en la Terapia Ocupacional es despertar en el anciano el interés en ocupar de manera calificada y orientada su tiempo libre conquistado después de muchos años de trabajo, manteniéndolo activo, proporcionando condiciones adaptables para que el viva de forma satisfactoria y posible su día a día, pues el hacer algo en su tiempo libre puede significar a lo largo de la vida de los ancianos, formas de mantener la continuidad, la autonomía, la independencia y la elección durante el proceso de vida ⁽⁹⁾.

Objetivos de la investigación:

El objetivo general es identificar los cambios de roles en el adulto mayor antes y después de la jubilación que asisten a Unión de Pensionados y Pensionistas del ISSEMYM, A.C., para lo que se cuenta con los siguientes objetivos específicos:

- Reconocer los roles del adulto mayor antes de la jubilación.

- Detectar los roles del adulto mayor después de la jubilación.
- Indicar los roles que el adulto mayor desea adquirir en el futuro.
- Saber la importancia de los roles en el adulto mayor
- Reconocer la diferencia de cada uno de los roles respecto al antes y después de la jubilación.

Metodología

El presente trabajo de investigación es comparativo para lograr la identificación del cambio de roles que existe en los adultos mayores antes y después de la jubilación; además es de tipo transversal, mediante el "listado de roles" de Kielhofner (anexo I) y el Modelo de Ocupación Humana (Model of Human Occupation, MOHO) tratando de identificar los aspectos interrelacionados de los cuales emerge y a partir de los que se mantiene la ocupación humana.

El Listado de Roles es un listado que se completa a lápiz, requiere aproximadamente de 15 minutos para su administración. Se aplicó en la Unión de Pensionados y Pensionistas del ISSEMYM, A.C. a 30 adultos mayores jubilados. El muestreo es de tipo no probabilístico por conveniencia. Del cual se seleccionó a los participantes que cumplieran con los criterios de inclusión (tabla 1).

Tabla 1. Criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión:	Criterios de exclusión:
<ul style="list-style-type: none"> • Los adultos mayores jubilados que asisten a la Unión de Pensionados y Pensionistas del ISSEMYM, A.C. • Que los participantes completen el listado de roles 	<ul style="list-style-type: none"> • Jubilados que no sean adultos mayores. • Adultos mayores que no estén jubilados. • Adultos mayores jubilados que no tengan la posibilidad de contestar el listado de roles. • Los adultos mayores que no asistan a la unión de pensionados y pensionistas del ISSEMYM, A.C.

Fuente: listado de roles, junio-julio 2014.

Incluyendo en el proceso de aplicación a los artículos 17 y 23 de la Ley General de Salud en materia de investigación para la salud en su Título Segundo que

trata de los Aspectos Éticos de la investigación en Seres Humanos. Se procedió a la aplicación del cuestionario, con el propósito de determinar cuáles son los roles que han cambiado en el participante antes y después de la jubilación.

Una vez obtenida la información del listado de roles, se realizó la captura en una base de datos creada en Excel de la información, donde se calcularon las medidas de tendencia central (media, mediana, moda) y porcentajes; arrojando los roles que más se presentan antes de la jubilación y la importancia que estos toman en la vida de los individuos, de igual forma para los roles después de la jubilación para indicar si existió un cambio en ellos y qué tan valiosos llegan a ser para el adulto mayor. Los datos obtenidos se trabajaron estadísticamente, los resultados se clasificaron y tabularon para la elaboración de cuadros y gráficas.

Instrumento de investigación

El instrumento que se utilizó consta de un listado de roles que contienen una breve definición, el listado proporcionara información sobre los datos de los roles que se realizaban antes de la jubilación y después de ésta.

El listado de roles de Kielhofner está dividido en dos partes. La primera parte evalúa a través de un continuo temporal, los roles que más han servido para organizar la vida diaria del individuo. La segunda parte permite identificar el grado en que el individuo valora cada rol. Por lo tanto este listado aporta a la identificación de si es que la persona ha desempeñado o desempeña determinado número de roles, aporta a comprender la congruencia entre los roles desempeñados y su impacto en la satisfacción ocupacional.

