

Escuela de Ciencias Sociales y Humanidades, UNED, Costa Rica
<https://revistas.uned.ac.cr/index.php/espiga>
ISSN: 1409-4002 • e-ISSN: 2215-454X

Percepción de la calidad de vida y la acogida a la jubilación desde el ámbito policial en la Dirección Regional Primera de San José

Perception of Quality of Life and Retirement from the Police Field in the First Regional Directorate of San José

Perception de la qualité de la vie et du départ à la retraite dans le domaine policier dans la Direction Régionale Première à San José

Marisol Rodríguez-Quesada *
<https://orcid.org/0000-0002-1034-8575>

Recibido: 13 de octubre de 2021 • Aceptado: 6 de abril de 2022

* Master en Gerontología, Universidad Internacional Iberoamericana de México. Licenciada en Trabajo Social, Universidad de Costa Rica. Docente de la Cátedra de Trabajo Social, Escuela de Ciencias Sociales y Humanidades de la Universidad Estatal a Distancia. Correo: mrodriguezq@uned.ac.cr



Resumen

Este artículo expone la percepción en torno al tema de la calidad de vida y jubilación de un grupo de policías mayores de 60 años de edad que laboraron para el Ministerio de Seguridad Pública en la zona de San José en el 2019. Se realizó la aplicación del cuestionario de calidad de vida WHOQOL-BREF, diseñado por la Organización Mundial de la Salud a finales del 2018 e inicios del 2019, con el fin de conocer la percepción de las personas sobre su calidad de vida en cuatro áreas: salud física, psicológica, relaciones sociales y ambiente/entorno social, mientras que en el aspecto de jubilación se aplicó una entrevista abierta donde se abarcó el concepto de jubilación y su percepción de aspectos positivos y difíciles de la jubilación. Como principales resultados se evidenció que, en relación con la percepción de la calidad de vida, el dominio con mayor afectación de satisfacción fue el de ambiente/entorno social, seguido por el de relaciones sociales; asimismo, el aspecto económico fue manifestado como una de las principales razones por las cuales las personas indicaron no acogerse a su derecho de jubilación, junto con el temor al distanciamiento de sus compañeros o compañeras de trabajo.

Palabras clave: Pensiones, personas adultas mayores, policías.

Abstract

This article exposes the perception around the issues of quality of life and retirement from a group of police officers, over 60 years of age, who worked for the Ministry of Public Security in the San José area in 2019. The WHOQOL-BREF quality of life questionnaire, designed by the World Health Organization at the end of 2018 and the beginning of 2019, was applied in order to know the perception of people about their quality of life in four areas: physical health, psychological, social relations and environment-social climate. While in the retirement aspect, an open interview was applied where the concept of retirement and the perception of positive and difficult aspects of retirement were discussed. As main results, it was evident that, in relation to the perception of quality of life, the domain with the greatest impact of satisfaction was that of environment/social climate, followed by that of social relations; likewise, the economic aspect was highlighted as one of the main reasons why people indicated that they did not opt to retire, along with the fear of distancing themselves from their co-workers.

Keywords: Pension plans, elderly people, police officers.

Résumé

Cet article expose la perception autour du sujet de la qualité de vie et la retraite dans un groupe de policiers âgés de plus de 60 ans en 2019, lesquels ont travaillé pour le Ministère de la Sécurité Publique à San José. Pour ce faire, le questionnaire de la qualité de vie WHOQOL-BREF a été appliqué; ce questionnaire a été développé par l'Organisation Mondiale de la Santé entre la fin de 2018 et le début de 2019 et il vise à connaître la perception des personnes sur leur qualité de vie dans quatre domaines: la santé physique, le bien-être psychique, les relations sociales et l'environnement. Concernant le départ à la retraite, on a fait une interview ouverte où on a traité le concept de retraite et la perception des aspects positifs et difficiles propres à cette étape. Parmi les principaux résultats, il a été évident qu'en rapport avec la perception de la qualité de la vie, le domaine avec le plus d'affectation dans la satisfaction, c'est celui de l'environnement. On a trouvé, en deuxième place d'affectation, les relations sociales. De même, l'aspect économique a été remarqué comme une des raisons pour laquelle les personnes ne prennent pas leur droit à la retraite, ainsi que la peur de l'éloignement de ses camarades de travail.

Mots-clés: retraite, personnes âgées, policiers.

Introducción

El presente trabajo se centra en conocer la relación entre la percepción de la calidad de vida y la acogida a la jubilación, de acuerdo con la opinión subjetiva que tienen las personas mayores de 60 años funcionarias del Ministerio de Seguridad Pública (MSP) de la Dirección Regional Primera de San José, Costa Rica, para determinar si su calidad de vida influye en la determinación de aceptar la etapa de jubilación.

De acuerdo con las entrevistas, las personas adultas mayores tienen posiciones ambivalentes sobre la jubilación: por un lado, algunas la visualizan como una recompensa por el trabajo realizado a lo largo de su vida, mientras que otras indican su inconformidad con el monto económico percibido de la pensión por vejez y lo relacionan con un aislamiento social, laboral y con un proceso de decadencia de salud física.

Estas posiciones están vinculadas con la manera en que históricamente se ha percibido de alguna forma la jubilación en Costa Rica, de ahí la importancia de vincular la singularidad sentida de las personas entrevistadas con el contexto social e histórico, relacionados con la percepción social de la vejez y la jubilación, pues cada pensamiento está estrechamente vinculado con lo que socialmente se ha proyectado sobre esta etapa a nivel cultural.

Socialmente, Vega y Bueno, mencionados por Pérez¹, señalan que existe la idea de que la vejez produce cambios exclusivamente negativos, supone la pérdida de capacidades y habilidades adquiridas durante la juventud y la edad adulta, situación que se ha tratado de ir cambiando socialmente en estos últimos años, por ejemplo, a nivel de participación social. Alberich², por su parte, indica que la vejez no debe implicar de manera necesaria una pérdida de participación social, ya que muchas personas mayores, al jubilarse, aumentan sus relaciones sociales, por lo que es necesario ir rompiendo con los estereotipos negativos de la vejez y comprenderla desde una postura teórica más optimista, como el envejecimiento activo, pues, según la Organización Mundial de la Salud (OMS)³, este busca apoyar a las políticas relacionadas con la salud física y cognitiva, así como la promoción afectiva y la participación social, con el fin de combatir los estereotipos sociales en torno de la vejez.

Al considerar los aspectos anteriores, la investigación adquiere una relevancia teórico/práctica debido a su innovación ante la ausencia de trabajos investigativos realizados con la población policial, tanto a nivel nacional como internacional, relacionados con el tema de la jubilación como con la percepción

¹ Ana Pérez, «La percepción social de la vejez» (trabajo social de graduación, Universidad de la Laguna, 2014).

² Tomás Alberich, Envejecimiento físico, psicológico y social, En, *Intervención social y sanitaria con mayores: manual de trabajo con la 3ª y 4ª edad*, coord. por Tomás Alberich, Ana Barranco y Eva Funes (Madrid: Dykinson, 2008), 17-47.

³ Organización Mundial de la Salud, *Active ageing: A policy framework* (Ginebra: OMS, 2002), <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/wp-content/uploads/2014/06/WHO-Active-Ageing-Framework.pdf>

de la calidad de vida, ya que de acuerdo con las investigaciones nacionales revisadas, no se encontró ningún trabajo de investigación enfocado al tema de la calidad de vida en torno a la población mayor del MSP, lo cual es un eje importante para que las personas puedan acogerse a su derecho de jubilación en el tiempo correspondiente y puedan también disfrutar tiempo de calidad con su familia en la época de su vejez.

A nivel metodológico, la investigación se enmarcó dentro de un estudio transaccional, ya que busca describir correlaciones entre variables o relaciones causales en uno o más grupos de personas en un momento determinado⁴; asimismo, este diseño facilita una «foto» de la realidad en un momento dado.

Específicamente, se desarrolló un estudio transaccional descriptivo que consiste en medir, de manera más bien independiente, los conceptos o variables a los que se refieren con una mayor precisión posible⁵.

El enfoque metodológico que se utilizó es mixto (conocido también como un estudio híbrido), que utiliza elementos del enfoque cualitativo y cuantitativo, ya que se consideraron tanto datos estadísticos como de la perspectiva de las personas; sin embargo, el abordaje principal se realizó mediante un análisis cualitativo de la información, al considerar que la realidad es cambiante y dinámica.

Se trabajó con elementos de ambos enfoques porque pueden ser complementarios de acuerdo con el tema abordado en este estudio, con la finalidad de utilizar las fortalezas de ambos tipos de metodología.

En cuanto a las categorías de abordaje, se le da un énfasis principal para su análisis a los siguientes ámbitos:

- Percepción de las personas entrevistadas sobre la etapa de jubilación: como subcategoría se consideró la concepción de la jubilación, los aspectos positivos y las limitantes o aspectos negativos de la jubilación.
- Percepción de las personas entrevistadas sobre la calidad de vida: con las subcategorías de salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente.

Para la selección de la muestra, en primera instancia se solicitó el permiso de investigación respectiva al Despacho del MSP, el cual iba acompañado del consentimiento informado respectivo que se le entregó al personal entrevistado, con el fin de informar sobre el tipo de investigación y sus objetivos, donde se respetó el anonimato de cada una de las personas participantes.

