

MUJER Y JUBILACIÓN: EXPECTATIVAS Y ADAPTACIÓN AL PROCESO

WOMEN AND RETIREMENT: EXPECTATIONS AND ADAPTATION TO THE PROCESS

Isabel PÉREZ-PÉREZ¹, Carme FERRÉ GRAU², Àngela PALLARÉS MARTÍ³,
Montserrat LAMOGLIA-PUIG⁴, Rosa RIFÀ-ROS⁵,
María GODALL-CASTELL⁶

1. Doctora en Ciencias de la Enfermería y profesora de la Facultad de Ciencias de la Salud Blanquerna. Universidad Ramon Llull. Barcelona. España.
2. Doctora en Psicología. Directora del programa de doctorado del Departamento de Enfermería. Universidad Rovira i Virgili. Tarragona. España.
3. Doctora en Antropología. Profesora de la Facultad de Ciencias de la Salud Blanquerna. Universidad Ramon Llull. Barcelona. España.
4. Doctora en Promoción de la Salud. Profesora de la Facultad de Ciencias de la Salud Blanquerna. Universidad Ramon Llull. Barcelona. España.
5. Doctora en Ciencias de la Enfermería. Profesora de la Facultad de Ciencias de la Salud Blanquerna. Universidad Ramon Llull. Barcelona. España.
6. Doctora en Pedagogía. Profesora de la Facultad de Ciencias de la Salud Blanquerna. Universidad Ramon Llull. Barcelona. España.

Resumen

Introducción: como la manera de envejecer está determinada por la acción conjunta de múltiples factores y además no es lo mismo envejecer siendo hombre o mujer, en el presente estudio, planteado desde la perspectiva de género, se ha considerado importante llevar a cabo un acercamiento a la experiencia subjetiva de la vejez de las mujeres desde una de las dimensiones que la configuran, como es la jubilación.

Dentro del sistema sanitario la mujer sufre una gran invisibilidad una vez finalizada la etapa reproductiva. Identificando experiencias, sentimientos y necesidades de las mujeres en este proceso de la jubilación, se dispondrá de información para propiciar la atención sanitaria que requieren en esta etapa.

Objetivos: aportar conocimiento al proceso de la jubilación en mujeres que han desarrollado su vida laboral en un entorno urbano (la ciudad de Barcelona), y hacerlo mostrando cuáles eran sus expectativas sobre la misma y cómo ha sido o se está produciendo la adaptación a la nueva etapa.

Metodología: desde un enfoque cualitativo se diseñó un estudio fenomenológico descriptivo. Para la recogida de datos se optó por la técnica de los grupos de discusión y se establecieron dos grandes grupos de mujeres participantes: las que habían desarrollado su actividad laboral como personal cualificado y las que lo habían hecho como personal no cualificado. En el proceso de análisis del contenido de los relatos, destaca como marco de referencia de la investigación la Teoría de las Transiciones de Meleis.

Resultados y conclusiones: los relatos mostraron vivencias muy dispares, tanto en la manera de anticipar o afrontar la jubilación como en la forma de adaptarse a ella, entre uno y otro grupo de mujeres. Ello tuvo como consecuencia que los respectivos procesos de transición fueran saludables o no lo fueran.

Palabras clave: *mujer, envejecimiento, jubilación, transición.*

Summary

Introduction: The way of aging is determined by the joint action of multiple factors and it is not the same for men than for women. In the present study, raised from the gender perspective, it has been considered important to approach, from a subjective experience, the aging process of women and one of the dimensions that sets it such as the retirement.

Within the health system, women suffer from invisibility once their reproductive stage is finalised. If experiences, feelings and needs of women are identified during the process of retirement, this would allow them to age in a healthier way.

Objectives: to contribute knowledge to the process of retirement in women who have developed their working life in an urban environment (the city of Barcelona), and to do so by showing what their expectations were and how their adaptation is taking place in this new chapter of their life.

Methodology: the study was made with a qualitative and descriptive phenomenological approach. For data collection, a focus group technique was chosen, two large groups of women participated on it: those who had worked as qualified personnel and the ones who had done so as non-qualified personnel. While researching, Meleis' Theory of Transitions was used as reference to analyse the content of the different stories.

