

**PROPUESTA DE ACCIONES PARA ENFRENTAR LOS TRASTORNOS PSICOFISIOLÓGICOS
QUE ENFRENTA EL ADULTO MAYOR EN LA ETAPA DE JUBILACIÓN
PROPOSAL OF ACTIONS TO FACE THE PSYCHOPHYSIOLOGICAL DISORDERS FACED BY
OLDER ADULTS IN THE RETIREMENT STAGE**

Autoras: M.Sc. Yaira Albelo Amador, orcid.org/0009-0001-7900-5957.

Lic. Yenisleidys Guijarro Cruz, orcid.org/0000-0001-6124-5886

Institución: Universidad Agraria de La Habana “Fructuoso Rodríguez Pérez”, Centro Universitario Municipal de Nueva Paz

Localidad: Mayabeque, Cuba

Resumen

Los trastornos psicofisiológicos que enfrenta el adulto mayor en la etapa de jubilación constituyen un elemento sensible para la sociedad, enfrentar estos cambios con la adecuada preparación, favorece una adecuada calidad de vida. La presente investigación propone un sistema de acciones y actividades fundamentadas en un diagnóstico que reveló un conjunto de deficiencias en el tratamiento hacia estos trastornos de la tercera edad. Para alcanzar este resultado se utilizó el método general dialéctico–materialista, a partir del cual se sustentó la utilización de los métodos de investigación teóricos y empíricos. La actualidad está dada por la pertinencia del problema que se investiga y las demandas sociales vinculadas al proceso de jubilación en el adulto mayor, así como los trastornos psicológicos que provocan desajustes emocionales en los mismos.

Introducción

El envejecimiento es un fenómeno afín a la vida misma; incluye todo el proceso de vivir desde la concepción hasta la muerte, y como tal, la edad no puede ser una construcción social, porque no todas las personas con la misma edad muestran el mismo nivel de envejecimiento (Hidalgo, 2002). En el proceso de envejecimiento se da una serie de cambios, que van desde los cambios en la personalidad hasta la capacidad de ajuste o de adaptación al entorno y el nuevo rol del adulto mayor en la sociedad. La vejez como tal está acompañada de una serie de transiciones que requieren de adaptación. Por lo general, las transiciones en esta etapa están caracterizadas por una serie de pérdidas como la del trabajo, deterioro de la salud, pérdida de la apariencia juvenil, reducción de ingresos y declinación del estatus (Hidalgo, 2002); el ajuste efectivo a esas transiciones va a estar influido por factores como la personalidad, el estado de salud, el ingreso económico, el apoyo social y las aptitudes para enfrentar los cambios.

La no adaptación apropiada a esas pérdidas y la carencia de apoyo social adecuado son factores que puede incidir en los desórdenes tanto biológicos como psicológicos de la persona.

Por cuanto el retiro de la actividad laboral contempla una transición que es acompañada de pérdidas, como lo son la pérdida del papel de trabajador (a), de estatus, de relaciones sociales y cuya incidencia va a depender de factores personales, es fundamental darle una particular atención.

Por esa particularidad, la jubilación tiende a resultar una etapa en la cual se dificultan los respectivos ajustes. En ese contexto, adquiere sentido el acompañamiento gerontológico con el fin de facilitar la adaptación a dicha etapa la cual se dificulta al identificarse la jubilación con incapacidad o deterioro.

Por lo anteriormente analizado, se identifica como:

Problema científico: ¿Cómo contribuir a la motivación emocional del adulto mayor en la etapa de jubilación?

Por lo que la investigación plantea como:

Objetivo general: proponer acciones para enfrentar los trastornos psicofisiológicos que enfrenta el adulto mayor en la etapa de jubilación.

Los métodos utilizados, **del nivel teórico:**

Analítico-sintético: para la profundización en el objeto de la investigación, lo cual permitió determinar los referentes sobre el estudio y análisis del proceso de jubilación en el adulto mayor y los trastornos psicológicos a partir de los diferentes enfoques conceptuales, así como la generalización a partir de la información obtenida en el instrumento aplicado siempre en correspondencia con el objetivo propuesto

Inductivo-deductivo: a partir de los fundamentos generales del tema objeto de investigación, para determinar los aspectos particulares y llegar a generalizaciones en relación con la teoría investigada, a conclusiones generales y parciales e interpretar los resultados del instrumento.