⁴ Roberto Hernández Sampieri, Carlos Fernández Collado y Pilar Baptista Lucio, *Metodología de la investigación* (Ciudad de México: McGraw-Hill, 2010), 71.

⁵ *Ibíd.*

La muestra de estudio final seleccionada corresponde a la Dirección Regional Primera de San José, ya que a nivel nacional es donde se concentra la mayor cantidad de población laboral mayor de 60 años a nivel policial entre el 2018 e inicios del 2019.

Se seleccionó un total de 80 personas como muestra para este estudio final, cantidad correspondiente al 80 % de la población mayor de 60 años que laboraba para la Dirección Regional Primera a diciembre del 2018.

Desarrollo

Metodología

El trabajo de campo se desarrolló presencialmente en todas delegaciones policiales de la Dirección Regional Primera de San José, donde se encontraba el personal policial mayor de 60 años de edad y se entrevistó a un total de 80 personas de la población policial mayor de 60 años, pues para diciembre del 2018, esta Dirección contaba con un total de 100 personas mayores de 60 años, de los cuales 84 son hombres y 16 son mujeres, según los datos facilitados por el Departamento de Recursos Humanos del MSP.

La muestra de 80 personas responde a un margen de error del 5 % con un nivel de confianza del 95 % sobre el total de la población mayor de 60 años de la Dirección Regional de San José, lo cual aporta una investigación con un nivel de confianza alto.

Las entrevistas se aplicaron exclusivamente a personas que laboraban en la Dirección Regional Primera, con una edad igual o mayor de 60 años, de los cuales se obtuvo que el mayor segmento de población entrevistada se encuentra entre los 60 y los 62 años de edad, con un total de 57 personas; la distribución general de entrevistas realizadas por rangos de edades y sexo se muestra en la tabla 1.

Tabla 1
Distribución de encuestas aplicadas por rango de edad y sexo

Edades de las personas entrevistadas	N (%) General	Cantidad de hombres %	Cantidad de Mujeres %
60 años	22 (27,7%)	15 (68%)	7 (32%)
61 años	22 (27,7%)	19 (86,3%)	3 (13,7%)
62 años	13 (16,25%)	10 (76,9%)	3 (23,1%)
63 años	5 (6,25%)	4 (80%)	1 (20%)
64 años	5 (6,25%)	4 (80%)	7 (20%)

La tabla continúa en la página siguiente.

Edades de las personas entrevistadas	N (%) General	Cantidad de hombres %	Cantidad de Mujeres %
65 años	2 (2,5%)	1 (50%)	1 (50%)
66 años	1 (1,25%)	1 (100%)	0
67 años	1 (1,25%)	1 (100%)	0
74 años	1(1,25%)	1 (100%)	0
78 años	1 (1,25%)	1 (100%)	0
79 años	1 (1,25%)	1 (100%)	0

Fuente: Elaboración propia, 2021, con base en los resultados de las entrevistas aplicadas 2018-2019.

De la tabla 1, se destaca que ninguna de las mujeres entrevistadas presenta edades superiores a los 65 años (edad de pensión en Costa Rica), lo cual evidencia que esta población se acogió al derecho a la jubilación en el tiempo correspondiente, aceptando más saludablemente su nueva etapa en la vejez, pues asumieron su retiro en el momento indicado; asimismo, las mujeres entrevistadas indicaron tener planes para su vida posterior a la jubilación, dentro de los cuales mencionaron: incorporarse a grupos de personas adultas mayores, retomar actividades de ocio que no podían desarrollar y pasar mayor tiempo con sus familias, lo cual evidencia un análisis previo de sus vidas y su entorno social y familiar para planificar la jubilación; por otra parte, en el caso de los hombres, se evidencia que un total de cinco hombres (6.25 %) continúa trabajando a pesar de tener 65 años o más, aunque en el momento de la entrevista contaban con el derecho de pensión adquirido, sin embargo, no se habían acogido a ella.

Dentro de las razones por las cuales no se habían acogido a la jubilación estaban: desconocimiento de su fecha y monto de pensión (lo cual se les orientó y facilitó al finalizar este trabajo), pago de deudas adquiridas en la adultez y algunos indicaron sentirse solos en su tiempo libre, por lo que preferían continuar laborando, pues no tenían familia o amigos cercanos con los cuales compartir, asimismo, tenían más de setenta años de edad y presentaban algunas situaciones de salud comunes de la vejez, como por ejemplo, caminata lenta, fatiga e hipertensión arterial, por lo cual se encontraban realizando labores en puestos fijos y, al momento de la entrevista, no tenían planificado su proceso de jubilación. Esto se relaciona con lo indicado por Arbonés y Roset⁶, pues destacan que para la vivencia de la etapa de la vejez se debe considerar la influencia de los espacios donde se desarrollan las personas (espacios físicos, sociales y culturales), ya que estos pueden tener efectos a largo plazo en la forma de envejecer, relacionado inclusive con hábitos, estilos de vida y también

⁶ Gloria Arbonés y Roset Assumpció, *Nutrición y Envejecimiento* (España: FUNIBER, 2017).

con las pérdidas familiares y personales que no solamente se generan por fallecimientos, sino por problemas o separaciones a nivel emocional.

Los aspectos anteriores se desarrollan con mayor amplitud en los hallazgos de la investigación, pero es importante mencionarlos en este espacio para conocer algunas particularidades de la población estudiada.

A nivel metodológico, la investigación se enmarcó en un estudio transaccional descriptivo, desarrollado por medio de un enfoque mixto o híbrido para considerar aspectos cualitativos y cuantitativos; sin embargo, se le da principal énfasis al aspecto cualitativo o interpretativo.

La aplicación de entrevistas, como del cuestionario WHOQOL-BREF⁷, se realizó bajo los criterios éticos profesionales correspondientes y bajo la utilización de un consentimiento informado y confidencialidad de la identidad.

Los datos obtenidos del cuestionario WHOQOL-BREF fueron procesados mediante el Software Scan Tools Prisma, el cual, mediante la lectura de marcas ópticas, permite traspasar los resultados a una matriz de Excel para su análisis; en este aspecto, cada pregunta del WHOQOL-BREF se encontraba numerada en un orden del 1 al 26, números que se utilizaron para procesar los resultados correspondientes.

Para la sumatoria final de la calidad de vida por dominio, es necesario clarificar que las opciones del cuestionario se limitaban a cinco respuestas y que cada una de ellas poseía el puntaje que se muestra en la tabla 2, el cual es indispensable conocerlo para la comprensión de los resultados y su puntaje.

Tabla 2
Puntaje equivalente a las respuestas brindadas por las personas entrevistadas con el cuestionario WHOQOL-BREF

Nada / Nunca / Muy insatisfecho	1 punto
Poco / Un poco / Raramente	2 puntos
Normal / Aceptable / Moderado	3 puntos
Bastante / Bastante satisfecho	4 puntos
Extremadamente / Totalmente / Muy satisfecho	5 puntos

Fuente: elaboración propia (2019), con base en lo indicado en el Manual de Introducción, Administración y Puntuación del WHOQOL-BREF (1996).

⁷ Strauss Organización Mundial de la Salud, WHOQOL-BFRE. *Introduction, Administration, Scoring and generic version, of the Assessment, Field Trial Version* (1996), 4-5. WHOQOL-BREF sus siglas en inglés significan: World Health Organization Quality-of-Life, es un instrumento diseñado por la Organización Mundial de la Salud para medir la calidad de vida que se encarga de evaluar las dimensiones relevantes de calidad de vida en diferentes culturas, incluyendo salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente. World Health Organization. Division of Mental Health.

De acuerdo con los puntajes indicados en la tabla 2, el puntaje máximo de cada pregunta equivale a cinco puntos y el mínimo a un punto, de acuerdo con la respuesta seleccionada por cada persona; cada dominio se distribuye de la siguiente manera de acuerdo con el Manual de Introducción, Administración y Puntuación del WHOQOL-BREF:

- Dominio 1. Se encuentra conformado por las preguntas p3, p4, p10, p15, p16, p17, p18, por lo que el puntaje máximo que puede obtener una persona en dicho dominio es de 35 puntos, lo cual equivaldría a un 100 de puntuación de la percepción de su calidad de vida en este dominio, mientras que el mínimo sería un total de 7 puntos, lo cual equivale a un 0 o baja percepción de su calidad de vida.
- Dominio 2. Se encuentra conformado por las preguntas p5, p6, p7, p11, p19 y p26, por lo que, de acuerdo con los puntajes otorgados, el máximo sería de 30 puntos y el mínimo de 6, donde 30 equivale a un porcentaje de satisfacción de 100 y 6 equivale a un 0.
- Dominio 3. Conformado por las preguntas p20, p21 y p22, donde su puntaje máximo sería un 15 y el mínimo un 3, por lo que el 15 equivale a un 100 % de satisfacción, mientras que el 3 equivale a un 0 de satisfacción.
- Dominio 4. Conformado por las preguntas p8, p9, p12, p13, p14, p23, p24 y p25, por lo que, de acuerdo con los puntajes, el máximo sería de 40 puntos y el mínimo de 8, donde 40 equivale a un 100 % de satisfacción y 8 a un 0 de satisfacción.

