

VIVENCIAS DE JUBILACIÓN Y PREJUBILACIÓN EN ODONTÓLOGOS

María de los Ángeles Aguilera Velasco y Teresa Margarita Torres López.

Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara
(Guadalajara, Jal., México)

E-mail: aaguileracd@hotmail.com

Introducción



La jubilación implica un cambio en la forma de vivir que se había mantenido durante muchos años y marca el comienzo de una nueva etapa en la vida de los trabajadores. Pando (1) considera que cuando termina el ciclo laboral, la ausencia de trabajo puede ser una fuente importante de daños a la salud de los jubilados, sobretodo en el área psicosocial. A lo que se suman los daños causados por la morbilidad ocupacional, e indirectamente por el cansancio físico y mental y que se acumuló y provocó, con el tiempo, daños no específicos a la salud, los cuales han sido llamados desgaste laboral.

Aquella persona que trabajó durante 30 ó 40 años de su vida y produjo suficiente riqueza acumulada, se puede encontrar de pronto en una condición de desempleo más que de jubilación, con los problemas mentales y la desesperación de un desempleado de 65 a más años. La jubilación es uno de los procesos sociales que más pueden pesar en el sentir del varón: dejar de trabajar, para alguien que creció pensando que se vive para ello, podría significar perder el sentido de vivir. Para el trabajador activo con escaso tiempo libre, llegar a la jubilación y tener tiempo libre en exceso, puede convertirse en un peso (2).

El retiro laboral contribuye a una serie de pérdidas importantes en la vida de las personas, como es la pérdida de contactos con sus compañeros de trabajo, de la dinámica laboral y del estatus como trabajador (3). Cuando las personas se jubilan tienen algunos problemas que resolver, siendo los más importantes la búsqueda de un nuevo estatus que pueda reemplazar al estatus profesional, la reestructuración del sistema de roles, producto del cambio de estatus y la necesidad de utilizar otra forma de inserción social diferente a aquella utilizada a través del trabajo (4).

La jubilación se presenta en términos muy complejos, ya que intervienen múltiples factores como la edad, género, estado de salud general, tipo de personalidad, nivel educativo, cantidad de ingresos económicos, estado civil, tipo de relaciones familiares, apoyos sociales, profesión u oficio que se desempeñó durante la mayor parte de la vida, enfermedades ocupacionales, desgaste laboral acumulado, carácter alejador o no del trabajo, actividades susceptibles de reemplazar al trabajo, importancia que le atribuye el trabajador al trabajo, medidas preventivas adoptadas para planificar la jubilación, deseo y expectativas sobre la jubilación (si fue voluntaria u obligada) y finalmente, el periodo de tiempo transcurrido desde la jubilación. La población de jubilados es heterogénea, es decir, cada persona, o grupo de personas, en virtud de la profesión u oficio que desempeñaron durante la mayor parte de su vida y de la conjugación de todos los

demás factores interviniéntes, presentan patrones y características específicas, y por lo tanto, vivencias particulares (5).

La realidad que se vive en nuestro país, México, es que los trabajadores se enfrentan a la jubilación con los recursos que ellos tienen y con todas las consecuencias que ello implica. Ni los empleadores ni los sindicatos participan en la prevención de efectos que la jubilación podría tener en la salud de los trabajadores, así como tampoco en facilitarles el proceso de adaptación necesario. Al respecto Pando (6) corroboró que los trabajadores jubilados de las últimas cuatro décadas no han tenido ocasión de iniciarse a la realidad de la vida del jubilado, ya que sus padres no pueden funcionar de modelo, ni de experiencia, porque las condiciones sociales dentro de las cuales se desarrolla su propio proceso son muy diferentes a las de los primeros. Además las generaciones de jubilados y aquellos que están cerca de su jubilación fueron educados para entender al trabajo como el sentido de su vida y por eso, al dejar de trabajar, se afecta seriamente su razón de vivir.

El fenómeno de la jubilación y sus efectos en los trabajadores han sido estudiados desde los ámbitos económico, político, laboral y psicosocial, sin embargo, dichos estudios, en su mayoría positivistas, han buscado clasificar a los jubilados y sus manifestaciones dentro de teorías de *micro* nivel. En ellas se busca verificar la relación causa-efecto, han tomado poco en cuenta la perspectiva de los afectados en su contexto cotidiano. Consideran a los jubilados como una masa homogénea de extrabajadores, y no estiman que los jubilados presentan problemas de salud y de adaptación a su nuevo rol relacionados con la profesión u oficio que desempeñaron durante la mayor parte de su vida.

Los modelos teóricos que se han ofrecido para explicar los diferentes hechos asociados a la jubilación proceden del estudio del comportamiento en general, tal es el caso de las adaptaciones hechas a la teoría de la crisis de Friedman y Havighurst (7), que establece que en la jubilación se producen rupturas importantes que ocasionan crisis de identidad e insatisfacción en la vida, perturbaciones emocionales y agravamiento de enfermedades; y la teoría de la continuidad de Atchley (8), que establece que la incidencia de la jubilación depende de la preparación y familiarización de la persona con los aspectos que conlleva ésta.

Madrid (9) sugiere, si menospreciar a las teorías citadas, que futuras líneas de investigación se centren en encontrar modelos teóricos propios que intenten explicar la jubilación. Con este estudio se pretende describir, analizar e interpretar el punto de vista de los jubilados y de los próximos a jubilarse con la intención de profundizar en la problemática de la jubilación, desde las emociones, saberes, opiniones y expectativas de los directamente afectados. Así el objetivo que guió el presente estudio fue conocer las vivencias significativas de jubilación y prejubilación de los odontólogos del Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara.