Sistémico-estructural: para proponer acciones, posibilitando que la interacción entre cada una de ellas propiciara la motivación del adulto mayor en la etapa de jubilación.

Se emplearon también métodos del **nivel empírico**, tales como:

Observación: Para acceder a la información directa e inmediata sobre el proceso y objeto estudiado, que permitieron valorar la variable estudiada.

Análisis Documental: Se empleó para profundizar en el estudio de las referencias bibliográficas.

Entrevista: Consiste en recopilar información de interés acerca del tema a investigar, mediante una comunicación personal con los sujetos entrevistados para definir el problema de la investigación. Para ello se diseñó un sistema de preguntas abiertas.

Actualidad está dada por la pertinencia del problema que se investiga y las demandas sociales vinculadas al proceso de jubilación en el adulto mayor, así como los trastornos psicológicos que provocan desajustes emocionales en los mismos.

Desarrollo

En la mayoría de los casos la transición hacia la vejez se da dentro de una coyuntura, cuando se empiezan a hacer evidentes ciertas huellas del paso del tiempo por el organismo. La edad tiene que ver con el proceso de envejecimiento fisiológico, el que se relaciona con la capacidad funcional y con la gradual reducción de la densidad ósea, el tono muscular, la fuerza y otras modificaciones sensoriales y motrices, entre otros (Aranibar, 2001).

Por lo que se hace necesario distinguir los distintos tipos de edad, según lo plantea Aranibar (2001). Ellas son: la edad cronológica, la edad social y envejecimiento fisiológico.

El ingreso a la etapa de la jubilación tiene la tendencia de asociarse con la llegada de la vejez; aunque en algunos casos no coincide, lo cierto es que está muy cercana a esa etapa y tiende a agravar la reacción ante el abandono de un papel de trabajador y el advenimiento de una etapa desocupada Según Soley (2007). El trabajo fomenta que se fortalezcan las relaciones sociales; y es aquí, donde se forja gran parte de esa identidad social de las personas, por esta razón es que, en ocasiones, la jubilación es pensada como un vacío para el cual la persona no se encuentra preparada y deja al sujeto sin nada que hacer. De esa forma, la jubilación puede significar, para unos, el momento de disfrutar del tiempo libre, para otros es un momento de estrés, porque el retiro les supone una pérdida del poder adquisitivo y en consecuencia de la autoestima.

La jubilación repercute en diversos niveles de la vida, desde los ámbitos familiar y económico hasta el uso del tiempo libre. En ese sentido, la jubilación es un proceso amplio que requiere de estrategias para poderla vivir a plenitud y que no altere su bienestar.

En ese sentido, Hidalgo (2002) dice que la jubilación viene a representar una crisis muy severa, sobre todo para aquellas personas que no han elaborado proyectos de vida y contactos sociales fuera del trabajo, lo que hace que el ajuste a la jubilación les sea más dificultoso.

Las pérdidas como elemento inherente a la jubilación son definidas como todo acontecimiento significativo para un ser humano en el que se rompe o deteriora un eslabón, lazo o nexo, bien sea afectivo emocional, social o simbólico, biológico o de cualquier otra naturaleza que sea de importancia para el individuo.

Para Soley (2007). Es muy común que la imagen de la persona esté asociada con su rol de trabajador, y que por lo tanto al dejar de trabajar, la imagen se ve afectada, sobre todo por la carga de mitos y

estereotipos que sobre la jubilación tiene la sociedad. Al ser percibida como personas desvalorizadas e improductivas la jubilación no sólo afecta por la pérdida de ese rol, sino que se reducen las posibilidades de reinserción para recuperar esos papeles.

De ahí que autores como Mata (1993:38) destaquen que:

La persona al jubilarse sufre pérdidas dolorosas, que afectan sobre todo su autoestima, como son: la pérdida del rol social y laboral, amigos, compañeros y estatus. Y aunque la persona llene su vida de proyectos nuevos durante sus años de jubilación, los patrones sociales se encargarán de hacerle sentir inútil.

El retiro es un acontecimiento muy importante en la vida de la mayoría de las personas. Generalmente significa el final de una etapa de la vida y el comienzo de otra nueva. “A raíz de la salida del ámbito laboral y de que las personas dejan de ostentar el estatus adquirido a través del trabajo, las relaciones con sus compañeros pierden frecuencia e intensidad y esto puede generar un vacío existencial” (Headley, 2001, p.38).