En cuanto a los datos cualitativos obtenidos de la entrevista, estos se procesaron de manera manual, mediante la agrupación de las respuestas brindadas por las personas participantes, de acuerdo con su percepción individual, y se apilaron por similitud de significados para su análisis. Las preguntas realizadas en torno a la percepción de la jubilación, son las siguientes: ¿Cuál es su pensamiento o sentimiento ante la jubilación? ¿Qué aspectos complejos o difíciles considera que se pueden dar en la jubilación? ¿Qué aspectos positivos tiene la jubilación?

Para lograr un análisis integral de los resultados, se consideró desde el aspecto teórico, el contexto social e histórico relacionados con la vejez y la jubilación y cómo esta última ha sido percibida en Costa Rica; asimismo, es importante conocer algunas de las características particulares a nivel socio laboral y familiar que destacan a la población policial de la Dirección Regional Primera en San José, las cuales se describen seguidamente.

Características de la población de estudio

Para diciembre de 2018, la Dirección Regional Primera de San José contaba con un total de cien personas mayores de 60 años de edad distribuidas en veinticinco delegaciones policiales. La mayor cantidad de personas adultas mayores laboraban en la delegación de Escazú, con un total de nueve personas adultas mayores, seguida de las zonas de Desamparados y Mata Redonda, con un total de ocho y, en tercer lugar, la de Puriscal con siete personas funcionarias mayores de sesenta años. Estas personas, en su mayoría, laboraban en horarios

diurnos al momento de la entrevista y se les trataba de asignar funciones atinentes a su cargo que no implicarán un esfuerzo físico mayor para su salud; asimismo, en las otras delegaciones de la Región, la distribución de la población adulta mayor oscilaba de dos a cuatro personas adultas mayores por delegación, lo cual implicaba menos cambios o adecuaciones en horarios y funciones en los puestos policiales de estas dependencias.

Estas personas mayores de 60 años, según las entrevistas realizadas y el conocimiento previo a partir de la labor ejecutada en Trabajo Social desde el 2016, presentan las características particulares en relación con el aspecto socio-laboral, lo cual se describe a continuación.

A nivel laboral, en el momento del estudio, el MSP, específicamente en el área policial, contaba con jornadas de trabajo mixtas y rotativas, uno de sus horarios correspondía a laborar en roles de 12 horas tanto diurnas como nocturnas en su mayoría y, dependiendo de su zona de residencia, son roles de seis días continuos laborados (tres días diurno y tres días nocturno) y, posteriormente, seis días de descanso; dicho horario aplicaba para aquellas personas que habitan a más de tres horas de su lugar de trabajo. Las personas que se ubican cerca de sus residencias (a menos de tres horas) se aplica un rol de trabajo de tres días laborados por tres días libres (igualmente doce horas de servicio), donde se alterna dicho rol entre diurno y nocturno en la mayoría de casos, a menos de que exista alguna recomendación particular emitida por el Departamento de Salud Ocupacional. Por último, en algunos casos, dependiendo del puesto ocupado a nivel policial, se labora en un horario de cinco días laborales diurnos de diez horas y dos días libres.

En relación con el trabajo a nivel nocturno, algunas personas entrevistadas mencionaron que tienen solamente un rol diurno de diez horas de trabajo, por sus situaciones de salud, las cuales fueron recomendadas por el Departamento de Salud Ocupacional; dichas recomendaciones también eran valoradas por una Comisión de Análisis de Roles de la Dirección General de la Fuerza Pública, quien asignaba el rol de acuerdo con las recomendaciones técnicas y de salud emitidas.

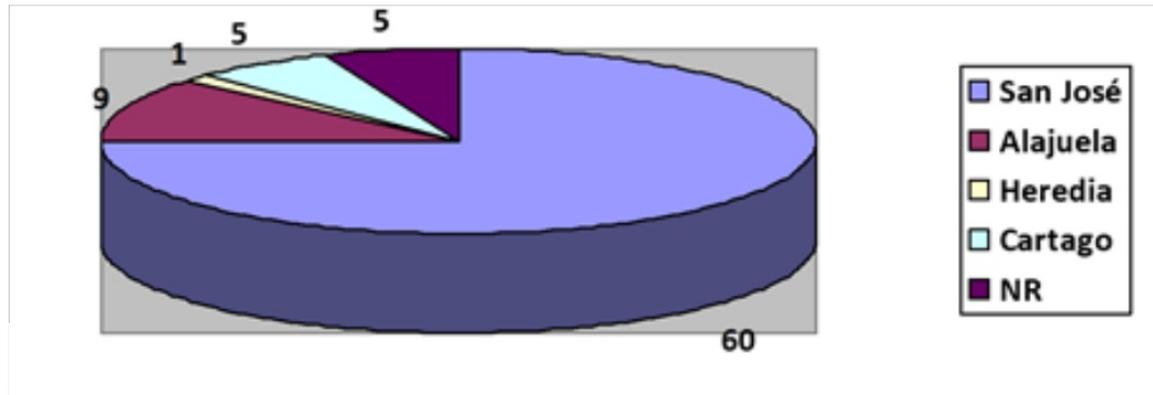
Con base en lo anterior, una de las principales particularidades que tienen las personas mayores de 60 años que laboran dentro del MSP en el área policial como agentes, son dichos roles de trabajo, los cuales superan las ocho horas laborales diurnas por las funciones policiales que deben ejercer, esto demanda mayor esfuerzo físico y capacidad de concentración para estas personas.

En el caso de las personas que laboran con horarios denominados de seis por seis (seis días laborales y seis días libres), la mayoría permanece lejos de sus familias por seis días, lo cual, en ocasiones, puede llegar a debilitar las relaciones de comunicación asertiva y cercanía a nivel familiar. No se omite manifestar que, durante sus seis días laborales, el MSP les ofrece alimentación y un lugar donde dormir dentro de la delegación policial, por lo que no deben incurrir en dichos gastos.

A nivel de ubicación geográfica por zona de residencia, las 80 personas entrevistadas habitan en las provincias de San José, Cartago, Alajuela y Heredia (todas dentro del Gran Área Metropolitana), distribuidas como se muestra en la figura 1.

Figura 1

Distribución de la población entrevistada según zona de residencia, 2019



Fuente: Elaboración propia, 2021, con base en los resultados de las entrevistas aplicadas 2018-2019.

Se visualiza que más de la mitad de la población entrevistada habita cerca de su domicilio al momento de la entrevista y solo once personas se deben trasladar a las provincias de Alajuela, Heredia y Cartago, quienes, según se conoció, utilizan el transporte público para su movilización y en ocasiones pernoctan en el centro de trabajo durante sus días laborales, esto para minimizar los gastos en transporte según indicaron.

El 75 % de la población mayor de 60 años que habita cerca de su vivienda en la zona de San José puede trasladarse diariamente a su lugar de residencia, lo cual les permite tener un vínculo más cercano con su familia (en caso de que la tengan, pues algunos, como se destacará seguidamente, no presentan una pareja estable o habitan sin compañía). Estas personas indican que no siempre estuvieron trabajando cerca de sus domicilios, pues durante diversos periodos de su vida laboral dentro del Ministerio, estuvieron fuera de San José por varios años, cuando trabajaban en otras delegaciones a nivel nacional, donde debían de permanecer en periodos de una semana o más lejos de sus familias, por lo que se fueron debilitando algunas de las relaciones familiares, especialmente de pareja.

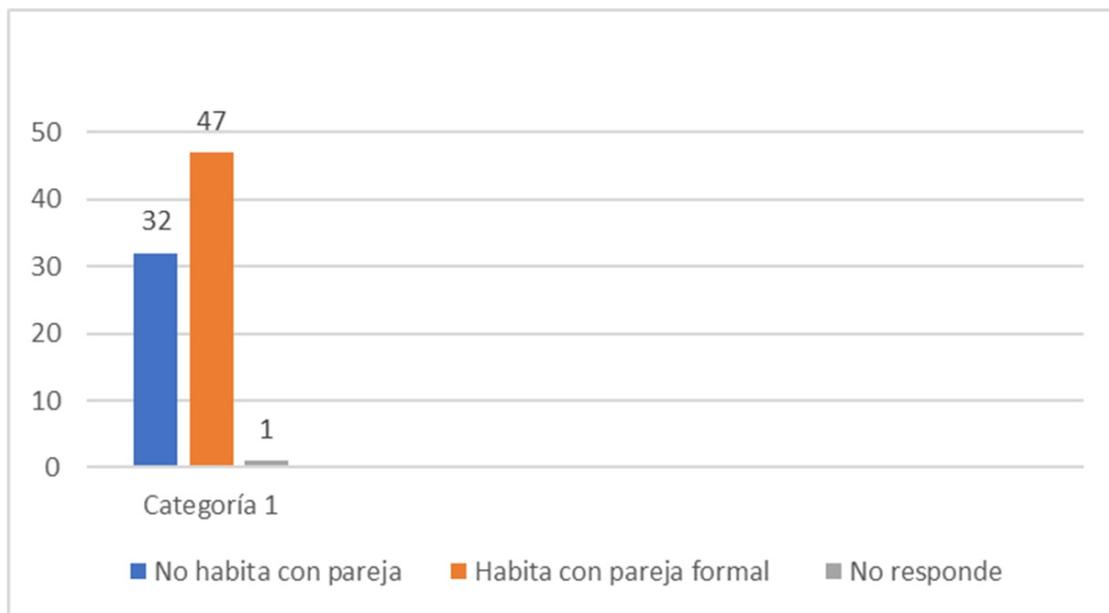
Este aspecto de relaciones familiares asertivas y de pareja es un eje fundamental en la vejez, según lo indicado por la OMS⁸, pues se destaca que un envejecimiento saludable no depende solamente del tema de salud física, sino

⁸ Organización Mundial de la Salud (OMS), *Informe Mundial sobre el envejecimiento y la salud*, Estados Unidos de América, 2015, https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186471/WHO_FWC_ALC_15.01_spa.pdf;jsessionid=918E07D1565004545CD0D6D9999825C5?sequence=1íd.

de diversos aspectos que confluyan en la vida de las personas, tales como, por ejemplo, la genética y también las relaciones interpersonales sanas y factores del entorno social y familiar, pues estos aspectos puedan potenciar la autonomía de la persona mayor y, por ende, un envejecimiento saludable a nivel emocional, lo cual forma parte de los aspectos de la calidad de vida que contempla dicho estudio.

