UFLO UNIVERSIDAD

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y CIENCIAS SOCIALES

El retiro laboral y la configuración de la identidad en adultos mayores

Estudiante: Zetti, Alma Valentina

Legajo: 32748

Director/es: Dra. Baró, Silvana Maria

Trabajo Final de Integración para acceder al título de Licenciatura en Psicología

2026

UFLO
UNIVERSIDAD

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE OBRAS EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL DE LA UFLO UNIVERSIDAD

RIUFLO - *Repositorio Institucional de la Universidad de Flores* - fue creado para gestionar y mantener una plataforma digital de acceso libre y abierto para la difusión de la creación intelectual de la Universidad de Flores.

El autor cede a la Universidad de forma gratuita pero no exclusiva, los derechos de reproducción, de distribución y de comunicación pública de su obra, a través del RIUFLO. Por lo tanto, la Universidad adopta para los ítems allí depositados la Licencia Creative Commons atribución - no comercial - compartir igual 4-0 internacional y siempre requerirá que se cite la fuente y se reconozca la autoría. De solicitar otras limitaciones, el autor podrá detallarlas en forma expresa o a través de la elección de otro modelo de Licencia.

Autorizo la publicación de la obra:

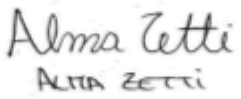
Desde la fecha [18/09/2026]

Dentro de los 6 meses posteriores a su aceptación [ ]

Otro plazo mayor detallar/justificar:

Lugar y fecha: Buenos Aires, 18/09/2026

Firma y aclaración del autor:



Índice

Resumen……5

Introducción……..6

Delimitación del objeto de estudio…….6

Planteo del problema……..7

Pregunta de investigación……...……8

Objetivos……8

Objetivo general…….8

Objetivos específicos……..8

Supuesto básico de la investigación……...……9

Estado del arte……..9

Marco teorico……..……15

Adultos mayores……..15

Envejecimiento……...……..18

Retiro laboral……20

Enfoque narrativo…….23

Identidad……...26

Figuración de la identidad……28

Configuración de la identidad…….……30

Refiguración de la identidad……....33

Método…….35

Diseño de estudio…….35

Participantes…….……36

Instrumentos……36

Procedimientos…….37

Consentimiento informado……...……38

Resultados……...…38

Discusión……...……..43

Conclusión…….…..46

Aportes y contribuciones de la investigación……...……48

Limitaciones de la investigación……50

Líneas de investigación futuras…….50

Propuestas de intervención……...….51

Referencias……..53

Anexo/s……62

Anexo 1. Consentimiento informado……...62

Anexo 2. Entrevista semiestructurada……..……63

El retiro laboral y la configuración de la identidad en adultos mayores.

Resumen

El retiro laboral representa un proceso significativo que altera la rutina, el rol profesional, la economía y los vínculos sociales. Por lo tanto, la jubilación exige una adaptación identitaria, dando lugar a una nueva figura de adulto mayor activo, con oportunidades para fortalecer sus redes sociales y construir una nueva identidad. El presente Trabajo Final Integrador propone identificar el proceso de configuración de la identidad luego del retiro laboral en adultos mayores. El método de esta investigación fue empírico, de corte cualitativo mediante un diseño fenomenológico. Los/as participantes del presente estudio fueron adultos mayores de un centro de jubilados, ubicado en la Provincia de Buenos Aires. Los participantes fueron 12 personas mayores de entre 65 y 85 años jubilados. La técnica utilizada fue una entrevista cualitativa semiestructurada. Entre los principales hallazgos se encontró que para algunos adultos mayores el retiro laboral representa una posibilidad de crecimiento, disfrute y configuración de una nueva identidad, mientras que para otros adquiere un significado negativo asociado al duelo o la muerte, marcada por frustración, el exceso de tiempo libre y dificultades económicas. En conclusión, la investigación permite entender que la jubilación no es un proceso uniforme, sino que puede vivirse como oportunidad de crecimiento o como experiencia negativa, según las creencias, las estrategias y las experiencias de cada sujeto. La configuración de la identidad se mostró como un proceso variado, algunos adultos mayores lograron configurar su identidad mediante nuevas actividades y vínculos, mientras que otros conservaron una identidad estable, sin posibilidad de transformación y/o ligada al rol laboral anterior.

Palabras clave: retiro laboral, configuración de la identidad, identidad, adultos mayores.