Hacer frente a la jubilación no siempre es tarea fácil, si bien, al principio hay euforia, después se puede dar el desencanto, el cual puede estar acentuado en función de las circunstancias personales. Aunque la jubilación no afecta a todas las personas por igual, lo cierto es que la transición implica hacer ciertos ajustes.

La adaptación a la jubilación implica saber valorar y aprovechar una mayor disponibilidad de tiempo, sin tener que someterse a las presiones propias de una vida laboral activa.

La iniciativa de trabajar con personas jubiladas es un paso significativo, tanto para que puedan asumir los cambios propios del envejecimiento con naturalidad y logren una mejor adaptación a esta nueva etapa, como para que la sociedad no los descarte, sino que, por el contrario, los integre, como forma de reconocer su entrega de años al servicio del país.

La jubilación es un fenómeno que tiene gran importancia a partir del hecho significativo como el crecimiento de la población de adultos mayores. A comienzos del Siglo XX había 14 jóvenes por cada adulto mayor; a fines del Siglo XX la relación fue de 2 a 1 y hacia el 2050 la relación será de 0.9 a 1, con lo cual los adultos mayores superarán numéricamente a los jóvenes.

La vida es un continuo cambio que supone atravesar diferentes etapas, cada una con sus características, posibilidades y limitaciones. La edad cronológica determina edades (niñez, adolescencia, juventud, adultez, madurez...). El trabajo estructura la vida en relación con tiempos, actividades, relaciones, status, creatividad, desarrollo de aptitudes y determina su identidad. La interrupción de la actividad laboral produce una ruptura que requiere un proceso de adaptación.

Ante el cese de la actividad laboral que provoca una serie de pérdidas sustantivas en el rol social de muchos trabajadores tanto prejubilados como jubilados, se producen cambios personales y sociales que afectan al individuo, así como a su entorno familiar y social.

Los avances científico- tecnológico han contribuido a que, al mismo tiempo que aumenta la expectativa de vida, también aumente la calidad de vida. Una sociedad que margina a un grupo humano por razones de edad, no es justa y dicha actitud incide en forma negativa en las generaciones activas.

Lo anteriormente planteado se verifica a través de los resultados de las entrevistas aplicadas a este grupo poblacional, que entre los planteamientos más reiterativos se encuentran:

En las entrevistas realizadas al grupo poblacional del adulto mayor (anexo 1), se pudo constatar que de manera general todos los entrevistados se sentían poco integrados a la sociedad con la actividad que realizaban, pues ellos podían dar mucho más partiendo de las experiencias acumuladas a lo largo de su vida laboral.

En cuanto a que, si se planifican, realizan y controlan actividades hacia el adulto mayor jubilados los entrevistados plantean que en algunas ocasiones se realizan actividades vinculadas a los ejercicios físicos por parte del INDER y en aulas de continuidad de la CUAM, pero aún consideran son insuficientes ya que ellos se sienten motivados para realizar muchas otras actividades.

Otro elemento que se evidencio fue que se sentían en condiciones de reincorporarse en centros laborales que estuvieran a su nivel físico y mental, puesto que además necesitaban incrementos en su economía y así sentirse más útiles en sus hogares. Ellos plantearon además que se debía tener en cuenta sus potencialidades para la realización de determinadas labores en las que aun podían desempeñarse, siempre teniendo en cuenta sus limitaciones físicas y motoras.

En las entrevistas realizadas a los familiares (anexo 2), demostraron poco conocimiento de las actividades que realizaban sus adultos mayores así como las que pueden desempeñar en la sociedad. Que les preocupa sus limitaciones físicas en algunos casos. En cuanto a la reacción emotiva y emocional que presentaron los adultos mayores después de la jubilación agregaron que fue un poco difícil en los primeros momentos ya que tuvieron una activa vida laboral y este cambio los entristeció un poco. Ellos por su parte le brindaron su apoyo en ese momento difícil, además de demostrarles sus experiencias acumuladas a lo largo de su vida laboral podían seguir siendo útiles en cada labor que realizaran.

Por lo que esta investigación propone como acciones:

- Preparación adecuada para la jubilación, en la que se incremente el conocimiento del fenómeno, se ofrezca apoyo y formación para facilitar el proceso de adaptación a la nueva situación personal y social.