De acuerdo con lo anterior, es importante conocer el vínculo familiar que presentan estas personas al momento de la entrevista donde se evidenció que la mayoría convive en una relación de pareja bajo el mismo techo (58,7 %); sin embargo, también se muestra un porcentaje elevado de personas que al momento de la entrevista no contaba con una relación de pareja estable (40 %), lo cual se evidencia en la figura 2.

Figura 2
Condición de convivencia de relación de pareja de la población entrevistada



Fuente: elaboración propia (2021), con base en los resultados de las entrevistas aplicadas 2018-2019 en la DR1.

De las 32 personas que no conviven con una pareja estable, cabe destacar que doce de ellas se encuentran divorciadas, cuatro personas son viudas y las otras 16 se encuentran separadas o no conformaron una familia en el momento de la entrevista según lo indicado.

Este aspecto puede influir en alguna medida con la percepción de su calidad de vida, especialmente en el eje relacionado con relaciones interpersonales, ya que, como se indicó anteriormente, es un aspecto fundamental para el desarrollo pleno del envejecimiento saludable y su concepción, pues tal como lo indica

Celdran⁹, el envejecimiento es contextual, por lo que para su comprensión es necesario analizar el entorno familiar, redes de apoyo y condición laboral, entre otras variables contextuales.

Estas redes de apoyo a nivel familiar y contextual son conocidas por Galleguillos¹⁰ como apoyos de tipo informal, dentro de los cuales destacan todas aquellas redes personales y comunitarias que no se estructuran como programas de apoyo formales, pues se establecen por medio de las relaciones sociales que conforman las personas en sus interacciones, ya sea con miembros propios de su familia o a nivel comunal y vecinal; por lo cual aquellas personas que posean una participación social más activa con personas cercanas y con la comunidad, tendrán más recursos para una mejor calidad de vida debido al apoyo que puede recibir por parte de sus redes.

Es en este aspecto, por la lejanía con sus lugares de residencia, algunas de las personas entrevistadas no generaron vínculos informales a nivel comunal durante su vida y, por ende, en ocasiones no tienen redes de apoyo externas a su lugar de trabajo, lo cual también puede influir no solo en la calidad de vida y en su envejecimiento, sino en la aceptación o no de la jubilación, pues perciben la jubilación únicamente como un alejamiento con su grupo de pares, lo cual se ahondará posteriormente en los hallazgos.

Contexto social e histórico en Costa Rica relacionados con la vejez y jubilación

Desde el ámbito laboral, se percibe la vejez como la etapa de la vida que va de los 65 años en adelante y se relaciona con el momento en que la persona generalmente finaliza sus labores de trabajo para la sociedad, deja de ser población económicamente activa a la fuerza de trabajo, sin embargo, de acuerdo con Pérez, esta edad marca la finalización de las labores por medio de la jubilación, puede variar debido a los cambios en el sistema económico, la precariedad en el empleo, una mayor esperanza de vida, el envejecimiento demográfico y el posible aumento del gasto social en pensiones¹¹.

Socialmente, Vega y Bueno, citados por Pérez¹², señalan que existe la idea de que la vejez produce cambios exclusivamente negativos, supone la pérdida de capacidades y habilidades adquiridas durante la juventud y la edad adulta, situación que se ha tratado de ir cambiando socialmente en estos últimos años, por ejemplo a nivel de participación social, Alberich¹³ indica que la vejez no debe

⁹ Montse Celdrán Castro, *Introducción a la gerontología* (España: FUNIBER, 2017).

¹⁰ Daniela Galleguillos Céspedes, «Inclusión y Calidad de Vida en la Vejez: Experiencias de personas mayores participantes en clubes de adultos mayores en la comuna de Talagante» (memoria para optar al título de Antropóloga Social, Universidad de Chile, Santiago de Chile, 2015).

¹¹ Pérez, «La percepción social de la vejez» (trabajo social de graduación, Universidad de la Laguna, 2014).

¹² *Ibíd.*

¹³ Alberich, «Envejecimiento físico, psicológico, social», En *Intervención social y sanitaria con mayores: manual de trabajo con la 3ª y 4ª edad*, coord. por Tomás Alberich, Ana Barranco y Eva Funes (Madrid: Dykinson, 2008), 17-47.

implicar necesariamente una pérdida de participación social, ya que muchas personas mayores, al jubilarse, aumentan sus relaciones sociales.

Otro aspecto fundamental que influye en la percepción de la vejez se encuentra relacionado con la cultura de cada región, zona geográfica y momento histórico determinado, ya que se encuentra permeado por las concepciones y creencias propias de cada sociedad y familia, así como por los estereotipos sociales reproducidos a lo largo de los años en torno a la vejez.

En relación con las concepciones culturales y sociales de acuerdo con la OMS, desde el discurso público se mencionan dos puntos de vista diferentes acerca del envejecimiento.

1) Uno de los puntos de vista se enfoca en el modelo centrado en las carencias que visualiza la vejez como un periodo de pérdida y deterioro, en donde los individuos alrededor de la persona adulta se centran en el cuidado y se preocupan más de aspectos centrados en la dependencia. La OMS indica lo siguiente:

a menudo se ve a las personas mayores de manera estereotipada como una carga o como personas débiles, alejadas de la realidad. La discriminación por motivos de edad que encierran estas actitudes limita la forma en que se conceptualizan los problemas, las preguntas que se hacen y la capacidad para aprovechar oportunidades innovadoras.¹⁴

En segunda instancia se encuentran aquellos modelos que se centran en la importancia de la participación social y la contribución y aportes que pueden ofrecer las personas mayores a la sociedad. Desde este enfoque se tratan de superar, o romper, los estereotipos negativos y, a su vez, fomentar la práctica del envejecimiento activo, con la desmitificación de que la etapa de la vejez es un periodo de pérdidas, enfermedad, deterioro y abandono social.

Desde este enfoque de participación social y contribución, se busca que, tanto a nivel individual, familiar y social, se rompa con aquellos estereotipos y suposiciones generalizadas sobre las personas mayores, donde generalmente se visualiza a la persona mayor como una carga, dependientes y débiles.

Es importante destacar que el desarrollo de esta investigación se realizó desde esta segunda postura, donde se comparte la concepción de la OMS sobre envejecimiento activo, la cual lo define como «el proceso de optimizar las oportunidades de salud, participación y seguridad para promover la calidad de vida a medida que se envejece»¹⁵. En cuanto al concepto de calidad de vida, la OMS lo define como:

la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus

¹⁴ Organización Mundial de la Salud, *Informe Mundial sobre el envejecimiento y la salud*, Estados Unidos de América, 2015, 9.

¹⁵ Organización Mundial de la Salud, *Active ageing* (Ginebra: OMS, 2002),12, <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/wp-content/uploads/2014/06/WHO-Active-Ageing-Framework.pdf>

objetivos, sus expectativas, sus normas, sus inquietudes. Se trata de un concepto que está influido por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con el entorno.¹⁶

De acuerdo con dicha definición, para conocer la percepción que tiene la persona sobre su calidad de vida, existen cinco ámbitos principales que se deben analizar como objeto de estudio: la salud física, salud psicológica, nivel de dependencia, relaciones sociales y ambiente o entorno social. Cada uno de estos ámbitos debe considerar aspectos específicos, los cuales se describen seguidamente de acuerdo con el criterio de la OMS¹⁷.

- **Ámbito de salud física.** Se indica que este incluye los siguientes aspectos por considerar: dolor y malestar, energía, fatiga, sueño y descanso.
- **Ámbito de salud psicológica.** Sensaciones positivas, pensamiento, aprendizaje, memoria, concentración, autoestima, concepto de la persona su cuerpo y aspecto y sentimientos negativos.
- **Ámbito grado de independencia.** Este incluye aspectos como movilidad, actividades de la vida diaria, dependencia de medicación o tratamiento y capacidad de trabajo (estos aspectos son incorporados en el WHOQOL-BREF, en el ámbito de salud física y de ambiente).
- **Ámbito relaciones sociales.** Este incluye relaciones personales, apoyo social y actividad sexual.
- **Ámbito ambiente o entorno.** Seguridad física, medio doméstico, recursos financieros, salud y atención social (calidad y disponibilidad), oportunidades de información y nuevas aptitudes, participación en actividades recreativas y de ocio, así como lo relacionado con aspectos del entorno como contaminación, ruido, tráfico y clima y transporte.