Metodología

Los fenómenos de la jubilación y la prejubilación se observaron desde las aportaciones generales de la metodología cualitativa, analizados particularmente con los fundamentos teóricos de la fenomenología a través de las tres fases del método fenomenológico: descripción, tematización e interpretación. El método fenomenológico tiene como propósito explicar la subjetividad del ser humano y la interpretación que éste realiza de su mundo social, describiendo la experiencia sin acudir a explicaciones causales, por lo tanto el concepto de *la experiencia vivida* es la base del marco de comprensión y de análisis de la realidad humana.

Se realizaron *estudios de caso interpretativos con generalización naturalística*, a través de los cuales se buscó descubrir elementos, situaciones o procesos no establecidos previamente, así como procurar la interpretación de los casos en el contexto en el cual se insertaron; así mismo se buscó tomar en cuenta diferentes y a veces conflictivos puntos de vista de la situación analizada, según el relato que las personas hicieron de sí mismas.

La delimitación espacial abarcó la Zona Metropolitana de Guadalajara, Jalisco, México. Para este caso se eligió a personal jubilado y en proceso de jubilación del Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara (CUCS). La delimitación temporal, incluidas la protocolización, desarrollo de la investigación, y redacción de resultados, comprendió el periodo de agosto de 2004 a febrero de 2007.

Para la selección de los participantes en función de los objetivos del proyecto y de la dinámica de la investigación, se utilizó el *muestreo por conveniencia*, según la taxonomía de Patton (10), que tiene su origen en consideraciones de tipo práctico en las cuales se buscó obtener la mejor información en el menor tiempo posible de acuerdo con las circunstancias concretas que rodearon tanto al investigador como a los sujetos. El total de participantes fueron seis dentistas jubilados y seis en proceso de jubilación, de los cuales seis fueron del género femenino y seis del masculino. A los participantes prejubilados les faltaban entre 0 meses y 5 años para jubilarse, y sus edades oscilaban entre 54 a 57 años de edad; dos de las mujeres previas a jubilarse estaban casadas y tenían hijos, y nietos, una de ellas; la otra mujer era soltera y vivía con su padre y hermanos, aunque a disgusto. Los varones prejubilados estaban casados y tenían con hijos, y nietos, uno de ellos. Todos los prejubilados tenían un nivel socioeconómico medio alto.

Los participantes jubilados tenían entre 6 meses, el más reciente, y 17 años el de mayor tiempo de jubilado. Sus edades oscilaron entre 55 y 80 años de edad. Los tres varones jubilados, estaban casados, con hijos y nietos, incluso dos de ellos casados por segunda vez. Dos de las participantes mujeres jubiladas eran solteras, y la otra era madre soltera, con hijos y nietos. Sus contextos socioeconómicos también correspondieron al nivel medio alto. (Ver Tabla 1).

Las técnicas de obtención de la información fueron entrevistas individuales en profundidad, grabadas en audio, y notas de campo. En el caso las entrevistas la pregunta generadora para los jubilados fue: *¿Podría platicarme cómo es su vida de jubilado?* Y en el caso de los prejubilados la pregunta generadora fue: *¿Cómo es su vida ahora que está próximo a jubilarse?* Posteriormente, hubo otras tipos de preguntas según la clasificación de Patton (11): Preguntas de conductas o experiencias, de conocimientos, de opiniones o valores, de estados emocionales o sentimientos, sobre aspectos sensoriales y de contexto.

El método de análisis fue el método fenomenológico, dicho método propone como categorías de análisis: *sujeto, subjetividad y significación*, cuya mutua filiación se irá a encontrar en los conceptos de *interioridad* y *vivencia* (12). De acuerdo con Lanigan (13) el análisis de las entrevistas se realizó en tres fases principales: descripción, reducción e interpretación. En las dos primeras fases se trabajó con la semántica de las entrevistas (hechos), y operacionalmente se llevó a cabo con el apoyo del programa de cómputo para análisis de datos cualitativos Atlas/Ti versión 2.4. En la interpretación se intentó cubrir a todas las personas en el cómo vivieron su experiencia, para el establecimiento de un sentido de la información.

En cuanto a consideraciones éticas la presente investigación se sujetó a lo establecido en el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud, Título Segundo denominado "De

los Aspectos Éticos de la Investigación en Seres Humanos”, Capítulo I. Que a través del artículo 16 protege la privacidad del individuo sujeto de investigación; en el artículo 17 se considera investigación sin riesgo cuando no se realiza ninguna intervención o modificación intencionada en los individuos, porque se trabajó con entrevistas.

Tabla 1. Relación de participantes por número de caso, nombre, situación, tiempo, edad y estado civil.

CASO	NOMBRE*	SITUACIÓN	TIEMPO JUBILACIÓN / PREJUBILACIÓN	EDAD	ESTADO CIVIL
1	SUSANA	Prejubilada	1 año	56	Casada. Hijos adultos. Nietos.
2	LEONOR	Prejubilada	1 año	55	Casada. Hijos jóvenes.
3	FRANCISCO	Jubilado	6 meses	55	Casado. Hijos adultos. Nietos.
4	TORIBIO	Jubilado	2 años	62	Casado por segunda vez. Hijos adultos.
5	ANTONIA	Jubilada	6 años	64	Madre soltera. Hijos adultos. Nietos.
6	SERGIO	Prejubilado	0 meses	57	Casado. Hijos adultos, uno enfermo.
7	VICENTE	Jubilado	8 años	61	Casado por segunda vez. Hijos adultos y nietos.
8	ARGELIA	Jubilada	4 años	No dijo	Soltera. Sin hijos.
9	ARTURO	Prejubilado	5 años	55	Casado. Hijos adultos. Nietos.
10	REBECA	Prejubilada	1 año	55	Soltera. Sin hijos.
11	FELIPE	Prejubilado	2 años	54	Casado. Hijos jóvenes.
12	GRACIELA	Jubilada	17 años	80	Soltera. Sin hijos.