- Diseño de alternativas de ocio entre las que se destacan la participación social y el voluntariado que enriquecen tanto al individuo como a su comunidad.
- Programas de intervención psicosocial para cubrir las carencias que a muchas personas podría ocasionar la inactividad laboral, ofreciendo apoyos y desarrollando actividades que amplíen las oportunidades de desarrollo.
- Canalización de las experiencias adquiridas a lo largo de la vida hacia actividades significativas de trascendencia social.

Según el criterio de (Sirlin, 2007, p.61). Existen diversas oportunidades de desarrollo personal y éstas pueden repercutir en todos los aspectos que componen la salud integral: bienestar biológico, psicológico y social. Las actividades pueden ser:

- Físicas: permite el desarrollo y la compensación de los efectos del envejecimiento desde un punto de vista fisiológico. Así aumenta la fuerza, el equilibrio, la elasticidad, la agilidad y la capacidad pulmonar. Influye, asimismo, en el estado de ánimo y permite el disfrute personal y nuevas oportunidades de intercambio social.
- Formativas: algunas actividades suponen un avance en el nivel de conocimientos y otras suponen el desarrollo de una habilidad y de la capacidad creativa. Constituyen oportunidades de entender mejor la realidad actual así como de integración y participación social. Favorece la atención, la memoria, la capacidad de análisis con los consiguientes efectos positivos en la capacidad mental.
- Sociales: contribuye a la integración en el mundo social que nos rodea. Dichas actividades permiten el fomento de lazos personales que potencian el desarrollo de nuestra afectividad (relaciones íntimas por ej.: reuniones con amigos) o el compromiso activo con la sociedad (participación comunitaria por ej.: participación social a través del voluntariado, asociacionismo, dirigencia social, etc. Se destaca la importancia de la participación en la sociedad como un derecho y una obligación, como forma de conexión e intercambio social.

En concordancia con lo planteado con la ya mencionada autora y con el objetivo de cumplir con estas acciones propuestas anteriormente, se propone realizar las siguientes actividades:

1. Establecimiento de un proceso continuo de preparación

Esta actividad se realiza con el objetivo de facilitar la transición trabajo – jubilación, para contribuir a reducir posibles afecciones físicas y/o psicológicas que pudieren sobrevenir.

2. Estimación del caudal de conocimientos y experiencias que poseen los mayores, y que son claves para el funcionamiento de la sociedad,

Con el objetivo de potenciar labores basadas en la experiencia a través de nuevos roles significativos, en el marco del paradigma del envejecimiento activo. No se trata de un fenómeno universal ni transcultural, pero en nuestra sociedad constituye un cambio importante en el ciclo vital, porque modifica nuestra estructura de funciones, nuestros hábitos, la organización de nuestra vida diaria y repercute sobre nuestro sentido de eficacia y de competencia personales (Galvanovskis y Villar, 2000).

3. Realización de diferentes actividades

Se ha comprobado que luego de la jubilación cobra una importancia relevante la realización de actividades físicas, productivas, culturales y sociales debido a los efectos físicos y mentales que genera, actividades como:

- ✓ La concurrencia a centros religiosos, voluntarios, reuniones con amigos se relacionan con una menor mortalidad con los consiguientes efectos positivos sobre la salud (Sabin, 1993).
- ✓ Similares resultados se han obtenido en distintos contextos culturales.
- ✓ Las actividades físicas como caminar reducen los estados depresivos y aumentan la felicidad.
- ✓ Realizan mayor cantidad de actividades de tipo intelectual como leer, asistir a actividades culturales están más satisfechos con la vida y mejora su estado de ánimo (Buz, Mayoral, Bueno y Vega, 2004).

Promover una mayor interrelación entre las actividades que realizan con mayor frecuencia y su posible vinculación con fines culturales, sociales o productivos. Así como estimular la participación en diversas actividades a los efectos de combatir situaciones de soledad y aislamiento, destacándose aquellas de tipo cultural (charlas, conferencias, actividades de formación permanente, etc.) que constituyen el germen de una “cultura de la cultura” en esta etapa de la vida.

Conclusiones

La jubilación es una etapa de transición que requiere una preparación adecuada, para lo cual es importante que existan oportunidades, debe adecuarse al contexto y a los factores sociales, económicos y culturales que lo condicionan.