El listado presenta 10 roles, que contienen una breve definición. Los roles incluyen los de estudiante, trabajador, proveedor de cuidados, ama/amo de casa, amigo, miembro de familia, participante religioso, aficionado y participante en organizaciones. Se incluye además la categoría "otros", para personas que participan en otros roles no especificados en el listado.

La parte I del listado de roles, presenta 10 roles bajo la clasificación en el pasado y presente. El pasado se refiere a los roles desempeñados antes de la jubilación y el presente a los roles que se llevan a cabo después de la jubilación. Al igual que los roles que el participante desea realizar en un futuro. Se puede marcar más de una columna por cada rol.

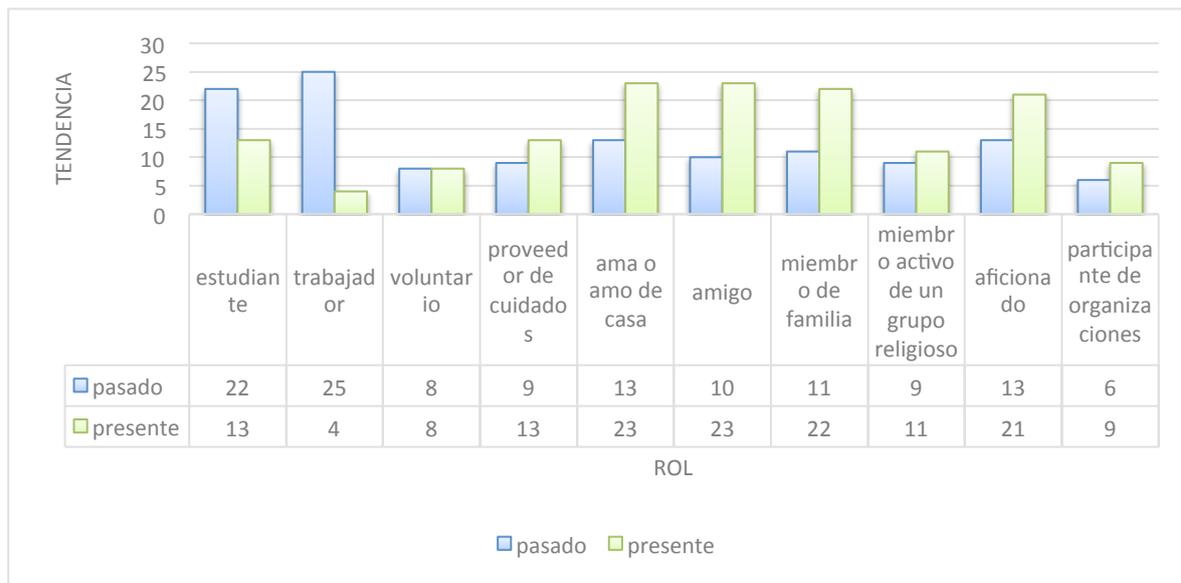
La parte II del listado de roles repite los 10 roles bajo la clasificación de: muy valioso, de algún valor y no del todo valioso. Valioso se refiere a que el rol es importante o significativo en la vida de la persona.

Resultados

El 84% de los participantes son del sexo femenino es decir 21 mujeres y solo 4 hombres representando el 16% del total. De los 25 adultos mayores incluidos en la investigación el 72% de los participantes se encuentra en un rango de edad entre 60 a 74 años, mientras el 28% se encuentra entre los 75 y 89 años. En la gráfica 1 se puede observar de acuerdo a la tendencia de cada rol, el cambio que existe en general y en cada uno de los roles en el adulto mayor que asisten a la unión de pensionados y pensionistas del El Instituto de Seguridad Social del Estado de México y Municipios (ISSEMYM), antes y después de la jubilación. Dejando ver que en el pasado el rol de trabajador es el más recurrente con un total de los 25 adultos mayores participantes y el rol del pasado que solo realizaron 6 adultos mayores, fue el rol de participante de organizaciones.

De tal modo se puede observar que en el presente, el cual representa el después de la jubilación el rol más realizado en los adultos mayores, con 23 participantes son los roles de ama o amo de casa y el de amigo; el rol con menos recurrencia después de la jubilación es el de trabajador con solo 4 participantes.