Results and conclusions: the stories showed different experiences, between the two different groups, in the way of anticipating or facing retirement and how to adapt to it. Depending on the way they adjust it to this stage, a different and healthier transition came out as consequence.

Key words: *women, aging, retirement, transition.*

Introducción

Está ampliamente aceptado que la manera de envejecer está determinada por la acción conjunta de diversas causas, sobre todo por factores sociales, psicológicos y ecológicos, y que solo una parte está determinada por factores biológicos. Pero no es lo mismo envejecer siendo hombre o mujer, ni tampoco significa lo mismo hacerse mayor habiendo tenido una educación reglada, acceso a la cultura y al sistema sanitario, además de tener una actividad profesional y relaciones afectivas interpersonales, que hacerlo desde los límites del sistema (Freixas, 2008).

En la literatura no hay unanimidad en cuanto al establecimiento del inicio del envejecimiento, pero en nuestra sociedad hay una concepción cronológica a la hora de considerar a una persona como vieja, y es entre los 65 y los 70 años, en una relación directa con la jubilación o momento del cese de la actividad laboral (Millán, 2006).

El *Llibre blanc de la gent gran activa* de la Generalitat de Catalunya plantea la transición a la vejez como un proceso progresivo sin soluciones de continuidad que tiene grandes variaciones individuales. También remarca que un hecho con fecha fija como es la jubilación constituye un excelente recordatorio para generar la preparación hacia el envejecimiento activo, pues la capacidad de previsión de los acontecimientos que provocan las transiciones incrementa las posibilidades de actuar de manera efectiva (Generalitat de Catalunya, 2002). La jubilación, un acontecimiento deseado por algunos y rechazado por otros, que obliga a la persona a replantearse su vida y a adaptarse a la nueva situación, conlleva un conjunto de cambios y efectos (Chulian y Garrido, 2015).

Enunciábamos al inicio que no es lo mismo envejecer siendo hombre o siendo mujer. Cuando Stoller utilizó el término género por primera vez en 1964, al relacionar el sexo con la biología y el género con la cultura, argumentó que las diferentes formas de pensar, sentir y comportarse de los hombres y de las mujeres no se explican con razonamientos de tipo biológico, sino que se fundamentan en construcciones sociales apoyadas por planteamientos de orden cultural y psicológico (Stoller, 1964).

Durante muchos años, la salud de la mujer ha estado casi exclusivamente vinculada a los factores ligados a la maternidad. La mujer, como figura reproductora

biológica y social, obtiene el máximo de atención asistencial en los aspectos de salud reproductiva, pero una vez finalizada esta etapa sufre una gran invisibilidad desde el sistema sanitario. Una de las medidas para reducir las desigualdades de género en el envejecimiento es dejar de identificar, casi exclusivamente, la salud de las mujeres con estos aspectos reproductivos. Se les debe proporcionar la atención sanitaria en todas las etapas de su ciclo vital, y esto se debe conseguir, entre otros aspectos, mediante investigaciones que incrementen el conocimiento.

En este sentido, se ha considerado importante llevar a cabo un acercamiento a la experiencia subjetiva de la vejez desde una de las diferentes dimensiones que la configuran (viudedad, jubilación, ocio, cambio de roles, etc.), analizando percepciones y experiencias de las mujeres en relación a su proceso de jubilación. Se pretende contribuir con ello a la visibilidad de conocimientos ignorados por el saber convencional y por los programas de salud. Identificar experiencias, sentimientos y necesidades de las mujeres en este proceso de la jubilación, en esta transición, ayudará a promover su calidad de vida desde una perspectiva global.

El objetivo general planteado en esta investigación es, pues, aportar conocimiento al proceso de la transición de la jubilación en mujeres que han desarrollado su vida laboral en un entorno urbano, y hacerlo mostrando cuáles eran sus expectativas sobre la jubilación y cómo ha sido o cómo se está produciendo la adaptación a la nueva etapa. Entre los referentes teóricos de esta búsqueda destaca la Teoría de las Transiciones de Meleis (Meleis, 2010). El extenso trabajo de investigación de esta autora se ha centrado en temas de salud de la mujer y en todos aquellos fenómenos que implican cambio y una adaptación en la vida de las personas (Allgood y Marriner, 2011).