Se deben tener en cuenta las categorías laborales, status, estilos de vida, aficiones, preocupaciones, motivaciones de los futuros jubilados, lo cual contribuye a facilitar el diálogo y la participación para que las acciones sean más flexibles y adaptados a cada realidad.

Es importante la generalización e implementación en forma permanente de actividades para la preparación de los jubilados, a los efectos que todos los trabajadores cuenten con la posibilidad de su realización cualquiera sea su entorno o medio laboral al que pertenezca. No obstante ello, debe ser un proceso educativo continuo que dure a lo largo de toda la vida.

Se destacan la importancia de sensibilizar, concienciar y educar en el proceso de envejecimiento por parte de toda la sociedad y de las propias personas mayores, apuntando a revertir la imagen negativa de su propio colectivo, no existiendo una cultura de preparación para esta etapa de la vida.

Tanto en la etapa posterior a la jubilación como en la vejez existen necesidades que son muy importantes, las cuales deben ser satisfechas tales como: sentirse activo, productivo, útil e implicado socialmente y en la comunidad de pertenencia.

El contribuir a ofrecer respuestas satisfactorias a estas necesidades fundamentales de las personas en esta etapa de sus vidas es una responsabilidad de todos.

La integración social constituye una estrategia de carácter preventivo fundamental en la intervención durante el proceso de transición trabajo – jubilación.

El desempeño de nuevos roles significativos representa una inversión en la sociedad y no una carga.

El envejecimiento debe ser tomado en cuenta no únicamente como una cuestión de derechos humanos y justicia social, sino como una cuestión clave de desarrollo.

Bibliografía

Alpizar, J. (2011). *Jubilación y calidad de vida en la edad adulta mayor*. Vol. 31, N°.42, (15-26), ISSN: 1409-3928. Enero-Junio, <http://www.revistas.una.ac.cr/abra>.

Amén, R. (2002). *Comparte y disfruta la jubilación*. (Tesis de maestría inédita). Universidad de Costa Rica, Costa Rica.

Aranibar, P. (2001). *Acercamiento conceptual a la situación del adulto mayor en América Latina: La vejez como fenómeno social*. Recuperado de http://www.redadultosmayores.com.ar/buscador/files/CALID025_Aranibar.pdf

Bueno Martínez, B., Buz Delgado, J.(2006). *Jubilación y tiempo libre en la vejez*. Madrid, Portal Mayores. Informes Portal Mayores No. 65 Lecciones de Gerontología. Octubre 2006.

Headley, A. (2001). *El estrés post jubilación: consecuencias psicosociales en pensionados por vejez de la Caja Costarricense de Seguro Social de Limón*. (Tesis de maestría inédita). Universidad de Costa Rica, Costa Rica.

Hidalgo, J. (2002). *El envejecimiento: aspectos sociales*. San José Costa Rica: Editorial Universidad de Costa Rica,

López Bravo, M. (2002). *Ocio y Tiempo Libre*. En: Fernández – Ballesteros, R. (2004). Madrid.

Martínez, R. (2007). *Prejubilación Activa: demandas, necesidades e intereses de las personas prejubiladas de la minería asturiana*. S/e, en formato digital.

- Mata, A. (1993). *Identificación de los factores personales y ambientales que facilitan el ajuste de la persona a la jubilación*. (Tesis de maestría inédita). Universidad de Costa Rica, Costa Rica.
- Organización Iberoamericana de Seguridad Social (2000). *Los servicios sociales para las personas mayores*. Premio OISS. Madrid.
- Organización Internacional del Trabajo (1980). *Recomendación sobre los trabajadores de edad*. R 162, Junio 1980. S/e, en formato digital.
- Organización Mundial de la Salud (2002). *Envejecimiento Activo: marco político*. S/e, en formato digital.
- Paredes, M., Huenchuan, S. (2006). *Escenarios futuros en políticas de vejez en Uruguay: continuidades y rupturas*. Cepal. CELADE. UNFPA.
- Rodríguez, F. (2006). La protección de las personas mayores en medio de la sociedad civilizada. Editado por Red Latinoamericana de Gerontología, noviembre 2006. Fuente: *Boletín Caritas Cubana*. Año 2 No. 2 Mayo – Agosto 2006.
- Rodríguez, A. (1998). *Estudio descriptivo y experimental sobre la influencia psicológica de la dinamización socio-cultural del ocio y el tiempo libre en la tercera edad*. Tesis Doctoral. Diputación Foral de Guipuzcoa. Departamento de Servicios Sociales.
- Sirlin, T.S. (2007). La jubilación como situación de cambio: La preparación para la jubilación como acción estratégica para su abordaje. *Comentarios de Seguridad Social - N°16*, Julio - Setiembre 2007.
- Soley, P. (2007). *Adaptación del subsistema conyugal a la jubilación de uno de sus miembros*. (Tesis de Licenciatura inédita). Universidad de Costa Rica, Costa Rica.
- Universidad de Costa Rica. (2008). *I Informe de situación de la persona adulta mayor en Costa Rica*. Recuperado de <http://ccp.ucr.ac.cr/espam/intro.html>
- Universidad Nacional. (1993). *Estatuto Orgánico de la Universidad Nacional*. Heredia. Costa Rica: Departamento Publicaciones.
- Vega, J.L., Bueno, B., Buz, J. (2003). La preparación para la jubilación. *Servicios Sociales*. Abril – Junio 2003 Número 6. Universidad de Salamanca. España.
- Yanguas, J., Leturia, J. et al. (1998). *Intervención Psicosocial en Gerontología: Manual Práctico*. Madrid. S/e, en formato digital.