*El nombre es ficticio, para guardar la confidencialidad de los entrevistados.

Resultados

En la descripción y tematización de las vivencias de jubilación y prejubilación de los participantes, se encontraron nueve temáticas principales, que se entendieron como las cuestiones significativas de las personas entrevistadas. Así mismo, el análisis de los datos arrojó el encuentro con dos formas discursivas principales: una personal, y otra indeterminada o impersonal.

Las temáticas halladas fueron: (a) actividades desarrolladas en la prejubilación; (b) actividades realizadas en la jubilación; (c) significados de jubilación; (d) conocimientos sobre jubilación; (e) opiniones y creencias de las personas jubiladas; (f) valores relacionados con la jubilación; (g) emociones y sentimientos experimentados en torno a la jubilación; (h) percepción del contexto; y (i) percepción sensorial del entorno, es decir lo que habían visto, escuchado, tocado, olfateado o degustado, y que estuviera relacionado con sus vivencias de jubilación y prejubilación.

En el caso de las actividades desarrolladas en la prejubilación, tanto jubilados como prejubilados mencionaron haber realizado, algunos meses o años antes de jubilarse, actividades específicas para preparar su jubilación. Dichas actividades fueron de dos tipos diferentes. El primer tipo se refirió al desarrollo de actividades personales, surgidas por interés propio, para preparar la jubilación.

Las actividades personales a su vez, se clasificaron en la realización mental de planes o proyectos para el futuro, y en la ejecución de acciones concretas o preparatorias. Entre los planes se encontró que las personas prejubiladas deseaban realizar actividades de ocio como viajar, cocinar, escribir su autobiografía, estudiar (idiomas y música), descansar, y leer; además deseaban tener más convivencia familiar y social, cuidar la salud, o incluso continuar trabajando en su consultorio dental, poner un negocio con un giro diferente o cambiar la profesión dental por la de homeopatía.

Sobresalió el hecho de que los planes a futuro de los entrevistados, tanto jubilados como próximos a jubilarse, se relacionaron con la idea general, compartida por la mayoría, de “*mantenerme activo*”, por ejemplo Argelia dijo: “*Yo quería jubilarme pero no irme a mi casa a no hacer nada, porque pos no, así no...*”. Las acciones preparatorias para la jubilación incluyeron tomar cursos de locución o metafísica, platicar y observar a colegas jubilados, leer, o incluso estudiar un posgrado. En el caso de Arturo, él comentó: “*Para prepararme he estado leyendo, y he hecho consciente el aspecto de que voy a ser jubilado, de que uno no puede permanecer estable...*”. El segundo tipo de actividades en la prejubilación incluyó la realización de acciones para cumplir con los trámites exigidos en la institución, como realizar la solicitud correspondiente, integrar el expediente y entregarlo y esperar y recibir el dictamen de jubilación.

En el caso de las personas prejubiladas las narraciones de sus planes fueron afirmaciones en tiempo presente, como en el caso de Rebeca quien comentó: “*Ando haciendo mi trámite en el IMSS para tener una jubilación más digna...*”. Acerca de la realización de trámites, los recuerdos de los varones jubilados giraron en torno a la acción de comunicarle a su jefe inmediato de su situación próxima a la jubilación, como se puede observar en el ejemplo de Toribio: “*Fui a solicitarle que por favor no me contemplara ya en la plantilla para el siguiente semestre...*”.

Las actividades realizadas en la jubilación fueron narradas únicamente por las personas ya jubiladas, donde platicaron acerca de tres tipos de acciones diferentes. En primer lugar, las personas jubiladas mencionaron actividades transitorias, que recordaron haber realizado cuando estaban recién jubilados, que fueron temporales y que tuvieron como propósito ayudarlos a lograr la adaptación al nuevo rol de

jubilados, y que incluyeron acciones del tipo laboral y social. Por ejemplo Graciela platicó: “*Seguí como profesora honoraria a nivel de posgrado, dos años más, entonces el hecho de la jubilación no fue brusco...*”.

En segundo lugar, las personas jubiladas comentaron que llegaron a integrar en su rutina diaria, actividades cotidianas, que fueron principalmente actividades de ocio, laborales o del hogar, como en el caso de Antonia, quien comentó: “*Se termina uno en ser la sirvienta y la nana de la casa*”. En tercer lugar, los jubilados comentaron haber realizado planes para el futuro, expresados como expectativas, del tipo laboral, familiar o personal. Antonia también platicó: “*Yo quisiera tener más tiempo para mi, sobretodo tomar cursos de superación humana, de cultura, artísticos, pero ahorita no hay tiempo...*”.