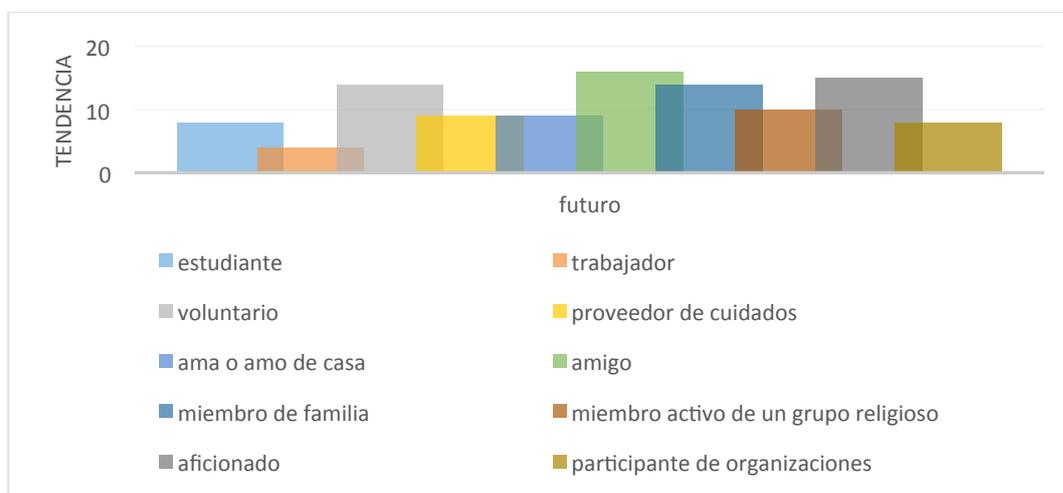
Gráfica 1. Cambio de Roles antes y después de la jubilación.



Fuente: listado de roles, junio-julio 2014.

En la gráfica 2 se puede indicar de acuerdo a la tendencia de cada rol del futuro en el adulto mayor jubilado, que el rol más deseado a futuro del adulto mayor que asiste a la unión de pensionados y pensionistas del ISSEMYM, es el rol de amigo con una tendencia de 16 participantes y el menos deseado es el de trabajador con 4 adultos mayores.

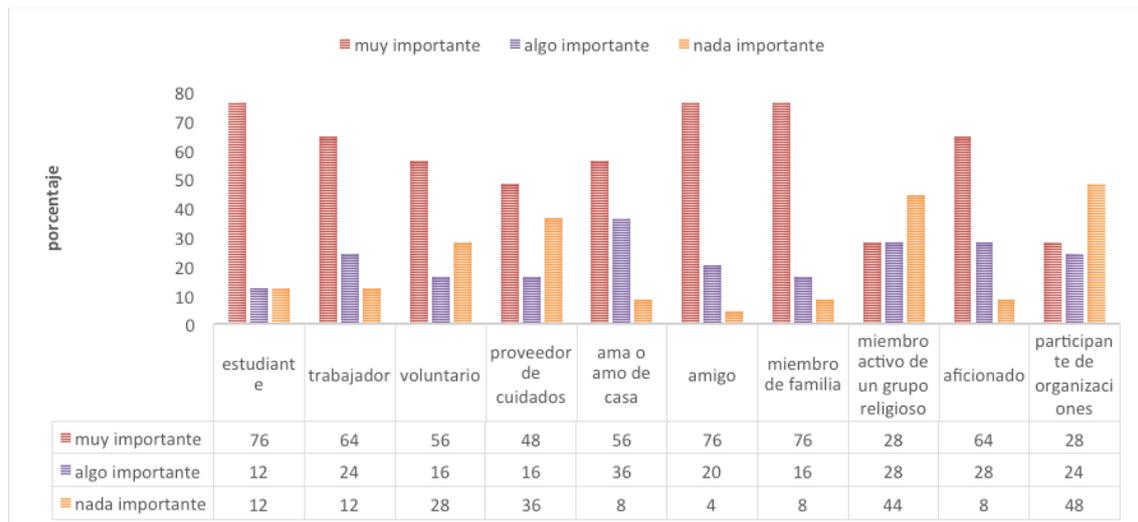
Gráfica 2. Roles que se desean a futuro.



