

JULIO, 2018

Ing. Rafael Kohanoff,

Director del centro de Tecnologías para las Personas con Discapacidad y Adultos Mayores del INTI,

Miembro del Centro Internacional de Longevidad I.L.C

Miembro de la Red Internacional de Investigadores y Participantes en la Integración Educativa (RIIE)

## **REPENSANDO EL ROL SOCIAL DE LOS JUBILADOS EN LA CUARTA ETAPA DE LA VIDA**

**Jubilarse del trabajo contractual sí, jubilarse de la vida no**

*Si generáramos oportunidades para que los millones de jubilados puedan elegir según sus intereses, participar en alguna actividad productiva, estaríamos frente a un nuevo paradigma en el que la vida prolongada sea placentera y productiva al mismo tiempo.*

### **La mirada hacia los adultos mayores**

A partir de haber publicado un artículo en la revista científica de la Sociedad Argentina de Gerontología y Geriátrica ([http://www.sagg.org.ar/wp/wp-content/uploads/2016/11/RAGG\\_10\\_16.pdf](http://www.sagg.org.ar/wp/wp-content/uploads/2016/11/RAGG_10_16.pdf)) sobre la necesidad de replantear el rol de los jubilados, y habiendo consultado y profundizado numerosos trabajos de expertos y conversado con amigos referentes del tema reafirmo mi interpretación de que nos encontramos frente a un nuevo paradigma.

Estoy convencido que en las condiciones actuales de vida el largo período que se inicia tras la jubilación, abre una inédita posibilidad de trabajar de manera placentera y con manejo propio de los tiempos que implica un enorme potencial. En efecto, ese trabajo ofrecido es tanto un

atributo valioso y beneficioso para las personas, como conveniente para la sociedad que lo recibe.

En tanto potencial, ese recurso debe ser activado para llegar a ser una realidad tangible. Por cierto, es necesario que el Estado, la sociedad y los propios protagonistas emprendan serios esfuerzos para generar y lograr los espacios y las condiciones que brinden oportunidades a los jubilados que deseen trabajar. Más aún, deberá despertarse el entusiasmo por el trabajo en quienes lo han perdido, sea por efecto de experiencias anteriores o por resignación frente a un ciclo laboral percibido como cerrado.

Mediante ese potencial en acción los jubilados brindarían su experiencia, su saber y su tiempo en trabajos necesarios para la sociedad. El reconocimiento que todo el proceso pondría en marcha, crea una situación de bienestar y abre la posibilidad de rescatarse así mismo de la situación de solamente ESTAR.

En los congresos y reuniones nacionales e internacionales donde se trata el tema de los adultos mayores hay conciencia de que en el mundo, y especialmente en América Latina, se ha mejorado sensiblemente su situación pero aún no se logran los objetivos planteados de subsistencia económica, salud, educación y atención adecuada. (1)

La mayoría de los trabajos sobre el tema tienen un enfoque destinado a mostrar estadísticas, preocupación por el impacto, y la alarma que genera el aumento de personas envejecidas. (2)

Estos abordajes van acompañados de un tratamiento asistencialista y de un sesgo discriminatorio. En buena medida, al ser caracterizado como una carga, el propio adulto mayor queda en un lugar de víctima.

Se pueden reconocer dos miradas hacia los adultos mayores: una asistencialista derivada de lo anterior, y otra que propicia un **envejecimiento activo**. Esta última centra su atención en acciones orientadas al bienestar anímico mediante la actividad física y el entretenimiento como la participación en viajes y cursos. Su principal objetivo es procurar satisfacción personal y evitar el aburrimiento. (3)

Afirmamos que es necesario dar un paso más para hacer realidad un **envejecimiento activo sustentable**. En efecto, debemos incorporar a esta mirada la idea de un *rol productivo*, lo que significa y requiere hacer algo positivo para y por el otro. Este rol supone entonces una contribución social

del individuo, sea ésta remunerada o no, le permite sentirse integrado a la sociedad, y no discriminado por ella <sup>(4)</sup>

## **La Discriminación**

Se ha señalado con una abundante bibliografía el efecto explícito y visible de la discriminación de los adultos mayores.