Respecto de los significados de jubilación, los entrevistados expusieron en dos sentidos los significados que le otorgaban a la jubilación. En primer término expresaron lo que consideraban debería ser la jubilación, a través de expresiones como la siguiente, dicha por Francisco: “*Debe ser un premio a todo el trabajo desarrollado durante tu vida...*”. En segundo término, precisaron lo que realmente era la jubilación para ellos, y sus comentarios se clasificaron en cuatro tipos diferentes. Un grupo de personas consideró que jubilarse no implicaba cambios en sus vidas, como en el caso de Sergio quien comentó: “*Nunca lo he sentido así que vaya a ser un cambio radical...*”.

Otro grupo de dentistas vio en la jubilación una nueva oportunidad para realizar todo aquello que el trabajo les había impedido, por ejemplo Leonor mencionó: “*Ahora si me voy a querer un poquito, porque ya viene mi etapa de quererme...*” Un tercer grupo de sujetos consideró la jubilación como pérdidas, tanto de su trabajo como de las relaciones que allí mantenían. Al respecto Rebeca dijo que para ella jubilarse era: “*Dejar de recibir esa juventud, que me duele y me seguirá doliendo*”. Finalmente, un cuarto grupo de entrevistados consideró la jubilación como el principio de posibles problemas conyugales.

Los conocimientos expresados por los entrevistados fueron del tipo empíricos, adquiridos en primer lugar a través de la experiencia personal, y en segundo lugar por medio de observar a colegas y familiares.

Narraron conocimientos acerca de los trámites para jubilarse, de la preparación necesaria para jubilarse y del contexto político y económico de las jubilaciones. En el caso de Francisco, él comentó: “*Muchos se quedan en sus casas y como que les estorban a la señora...*”.

Las opiniones y creencias de las personas jubiladas y próximas a jubilarse giraron en torno a dos temas principales. El primer tema se refirió a las apreciaciones sobre la forma de alcanzar la felicidad en esta nueva etapa, que desde su punto de vista, tenía que ver con planear la retirada, y tras la jubilación, mantenerse siempre ocupados. Leonor lo expresó de la siguiente forma: “*Los que se pierden, se sienten solos y tienden a querer regresar, es que no planearon bien su retirada....*”

El segundo tema expresado por los entrevistados, tuvo que ver con los motivos, propios y de sus colegas, para tomar la decisión de jubilarse, y éstos a su vez se clasificaron en cuatro tipos: por concluir el tiempo estipulado en la universidad, por motivos personales, por el ambiente institucional, y por desconfianza en la situación política de las jubilaciones en el país, por ejemplo Vicente dijo: “*Dadas las condiciones actuales mucha gente a optado por jubilarse...*”.

Respecto de los valores relacionados con la jubilación y la prejubilación, durante las entrevistas los sujetos comentaron que al pensar en la jubilación le daban principal importancia a su salud, en segundo

lugar a su familia y a sus actividades personales, y en tercer lugar a su libertad. Por ejemplo Felipe platicó: “*Lo que pueda cuidar de mi riñón, es lo que me va a mantener vivo...*”. En cambio Antonia comentó: “*La salud creo que debería ser en primer término, pero para mí es la familia primero y luego la salud...*”. Argelia en cambio consideró: “*Los valores iniciales, los míos, se puede decir que el número uno es la libertad...*”.

Acerca de las emociones experimentadas en la jubilación y prejubilación, se encontraron cuatro tipos diferentes de sentimientos. El primer tipo se integró por lo que las personas definieron como *sentimientos encontrados*, que para ellos fue sentir al mismo tiempo emociones de alegría y tristeza. El segundo tipo de emociones experimentadas se integró por aquellos quienes únicamente distinguieron sentimientos de alegría o alivio, por ejemplo como el caso de Francisco: “*A veces me dicen ‘ya está jubilado’ y yo les digo: ‘no, ya estoy jubiloso’...*”.

Un tercer grupo de personas dijeron que prevalecían en ellos emociones negativas, tal es el caso de Arturo quien mencionó: “*Al final del camino me siento mal... soy docente de asignatura, imagínese con qué tipo de jubilación voy a salir, muy raquítica, por esa parte estoy inconforme, ya toda una vida de treinta años ¿de qué voy a vivir? Si no tengo una jubilación... El dinero que percibo es poco realmente, muy poco...*”. Y finalmente, se encontró un cuarto tipo de emociones, de aquellos quienes mencionaron no haber sentido nada durante su jubilación, tal es el caso de Graciela que lo dijo de la siguiente forma: “*Nada extraordinario, nada. Vuelvo a decirle, después de 43 años como que ya era necesario...*”.

Para indagar sobre los aspectos sensoriales de los entrevistados se hicieron preguntas acerca de lo que habían visto, escuchado, tocado, olfateado o degustado, con la intención de capturar la experiencia de sus sentidos, y la relación que ellos encontraban con su jubilación o prejubilación.

Cabe aclarar que no todos los entrevistados quisieron o pudieron contestar este tipo de preguntas, por ejemplo Graciela se negó a responder y contestó: “*Es muy ambigua la pregunta...*”. Sin embargo el resto de los jubilados comentaron algo como lo que se exemplifica a través de Antonia: “*He visto que he llegado a conocer más a mis hijos que antes... Ya percibo que hay otras cosas, antes nada más estaba dedicada a la escuela y a mi casa...*”.

Finalmente, la última temática encontrada en el análisis de los hechos se refirió a la percepción de los contextos que rodearon a las personas entrevistadas. Desde sus puntos de vista, dichos contextos fueron diversos y se refirieron a vivir cuidando a su familia, o a vivir cómodamente en un hogar estable, o en otros casos, a vivir en entornos familiares conflictivos o en ambientes dedicados a atender problemas de salud, a trabajar en medios estresantes, o en caso, vivir en un entorno propicio para seguir produciendo. Por ejemplo Sergio opinó lo siguiente: “*Ella quiere tener el mando, y eso yo jamás, ni en sueños lo permitiría...*”.