Al considerar que la calidad de vida se determina de acuerdo con la percepción de cada persona en cada una de las áreas indicadas, una alta percepción de la calidad de vida incide directamente en el desempeño laboral de las personas, ya que, como lo mencionan Guerrero et al.,

al referirnos a calidad de vida estamos buscando el bienestar del sujeto desde el punto de vista biológico, psicológico y social, y por ende la finalidad es proporcionarle un equilibrio en todas las áreas que intervienen en su cotidianidad; por lo que se puede indicar que el concepto de calidad de vida es un constructo social.¹⁸

¹⁶ Beatriz Botero de Mejía y María Eugenia Pico Merchán, «Calidad de vida relacionada con la salud en adultos mayores de 60 años. Una aproximación teórica», *Hacia la promoción de la Salud* 12 (2007), 1, <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v12n1/v12n1a01.pdf>

¹⁷ Taylor, Organización Mundial de la Salud, *WHOQOL-BFRE. Introduction, Administration, Scoring and generic version, of the Assessment, Field Trial Version* (1996).

¹⁸ Robert Julio Guerrero Pupo, Rubén Cañedo Andalia, Enrique Salman Lengarín y Yamila Cruz Crus, «Calidad de vida y trabajo: algunas consideraciones útiles para el profesional de la información», *Acimed: Revista Cubana de los Profesionales de la Información y la Comunicación en Salud* 14, n.º 2 (2006): 1-23, https://www.researchgate.net/publication/28806344_Calidad_de_vida_y_trabajo_algunas_consideraciones utiles_para_el_profesional_de_la_informacion.

Ahora bien, para el análisis de la calidad de vida relacionada con las personas adultas mayores, se debe considerar que su estudio no solamente permea un análisis multidimensional, sino que también se debe tener en cuenta la experiencia vital de las personas, considerando su interpretación personal y la percepción de ellas mismas y de la sociedad¹⁹, por lo cual su análisis y estudio se debe realizar considerando tanto factores cuantitativos como cualitativos.

Existen algunas variables universalmente aceptadas para medir la calidad de vida en personas mayores, como lo son capacidad funcional, salud y condiciones socioeconómicas y enfatiza en el cuidado de no centrar el análisis de la calidad de vida de la persona mayor solamente en el aspecto de salud, ya que generalmente menciona que es en esa dimensión donde la mayoría de los estudios son predominantes y dejan de lado la manera en que los factores externos a la salud pueden afectar a la calidad de vida de los mayores²⁰, por lo que es trascendental considerar que:

el envejecimiento implica una serie de limitaciones que no siempre son consecuencia de la enfermedad, el concepto de calidad de vida en el campo de la salud de las personas mayores, solo es útil si, además de los aspectos relacionados con la salud física y los factores ya mencionados, se valoran también otros factores del entorno tales como ingresos económicos, falta de autonomía o apoyo social, pues todos ellos están intrínsecamente relacionados con la salud y la dependencia.²¹

Es por lo anterior que, en el momento de analizar la calidad de vida de las personas mayores, es necesario considerar tanto las variables cuantitativas como cualitativas, por lo que se abarcarán indicadores biológicos, sociales, ecológicos y psicológicos, así como la percepción de las personas mayores en estos mismos ámbitos, considerando que en esta percepción también va a permear el aspecto sociocultural de las personas.

Considerando los aspectos antes mencionados sobre los elementos fundamentales de la calidad de vida según la OMS y la percepción sobre la jubilación que tienen las personas entrevistadas, seguidamente se muestran los resultados de la investigación.

Hallazgos

En relación con la percepción de la jubilación

Las preguntas realizadas se enfocaron en percepción de la jubilación a nivel general, aspectos positivos y complejos de la jubilación. Todas las preguntas eran abiertas, sin embargo, de acuerdo con el análisis descriptivo del discurso de las personas participantes, se logró identificar algunos ejes temáticos relacionados

¹⁹ Julio Fernández Garrido, Determinantes de la calidad de vida percibida por los ancianos de una residencia de tercera edad en dos contextos socio-culturales diferentes España y Cuba (tesis doctoral, Universidad de Valencia, España, 2009), 309.

²⁰ *Ibíd.*, 131.

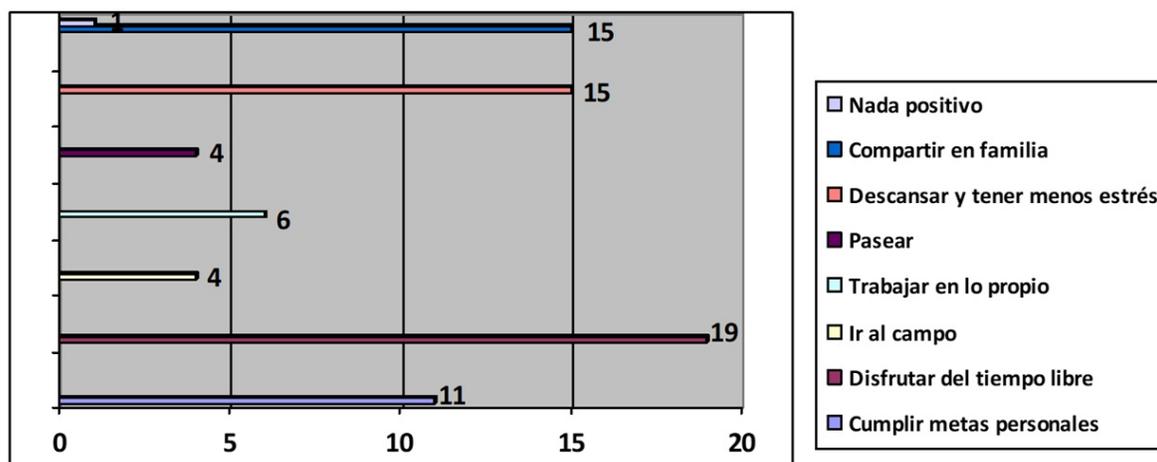
²¹ *Ibíd.*, 133.

con los significados que le atribuyeron a cada una de las preguntas, lo cual permitió sistematizar los resultados y agruparlos en las categorías de respuesta identificadas.

En cuanto a los resultados relacionados con los aspectos positivos que perciben las personas entrevistadas, se debe considerar que, en la mayoría de las situaciones, las personas contestaron de dos a tres aspectos positivos en esta pregunta, donde se obtuvieron como categorías principales los que se muestran en la figura 3.

Figura 3

Aspectos positivos de la jubilación percibidos por las personas mayores de 60 años entrevistadas



Fuente: elaboración propia (2021), con base en los resultados de las entrevistas aplicadas 2018-2019.

El aspecto con mayor auge es el relacionado con el disfrute del uso del tiempo libre, donde un 46 % indicó que en la jubilación pueden hacer uso de su tiempo en actividades deseadas, debido a que, según mencionan, actualmente su tiempo libre lo utilizan para dormir o descansar de sus labores.

Dentro de las actividades que pueden realizar, como aspectos de interés indicaron el retomar sus actividades de distracción personal como la jardinería, costura e inclusive mencionaron la idea de tener un trabajo propio relacionado con la agricultura o el comercio, pero de disfrute personal, sin responder a un horario de trabajo ni a un patrono externo, sino ajustado a sus necesidades y su tiempo. Este último aspecto se puede vincular con la percepción del envejecimiento productivo destacado por Robert Butler, mencionado por Celdrán²², el cual se centra principalmente en el aspecto relacionado con la contribución social a nivel laboral o de voluntariado que pueda seguir ejerciendo la persona, por lo que apunta en romper con el estereotipo de la vejez como una etapa improductiva, de dependencia y de aislamiento social, que en alguna

²² Celdrán Castro, *Introducción a la gerontología* (España: FUNIBER, 2017).

medida, si la persona se encuentra con condiciones de salud física y emocional adecuadas, y por sobre todo con el deseo de continuar laborando bajo sus propios términos de manera independiente, puede ser enriquecedor para su salud integral y proceso de realización personal.

En el segundo lugar coexisten las categorías de «compartir tiempo en familia y descansar y tener menos estrés» con un total del 36.5 % cada categoría. En esta pregunta, las personas indicaron que por sus horarios laborales comparten pocos periodos diarios con sus familias y se sienten con cargas de estrés por el tipo de trabajo realizado.

El aspecto de relaciones familiares sanas es fundamental en la etapa de la vejez, pues son las personas que brindan no solo el acompañamiento físico, sino también son fuente de apoyo emocional y motivacional para que la persona pueda continuar alcanzando sus metas personales en esta etapa. De ahí la importancia de que la familia también se encuentre informada y no reproduzca estereotipos negativos en torno a la vejez para que puedan apoyar la visualización positiva de la persona mayor como una persona sujeta de derechos y capaz de tomar sus propias decisiones sin tener que ser vista como una carga a nivel familiar o social, pues en algunas ocasiones, si no se rompe con los estereotipos negativos en torno a las personas mayores, las mismas familias -y el entorno social- pueden violentar los derechos y la libertad e independencia en la toma de decisiones de las personas adultas mayores, ya sea por falta de conocimiento o por el temor a accidentes o pérdidas.

