
Este capítulo se publica bajo Licencia [Creative Commons BY-NC-SA 3.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/)

Tema 3. CAMBIOS PSICOLÓGICOS, SOCIALES Y FAMILIARES ASOCIADOS AL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO.

Cambios Psicológicos propios del Envejecimiento.

Cambios Sociales propios del Envejecimiento.

La jubilación

Variedades de Jubilación.

La jubilación Femenina.

Cambios en la Estructura Familiar.

Cambios psicológicos

Durante la vejez acontecen una serie de factores interrelacionados que tienen una importante incidencia en los cambios psicológicos durante el envejecimiento:

Modificaciones anatómicas y funcionales en el sistema nervioso y órganos de los sentidos.

Modificaciones en las funciones cognitivas.

Modificaciones en la afectividad: pérdidas, motivaciones, personalidad.

Los cambios psicológicos pueden estar sujetos a percepciones subjetivas tanto de la persona que los manifiesta como de la persona que puede evaluarlos. Hay personas que viven con seria preocupación el declive de algunas funciones y otras que no lo valoran adecuadamente. En general con el envejecimiento existe un declive y un enlentecimiento de las capacidades

cognitivas, aunque existe una enorme variabilidad y depende de numerosos factores (nivel educativo, dedicación laboral, actividad física, etc)

Si evaluamos las capacidades cognitivas por separado en el envejecimiento podemos encontrar:

1) Procesado de la información. Existe un enlentecimiento en general que puede ocasionar un enlentecimiento también en la emisión de respuestas. Hay una serie de factores que pueden afectar negativa al procesamiento de la información: estados de ánimo negativos, ansiedad, preocupación ante las pérdidas que se detectan lo que incrementa la ansiedad.

2) Inteligencia. Se mantiene estable durante la etapa de la vejez aunque suele aparecer un enlentecimiento y un aumento del tiempo de respuesta frente a un problema. Este enlentecimiento puede manifestarse como fatiga intelectual, pérdida de interés, dificultades en la concentración. No obstante los cambios significativos en la inteligencia se apreciarían a partir de los 70 años. Existen dos tipos de inteligencia: la fluida y la cristalizada.

Inteligencia cristalizada. Esta no se modifica con el paso de los años. Está relacionada con los conocimientos adquiridos previamente.

Inteligencia fluida. Se ocupa de procesar la nueva información y adquirir nuevos conocimientos. Puede verse disminuida sobre todo en tareas que impliquen concentración, rapidez, atención y pensamiento inductivo

3) Memoria. La memoria inmediata se mantiene relativamente bien preservada. La memoria a largo plazo se mantiene conservada. Es la memoria reciente la que empieza mostrar déficits, con dificultad de la persona para recordar hechos muy recientes. Estos pequeños olvidos cotidianos suelen ser el signo más característico de los cambios psíquicos en el mayor.

4) Lenguaje. La capacidad de lenguaje se mantiene. La forma (sintaxis) no se altera y el proceso comunicativo se mantiene razonablemente bien, aunque puede estar enlentecido.

5) Afectividad emocional. La vejez está marcada por las pérdidas (familiares, laborales, sociales, físicas, etc). La afectividad depende de la personalidad del propio individuo y de su capacidad para enfrentarse a los cambios y pérdidas.

Cambios sociológicos

Los cambios sociológicos afectan a toda el área social de la persona: su entorno cercano, su familia, su comunidad y la sociedad en general. Hay cambios en el rol individual como individuo y como integrante y de una familia, y hay cambios en el rol social (laborales y dentro de una comunidad).

1) Cambios en el rol individual. Dependerá de la capacidad y de la personalidad del individuo para afrontar los cambios de rol que le tocará vivir (como abuel@, al perder a su pareja, al tener que abandonar su hogar, etc). Por otro lado con el avance de los años surgen problemas de fragilidad, dependencia y enfermedad que condicionan a la familia y al mayor en el cambio de roles de cuidado.

2) Cambios en el rol social. La jubilación que veremos más adelante es un cambio importante por todas las repercusiones que tiene. Por otro lado las redes sociales y las relaciones pueden verse mermadas, aumenta la distancia intergeneracional. En este caso también aparecen los prejuicios y mitos relacionados con la vejez que cada sociedad pudiera tener.