Fuente: listado de roles, junio-julio 2014

En la gráfica 3 se resalta de acuerdo al porcentaje de cada uno de los roles, que el rol con más importancia para el adulto mayor que asiste a la unión de pensionados y pensionistas del ISSEMYM, con un 76% son los roles de estudiante, amigo y miembro de familia; dejando los roles de miembro activo de un grupo religioso y el rol de participante de organizaciones con un 28% por lo cual son los menos importantes.

Gráfica 3. Importancia de los roles



Fuente: listado de roles, junio-julio 2014

Discusión, conclusiones

De acuerdo a los resultados expuestos anteriormente en base al estudio del cambio de roles en el adulto mayor antes y después de la jubilación que asisten a la unión de pensionados y pensionistas del ISSEMYM A.C.; se llega a la conclusión de que los roles si cambian en el proceso de jubilación entendiéndose que el adulto mayor antes de la jubilación tenía como rol principal el rol de trabajador, por lo cual dejaba a un lado los roles sociales como el caso del rol de amigo o miembro de familia.

En esta investigación y debido al lugar donde se realizó se obtuvo el resultado de que los adultos mayores realizan menos roles antes de la jubilación lo que

equivale a una diferencia entre los roles que el adulto mayor realiza después de la jubilación.

En la sociedad muchas veces se desconoce el proceso de envejecimiento como biopsicosocial, por lo tanto provoca que los adultos mayores estén desadaptados ⁽¹⁰⁾; sin embargo se demuestra en los resultados que el rol más deseado a futuro para el adulto mayor es el rol de amigo destacado por 16 participantes, al cual le siguen los roles de aficionado, miembro de familia y voluntario, por lo cual se determina que el interés de los roles a futuro en el adulto mayor jubilado, son los que requieren mayor participación dentro de un grupo social; ya que también el adulto mayor le da mayor valor y/o importancia al rol de amigo y miembro de familia.

En el estudio 21 participantes pertenecen al sexo femenino, debido a que en la unión de pensionados y pensionistas del ISSEMYM, las actividades que se realizan van más enfocadas a ellas, que a los adultos mayores del sexo masculino, lo cual es una desventaja para ellos.

Los adultos mayores de entre 60 y 74 años de edad, tuvieron una jubilación dentro de la clasificación normal, es decir que cumplieron con la edad o los requisitos para este proceso. Por lo tanto cuando el adulto mayor tiene una buena preparación para enfrentar este proceso de jubilación, y además entran dentro de la clasificación de la OMS como adultos de edad avanzada, muestran más oportunidad de ver la jubilación como un proceso continuo de crecimiento y mejora; lo cual debe significar una nueva fase de la vida donde el individuo dispone de un tiempo para ejecutar tareas de su interés, buscando así nuevos ideales ⁽¹¹⁾.

Para este proyecto de investigación, se desea que haya una mejora continua del mismo; ya que los seres humanos son un ser cambiante con el paso de los años, existe un desarrollo biopsicosocial basado en el tiempo y contexto donde

nos desarrollamos; y así como para adultos mayores de cierto contexto la jubilación se podría mostrar perjudicial, que para los que se desarrollan en otro totalmente diferente. Por lo tanto se recomienda a futuros estudiantes que tengan interés en el proyecto, la complementación con adultos mayores de diferente índole social, para llegar a generalizar el cambio existente en los roles durante el proceso de jubilación.

Agradecimientos

Principalmente quiero agradecer a la L.T.O. Vanessa López Mejía ya que por que sin su experiencia, apoyo y profesionalismo esta investigación no existiría, de igual manera a todos los profesionales que fueron parte de mi formación como terapeuta ocupacional, a los principales miembros de la unión de pensionados y pensionistas que muestran gran interés por sus adultos mayores activos, manteniéndolos a la vanguardia con sumas actividades.