La discriminación comprende la exclusión, separación, un comportamiento con el otro que lo deja siempre expuesto en condición de persona carente. La discriminación implica una forma de alterar la mirada y una actitud hacia el otro que lo convierte en un sujeto NO igual <sup>(5)</sup>. Buena parte de la sociedad manifiesta que “los viejos cuestan mucho”, absorben importantes montos del presupuesto para las atenciones sociales y la jubilación. Más aún, hasta se llega a escuchar que son una carga, un “peso muerto” y no producen nada. <sup>(6)</sup>

Otra mirada profunda del tema nos permite identificar una discriminación muy sutil y desapercibida, aun con buena voluntad. Se aborda el tema de los adultos mayores desde las perspectivas de la rehabilitación, la capacitación, la reparación o la normalización poniendo el énfasis en lo que le falta, en lo que no pueden, en lo disfuncional sin haber incorporado el abordaje desde su potencial, su capacidad y en lo que sí pueden. <sup>(7)</sup>

Adicionalmente, es también frecuente propiciar actividades asistenciales de capacitación y/o entretenimiento solo entre los adultos mayores excluyéndolos del resto de la sociedad.

Proponemos poner el foco en las diversas capacidades que podrían ser transferidas a muchísimas personas, las que darían significado a la madurez de la sociedad comprendiendo y respetando al otro. <sup>(8)</sup>

## **El Debate que nos debemos**

La prolongación de la vida dio lugar a expresiones de alarma y preocupación porque cada vez hay más viejos y viven más tiempo. La atención debería estar puesta en disminuir la pobreza y mejorar la salud. <sup>(9)</sup>

La gran preocupación y la gran alarma es el hecho de que no hemos afrontado este nuevo paradigma para lograr que esta vida prolongada sea placentera y productiva al mismo tiempo. (10)

Éste es el debate que nos debemos: la búsqueda de la construcción desde el sector público y la comunidad de espacios significativos desde donde las personas mayores puedan realizar sus aportes tanto para sí mismas como para la comunidad. (11)

### **Los Cambios**

Dos hechos fundamentales han modificado sustancialmente la situación histórica. La prolongación de la vida y el mantenimiento y mejoramiento de las capacidades físicas e intelectuales de las personas.

Anteriormente una cantidad reducida de personas llegaba a la edad de la jubilación y en su mayoría necesitaban atención de terceros. En la situación actual nos encontramos con una gran y creciente cantidad de jubilados que gozan de buenas condiciones físicas e intelectuales y viven entre 20 y 30 años más a partir de su jubilación.

Esta población cuenta con características particulares que bien miradas comportan un auténtico privilegio. Ellos han acumulado una gran experiencia y capacidad, disponen de tiempo para seguir contribuyendo con su trabajo en la producción de bienes y servicios con potencial para el mejor bienestar de la comunidad. Todo lo cual supone el invaluable aporte de restituir el sentido a su propia vida (12)

### **La Prolongación de la Vida**

La idea de la jubilación a los 60-65 años se formó por primera vez en Alemania alrededor del año 1900. Allí establecieron un programa de jubilación sentenciando que a esa edad decae el nivel de rendimiento físico, psicológico y emocional de las personas.

En esa época la esperanza de vida al nacer era de alrededor de 40 años, de modo que después de la jubilación una persona vivía unos pocos años más. Pero paulatinamente se produce un cambio fundamental en la esperanza de vida: en el año 1950 era de 60 años, y actualmente es de 80. La expectativa de vida creció más en el último siglo -de 2 a 3 años por década- que en los 2000 años precedentes. (13)

## **Las capacidades físicas y psicológicas no se deterioran con el tiempo**

También resulta falso el concepto de que el cerebro del adulto mayor pierde su capacidad.

Se ha demostrado científicamente que en la zona del hipocampo del cerebro se generan nuevas células neuronales durante toda la vida, y las mismas crean nuevas conexiones que van formando circuitos que modifican el cerebro continuamente. <sup>(14)</sup>

Cuando se logra focalizar el interés en cosas que resultan satisfactorias, éstas influyen en sucesos favorables, saludables y preventivos de los problemas derivados del envejecimiento. La focalización en sucesos insatisfactorios constituye modos de vida que deterioran la salud del cerebro y de todo el organismo. <sup>(15)</sup>

Por eso habría que aprender y hacer cosas nuevas permanentemente para no caer en pensamientos nostálgicos o dolorosos que dañen la salud. <sup>(16)</sup>

Durante la infancia y la adolescencia nos preparamos para lograr condiciones que nos permitan trabajar y de este modo producir bienes y servicios para el mejoramiento de la vida de la gente. Éste es el verdadero sentido del trabajo. La retribución económica es una convención social.