Metodología

La investigación se ha llevado a cabo con un enfoque cualitativo y a partir de la perspectiva filosófica de la fenomenología descriptiva.

Se ha limitado el estudio a Cataluña, y en concreto se circunscribe a la ciudad de Barcelona dado que, según el anuario de envejecimiento de Cataluña de 2004 (Fundació Institut Català d'Envel·liment, 2004), el 30 % del total de personas mayores se localiza en esta ciudad.

Puesto que el elemento clave que permite entender cómo las personas afrontan la jubilación es su referente implícito, el trabajo, de acuerdo con el «Sistema de Clasificación Profesional», se establecieron dos perfiles de mujeres en función de si su actividad laboral se había llevado a cabo como personal cualificado o como personal no cualificado¹. Los criterios de inclusión de la muestra fueron: llevar jubiladas hasta un máximo de cinco años, tiempo en que las personas pueden haber reorganizado ya su vida (Malla, 2006); haber desarrollado su vida laboral en la ciudad de Barcelona, y estar ubicadas en uno de los dos perfiles de actividad laboral establecidos.

Una vez iniciado el proceso, se buscaron informantes estratégicos por el sistema denominado «bola de nieve» (Kornblit, 2007). La muestra estuvo finalmente constituida por un total de 26 mujeres. Fue heterogénea en cuanto a la diversidad de actividades laborales y se mantuvo la equidad en cuanto a pertenecer al criterio de inclusión de personal cualificado y no cualificado.

De las técnicas de recogida de datos más relevantes de la metodología cualitativa, en este estudio se optó por la de los grupos de discusión. En la toma de decisiones se valoró la técnica (práctica empírica) que se adaptaba mejor a los objetivos diseñados y que proporcionara un escenario de comunicación de acuerdo con la producción de una narración sobre el íntimo, sobre las experiencias vividas y los sentimientos de las mujeres jubiladas durante el proceso de transición de la jubilación.

Intuyendo que el discurso y los relatos sobre la jubilación de las mujeres informantes probablemente serían muy diferentes en función del trabajo que habían realizado, se formalizaron los grupos a partir de la concreción de los dos perfiles de actividad laboral para garantizar una cierta homogeneidad. La homogeneidad intra-grupo implica que los miembros de un mismo grupo deben compartir una serie de atributos que los caracterice (edad, estatus social, colectivo profesional, etc.). La homogeneización permite focalizar los intereses del fenómeno en estudio y reduce, simplifica y facilita los grupos de discusión (Cano Arana, 2008).

El análisis del contenido temático se realizó a partir del texto surgido de las transcripciones de los discursos de las mujeres participantes. Para la codificación y

1. El concepto personal no cualificado se basaba en el «Sistema de Clasificación por puestos de trabajo de la Clasificación Nacional de Ocupación de 1994» (CNO-94). Actualmente, en la Clasificación Nacional de Ocupación de 2011 (CNO-11), se ha modificado el concepto por el de ocupaciones elementales.

categorización inicial de la información recogida se utilizó el software ATLAS.ti 7.1.7[®]. Al incorporar en la muestra mujeres jubiladas que habían realizado actividades laborales como personal cualificado y mujeres como personal no cualificado, y partiendo de la premisa de que el elemento clave que permite entender cómo hace frente la persona a la jubilación y sus consecuencias es su propia vida laboral (Millán, 2006), se identificaron dos subcategorías en cada una de las categorías establecidas. La información recogida en cada categoría se segmentó en estas dos subcategorías para realizar un análisis más minucioso de los datos. Aunque en algunos casos la información pudiera tener un carácter repetitivo, se creyó conveniente hacer esta división de la información para extraer especificidades en los resultados.

Atendiendo a la corrección ética, a todas las mujeres que participaron en este estudio se las informó debidamente y se solicitó su consentimiento informado por escrito, así como su autorización para grabar en audio sus intervenciones. Se les aseguró que se protegería su intimidad y confidencialidad. Siguiendo la disposición de la Ley Orgánica 15/1999, del 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, se les asignó ya desde el primer momento un código, el cual se utilizó tanto para las transcripciones como para el análisis.