La jubilación

Es la situación laboral por la cual una persona tiene derecho a una remuneración tras alcanzar una edad reglamentaria para dejar de trabajar. En Europa se estableció en 1984 la edad de 65 años, pero actualmente en cada país esta edad se ha retrasado, como en España que ha sido fijada a los 67 años.

Las principales consecuencias que tiene la jubilación son: pasar de un estado de actividad laboral a un estado de inactividad, pérdida de capacidad adquisitiva en muchos casos, pérdida de contactos sociales y aumento del tiempo libre.

Las repercusiones que puede tener sobre la salud serían las siguientes: estados de ansiedad, estados de depresión, labilidad emocional, trastornos del sueño, dificultad para relacionarse, etc. Numerosos estudios han demostrado que la pérdida de actividad de la jubilación sino es reemplazad puede dar lugar a un declive en las funciones cognitivas.

Se han puesto en marcha desde hace años iniciativas dirigidas a prevenir las consecuencias negativas de la jubilación y a plantear programas preventivos para desarrollar cuando llegue el momento de jubilarse. Todos ellos van dirigidos a mantener activa y estimulada a la persona, a saber gestionar el tiempo libre y a adaptarse a los cambios que inevitablemente acompañan a la jubilación.

Variedades en la jubilación

Existen distintos tipos de jubilación en función de factores económicos y laborales que dan lugar a una cada vez mayor variedad. Estas variedades son importantes porque tienen repercusiones sobre la persona diferentes.

Jubilación forzosa por edad. Hasta el 2012 la edad tope de jubilación estaba contemplada en los 65 años, excepto para determinadas profesiones de dedicación especial (como enfermeras y médicos) que previa autorización podían jubilarse a los 70 años (llamada Prórroga en el servicio activo). A partir del 2013 entra en vigor la llamada Ley de jubilación que establece la edad de jubilación en función de los años de cotización a la Seguridad Social y otros factores. Lo más destacado de esta ley es el retraso de la edad de jubilación hasta los 67 años.

Jubilación anticipada. Depende de las condiciones del puesto laboral que se desempeñe así como del historial laboral de cotizaciones de la persona. Permite jubilarse antes de la edad forzosa de jubilación.

Jubilación por incapacidad. Esta jubilación depende del reconocimiento por parte de la Inspección laboral de una incapacitación por enfermedad para desempeñar un trabajo.

Personas que se jubilan pero siguen trabajando. Son aquellas personas o bien autónomas que traspasan el negocio a los hijos y siguen colaborando o personas que han desempeñado otro trabajo del que se jubilan pero siguen trabajando, aunque sin reconocimiento legal.

Personas que no se jubilan pero cobran una pensión. Son personas que por cotización sí tienen derecho a percibir una pensión, pero siguen desempeñando su trabajo. Es el caso de los artistas, religiosos, escritores, etc.

Estas variedades tienen connotaciones diferentes tanto en lo económico, como en el manejo del tiempo como en el impacto social y psicológico sobre la persona.

Las principales consecuencias que va a tener la entrada en vigor de la nueva ley de pensiones serían:

Retraso edad jubilación

Aumento periodo de cómputo

Mayor exigencia para alcanzar el 100%

Retraso edad jubilación anticipada

En una encuesta realizada en 2011 por Mapfre a 2650 personas sobre la actitud de los españoles ante la nueva reforma de pensiones y jubilación, el 91% creía que la actual situación económica ponía en peligro el futuro de las pensiones. Un 87% creía que en el futuro serían necesarias nuevas reformas.

La jubilación femenina

La incorporación de la mujer al mundo laboral supuso una revolución social con importantes consecuencias en el desarrollo de la familia, las tasas de natalidad y las pautas de crianza, la independencia económica de la mujer, etc.

Cada vez es más creciente el número de mujeres que han desarrollado con plenitud su etapa laboral y se jubilan. En un estudio de 2011 del Imsero sobre la salud de las mujeres en España, destacaron que un 48,3% de las mujeres mayores percibían una pensión gracias al trabajo de su cónyuge. Siguiendo con este estudio se indica que la diferente trayectoria sociolaboral de las mujeres mayores respecto de los hombres repercute y persiste en las condiciones económicas tras la edad de jubilación. Observando los datos ofrecidos por la Seguridad Social en Octubre de 2010, el 74% de las personas beneficiarias de pensiones contributivas de la Seguridad Social eran mayores de 65 años situándose la edad media de las personas pensionistas, en 73 años, para las mujeres y 69 años, para los hombres.