La sociedad estructuró con claridad la atención y los cuidados en las etapas de la infancia y la adolescencia, favoreciendo la disminución de la mortalidad infantil, el analfabetismo y expandiendo el alcance de la educación. Y en los adultos impulsó un sistema que los integra y ordena para el trabajo.

Pero ¿qué sucede después de llegar a esta bisagra que es la jubilación?

En su concepción originaria, la jubilación aparecía como la antesala de la muerte para la corta extensión de vida de las personas. Sin embargo, los cambios producidos en la actualidad han extendido los años de vida y han mejorado notablemente la salud de la población. Todo ello, nos pone ante la

necesidad de construir estructuras que posibiliten y ordenen esta 4ta etapa de la vida.

Aspiramos a que la vejez sea mirada con respeto y cariño, a que sea deseable. Se trata de un período que ofrece la sabiduría de un largo aprendizaje y experiencia, con disponibilidad de tiempo sin la tiranía de su escasez, y con la facultad de resistir la seducción de los medios de comunicación y su compulsión a un consumismo sin fin.

El tiempo y la libertad recuperada deben permitir el descanso y el entretenimiento simultáneamente con un trabajo necesario para la sociedad. Un trabajo capaz de dar sentido a su vida, que preserva su pertenencia e integración en la sociedad al mismo tiempo que lo protege de la soledad. (17)

¡Que formidable ejemplo significaría para toda la sociedad y las generaciones posteriores la integración productiva del jubilado junto a su rol insustituible como abuelo! (18)

Estos años que superan la edad jubilatoria tienen características particulares que ameritan ser considerados como una etapa en sí misma, "la 4ta etapa de la vida". Podemos afirmar que en su dimensión y complejidad actual aún no ha sido contemplada por la sociedad ni por las políticas vigentes, tampoco por las mismas personas que la están transitando.

### **¿Hasta cuándo trabajar?**

Al principio de la jubilación la persona siente una especie de liberación, es como un "estar de vacaciones". Quien inicia esta etapa se encuentra con un grado de libertad del que no disponía en su vida anterior. Sin embargo, con el transcurrir del tiempo avanza una sensación inquietante que podríamos sintetizar en el "sentir que uno está, pero no ES". (19)

Uno debería tener la posibilidad de trabajar mientras quiera y sienta que puede hacerlo. Dado que hoy la vida se ha extendido por más de 20 o 30 años, y se ha comprobado que las capacidades físicas, psicológicas y mentales no se deterioran con la edad cronológica la sociedad no debe privarse del beneficio que hombres y mujeres pueden brindar durante esta prolongada etapa vital. (20)

El envejecimiento es un proceso fisiológico que se produce en cada persona a su propio ritmo y de manera diferente a lo largo de toda su vida. Su evolución produce cambios que pueden dificultar el funcionamiento de diferentes órganos en el devenir de dicho proceso.

El programa genético, el entorno y el estilo de vida pueden retardar los problemas producidos por el envejecimiento si éste se desarrolla con hábitos y estilo de vida saludable y, por el contrario, se acelera con malos hábitos.

El jubilado necesita incentivar la actividad del cerebro y estimular las relaciones sociales, mantenerse mental y físicamente saludable. Tener un propósito, un motivo para levantarse y realizar una actividad, una actividad deseada. Es menester sentirse útil, vital y necesario, sentirse pensado por los otros y junto a los otros en su relación y participación. Resulta imperativo evitar la soledad y la depresión.

El trabajo es la actividad que presta la mayor contribución en la nueva etapa. Debe ser placentero, lo que se asocia a no sentirse controlado ni gobernado y a poder mantener un grado de autonomía y capacidad de decisión. (21)

La aceptación de que el trabajo y la vejez son situaciones opuestas atentan contra la inclusión social.

No se trata de obligar a tener una actividad productiva, a trabajar, sino de crear y generar las oportunidades, las posibilidades y los ámbitos para quienes que puedan y deseen hacerlo. Se trata también de generar condiciones que contribuyan a revertir en los jubilados el concepto de "vejismo" que los propios adultos mayores han incorporado restringiéndose las posibilidades de llegar a una vejez productiva.