También se tuvo en cuenta la razón riesgo-beneficio favorable, ya que para esta investigación fue necesaria la participación de mujeres como sujetos de la investigación, y se evitó en todo momento el daño potencial de su vulnerabilidad emocional. Para impedir el daño potencial de la imagen falsa y el conflicto de intereses, se les ofreció la posibilidad de revisar todo aquello que se publicara en referencia a su persona, y se les garantizó que sus intereses estarían por encima de los de la investigación (Barrio-Cantalejo y Simón-Lorda, 2006).

Resultados

Los resultados se presentan acompañados de ejemplos de evidencias que surgieron de los relatos de las participantes.

En relación a las expectativas que tenían las mujeres del estudio sobre su jubilación, sobre qué ideas o pensamientos se habían generado o qué esperaban de ella, los discursos de las que habían tenido una actividad laboral como personal cualificado (mujeres PC a partir de ahora) revelan casi de manera unánime que cuando

trabajaban no pensaban o más bien no querían pensar en la jubilación. Aparece la idea de asociarla con la vejez y la preocupación por la posible falta de actividad, dada su intensa vida laboral (su entorno social también reforzaba esta preocupación):

(...) lo último que me pasaba por la cabeza era jubilarme/ (...). No pensaba en la jubilación y ahora pienso que me horrorizaba/ (...) cuando oía lo de la jubilación lo asociaba a ser mayor/ (...) como estaba ocupadísima pensaba, ¿y qué haré cuando me jubile?/ (...) no os decían, ¿y qué haras?

Estas mismas mujeres también coinciden en su narrativa en que las nuevas generaciones tienen un concepto muy distinto de la vida laboral. La gente joven de su entorno hacía cálculos sobre el tiempo que les queda para jubilarse o envidiaban que ellas lo hicieran pronto:

(...) la gente que ahora tiene 40 o 45 años no piensa como yo o como nosotras. Ahora ya calculan, y cuando todavía les faltan 25 o 30 años, y esto no pasaba.

Las mujeres cuya actividad laboral había transcurrido como personal no cualificado (mujeres PnC a partir de ahora) tenían todas muy presente la jubilación. La veían de forma positiva. Imaginaban lo que harían o podrían hacer al jubilarse y lo que esta etapa les aportaría tanto a nivel personal como familiar. Su perspectiva sobre la jubilación se basaba en pensar que harían lo que no podían hacer entonces por falta de tiempo. Algunas habían incluso planificado o empezado alguna actividad que pudieran continuar al jubilarse:

(...) tenía tantas ganas de jubilarme para hacer la mía/ (...) para volcarme todo lo que no había podido con mis hijas/ (...) lo veía muy positivo/ (...) ya pensaba como podría ser y fui preparando algún proyecto/ (...) empecé al final a hacer alguna cosa que luego he continuado.

En relación a cómo ha sido o se está produciendo la adaptación a la nueva condición de jubiladas, las mujeres PC remarcan las dificultades para reorganizar su vida en esta etapa al haber perdido el ritmo y las dificultades para saber qué hacer con el tiempo. Expresan resistencia a realizar las propuestas que la sociedad les ofrece para llenarlo:

(...) te encuentras extraña. He estado mucho tiempo levantándome a las 7 h/ (...) Los primeros días en que iba por la calle en horario laboral pensa-

ba, qué estás haciendo, si ahora te tocaba trabajar/ (...) me ha costado mucho organizar el tiempo para no perderlo/ (...) A todos nos pasa. Es una dispersión, una falta de ritmo/ (...) todos te envían a hacer gimnasia, piscina o cursillos/ (...) sí, sí, todos te envían a hacer gimnasia o piscina.

Estas mujeres expresan sentir nostalgia por lo que ha representado la vida laboral, por las relaciones perdidas o por el estatus que tenían:

(...) yo antes tenía un cargo.../ (...) una gran nostalgia por lo que había sido.