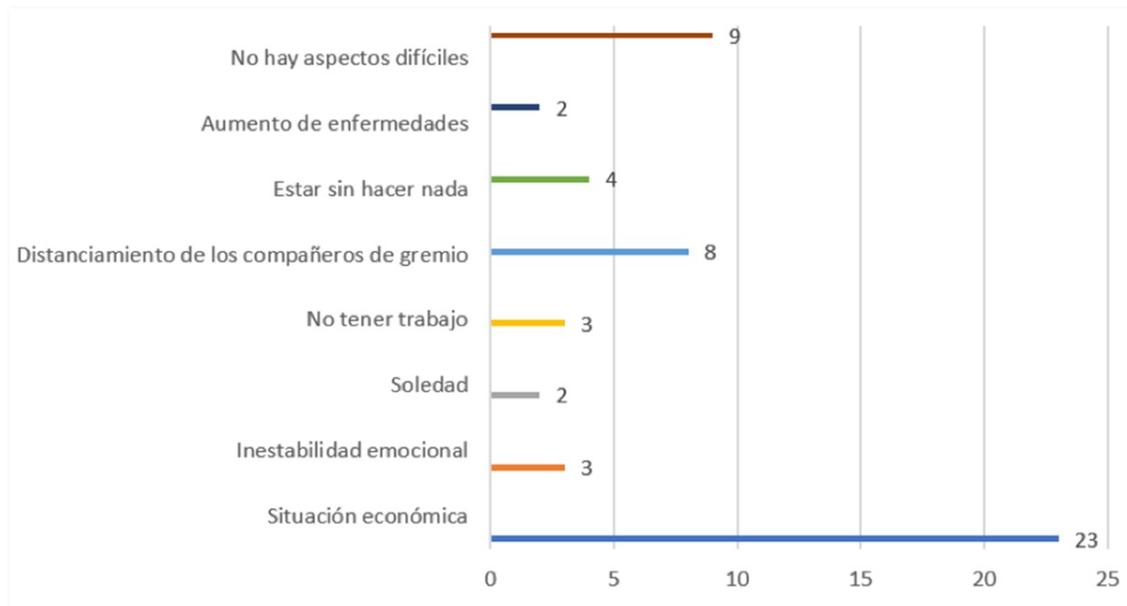
El tercer aspecto que se destaca con mayor importancia es el relacionado con «cumplir metas personales» (27 %); en este ámbito, las personas mencionaron que en su jubilación desean realizar actividades que por la falta de disponibilidad de tiempo o de organización actual no han logrado realizar hasta este momento en sus vidas, pero que esperan poner en práctica una vez se acojan a su jubilación. Esta percepción se vincula con la teoría de la actividad, la cual plantea que existe una relación positiva entre la actividad y el funcionamiento general, relacionado con el nivel de satisfacción en la vejez; así pues, Belando²³ enfatiza que las personas se adaptarán mejor a la jubilación si tras finalizar su periodo laboral, mantienen actividades relacionadas o encuentran otras actividades que le sean placenteras e inclusive pueden ser remuneradas, lo cual puede generar mayor sentimiento de pertenencia a nivel social y también fomentar la interacción con otras personas.

Por otra parte, se tiene la percepción de las personas entrevistadas sobre los aspectos complejos, difíciles o negativos en relación con la etapa de la jubilación, de esto se obtienen las categorías que se muestran en la figura 4.

²³ Belando Montoro, María, «Modelos sociológicos de la vejez y su repercusión en los medios», En *Comunicación e persoas maiores: Actas do Foro Internacional*, coord. por Lois Álvarez Pousa, Joám Evans Pim y Bárbara Kristensen (España: Colexio Profesional de Xornalistas de Galicia, 2007), 77-93, <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2651197>

Figura 4

Aspectos complejos de la jubilación percibidos por las personas mayores de 60 años entrevistadas



Fuente: elaboración propia (2021), con base en los resultados de las entrevistas aplicadas 2019.

Un total del 56 % de las personas entrevistadas manifestó como principal preocupación la situación económica, donde indicaron que la reducción de sus ingresos se verá afectada. En este aspecto es necesario que se trabaje desde la adultez joven, pues una economía sana a nivel familiar no se debe iniciar en la vejez, por el contrario, debe haber una preparación anticipada a esta etapa, principalmente bajo el conocimiento de los porcentajes y de los ajustes al régimen de pensión del país, por lo cual, desde la adultez joven, se debe informar y darle mayor importancia a estos temas, pues en la coyuntura política, social y económica actual no es viable actualmente de referirse a establecer un nuevo régimen de pensión, sino de trabajar el tema de manera preventiva desde los inicios laborales y hacer un uso responsable de los ingresos económicos que permitan planificar para la vejez.

La segunda categoría destacada fue el sentirse preocupado por su distanciamiento con sus colegas de trabajo, donde un 19 % de la población (8 personas) mencionó este aspecto y, como tercer preocupación, el 9.75 % de las personas entrevistadas fue el estar sin hacer nada.

En relación con los sentimientos anteriores, se debe considerar que la jubilación puede ser percibida como parte de un duelo que las personas deben afrontar, pues a pesar de que es una etapa para definir y organizar de manera personal su desarrollo, también implica una etapa de pérdidas importantes en cuanto a la cercanía con su grupo de pares a nivel laboral; sin embargo, si la persona cuenta con otros recursos de apoyo a nivel familiar, amistades o a nivel comunal, dicho duelo suele asimilarse de manera más asertiva y con una visión menos fatalista,

de ahí la importancia de las redes de apoyo y de la creación de relaciones interpersonales fuera del ámbito laboral, pues en alguna medida las personas que carecen de estas últimas, suelen generar un apego mayor a sus compañeros o compañeras de trabajo y, como consecuencia, postergan la jubilación o visibilizan ese momento únicamente como una etapa de pérdidas, con la posible generación de sentimientos de negación y enojo ante esta etapa de la vejez.

Los aspectos mencionados anteriormente pueden formar parte del constructo personal y simbólico que formulan las personas en torno a la jubilación y que, a nivel teórico, se puede conocer como la etapa de prejubilación según Aymerich²⁴, la cual se conoce como la primer fase de dicho proceso y se caracteriza por la presencia o constructos imaginarios de lo que la persona construye mentalmente sobre cómo será su vida en la jubilación o cómo visualiza dicho acontecimiento; sin embargo, cabe mencionar que esta visión se puede ir transformando con la orientación y el acompañamiento adecuado mediante los procesos de preparación para la jubilación, los cuales deben ser responsabilidad de todas las instituciones a nivel nacional.

La preparación para la jubilación también puede proporcionar una visión más amplia sobre lo que pueden realizar las personas si efectúan con antelación cambios en su estilo de vida para visualizar la jubilación de manera positiva y puedan planificar las actividades por realizar en su tiempo libre y así minimizar esa preocupación de estar desocupados o sin conocer opciones viables y atractivas de acuerdo con sus intereses personales; pues, según lo evidenciado en las entrevistas, en contraste con las opiniones pesimistas, se visualiza que un 22 % de las personas participantes indicó que no perciben ningún aspecto difícil o negativo de la jubilación.

El último aspecto se enfocó en la opinión de las personas en relación con su pensamiento o sentimiento general ante la jubilación. El sentimiento de alegría fue la categoría con mayor denominación por parte de las personas entrevistadas (36.6 %), con lo cual se supera la visión fatalista de la jubilación y se logran evidenciar los aspectos positivos que esto puede conllevar a nivel personal para su salud integral; en un segundo lugar se ubicó los sentimientos ambivalentes (29,3 %), donde las personas mencionaron sentir nostalgia de alejarse de sus colegas de trabajo y el temor a lo desconocido; sin embargo, este 29 % coincidió en sentirse alegre por no tener que cumplir con una jornada laboral y disponer de su tiempo libre para realizar actividades que actualmente no ejecutan.

En una menor medida (14.6 %) manifestaron percibir la jubilación como una recompensa al trabajo realizado durante toda su vida, mientras que el mismo porcentaje manifestó sentirse nostálgico por no continuar ejerciendo sus labores actuales y dos personas indicaron, de manera explícita, que no desean acogerse a la etapa de jubilación mientras se encuentren bien de salud física, lo cual evidencia también la necesidad de las personas de sentirse útiles a nivel laboral

²⁴ María Aymerich Andreu, Monserrat Planes Pedra y María Eugenia Gras Pérez, «La adaptación a la jubilación y sus fases: Afectación de los niveles de satisfacción y duración del proceso adaptativo», *Anales de psicología* 26, n.º 1 (2010): 80-88, <https://www.redalyc.org/pdf/167/16713758010.pdf>

y social, esto coincide con una visión de envejecimiento productivo, sin embargo; este también se puede practicar por medio del trabajo independiente que implique menos riesgo a nivel de seguridad personal.

En relación con la calidad de vida

Se trabajó con los cuatro dominios del cuestionario WHOQOL-BREF, los cuales son: salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente/entorno social. Los siguientes son los resultados:

- Dominio de salud física. Dentro de los aspectos que obtuvieron un menor puntaje (esto significa los aspectos con mayor relevancia percibida) se encontraron los relacionados con el uso diario de tratamiento médico, dificultad para conciliar el sueño, energía suficiente y habilidad para realización de las actividades de la vida diaria (AVC). De acuerdo con lo anterior, una de las áreas donde se percibe mayor afectación en el ámbito de salud es el de satisfacción del sueño, donde más de la mitad de las personas (60 %) indicó dormir menos de las ocho horas diarias, lo cual también puede afectar otros ámbitos de la salud física. Otro aspecto ubicado dentro de la salud percibida es la presencia de enfermedades crónicas, donde un 45 % de la población entrevistada indicó padecerlas.