## **Escenario y Desafíos**

Las condiciones específicas en que se encuentren los jubilados dan lugar a categorías con situaciones diferentes.

En base a nuestras indagaciones y trabajos documentales de expertos en el tema, en una primera aproximación podríamos distinguir las siguientes situaciones posibles en el conjunto de jubilados:

- Quienes tienen serios problemas de salud, ingresos insuficientes para su sustento y no disponen de condiciones para trabajar.
- Quienes están en condiciones de trabajar y desean hacerlo porque lo necesitan para su sustento material.
- Quienes no desean trabajar porque aceptaron la imposición de la sociedad según la cual ~~de que~~ el jubilado ya ha cumplido su ciclo.
- Quienes no desean trabajar porque sus recuerdos del trabajo realizado no les resultan gratos y no imaginan otras posibilidades.
- Quienes necesitan económicamente trabajar y lo hacen en condiciones similares a los trabajos anteriores.
- Quienes continúan trabajando en la misma actividad.
- Quienes desean trabajar sin necesidades económicas y no encuentran los ámbitos apropiados.
- Quienes desean seguir trabajando y lo hacen en condiciones placenteras dándole un sentido a su vida.

En las diferentes situaciones planteadas existen historias de trabajo, de educación, de salud y otras que determinan características particulares.

Cada una de éstas requiere abordajes y acciones específicas que estimulen a cada uno en dirección a mejorar su calidad de vida dándole un sentido, con un trabajo que lo integre a la sociedad.

Nuestro objetivo consiste en impulsar acciones que mejoren las distintas situaciones actuales para que cada vez más jubilados tengan deseos y posibilidades de trabajar, de poder brindarse a la sociedad orientados hacia la solidaridad y la cooperación con el otro. Asimismo, el trabajo así concebido deberían cumplir con una condición sustantiva, ésta es: contribuir a cubrir las necesidades que el mercado y la sociedad no logran atender adecuadamente.

### **Dejar el trabajo contractual tradicional no quiere decir jubilarse de la vida**

Se trata de generar las condiciones que permitan el pleno desenvolvimiento en el ejercicio del nuevo rol de los adultos mayores.

El esfuerzo del Estado, de las organizaciones sociales y de las propias personas mayores debe dirigirse a que los mismos arriben a esta cuarta etapa con buena salud, buen sustento económico para lograr la felicidad y la

satisfacción de brindarse al otro a través de su trabajo en el marco de un sistema de vida con roles activos. De este modo, se genera un potencial humano de inmenso valor productivo y social que en nuestro país es de millones de personas mayores de 65 años.

El desafío consiste en identificar necesidades que requieran trabajos en los que puedan participar activamente los jubilados. Y este modo de integración debe traducirse en un beneficio para el individuo que da (*ellos*) y para la sociedad que recibe y en la que están insertos.

**Este potencial es un recurso de gran relevancia que la sociedad no puede perderse.**

### **Un proyecto en Marcha**

La Dirección General de Promoción e Inclusión Social perteneciente a la Secretaria de Integración Social para las personas Mayores de CABA tiene, entre sus objetivos centrales, la promoción y el apoyo a todas las acciones que contribuyan a un envejecimiento productivo.

Coincidentemente el I.L.C (Centro de longevidad Internacional) y el Centro de Tecnologías para los Adultos Mayores y la Discapacidad del INTI elaboraron un trabajo conjunto consistente en una encuesta muy similar a la referida Secretaria de Integración Social.

Las tres entidades ya se encuentran trabajando conjuntamente en la implementación de las tareas que brinden la información pertinente para favorecer el envejecimiento productivo.

Las primeras actividades consisten en talleres de reflexión y análisis de capacidades y necesidades. Para ello convoca a grupos de personas jubiladas provenientes del ámbito científico, a profesores y maestros, a comerciantes, amas de casa, empleados, etc.

Simultáneamente elaboró un programa que consiste, por un lado, en identificar las distintas capacidades individuales para realizar actividades productivas, y por otro lado, conocer las necesidades y problemas sociales y productivos que puedan ser cubiertos por el tiempo deseado por el jubilado.