Relatan que les está costando hallar actividades que las «llenen». Las que llevan más tiempo jubiladas han ido encontrando actividades que den continuidad a lo que habían hecho antes:

(...) Necesito hacer algo que me llene/ (...) esto he mirado de mantenerlo/ (...) nos hemos puesto de voluntarios en el hospital. Es un trabajo que continuamos los mismos.

Entre las mujeres PnC, pese al expresado deseo de jubilarse de todas ellas, los relatos de sus sentimientos al inicio de su situación como jubiladas difieren entre las que habían demostrado satisfacción por su trabajo de las que, sobre todo, estaban vinculadas al ámbito del trabajo doméstico y al de la limpieza. Mientras las primeras expresan más dificultades de las previstas al sentir nostalgia de la relación con los compañeros, del ritmo, o de la necesidad de mantener la imagen personal, las otras se sienten liberadas y reconocen haber olvidado la etapa laboral.

(...) por la mañana ahora ya no te arreglas tanto porque..., ¡para ir al mercado! (...) por la mañana me tomaba el cortadito con la cuadrilla, y esto lo he echado de menos durante cinco o seis meses/ (...) No me acuerdo para nada del trabajo/ (...) ahora solo limpio mi casa.

De estas mujeres PnC, las que tienen nietos ocupan gran parte de su tiempo en cuidarlos puesto que los hijos trabajan. Esta actividad es gratificante para algunas (compensan lo que no pudieron hacer antes), pero para otras es una carga añadida a su condición de cuidadoras.

(...) lo que no pude hacer con mis hijos lo hice con la nieta/ (...) Tenía ganas de ser abuela para volcarme todo lo que no he podido con mis hijas / (...) tengo 68 y cuido a mis nietos. Tengo la rodilla fatal... no puedo hacerlo pero te ves condicionada/.

Pero en general la mayoría también expresan que la jubilación les ha permitido realizar actividades de ocio (salir con las amigas, viajar, ir al gimnasio, etc.), de voluntariado, o proseguir actividades que ya habían empezado a realizar antes de jubilarse pensando en esta etapa.

(...) salgo con amigas de viaje/ (...) voy al gimnasio todas las mañanas/ (...) estoy esperando que me llamen para ir a ayudar a comedores/ (...) empecé a montarme cosas. Que si la coral..., pintura. Cuando me he jubilado he continuado haciéndolo/ (...). Ya me fui preparando para hacer alguna cosita.

Discusión

Las expectativas o actitudes frente a la jubilación vienen mediadas por factores de orden individual y social, entre los que se encuentran la biografía personal, la historia laboral, el contexto social y cultural, y el significado simbólico que se le atribuye (Serra, 2002). En su teoría sobre las transiciones, Meleis manifiesta que estas no siempre son experiencias negativas, ya que en ocasiones pueden generar sensaciones de aligeramiento y bienestar (Meleis, 2010). En base a estos principios, el hecho de que los relatos de las mujeres PnC nos revelen que esperaban la jubilación y que para ellas representaba una oportunidad para hacer cosas que no habían podido hacer, nos permite interpretar que estas habían generado una actitud y una expectativa muy positiva hacia ella (en contraposición a las expectativas negativas y la actitud de rechazo que nos revelan los indicios de los relatos de las mujeres PC).

El marco teórico de la investigación también reflejaba que la jubilación, que marca socialmente el punto simbólico de inicio de la vejez, implica una ancianidad decretada, con toda una diversidad de repercusiones (emocionales, económicas, sociales, de identidad, etc.) (Hernández Rodríguez, 2001), y también remarcaba que los individuos actúan respecto a los hechos o situaciones a partir de los significados que tienen para ellos (De la Cuesta, 2006). Desde esta perspectiva se interpreta que la asociación entre jubilación y vejez que se desprende de algunos de los relatos de las mujeres PC acentuó tanto sus expectativas negativas hacia la jubilación como los sentimientos de rechazo y negación que ya tenían. Sin embargo, en

el caso de las mujeres PnC, la ausencia de alusiones a este vínculo asociativo, el no establecimiento del vínculo, no incorporó este elemento negativo.