ANEXO No.1

Entrevista individual a los jubilados

Se ha comenzado una investigación en un grupo poblacional de la tercera edad la cual tiene como objetivo profundizar en el estado de opinión acerca de los trastornos psicofisiológicos que enfrenta el adulto mayor en la etapa de jubilación. Las respuestas son totalmente anónimas, garantizándole su confidencialidad, por lo que solicitamos de Ud. su mayor colaboración y sinceridad en las respuestas. ¡Muchas gracias!

A continuación, solicitamos algunos datos personales, únicamente, con fines investigativos.

Datos personales:

- ✓ Edad_____
 - ✓ Nivel de escolaridad: Primario ___ Secundario___ Medio ___ Superior___
 - ✓ Años de experiencia laboral: _____ Tiempo de jubilación:_____
 - ✓ Cantidad de personas con las que convive:_____
1. Con la actividad diaria que realiza se siente integrado a la sociedad
 2. ¿Conoce en que actividades se puede desempeñar el adulto mayor jubilado en la sociedad?
Menciónelas
 3. ¿Se planifican, realizan y controlan actividades hacia el adulto mayor jubilados?
 - a) ¿En cuáles ha participado?
 - b) ¿Qué le gustaría que fuera diferente en relación con la atención hacia el adulto mayor como jubilado?
 4. ¿Qué características debería tener la integración del adulto mayor jubilados con la sociedad?
 5. Se sienten motivados e interesados a reincorporarse en actividades significativas de trascendencia social donde brinde las experiencias adquiridas a lo largo de la vida.
 - a) ¿Qué le gustaría que fuera diferente en relación con la atención hacia el adulto mayor como jubilado?
 - b) ¿Cuáles serían sus expectativas?

ANEXO No.2

Entrevista individual a los familiares de adultos mayores jubilados

Se ha comenzado una investigación en un grupo poblacional de familiares de la tercera edad la cual tiene como objetivo profundizar en el estado de opinión acerca de los trastornos psicofisiológicos que enfrenta el adulto mayor en la etapa de jubilación. Las respuestas son totalmente anónimas, garantizándole su confidencialidad, por lo que solicitamos de Ud. su mayor colaboración y sinceridad en las respuestas. ¡Muchas gracias!

A continuación, solicitamos algunos datos personales, únicamente, con fines investigativos.

Datos personales:

✓ Edad_____

✓ Nivel de escolaridad: Primario _____Secundario_____ Medio ___ Superior____

✓ Tipo de vínculo con el jubilado:_____

1. Conoce qué actividades realizan diariamente el adulto mayor jubilado en la sociedad que convive en su hogar
2. ¿Conoce en que actividades se puede desempeñar el adulto mayor jubilado en la sociedad?
Menciónelas
3. ¿Cómo ha sido la reacción emotiva y emocional del adulto mayor después de la jubilación?
a) ¿Cómo ha sido reacción de Ud. ante estos cambios?
4. El adulto mayor jubilado que convive con Ud. se siente motivado e interesado a brindar las experiencias adquiridas a lo largo de la vida en el ámbito laboral.
a) Se reconoce estas experiencias en el ámbito familiar.