## Bibliografía

- (1) "Derechos de las Personas Mayores: retos para la interdependencia y la autonomía" Cuarta Conferencia Regional Intergubernamental sobre Envejecimiento y Derechos de las Personas Mayores en América Latina y el Caribe. LC/CRE.4/3, CEPAL – Naciones Unidas – Asunción – 2017
- (2) "Informe de la reunión de Gobiernos y Expertos sobre Envejecimiento en Países de América del Sur"- CEPAL - Naciones Unidas – Distr. Limitada LC/L. 2547 CABA. 2006
- (3) "Una Mirada Sobre el Envejecimiento. Informe Técnico de Latinoamérica y el Caribe". Fondo de Población. Naciones Unidas. UNFPA 2017
- (4) "Envejecimiento Productivo: las contribuciones de las personas mayores desde la cotidianeidad. Autora: Ivana Miralles ISSN 1514-6871 (Conicet) 2010
- (5) "La Discapacidad como Figura de discriminación en la Modernidad. De la Historia a las Practicas Vigentes" Autora: Zardel Jacobo. Tesis para la Facultad de Filosofía y Letras. Posgrado de Pedagogía" Universidad Nacional Autónoma de México. 2010
- (6) "Bienaventurada Vejez" Autor: Robert Redeker; Trad. Elizabeth Lage. 2017 Ed. Luna Libros ISBN978-958-8249-13-1
- (7) "Temas de Gerontología Social" Editado por la Dirección General de la Tercera Edad Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires Compilado por la Lic. Aicen, Rosa. CABA - 2003
- (8) "Estrategias Comunitarias para el trabajo con Adultos Mayores" Compiladora: Silvia Molina. Colección Salud Comunitaria. ISBN 978-987-1326-26-6. Lanús – CABA
- (9) "Declaración Política y Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el envejecimiento". Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento. Madrid, España. Naciones Unidas- 2002
- (10) "Vejez Productiva, el reconocimiento de las personas mayores como un recurso indispensable en la sociedad" Autora: Ivana Miralles. ISSN 1514-9331 [www.revistas.kairos.com](http://www.revistas.kairos.com), San Luis
- (11) "Envejecer con dignidad y Derechos Humanos en México" Ed. Comisión Nacional de Derechos Humanos 2018. [www.cndh](http://www.cndh)
- (12) "Aprovechar el Potencial de la Tecnología para Envejecer con Salud: Invertir en innovación" Autor: Bryan Preston de ITAgelab. En las Primeras Jornadas "LA Tecnología al Servicio de los Mayores" Conferencia ante el INTI – CABA - 2004
- (13) "Envejecimiento Global: Desafíos y oportunidades del próximo siglo" Autor: Dr. Robert Butler. Second Global Conference de la International Federation on Ageing. 1995
- (14) "Las Bases Biológicas del Entendimiento Humano: el árbol del conocimiento". Autores: Humberto Maturana y Francisco Varela. Editorial Universitaria. ISBN 956-11-0610-7. Chile 1992
- (15) "En Cambio. Aprende a modificar tu cerebro para cambiar la vida y sentirte mucho mejor" Autor: Estanislao Bachrach. ISBN 978-950-07-4857-5 CABA, Argentina. 2014
- (16) "El Saber, Sí Ocupa Lugar: Bases Biológicas para una Nueva Pedagogía". Autor: Dr. Panza Doliani. Ed. Ciencia Nueva. 1994
- (17) "El tiempo sin Edad. Etnología de sí mismo". Autor: Marc Auge. ISBN: 978-978-3793-61-5; ISBN 978-841-84-15851-75-02. CABA 2016
- (18) Autor: Bernardo Kliksber, comentarios.
- (19) "La Inserción laboral de las personas mayores: necesidades y opciones" Ed. CEPAL/OIT 2018
- (20) "Trabajar más allá de la edad de la Jubilación ¿Puede Mejorar la Salud?" Autor: Christopher Farrel, Traductor: Gabriel Zadunainisky Publicado en el Diario La Nación, CABA-2017
- (21) "El Poder en la Vejez: entre el empoderamiento y el desempoderamiento". Autor: Lacub, Ricardo. 1ª Ed – Buenos Aires: Inst. Nacional de Servicios Sociales para Jubilados y Pensionados- ISBN 978-987-21224-2-3. INSSJP (saberes Mayores), 2013.