Las diferencias en la percepción económica en las pensiones contributivas siguen dejando a la mujer en peor situación económica. Los importes de las pensiones contributivas percibidas por varones son, a partir de los 50 años, superiores a 1000 euros (por encima, incluso, de los 1300 euros, en el caso del tramo entre 64 y 70 años), mientras que las mujeres apenas superan la pensión media en este tramo de edad, quedando por debajo en el resto de tramos.

Un dato más esclarecedor del diferencial establecido en las carreras laborales de las mujeres mayores actuales, son las pensiones de jubilación no contributivas, que en Diciembre de 2010 alcanzaban un total de 34.841 (17,57%) hombres y 163.435 (82,43%) mujeres. El perfil del pensionista de PNC de jubilación, es predominantemente el de mujer española casada con una edad comprendida entre los 70 y 79 años, y conviviendo en una unidad familiar formada por dos y/o tres miembros. La cuantía de la pensión no contributiva de jubilación íntegra para el año 2011

es de 347,60 euros.

De igual manera, las pensiones de viudedad muestran la mayor longevidad de las mujeres y el desequilibrio existente entre los pensionistas de esta modalidad.

En base a la Encuesta de Condiciones de Vida de 2008, Rodríguez Cabrero y Ayala (LIBEA. IMSERSO, 2010. En prensa) calculan que “ la renta ajustada de las personas mayores es casi un 20% más baja que la del conjunto de la población española. Tal dato se refiere a las personas mayores en general, sin diferenciar si se trata o no de hogares sustentados por personas mayores. Cuando ese dato se cualifica teniendo en cuenta únicamente a las personas mayores que son sustentadoras de sus hogares la diferencia se amplía hasta casi un 25%. Se observa, además, el rasgo bien conocido de una situación más desfavorable para las mujeres mayores de 65 años (un 79% de la renta media frente al 83% de los varones según la ECV). Ese diferencial es especialmente acusado hasta sobrepasar los setenta años de edad, reduciéndose la brecha en las edades más avanzadas”

En la actualidad las mujeres con pensiones mínimas representan un 32,5%, con una tendencia a su minoración a medida que se incorporan nuevas generaciones a la edad de jubilación cuyos niveles de pensión de entrada son más elevados.

Cabe destacar que la mujer que se jubila lo hace en condiciones diferentes al hombre, al menos actualmente. La mujer se jubila de una actividad remunerada muchas veces realizada fuera del hogar. Pero sigue realizando las tareas domésticas y en muchos casos sigue siendo la cuidadora principal de su marido, de los nietos o de cualquier persona enerva de su entorno.

Cambios en la estructura familiar

Los cambios en la estructura vienen dados en parte por los cambios sociales que acontecen durante el proceso de envejecimiento.

Las pérdidas y cambios de rol suponen para la persona adaptarse a las nuevas situaciones. Los hijos se van del hogar, llegan los nietos que en muchos casos pasan a ser cuidados por los abuelos, puede morir uno de los cónyuges dando lugar a viudedad, etc.

Estos cambios pueden ser beneficioso en algunas ocasiones (el cuidado de los nietos) o negativos (pérdida de valor dentro de la familia, viudedad y soledad, etc).

En ocasiones lo más destacado en la persona mayor es su pérdida de poder o valor dentro de la

familia pasando a ser relegado por otros miembros como los hijos. Esto puede verse reflejado en dos situaciones: cuando el mayor es autónomo e independiente y los hijos pueden aconsejarle y cuando el mayor está enfermo y puede ver mermada su independencia o su autonomía, pasando a depender de otros miembros de su familia para su propio cuidado.

Para saber más:

Cambios psicológicos en la vejez:

<http://www.imsersomayores.csic.es/salud/psicologia/vejez/pyr.html>

A vueltas con la jubilación:

http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1134-928X2011000200004&script=sci_arttext&tlng=pt

Documentos Imserso sobre la población y el trabajo de los mayores en España:

Encuesta mayores 2010:

http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/presentacionencuestamayores_20.pdf

Envejecer en España:

<http://www.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/boletinopm50.pdf>

Mayores, actividad y trabajo:

<http://www.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/436mayoresacttrab.pdf>