La teoría de las transiciones de Meleis también indica la necesidad de anticiparse en aquellas que son previsibles para disminuir así la ansiedad que generan y poder activar los recursos que permitirán afrontarla (Meleis, 2010). Cuando los relatos de las mujeres PC muestran que estaban preocupadas por cómo llenarían su tiempo de jubiladas (no planificaron acciones, no anticiparon qué podrían realizar cuando era una transición previsible), podemos afirmar que estas mujeres tuvieron dificultades al afrontar su jubilación y que la ansiedad asociada al proceso fue notable. En las mujeres PnC, por el contrario, el hecho de empezar a realizar acciones de cara a su jubilación, o de haberlas previsto, les ha permitido afrontarla mejor y aligerar sus consecuencias.

La conciencia de la transición viene definida por Meleis como la percepción, conocimiento y reconocimiento de la experiencia, y especifica el compromiso como el grado de implicación de la persona en el proceso inherente a la transición (MELEIS, 2010). En base a sus principios y a la luz de los resultados podemos interpretar que la mujeres PC carecían de conciencia de la jubilación y de compromiso hacia ella (no se implicaron haciendo una preparación consciente ni buscaron recursos de bienestar para afrontarla), y que las mujeres PnC, al implicarse en el proceso, ya sea anticipándose a través de los deseos o a través de la búsqueda de acciones de futuro, tenían conciencia de la jubilación y un compromiso hacia ella.

La literatura nos describe que en la vida laboral se idealiza lo que no se tiene y se devalúa aquello con lo que se cuenta, y que muy a menudo se desconocen delimitaciones y privaciones que la jubilación lleva implícitas (Forteza, 1990). Los resultados que nos muestran deseos y percepciones contrapuestas entre las mujeres PC y las nuevas generaciones de su entorno laboral en relación a la jubilación nos permiten afirmar que la idealización de la jubilación por parte de los compañeros, que la ven a largo o medio plazo, intensificaba en estas mujeres su percepción negativa de la jubilación (un proceso que las obligaba a romper con su actividad laboral) y agudizaba sus sentimientos de fractura.

La jubilación, que se relaciona con la pérdida laboral, también puede llevar implícitas otras pérdidas (vinculadas al proceso evolutivo, a la autoestima, al estatus social, etc.) que pueden provocar una importante situación de crisis vital (Jahoda,

1987; Pérez, 2004). En función del significado que la persona otorga a los eventos relevantes que se producen a lo largo de la vida, estos pueden en general desencadenar también una crisis vital que ponga en juego su capacidad de adaptación (Meleis, 2010). Al ponerse de manifiesto en los relatos de las mujeres PC los diversos sentimientos de pérdidas que tuvieron al adquirir la condición de jubiladas (desubicación, ausencia de rol y de objetivos inmediatos, pérdida de estatus, etc.), podemos afirmar que, más allá de la pérdida de la actividad laboral, el inicio de la jubilación produjo una fractura en su «*continuum*» que desencadenó en ellas una crisis vital que no favoreció la adaptación a la nueva etapa.

Las expectativas constituyen un fenómeno subjetivo que influirá en la experiencia de la transición y en las respuestas a ella, particularmente en el período de inestabilidad, pueden ser emocionales y pueden no ser adaptativas. Asimismo, los puntos críticos, como el inicio de las transiciones, se asocian a los momentos de mayor conciencia del cambio (Meleis, 2010). En este sentido, cuando las mujeres PC evidenciaban tener expectativas negativas hacia la jubilación, ya se podía anticipar que la iniciarían con dificultad, pero ante los relatos de sus incertidumbres y nostalgias cuando la alcanzaron, se puede afirmar que el momento concreto del cambio a jubiladas fue un punto crítico y que este generó respuestas emocionales que dificultan o dificultaron la adaptación.