Después de haber descrito y tematizado las vivencias de las personas entrevistadas, se realizó la interpretación fenomenológica de acuerdo con los cuatro existenciales básicos de la fenomenología: cuerpo vivido (*corporeidad*), espacio vivido (*espacialidad*), tiempo vivido (*temporalidad*) y relaciones humanas vividas (*comunalidad*) (14). La interpretación de los resultados, desde el punto de vista del investigador, permitió concluir que la *espacialidad* fue vivida de manera diferente entre los participantes prejubilados y los jubilados, siendo la presencia de hijos, el nivel económico y la forma de relacionarse con sus seres queridos, los factores principales para percibir positiva o negativamente su espacio vivido.

Por ejemplo los prejubilados se ubicaron espacialmente en el trabajo y su casa, y ocasionalmente rodeados de amigos. Relataron sus espacios como incompletos y vividos con inconformidad, ya fuera por falta de tiempo, carga excesiva de trabajo, desintegración familiar, enfermedades o problemas financieros. Entre las personas prejubiladas se encontraron diferencias de género relacionados con el hecho de tener hijos, donde las mujeres con hijos se percibían en sus hogares al servicio de sus hijos. La otra diferencia se encontró por tipo de nombramiento en la institución, donde las personas próximas a jubilarse que tenían menos ingresos, percibían sus entornos más problemáticos.

Los jubilados se ubicaron espacialmente en sus hogares, desarrollando actividades laborales y de ocio, y acompañados de sus familiares, amigos y colegas jubilados. Manifestaron satisfacción y percepción consciente por su espacio y lo calificaron estable y como el fruto de sus esfuerzos laborales del pasado, aunque los varones jubilados comentaron que recién jubilados tuvieron que hacer ajustes con sus esposas para tener una convivencia armónica dentro de sus casas.

En el ámbito de la *corporeidad* se observó que fue vivida también de forma diferente entre los jubilados y los prejubilados, interpretando que en la jubilación se presta especial cuidado a la salud, gracias al tiempo libre del que se dispone. También se observó que conforme se tiene más edad, no existen diferencias de género en la percepción del propio cuerpo. De ahí que los jubilados, de manera general, se mostraron muy conscientes de sus cuerpos, los vivieron con aceptación, a pesar de que la mayoría tenían enfermedades crónicas, y mostraron un especial cuidado de ellos, sin manifestar diferencias significativas en función del género o del estado civil. Las enfermedades que padecían no estaban relacionadas, desde su punto de vista, con el hecho de haberse jubilado, sino con sus hábitos de vida o por deterioro normal del cuerpo cuando envejece. Aunque convinieron todos ellos en que la profesión odontológica sumada al ejercicio de la docencia había sido muy desgastante para ellos.

En cambio los prejubilados, vieron su cuerpo de forma compleja y conflictiva, y se presentaron diferencias en función del género, ya que las mujeres se mostraron insatisfechas con sus cuerpos porque no les otorgaban cuidados por falta de tiempo y relataron malestares constantes, además de que la mayoría de ellas estaban incómodas con su menopausia; los hombres tuvieron problemas de salud más graves que las mujeres, los vivieron a través del binomio aceptación-preocupación, y estaban concentrados en cuidarse, en cambiar sus hábitos de manera consciente o simplemente en pasar mucho tiempo pensando sobre su salud.

A pesar de las diferencias observadas en las vivencias de la corporeidad de los participantes, llamó la atención que los dos grupos estudiados consideraron que mantenerse activos era un antídoto eficaz contra la muerte, lo que refleja que para ellos el trabajo sigue siendo muy importante, y que consideran que el ocio en sentido negativo, o como un lujo al que no pueden aspirar, aún a pesar de haber trabajado por más de 30 años.

La *temporalidad* fue fundamental en las vivencias de los entrevistados. Para todas las personas la jubilación era posible por el hecho de cumplir con el tiempo requerido por la institución para jubilarse, y por tener ciertos años cumplidos a través del tiempo. Se interpretó entonces que el tiempo era el vehículo esencial a través del cual se podía alcanzar la jubilación. Sin tiempo no había jubilación. La temporalidad tuvo para los trabajadores, más valor que la salud, la familia, o incluso que el contexto. Por otro lado, una vez alcanzada la jubilación, el tiempo adquirió significados diferentes, puesto que los jubilados ya no tenían que esperar por el futuro, sino que disponían de todo su tiempo libre, que les permitió reflexionar sobre su aquí y ahora, y dedicarse a vivir lo mejor posible su presente.

A través de la *comunalidad* se interpretaron las relaciones humanas vividas en las personas jubiladas. Se encontró que la jubilación permitió fortalecer las relaciones familiares y sociales de los trabajadores, ya que de manera general los jubilados, consideraron que sus relaciones familiares y sociales les agradaban y daban satisfacción, además manifestaron que su vida estaba concentrada principalmente en su familia y en la convivencia con pocos amigos de toda la vida y con otros jubilados. Llamó la atención que para la mayoría de los varones jubilados resultó también muy importante y valorada la relación con sus parejas, hijos y nietos, ya que en el pasado no había podido ser así debido a sus ocupaciones laborales.