- Dominio de salud psicológica. Dentro de los aspectos que obtuvieron un menor puntaje se encuentran aquellos relacionados con el disfrute de la vida y la capacidad de concentración; en ambos aspectos, un total del 55 % indicó un porcentaje de satisfacción entre poco y aceptable y mencionó disponer de poco tiempo y recursos económicos para disfrutar de su vida y de su tiempo libre, indica que las responsabilidades económicas le limita el pago de aspectos recreativos o el acceso a lugares de distracción. Sin embargo, se obtuvieron porcentajes de satisfacción más favorecedores en los aspectos relacionados con la aceptación de la apariencia física, satisfacción personal, sentido de la vida y raramente sentimientos negativos como tristeza, frustración y depresión. En este último aspecto, se debe rescatar que, a pesar del buen puntaje, un 28.75 % de las personas indicó sentir dichos sentimientos con una periodicidad mediana o frecuente, de los cuales, en relación con el género, los que indicaron mayor frecuencia de estos sentimientos fueron los hombres y solamente una mujer.

- Dominio de relaciones sociales. El instrumento se centra en los vínculos con familiares, amigos, vecinos y compañeros de trabajo; el ítem mejor puntuado por la población entrevistada fue el de *satisfacción general con sus relaciones personales*, donde las personas centraron sus respuestas al ámbito familiar principalmente; la mayoría destacó una calificación de bastante satisfecho (45 %) o extremadamente satisfecho (22.5 %), lo cual equivale a un total de 67.5 %. Sobre la relación con sus colegas de trabajo, se obtuvo que el 81.25 % de las personas encuestadas indicó buenas relaciones, lo cual es una de las razones que, a pesar de ser positiva, se encuentra vinculada con la postergación del proceso de jubilación, ya que sus redes de apoyo se ubican en el centro de trabajo.

La pregunta relacionada con la *satisfacción del apoyo que la persona obtiene de sus amigos o amigas*, se obtuvo que un 47.5 % se encuentra bastante satisfecho, mientras que un 33.75 % lo percibe como un apoyo «aceptable o normal»; por otro lado, el 16.25 % de las personas indica recibir poco apoyo y el 3.75 % mencionó que no reciben apoyo o no poseen amigos.

Algunos de los aspectos que pueden incidir en la pérdida de apoyo se encuentran relacionados con la falta de condiciones adecuadas en el entorno ambiental y físico, así como pérdida de seres queridos, rupturas de vínculos por lejanía o separaciones familiares, cambio de residencia de la persona mayor o sus familiares, jubilación, cambio de los espacios que frecuenta la persona, composición familiar, competencias formativas como, por ejemplo, utilización de medios tecnológicos²⁵.

- Dominio de ambiente/entorno social. Este fue el que percibió una satisfacción más baja en relación con la calidad de vida, solamente un 11 % de la población entrevistada percibe valores superiores de satisfacción al 70, mientras que un 88.7 % percibe una satisfacción menor al 69. De acuerdo con los resultados, las preguntas con una menor satisfacción por parte de las personas son las relacionadas con: dinero suficiente para cubrir necesidades, acceso a la información, utilización de internet y correo electrónico, así como oportunidad para realizar actividades de ocio. Un total del 85 % de la población entrevistada, indicó una satisfacción moderada o muy poca en relación con la tenencia de dinero para satisfacer necesidades, la mayoría indicó requerir de préstamos en diferentes entidades para satisfacer necesidades básicas, principalmente la relacionada con vivienda.

En nivel general de calidad de vida, cada dominio obtuvo el siguiente puntaje de satisfacción ponderado: salud física: 67.4 %; salud emocional: 70 %; relaciones sociales: 59 %; ambiente/entorno: 57 %.

El dominio ambiente/entorno, presentó menor satisfacción a nivel general, donde la mayor cantidad de las personas obtuvo puntajes de satisfacción menores a 69. En este ámbito, los aspectos con mayor percepción de afectación fueron: dinero suficiente para cubrir necesidades básicas, acceso a la información, utilización de internet y correo electrónico y en tercer lugar las oportunidades para realizar actividades de ocio.

En nivel de género, se obtuvo que los hombres percibieron un menor porcentaje de satisfacción en el aspecto económico que las mujeres, lo cual se vincula con las funciones de género socialmente establecidas desde el patriarcado, pues en la mayoría de las situaciones los hombres se percibían a sí mismos como los encargados de dar sustento único a sus familias, por lo que en futuras investigaciones es necesario trabajar el tema de igualdad y equidad de género, en especial en cuanto a la responsabilidad y manutención compartida a nivel

²⁵ Juan José López Jiménez, «La jubilación: opción o imposición social», *REIS: Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, n.º 60 (1992): 91-126, <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=758647>

familiar, con el fin de que este no sea un factor detonante de estrés y presión para los hombres.

El segundo dominio de la calidad de vida con menor puntaje de satisfacción es el dominio de las relaciones sociales, donde la mayoría de las personas entrevistadas obtuvo puntajes de satisfacción menores a 69. En este ámbito, los aspectos que más se relacionan con la vivencia de la población policial entrevistada se encuentran rupturas de vínculos por lejanía, debido a que en su mayoría laboraron por largos periodos lejos de su familia y su comunidad, lo cual es un factor de riesgo para la estabilidad familiar y participación comunal activa, así como cambios en la composición familiar.

El dominio con mayor porcentaje de satisfacción es el de salud emocional, uno de los principales resultados de la investigación, pues la salud mental es uno de los ámbitos fundamentales de la calidad de vida, ya que es esencial para el bienestar personal y el desarrollo de diversas actividades de participación y de relaciones interpersonales. De acuerdo con la OMS, la salud mental es una parte indivisible de la salud en general e incide tanto en los procesos de la persona como a nivel familiar, comunal y contribuye a las funciones en la sociedad, teniendo un efecto en la productividad laboral²⁶.

Conclusiones

En cuanto a la percepción que tienen las personas entrevistadas sobre la jubilación, esta es variada; sin embargo, predominan dos opiniones generales: en primera instancia un sentimiento de alegría, junto con la percepción de afrontar sentimientos ambivalentes como felicidad, tristeza, nostalgia, incertidumbre; asimismo, los sentimientos de nostalgia y tristeza se encuentran relacionados con la lejanía y abandono de sus relaciones sociales, principalmente con sus colegas de trabajo.

Dentro de los principales aspectos negativos percibidos por la población policial entrevistada, se ubican el distanciamiento de sus compañeros y compañeras de gremio, la situación económica y la preocupación de no saber cómo hacer uso de su tiempo libre de una forma útil.

En relación con el factor económico, se concluye que la falta de planificación de un ahorro desde la adultez joven para esta etapa de la vida y los altos endeudamientos a nivel personal o familiar por situaciones que no responden a necesidades básicas, les dificulta el acogerse a su derecho de pensión a pesar de cumplir con todos los requisitos administrativos, de acuerdo con lo manifestado en las entrevistas.

En relación con el monto económico de la pensión, si bien en el 2010 se presentó un proyecto de ley para crear un Régimen de Pensiones Especiales para los Cuerpos Policiales, adelantando su edad de pensión a los cincuenta y cinco años,

²⁶ Organización Mundial de la Salud, *Invertir en Salud Mental*, Ginebra, 2004, <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42897>

este se encuentra archivado bajo el expediente número 17695, pues, según se percibe, las características socioeconómicas a nivel país no son actualmente las idóneas para crear este régimen de pensiones; asimismo, la Contraloría General de la República indica algunos aspectos que se deben considerar mediante el oficio 102013 (DFOE-PG-313) del 26 de setiembre de 2013. No se omite manifestar que este proyecto de ley no es el objetivo de esta investigación, por lo tanto, no se ahonda en este aspecto, sin embargo puede ser un tema de abordaje en próximas investigaciones.

El aspecto de las relaciones sociales, familiares o de redes de apoyo externas a las laborales también incide en la decisión de acogerse o no a la jubilación, pues las personas, al no contar con otras redes de apoyo ajenas a las relaciones laborales, generan mayor apego emocional hacia sus colegas de gremio (conformaron su única red), lo cual puede ser un factor de riesgo para que la persona no se acoja al proceso de jubilación conforme a derecho corresponda (a partir de los 65 años según la legislación costarricense), máxime si tampoco ha desarrollado un proceso previo de análisis en relación con el uso productivo del tiempo libre en esta etapa de la vida.

Se concluye que, de acuerdo con la evidencia, las personas que tienen una mejor percepción general de su calidad de vida, tienen una visión menos fatalista de la jubilación, ya que poseen una salud física y emocional estable, lo cual les genera autonomía, así como buenas relaciones sociales, familiares y una estabilidad en concordancia con el factor económico y acceso a la información, lo cual puede facilitar el proceso de transición entre la etapa laboral y la jubilación, pues son personas que disponen de redes de apoyo y los medios económicos para la satisfacción de actividades de la vida diaria, tanto básicas como avanzadas, lo cual les permite tener mayores herramientas para la práctica de un envejecimiento activo.