De las mujeres PnC, al tener expectativas positivas hacia la jubilación se podía pensar que iniciarían sin o con pocas dificultades esta nueva etapa, pero en base al concepto que entre otras connotaciones la actividad laboral aporta, como beneficios ocultos, una estructuración del tiempo, relaciones interpersonales y relaciones sociales (Leturia y Uriarte, 1998), al evidenciarse entre las mujeres PnC que no desarrollaron una actividad laboral vinculada al ámbito del servicio doméstico o de la limpieza sentimientos de pérdida de algunos de los beneficios ocultos que aporta la etapa laboral, se puede afirmar que para ellas el momento del cambio fue también un punto crítico que conllevó respuestas emocionales negativas (indican alguna dificultad de adaptación), aunque en su caso una crisis amortiguada por las expectativas positivas generadas. No es el caso del resto de mujeres PnC que, en ausencia de expectativas, no tienen o no están teniendo dificultades de adaptación.

Existe una clara tendencia a considerar a las personas mayores como un grupo homogéneo y, desde esta perspectiva, la sociedad las fuerza a constituir un grupo

minoritario con unas características determinadas (Consejo Internacional de Enfermería, 2006). Estudios sobre la jubilación describen la reorientación como el período en el que la persona, dentro del proceso de ajuste a la nueva etapa, se esfuerza por desarrollar actividades que para ella sean aceptables, por asumir nuevos roles que le permitan alcanzar una estabilidad (Aymerich, Planes y Gras, 2010). Estos referentes teóricos nos permiten interpretar que las mujeres PC han necesitado este período de reajuste. Tras las pérdidas iniciales y los celos hacia las actividades que la sociedad y el entorno les aconsejaba realizar (se evidenció su reticencia a convertirse en jubiladas homogeneizadas), reaccionaron buscando actividades con significación. Alcanzado este punto, la transición evoluciona de forma positiva en términos de adaptabilidad.

Entre las mujeres PnC que valoraban positivamente disponer de tiempo libre, la jubilación ha supuesto una oportunidad para iniciar proyectos o realizar actividades deseadas. Si entre los indicadores que evidencian que una transición es saludable están las interacciones personales, las motivaciones individuales, los sentimientos de seguridad y bienestar, o la capacidad de decisión (Meleis, 2010), se puede afirmar que para la mayoría de estas mujeres, a pesar del desajuste inicial de algunas o la obligatoriedad de cuidar de los nietos de otras, la transición de la jubilación ha sido o está siendo saludable y se puede hablar de logro en la estabilización.

En relación a la anticipación de acontecimientos, anticipar, prever y planificar acciones facilita que el proceso de las transiciones sea saludable (Meleis, 2010). En concreto, anticiparse a la jubilación es un elemento clave en el proceso de adaptación a la misma (Lehr, 1995). En este sentido, las mujeres PnC que anticiparon actividades de futuro pensando en la etapa de jubiladas generaron anticipadamente respuesta adaptativa y estas han determinado que su proceso de jubilación tenga menos dificultades de adaptación y sea más saludable.

Conclusiones

Las mujeres PC rechazaban y negaban la jubilación, mientras que las PnC la esperaban y deseaban.

Las expectativas negativas de las mujeres PC se vieron reforzadas por el temor a que con la jubilación la comunidad las identificara como «personas mayores», un

aspecto que no se plantearon las mujeres PnC y que no proporcionó elementos negativos a sus expectativas positivas.

Las mujeres PC no eran conscientes de la jubilación y no se la habían preparado, mientras que las PnC tenían plena conciencia de ella y se habían implicado o comprometido en el proceso de su preparación. Estas diferencias en cuanto a conciencia y anticipación de la jubilación harán que las repercusiones y consecuencias de la manera de afrontarla sean muy distintas (mayores dificultades y mayor ansiedad entre las PC).

Para las mujeres PC el proceso inicial de la jubilación no fue fácil. La discontinuidad o ruptura que infirió la jubilación supuso una crisis para ellas. El punto crítico del momento del paso de trabajadoras a jubiladas les provocó respuestas emocionales no adaptativas que dificultaron la adaptación. Todo lo contrario sucedió con las PnC que trabajaron en el ámbito del servicio doméstico o en el de la limpieza: no presentaron dificultad de adaptación ni crisis.