Los prejubilados manifestaron darle importancia significativa a sus relaciones personales, éstas en general resultaron, para ellos, conflictivas e insatisfactorias, y veían en la jubilación la oportunidad para mejorarlas. Los cambios sobresalieron más entre los géneros y el estado civil. Las casadas sostenían una relación de servicio hacia su familia, la soltera vivía a disgusto con su familia y se rehusaba a involucrarse plenamente en los problemas de su padre y hermanos. Los varones prejubilados consideraron las relaciones con amigos muy importantes en sus vidas.

Discusión

En esta investigación se encontró que todos los odontólogos entrevistados realizaron, algunos meses o años antes de jubilarse, actividades específicas para preparar su jubilación, como planes y acciones, algunas de ellas surgidas por interés propio, y otras para cumplir con los trámites exigidos en institución. También se halló que compartieron de manera general la creencia de que mantenerse activos después de la jubilación les evitaría problemas consigo mismos, ya que habían observado personas del género masculino que se jubilaban y se morían, porque no habían proyectado su vida de jubilados.

Dichos hallazgos difirieron de los resultados obtenidos por Pando (15) reportó que la pérdida del proyecto de vida en el anciano estaba muy ligado a la jubilación y la crianza de los hijos, y que la jubilación fue considerada por los sujetos que estudió como un evento de *viejos* donde las mujeres no se jubilaban y seguían trabajando hasta su muerte.

La diferencia fundamental entre ambos estudios, puede deberse a que los odontólogos que laboran en el CUCS tienen mayores ingresos y un mejor nivel de vida económico, que los sujetos considerados en el estudio antes mencionado. Así mismo, los resultados con los odontólogos jubilados discreparon con los hallazgos de Winston y Barnes (16), quienes realizaron entrevistas en profundidad con 18 mujeres académicas de dos universidades ubicadas en Estados Unidos y Nueva Zelanda, y mostraron que solamente hubo una mujer en la muestra, americana y sola, dedicada a la docencia y la investigación, la cual tenía un plan claro para su retiro, sin embargo la odontóloga soltera de esta investigación fue la que menos preparada financieramente se encontró y a quien el futuro parecía no afectarle porque manifestaba vivir el aquí y el ahora y tener mucha confianza “..en Dios y en sus amistades”.

En cambio, se encontraron coincidencias con la investigación que realizó Bazo (17), en el País Vasco con personas jubiladas que pertenecían a asociaciones, ya que reportó que las personas jubiladas otorgaban importancia en mantener actividad mental y física y manifestaron potencial por realizar actividades diversas, encontrar un lugar para sí mismas e identidades satisfactorias más acordes con los tiempos de la posmodernidad, sin distinciones de género o estado civil. Otro de los hallazgos de esta investigación fue que los odontólogos jubilados tuvieron la necesidad de realizar actividades transitorias, del tipo laboral y social, para adaptarse a su nueva etapa de jubilados. Y después de haberse adaptado a su nueva etapa, llegaron a realizar actividades cotidianas, tanto de ocio, como laborales o del hogar, y proyectaron

expectativas tanto laborales, como familiares o personales. Es decir, en todas las actividades realizadas por los jubilados, el trabajo estuvo presente, lo que permitió observar que en la jubilación, los odontólogos continúan o desean seguir relacionándose con el trabajo, aunque de manera más relajada.

Se encontró también que para los odontólogos entrevistados las emociones experimentadas eran _sentimientos encontrados, alegría o alivio, emociones negativas, no haber sentido nada. De ahí que la jubilación significó básicamente cuatro cosas diferentes para ellos: continuidad, cambio, pérdidas y problemas conyugales, siendo estos dos últimos significados propios de los prejubilados con menores ingresos, familiares enfermos y con escasa capacidad para relacionarse con sus seres queridos. Bazo (18), tal como sucedió en esta investigación, también observó cambio y continuidad entre las personas jubiladas. En cambio Winston y Barnes (19), y Rodríguez (20) encontraron poco acuerdo entre las entrevistadas de Estados Unidos y Nueva Zelanda, y entre los académicos del CUCS que ya estaban jubilados.

Un hallazgo de esta investigación se refirió al hecho de que la mayoría de los dentistas entrevistados tuvieron conocimientos empíricos sobre la jubilación y la prejubilación, adquiridos a través de la experiencia personal, y la observación de colegas y familiares. Dichos conocimientos se refirieron a saber sobre los trámites para jubilarse, al conocimiento de la preparación necesaria para jubilarse y el contexto político y económico de las jubilaciones. Incluso todos ellos consideraron que los jubilados que se perdían, eran lo que no habían planeado bien su retirada. Se encontró también que el motivo principal que tuvieron las personas entrevistadas para jubilarse fue por el ambiente institucional, y por tener desconfianza en la política de las jubilaciones en el país. Un hallazgo más se relacionó con la identificación de los valores importantes de los odontólogos ya jubilados y próximos a jubilarse fueron la salud, la familia, sus actividades personales, y su libertad.

Lo anterior fue coincidente con los resultados reportados por Bazo (21), quien manifestó que observó en los jubilados satisfacción en poder estar con la familia y continuidad en el rol de madres y abuelas después del retiro laboral. También dichos resultados fueron semejantes a los de Iglesias (22) quien estudió cualitativamente la soledad en las personas mayores de España a través de grupos focales, y encontró que la soledad no fue significativa para ellos, por tener amplias relaciones sociales.