A los participantes que después de entender el objetivo de la investigación se siguieron acercando, para obtener una mayor orientación sobre el manejo de sus roles y rutinas después del gran cambio, en este caso la jubilación por el cual han pasado.

Bibliografía

1. Vera C, Domínguez C. Jubilación y prejubilación: un modelo de participación con prejubilados. *Acciones investig soc.* 2000; 18(11):113-124.
2. Hernández G. Cese de la actividad profesional y preparación para la jubilación. *Cuad. relac. lab.* 2009; 27(2):63-81.
3. Quintanar A. Análisis de la calidad de vida en adultos mayores del municipio de Tetepango, Hidalgo: a través del instrumento whoqol-bref. [tesis de licenciatura]. Actopan Hidalgo: Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo; 2010.
4. Lozano Cardoso A. Introducción a la geriatría. 2ª Ed. México: Méndez Editores; 2000.
5. Barrera E. La preparación a la jubilación a través del sistema público de servicios sociales: una alternativa posible. *Acciones investig soc.* 2006; (1):430.
6. Chiesa R, Sarchielli G. Prepararse para la jubilación: el papel del apoyo social en la gestión de la ansiedad. *Rev. psicol. trab. Organ.* 2008; 24 (3):365-388. (Consultado el 16 de febrero de 2014). Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/pp/v17n67/v17n67a8.pdf>.
7. Salles K, Ribeiro C. Envejecer: una reflexión de la terapia ocupacional sobre el tiempo libre del anciano jubilado de sexo masculino no institucionalizado. *Rev Chil Ter Ocup.* 2009; (3):35-42. (Consultado el 18 de marzo de 2014). Disponible en: <http://www.revistaterapiaocupacional.uchile.cl/index.php/RTO/article/view/148/130>.
8. Gómez S. Percepción de los cambios en el desempeño ocupacional frente a la situación de jubilación de chilenos que viven en Suecia. *Rev Chil Ter Ocup.* 2009; (2):22-25. (Consultado el 23 de febrero de 2014). Disponible en: <http://www.revistaterapiaocupacional.uchile.cl/index.php/RTO/article/view/135/119>.
9. Durante P, Pedro P. Terapia ocupacional en geriatría principios y práctica. 3º Ed. Elsevier Masson; 2010.
10. Espinosa I. El adulto mayor no es sinónimo de muerte; aún vive. [tesis doctoral]. México D.F: Asociación Mexicana de Tanatología, A. C.; 2010.
11. Allan N, Wachholtz D, Valdés A. Cambios en la ocupación de los adultos mayores recientemente jubilados. *Rev Chil Ter Ocup.* 2009; (5):19-29. (Consultado el 18 de marzo de 2014). Disponible en: <http://www.revistaterapiaocupacional.uchile.cl/index.php/RTO/article/view/103/86>.

Anexos

LISTADO DE ROLES

Nombre: _____ Edad: _____ Fecha: _____
 Sexo: _____ Tipo de jubilación: _____

El propósito de este listado es identificar los diferentes roles que usted lleva a cabo y llevo a cabo antes de jubilarse. El listado presenta 10 roles y define cada uno de ellos.

PRIMERA PARTE:

Al lado de cada rol indica con una marca de cotejo si tenías ese rol en el pasado es decir antes de jubilarte, si tienes ese rol en el presente. Puedes marcar más de un columna para cada rol.