A las mujeres PnC les fue fácil encontrar actividades más enriquecedoras que el trabajo que habían realizado. El período de reorientación, cuando lo hubo, fue muy corto. Para ellas la transición ha sido o está siendo saludable. Las mujeres PC, reticentes a realizar las actividades en la dirección de homogeneidad que la sociedad les plantea, tienen o han tenido dificultades para encontrar nuevos roles que les sean significativos.

Referencias

- ALLIGOOD, R.A. y MARRINER, A. (2011). *Modelos y teorías en enfermería*. Barcelona: Elsevier.
- AYMERICH, M., PLANES, M. y GRAS, M.E. (2010). La adaptación a la jubilación y sus fases. Afectación de los niveles de satisfacción y duración del proceso adaptativo. *Anales de psicología*, 26(1), 80-88.
- BARRIO-CANTALEJO, I. y SIMÓN-LORDA, P. (2006). Problemas éticos de la investigación cualitativa. *Medicina Clínica*, 126(11), 418-423.

- CONSEJO INTERNACIONAL DE ENFERMERÍA. (2006). *Declaración de posición: La atención de enfermería a las personas mayores*. Disponible en: <http://www.icn.ch/es/publications/position-statements/>
- CHULIAN, A. y GARRIDO, M. (2015). *Manual de preparación a la jubilación positiva*. Madrid: Fundación Desarrollo y Asistencia.
- DE LA CUESTA, C. (2006). Naturaleza de la investigación cualitativa y su contribución a la práctica de Enfermería. *Metas de Enfermería*, 9(5), 50-55.
- FORTEZA, J.A. (1990). La preparación para el retiro. *Anales de Psicología*, 6(2), 101-114.
- FREIXAS, A. (2008). Dones i envelliment: apunts per a una agenda. *Revista CIDOB d'Affers Internacionals*, 82(1), 36-39.
- FUNDACIÓ INSTITUT CATALÀ D'ENVELLIMENT. (2004). *Anuari d'envelliment de Catalunya*. Disponible en: www.envelliment.org/documents/docs/Anuari2004cat.pdf.
- GENERALITAT DE CATALUNYA DEPARTAMENT DE BENESTAR SOCIAL. (2002). *Llibre Blanc de la gent gran activa. El paper actiu de la gent gran en la nova societat: 50 propostes de millora i 14 recomanacions*. Barcelona: Generalitat de Catalunya.
- INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA. (2017). *Clasificación Nacional de Ocupaciones. CNO*. Disponible en: www.ine.es.
- JAHODA, M. (1987). *Empleo y desempleo: un análisis socio-psicológico*. Madrid: Morata.
- KORNBLIT, A.L. (2007). *Metodologías cualitativas en Ciencias Sociales: modelos y procedimientos*. Buenos Aires: Biblos.
- LETURIA y URIARTE, A. (1998). Intervención y prevención en los desajustes provocados por el cese de la actividad laboral en desempleados mayores. *Revista Española de Geriátrica y Gerontología*, 33(1), 32-40.

- LHER, U. (1995). *Psicología de la senectud: Proceso y aprendizaje del envejecimiento*. (3 ed.). Barcelona: Herder.
- MALLA, R. (2006). Pérdida y duelo. En Pinazo, P Martínez, M (Eds.), *Gerontología: Actualización, innovación y propuestas*). Madrid: Pearson Educación; 565-591.
- MELEIS, A.I. (2010). *Transitions Theory Middle Range and Situations Specific Theories in Nursing Research and Practice*. New York: Springer Publishing Company.
- MILLÁN, J.C. (2006). *Principios de geriatría y gerontología*. Madrid: McGraw-Hill Interamericana de España.
- PÉREZ, I. (2004). La relación de ayuda: intervención de enfermería en el proceso del duelo. *Enfermería21*, 8(1), Disponible en: <http://enfermeria21.com/educare/educare08/ensenando/ensenando3.htm>
- STOLLER, R.J. (1964). A Contribution to the Study of Gender Identity. J. *Psycho-Anal*, 45, 220-226.

Isabel PÉREZ-PÉREZ

Doctora en Ciencias de la Enfermería y profesora de la Facultad de Ciencias de la Salud Blanquerna. Universidad Ramon Llull. Barcelona. España
isabelpp@blanquerna.url.edu