Para concluir, con base en los resultados obtenidos, se puede decir si los trabajadores tienen un proyecto claro de jubilación, que incluya actividades satisfactorias para ellos, e ingresos suficientes, la jubilación se convierte en una magnífica oportunidad para desarrollarse como seres humanos, porque gracias al tiempo libre del que se dispone se puede mejorar la salud, fortalecer las relaciones sociales y familiares, e incluso percibir y gozar de forma más consciente el entorno que los rodea. De ahí, que como propuestas surgidas de la presente investigación se propone que las instituciones y empresas realicen acciones que preparen a los trabajadores no solamente para su jubilación, sino para las distintas etapas de sus vidas, ya que al jubilarse se requiere información sobre los trámites que se deben realizar y también sobre los posibles riesgos a los que están expuestos los jubilados, por lo que sería importante que los jubilados que participan en las Delegaciones Sindicales se encargaran de preparar a sus compañeros y compartirles sus experiencias, para que éstos tuvieran opciones para aprovechar mejor su tiempo libre.

Por su parte, los trabajadores deben construir un proyecto de vida saludable, desde su ingreso al trabajo, que contemple su jubilación, así mismo es importante que piensen en ahorrar y en asegurarse un ingreso estable y suficiente para vivir después de su jubilación, ya que los ingresos, gozar de salud y tener relaciones familiares satisfactorias, aseguran vivir más plenamente el retiro laboral. Por otro lado, los

directivos de instituciones de educación superior y en particular Ila involucrada en el presente estudio, podrían aprovechar el gran potencial de los ya jubilados para que funjan como asesores y orientadores de los académicos más jóvenes. Considerando que la jubilación es una imposición administrativa en función de la edad y el número de años trabajados, a la que los trabajadores se adaptan para no arriesgar su pensión, o porque ya están cansados del ambiente institucional, sería conveniente que se considerara la posibilidad de flexibilizar su recientemente modificado sistema pensionario, para que, si bien los profesores deberán trabajar hasta los 65 años, por lo menos lo hagan en entornos de trabajo saludables, y donde se disminuya paulatinamente la carga de trabajo de los próximos a jubilarse, considerando que en ellos se manifiestan tantos años de desgaste laboral acumulado, así como el cansancio propio de la edad. Los procesos para adquirir más conocimientos sobre los fenómenos de la jubilación y la prejubilación deben continuar a través de la perspectiva cualitativa, ya que permiten obtener conocimiento y comprensión profunda en los contextos reales de las personas investigadas.

Resumen

Se realizó una investigación para conocer las vivencias de jubilación y prejubilación de los odontólogos del Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara, México, durante el periodo 2004-2006. A través de doce estudios de casos interpretativos con generalización naturalística, con igual número de personas jubiladas y prejubiladas, así como de hombres y mujeres. Las entrevistas individuales en profundidad y las notas de campo fueron las técnicas utilizadas para recoger los datos. El análisis se realizó con los fundamentos teóricos de la fenomenología y su método fenomenológico, por medio de las fases de descripción, tematización e interpretación, y con el apoyo operativo del programa de cómputo ATLAS/ti versión 2.4. Para la descripción y tematización fenomenológicas se utilizaron las transcripciones de las entrevistas y resultaron nueve temáticas significativas para los participantes: actividades en la prejubilación; actividades de la jubilación; significados otorgados a la jubilación; conocimientos sobre jubilación; opiniones y creencias sobre jubilación; valores relacionados con la jubilación; emociones y sentimientos experimentados en torno a la jubilación; percepción global de su contexto; y percepción sensorial de su entorno, es decir lo que habían visto, escuchado, tocado, olfateado o degustado, y que estuviera relacionado con sus vivencias de jubilación y prejubilación. La interpretación se realizó a través de los cuatro existenciales básicos para el análisis fenomenológico: cuerpo vivido (*corporiedad*), espacio vivido (*espacialidad*), tiempo vivido (*temporalidad*) y relaciones humanas vividas (*comunalidad*). Los resultados del estudio, revelaron que las vivencias de los dentistas jubilados se ubicaron en el presente, manifestando cuidados por sus cuerpos, sentimientos de alegría y júbilo, acompañados de sus seres queridos y en entornos agradables para ellos. Las vivencias de los dentistas prejubilados, en su mayoría, se manifestaron inconformes, ubicadas en imaginar un futuro mejor que el actual, con el presente lleno de malestares corporales y enfermedades, estrés y desgaste laboral, convivencia social limitada al trabajo y la familia, y en medios ambientes percibidos como incompletos. Se concluyó en el estudio que las consecuencias provocadas por la jubilación se ven disminuidas cuando el trabajador está preparado para estos acontecimientos, tiene un proyecto de vida que va más allá del trabajo, y cuando cuenta con ingresos suficientes y estables para aprovechar lo mejor posible su tiempo libre. Por lo que se propone en primer lugar que las instituciones y empresas diseñen y lleven a cabo programas de preparación para el retiro laboral de sus trabajadores, apoyados en los que ya están jubilados, para que puedan compartir sus conocimientos y experiencias. En segundo lugar se propone que los trabajadores construyan un proyecto de vida saludable, a través del cual aseguren ingresos suficientes después de su jubilación. Y finalmente, en tercer lugar, se sugiere que se realicen estudios semejantes al presente con grupos de profesionales de distintas áreas del conocimiento, y de contextos

diversos, para comparar los resultados obtenidos, ya que queda abierta la hipótesis sobre el hecho de que la jubilación se vive de manera distinta de acuerdo con la profesión ejercida.

Palabras clave: jubilación, odontólogos, estudios de caso, fenomenología.