ROL	PASADO	PRESENTE	FUTURO
ESTUDIANTE: Asistir a la escuela a tiempo completo o a tiempo parcial.			
TRABAJADOR: Empleado a tiempo completo o a tiempo parcial.			
VOLUNTARIO: Ofrecer servicios sin recibir paga alguna a algún hospital, escuela, comunidad, grupo político, etc. Por lo menos 1 vez por semana.			
PROVEEDOR DE CUIDADOS: Tener la responsabilidad de cuidar niños, esposa/esposo, familiar o amigo, por lo menos 1 vez por semana.			
AMA O AMO DE CASA: Tener responsabilidad de tareas de limpieza de hogar o arreglo del patio, por lo menos 1 vez por semana.			
AMIGO: Pasar algún tiempo y/o realizar alguna actividad con un amigo, por lo menos 1 vez por semana.			
MIEMBRO DE FAMILIA: Pasar algún tiempo y/o realizar alguna actividad con algún miembro de la familia tales como hijos, esposa/esposo, padres u otro familiar, por lo menos una vez por semana.			
MIEMBRO ACTIVO DE UN GRUPO RELIGIOSO: Participare involucrarse en grupos o actividades afiliadas a alguna religión, por lo menos una vez por semana.			
AFICIONADO: Participar y/o involucrarse en algún pasatiempo o afición tal como coser, tocar algún instrumento, deportes, teatro, trabajo en madera o participar en algún club o equipo, por lo menos 1 vez por semana.			
PARTICIPANTE DE ORGANIZACIONES: Participar en organizaciones tales como Club de Leones, Legión Americana, Asociación de fútbol, Alcohólicos Anónimos, asociaciones profesionales, etc. por lo menos 1 vez por semana.			
OTROS ROLES: _____ Algún otro rol el cual haya realizado anteriormente, el cual realiza ahora. Escriba el rol en la línea en blanco y marca las columnas apropiadas.-----			

SEGUNDA PARTE

En esta parte están listados los roles anteriores. Al lado de cada rol, marca la columna que mejor indique cuan valioso o importante es ese rol para ti. Marca una respuesta para cada rol aunque no lo hayas tenido ni pienses tenerlo.

ROL	No muy valioso y/o importante	Con algún valor y/o importancia	Muy valioso y/o importante
ESTUDIANTE: Asistir a la escuela a tiempo completo o a tiempo parcial.			
TRABAJADOR: Empleado a tiempo completo o a tiempo parcial.			
VOLUNTARIO: Ofrecer servicios sin recibir paga alguna a algún hospital, escuela, comunidad, grupo político, etc. Por lo menos 1 vez por semana.			
PROVEEDOR DE CUIDADOS: Tener la responsabilidad de cuidar niños, esposa/esposo, familiar o amigo, por lo menos 1 vez por semana.			
AMA O AMO DE CASA: Tener responsabilidad de tareas de limpieza de hogar o arreglo del patio, por lo menos 1 vez por semana.			
AMIGO: Pasar algún tiempo y/o realizar alguna actividad con un amigo, por lo menos 1 vez por semana.			
MIEMBRO DE FAMILIA: Pasar algún tiempo y/o realizar alguna actividad con algún miembro de la familia tales como hijos, esposa/esposo, padres u otro familiar, por lo menos una vez por semana.			
MIEMBRO ACTIVO DE UN GRUPO RELIGIOSO: Participare involucrarse en grupos o actividades afiliadas a alguna religión, por lo menos una vez por semana.			
AFICIONADO: Participar y/o involucrarse en algún pasatiempo o afición tal como coser, tocar algún instrumento, deportes, teatro, trabajo en madera o participar en algún club o equipo, por lo menos 1 vez por semana.			
PARTICIPANTE DE ORGANIZACIONES: Participar en organizaciones tales como Club de Leones, Legión Americana, Asociación de fútbol, Alcohólicos Anónimos, asociaciones profesionales, etc. por lo menos 1 vez por semana.			
OTROS ROLES: _____ Algún otro rol el cual haya realizado anteriormente, el cual realiza ahora. Escriba el rol en la línea en blanco y marca las columnas apropiadas.			

RESUMEN DEL LISTADO DE ROLES

Nombre _____ Edad: _____ Fecha: _____
 Sexo _____ tipo de jubilación _____

Pasado Presente Futuro Ninguno Alguno Mucho

ROL	Incumbencia Percibida		Valor asignado		
	Pasado	presente	ninguno	alguno	mucho
ESTUDIANTE					
TRABAJADOR					
VOLUNTARIO					
PROVEEDOR DE CUIDADOS					
AMA O AMO DE CASA					
AMIGO					
MIEMBRO DE FAMILIA					
MIEMBRO ACTIVO DE UN GRUPO RELIGIOSO					
AFICIONADO					
PARTICIPANTE DE ORGANIZACIONES					
OTROS ROLES					