Recomendaciones

Al Ministerio de Seguridad Pública:

- Realizar un análisis que incorpore el lugar de residencia de las personas mayores de 50 años en relación con su lugar de trabajo y valorar paulatinamente los posibles traslados para que puedan ser ubicados cerca de sus residencias, donde puedan trasladarse de manera diaria a sus hogares, pues esto apoyaría su cercanía a nivel familiar; no se omite manifestar que esta práctica se realizó hace menos de cuatro años con algunas personas funcionarias.
- Incorporar, en el ingreso a todos los básicos policiales, las capacitaciones brindadas por el Departamento de Salud Ocupacional desde Trabajo Social en el tema de manejo del presupuesto familiar, pues es un aspecto necesario de trabajar desde el ingreso del personal policial; asimismo, que continúen las coordinaciones y facilitación de espacios de capacitación en este tema en las diversas direcciones regionales, para lo cual se pueda coordinar con el Departamento de Salud Ocupacional y brindar estas capacitaciones a nivel nacional, pues se evidenció que las personas que perciben una baja calidad de

vida, especialmente enfocadas en el aspecto económico, pueden tener menos recursos financieros para afrontar una disminución de sus ingresos familiares, aunado a la poca planificación económica previa a esta etapa y, por lo tanto, pueden postergar su derecho a pensionarse, lo cual puede ser perjudicial, tanto para la persona como para las funciones que deben de realizar a nivel policial.

- En relación con las personas mayores de 60 años en cargos policiales, es necesario ampliar el conocimiento por parte de los jefes institucionales en relación con las particularidades de las personas mayores de 60 años, en concordancia con sus capacidades para el óptimo desarrollo laboral, sin que esto genere una posible discriminación etaria y, al contrario, las personas se pueden desempeñar en funciones de acuerdo con sus particularidades, fortalezas y capacidades y así sentirse útiles desempeñando labores atinentes a sus cargos policiales, pero con consideración de su situación etaria o particular de salud, sin que esto afecte sus ingresos económicos.

- Incentivar a las personas funcionarias mayores de 60 años el desarrollo de sus capacidades y habilidades laborales, así como apoyar de manera real en el aprendizaje del uso de nuevas tecnologías y su apoyo para el aprendizaje continuo y actualizado de las mismas, lo anterior por medio de convenios interinstitucionales que puedan facilitar cursos en el área de tecnología de la información (computación, programas básicos de Office, acceso y uso internet), dirigidos de manera exclusiva a personas mayores de 60 años, aspectos que pueden ser considerados para incluir dentro del básico policial de alta como parte de la responsabilidad institucional de mantener a las personas funcionarias actualizadas en el manejo de equipos tecnológicos y a la vez fomentar la participación activa del personal mayor de 60 años en estos cursos, lo cual también supliría una necesidad institucional a nivel de operatividad.

- Brindar un espacio de enriquecimiento vivencial por medio del testimonio de las experiencias de personas mayores de 60 años que tienen más de 20 años de alta a nivel policial, como invitados especiales en algunos cursos del básico policial, con el fin de que las personas mayores de 60 años puedan aportar sus experiencias policiales en estos aspectos, para así contribuir tanto al intercambio intergeneracional como al fomento de un envejecimiento generacional practicado por la institución.

A las delegaciones policiales:

- Incentivar el trabajo intergeneracional en las prácticas supervisadas de los nuevos ingresos con personas mayores de 60 años, con la finalidad de que se pueda crear un programa de mentores iniciales por al menos mes y medio de esta práctica supervisada, considerando las condiciones de salud, capacidades y habilidades particulares a nivel laboral de las personas mayores de 60 años que puedan ser partícipes de esta iniciativa.

- Fortalecer los procesos de preparación para la jubilación que imparte el Departamento de Salud Ocupacional, desde Trabajo Social, y coordinar los mismos con el Departamento de Capacitación del MSP, con el fin de que, al

menos tres veces al año, se impartan obligatoriamente estos procesos a la población mayor de 50 años, para trabajar un proceso de prejubilación como corresponde, en consideración de que la población mayor de 60 años va en aumento tanto a nivel nacional así como dentro de la institución, especialmente para los próximos 10 años de acuerdo con los datos actuales del personal institucional, la población policial mayor de 60 años será aproximadamente un 13 % de la población laboral actual de este ministerio.

- Es necesaria la anuencia de las personas jefes para facilitar y cumplir los tiempos correspondientes para que el personal pueda recibir las capacitaciones en el programa de preparación para la jubilación brindadas por Trabajo Social del Departamento de Salud Ocupacional, pues requieren de un mínimo de cuatro sesiones de cuatro horas cada una de ellas.

Formato de citación según APA

Rodríguez-Quesada, M. (2022). Percepción de la calidad de vida y la acogida a la jubilación desde el ámbito policial en la Dirección Regional Primera, de San José.
Revista Espiga, 21 (44), 228-254.

Formato de citación según Chicago-Deusto

Rodríguez-Quesada, Marisol. «Percepción de la calidad de vida y la acogida a la jubilación desde el ámbito policial en la Dirección Regional Primera, de San José».
Revista Espiga 21, n.º 44 (julio-diciembre, 2022): 228-254.

Referencias

- Aymerich Andreu, María, Monserrat Planes Pedra y María Eugenia Gras Pérez. «La adaptación a la jubilación y sus fases: Afectación de los niveles de satisfacción y duración del proceso adaptativo». *Anales de psicología* 26, n.º 1 (2010): 80-88. <https://www.redalyc.org/pdf/167/16713758010.pdf>
- Alberich, Tomás. «Envejecimiento físico, psicológico y social». En *Intervención social y sanitaria con mayores: manual de trabajo con la 3ª y 4ª edad*, coordinado por Tomás Alberich, Ana Barranco y Eva Funes, 17-47. Madrid: Dykinson, 2008.
- Arbonés, Gloria y Roset Assumpcio. *Nutrición y envejecimiento*. España: FUNIBER, 2017.
- Belando Montoro, María. «Modelos sociológicos de la vejez y su repercusión en los medios». En *Comunicación e persoas maiores: Actas do Foro Internacional*, coordinado por Lois Álvarez Pousa, Joám Evans Pim y Bárbara Kristensen, 77-93. España: Colexio Profesional de Xornalistas de Galicia, 2007. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2651197>
- Botero de Mejía, Beatriz y María Eugenia Pico Merchán. «Calidad de vida relacionada con la salud en adultos mayores de 60 años. Una aproximación teórica». *Hacia la promoción de la Salud* 12, (2007): 11-24. <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v12n1/v12n1a01.pdf>
- Celdrán Castro, Montse. *Introducción a la gerontología*. España: FUNIBER, 2017.
- Fernández Garrido, Julio. «Determinantes de la calidad de vida percibida por los ancianos de una residencia de tercera edad en dos contextos socio-culturales diferentes España y Cuba». Tesis doctoral. Universidad de Valencia, España, 2009.
- Galleguillos Céspedes, Daniela. «Inclusión y calidad de vida en la vejez: Experiencias de personas mayores participantes en clubes de adultos mayores en la comuna de Talagante». Memoria para optar al título de Antropóloga Social. Universidad de Chile, Santiago de Chile, 2015.
- Guerero Pupo, Julio, Rubén Cañedo Andalia, Enrique Salman Lengarín y Yamila Cruz Crus. Calidad de vida y trabajo: algunas consideraciones útiles para el profesional de la información. *Acimed: Revista Cubana de los Profesionales de la Información y la Comunicación en Salud* 14, n.º 2 (2006): 1-23. https://www.researchgate.net/publication/28806344_Calidad_de_vida_y_trabajo_algunas_consideraciones_utiles_para_el_profesional_de_la_informacion
- Hernández Sampieri, Roberto, Carlos Fernández Collado y Pilar Baptista Lucio. *Metodología de la investigación*. Ciudad de México: McGraw-Hill, 2010.

- López Jiménez, Juan José. «La jubilación: opción o imposición social». *REIS: Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, n.º 60 (1992): 91-126. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=758647>
- Organización Mundial de la Salud. *Active ageing: A policy framework*. Ginebra: OMS, 2002. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/67215>
- Organización Mundial de la Salud, *Invertir en Salud Mental*, Ginebra, 2004. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42897>
- Organización Mundial de la Salud. *Informe Mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Luxemburgo: OMS, 2015. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186471/WHO_FWC_ALC_15.01_spa.pdf;jsessionid=918E07D1565004545CD0D6D9999825C5?sequence=1
- Organización Mundial de la Salud. WHOQOL-BFRE. *Introduction, Administration, Scoring and generic version, of the Assessment, Field Trial Version*, 1996. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/63529>
- Organización Mundial de la Salud. *Informe sobre la salud en el mundo*. Ginebra, 2001. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42447>
- Organización Mundial de la Salud. *Pautas generales para las metodologías de investigación y evaluación de la medicina tradicional*, 2002. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/67719>
- Pérez, Ana. «La percepción social de la vejez». Trabajo Social de Graduación, Universidad de la Laguna, 2014.
- Reyes, Laureano. «El envejecimiento de la población Zoque de Chiapas». *DEMOS*, n.º 14 (2001): 29-30.