Abstract

An investigation was made to know the experiences retirement and preretirement of the dentist of the University Center of Sciences of the Health of the University of Guadalajara, México, during period 2004-2006. Through twelve studies of interpretativos cases with naturalística generalization, equal number of retired people and pre retired people, as well as of men and women. The individual interviews in depth and the notes of field were the used techniques to gather the data. The analysis was made with the theoretical foundations of the phenomenology and their phenomenologic method, by means of the phases of description, to find subjects, and interpretation. With the operative support of the program of ATLAS/ti calculation version 2.4. For the phenomenology description and to find subjects the transcriptions of the interviews were used and were nine thematic significant ones for the participants: activities in the preretirement; activities of the retirement; meaning granted to the retirement; knowledge on retirement; opinions and beliefs on retirement; values related to the retirement; emotions and feelings experienced around the retirement; global perception of its context; and sensorial perception of its surroundings, is to say what they had seen, listened, touched, smelled or tasted, and that were related to its experiences of retirement and preretirement. The interpretation was made through the four existential basic for the phenomenologic analysis: lived body, lived space, lived time and lived human relations. The results of the study, revealed that the experiences of the retired dentists were located in the present, declaring taken care of by their bodies, feelings of joy and joy, accompanied by their dear beings and in pleasant surroundings for them. The experiences of the pre retired dentists, in their majority, pronounced no pleasant, located in imagining a future better than present, with the the present full one of corporal malaises and diseases, stress and wears away labor, social coexistence limited the work and the family, and in perceived environment like unfinished. One concluded in the study that the consequences caused by the retirement are diminished when the worker is prepared for these events, has a life project that goes beyond the work, and when it counts on income sufficient and stable to take advantage of best possible the his free time. Reason why one sets out in the first place that the institutions and companies design and carry out setup programs for the labor retirement of their workers, supported in whom already they are pensioners, so that they can share his knowledge and experiences. Secondly one sets out that the workers construct a project of healthful life, through as they assure sufficient income after his retirement. And finally, thirdly, it is suggested are made similar studies to the present with groups of professionals of different areas from the knowledge, and of diverse contexts, to compare the obtained results, since it is left the hypothesis open on the fact that the retirement is lived on different way in agreement with the exerted profession.

Key words: retirement, dentis, studies of case, fenomenology

Agradecimientos

El agradecimiento profundo a todas las personas entrevistadas, por su generosidad al compartir sus vivencias en relación a la jubilación y la prejubilación.

Referencias

1. Pando, M., C. Aranda, M. T. Amezcuia 2004. La salud y enfermedad mental en la tercera edad. Unidad para el Desarrollo de la Investigación y el Posgrado. Coordinación General Académica. Universidad de Guadalajara. 165 pp.
2. *Idem.*
3. Aranda, C., M. Pando, M. G. Aldrete 2001. Jubilación, depresión y redes sociales de apoyo en el adulto mayor en la Zona Metropolitana de Guadalajara. Rev. Investigación en Salud: Vol. III; N° 3.: 193-199.
4. Levet-Gautrat, M., A. Fontaine 1987. Gérontologie sociale. Ed. Paris: PUF. 129 pp.
5. Madrid, G. A., E. Garcés 2000. La preparación para la jubilación: revisión de los factores psicológicos y sociales que inciden en un mejor ajuste emocional al final del desempeño laboral. Anales de Psicología, Vol. 16, N° 1: 87-98.
6. Pando, M., *et al, Op. cit.*
7. Friedman, E. A., R. J. Havighurst 1954. The Meaning of Work and Retirement. Annals of the American Academy of Political and Social Science. Vol. 296. The Future of the United Nations Issues of Charter Revision. Nov., 188-189.
8. Atchley, R. C. 1971. Retirement and leisure participations: Continuity or crisis? The Gerontologist, 11 No.1, 13-17.
9. Madrid G. A., *et al, Op. cit.*
10. Patton, M. Q. 1990. Qualitative evaluation and research methods. London: Sage; 371-372 pp.
11. *Idem.*
12. Sandoval, C. A. 2002. Investigación cualitativa. Composición electrónica ARFO Editores e Impresores Ltda, 27-168 pp.
13. Lanigan, R. 1997. Capta versus data: método e evidência em comunicologia. Trad. C. H. Kristensen. Psicologia: Reflexão e Crítica, v.10,17-45 pp
14. Sandoval, C. A., *Op. cit.*
15. Pando, M., *et al, Op. cit.*
16. Winston N. A., J. Barnes 2003. Academic Women And Retirement. Perspectives. Electronic Journal of the American Association of Behavioral and Social Sciences. Volumen 6. Consultado el día 20 de junio de 2005 en <http://abss.org/journal2003/winston.htm>.

17. Bazo, M. T. 2000. La institución social de la jubilación y las personas jubiladas. Revista del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, España, 241-255 pp

18. *Idem.*

19. Winston N. A., *et al*, *Op. cit.*

20. Rodríguez, C. 2004. Calidad de vida en académicos jubilados del CUCEI, en la Universidad de Guadalajara. Tesis de Grado de la Maestría en Ciencias de la Salud Pública con Orientación en Educación para la Salud. Universidad de Guadalajara, México, 91 pp.

21. Bazo M. T., *Op. cit.*

22. Iglesias, J., J. López, M. P. Díaz, C. Alemán, A. Requena, P. Caston 2001. La soledad en las personas mayores: influencias personales, familiares y sociales. Análisis cualitativo. Instituto de Migraciones y Servicios Sociales. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Madrid, 1-106.