Introducción

Delimitación del objeto de estudio

Según Loor et al. (2025) en la adultez media y tardía, el desafío principal consiste en contemplar la vida vivida. En estas fases, los sujetos se enfrentan el envejecimiento físico y diversos duelos, lo que puede provocar una reevaluación de las metas obtenidas y el sentido de la vida. El proceso de envejecimiento afecta no solo el estado físico, sino también las facultades mentales y las relaciones sociales, lo que repercute en el bienestar general de los adultos mayores. El adulto mayor, como un sujeto en desarrollo, es un individuo con necesidades y características propias de su etapa vital, que debe atravesar una serie de transformaciones, y que, según los apoyos personológicos, familiares y sociales que cuente para enfrentarlos, afectarán o no su calidad de vida (Freire y Hung, 2010). El envejecimiento conlleva una serie de transformaciones tanto objetivas y subjetivas con una importante connotación para el bienestar. Entre estas modificaciones se encuentra el nuevo rol que debe adoptar el adulto mayor dentro de la red de vínculos sociales, como consecuencia del retiro laboral, hecho que socioculturalmente se ha establecido como el indicador que marca el inicio de la ancianidad (Freire y Hung, 2010).

El retiro laboral es considerado un proceso significativo en y de la vida, concerniente con la finalización de la etapa laboral que, generalmente, se inscribe durante la transición hacia la etapa de la vejez (Ávila Navarrete et al., 2024). La jubilación genera una detención en la vida cotidiana que puede dañar la salud integral, como es lo físico, mental y social. La salida del mercado laboral significa un enorme cambio para la gran parte de los adultos mayores, tales como, la pérdida del rol profesional, diversos cambios en su vida diaria y su economía, reformas en las relaciones familiares como sociales y un aumento del tiempo libre (Delgado López y Véliz Mero, 2022)

Por lo tanto, uno de los retos que debe enfrentar la sociedad para evitar los daños en la salud de los prejubilados o jubilados, incumbe a la planificación y preparación para confrontar la nueva posición de actividades para su vida cotidiana, fomentando un envejecimiento activo (Ávila Navarrete et al., 2024). Se establece que el proceso hacia la jubilación debe pasar por un proceso de planeamientos tomando en cuenta los años de vida porvenir (Delgado López y Véliz Mero, 2022).

De manera que, siguiendo por la misma línea, la jubilación genera diversos impactos en la vida de los adultos mayores, siendo uno de los principales, la necesidad de construir una nueva identidad personal (Hermida et al., 2022). Así, este conjunto de cambios requiere una adaptación a la nueva etapa como jubilados. Se reconoce la existencia de una nueva figura de jubilado que lleva una vida activa que promueve el desarrollo y crecimiento de sus vínculos sociales y la oportunidad de configurar una nueva identidad como jubilado (Hermida et al., 2022).

Planteo del problema - Justificación

La jubilación representa un acontecimiento propio de la vida, que implica transformaciones en lo cotidiano (Eguías, 2022). Estas expectativas también se construyeron en base a la pérdida de los vínculos afectivos como su grupo de pertenencia y a la ruptura de la historia laboral que forjará modificación en la identidad que había ocupado hasta ese momento, las cuales desencadenaron sentimientos de sufrimiento, la búsqueda de sentido de la vida y del trabajo, el crecimiento personal, autotrascendencia y la aceptación de sus destinos (Eguías, 2022).

Al alcanzar la etapa de la jubilación, los adultos mayores experimentan una transformación en sus funciones dentro de la sociedad y la familia, adoptando una postura más pasiva (Bustamante, 2025). La relevancia de establecer nuevas metas, de hallar formas

significativas de ocupar el tiempo, de mantener el cuerpo activo y de fortalecer los lazos familiares que emergen como factores protectores del bienestar de los adultos mayores (Zárate, 2025).

La jubilación brinda la oportunidad de disfrutar de mayor libertad, fortalecer lazos familiares y explorar nuevos intereses personales como pasatiempos, proyectos creativos, emprendimientos, voluntariados o viajes, lo que favorece a una mejor calidad de vida (Quituisaca, 2025).

El interés en realizar esta investigación se focalizó en comprender cómo los adultos mayores configuran su identidad luego del retiro laboral, teniendo en cuenta que este proceso puede intervenir significativamente en su calidad de vida.

Pregunta de investigación

La pregunta que guió esta investigación fue: ¿Cómo realizan los adultos mayores el proceso de configuración de una nueva identidad luego del retiro laboral?

Objetivos

Objetivo general

- Describir el proceso de configuración de la identidad luego del retiro laboral que realizan los adultos mayores de la Provincia de Buenos Aires.

Objetivos específicos

- Identificar las experiencias de los adultos mayores después del retiro laboral.
- Indagar las creencias que los adultos mayores tienen sobre el retiro laboral.
- Explorar las estrategias utilizadas por los adultos mayores en el proceso de la configuración de la identidad.

Supuesto básico de la investigación

El retiro laboral es un evento significativo en la vida de las personas que genera transformaciones tanto positivas o productivas como también negativas. Este proceso conlleva a planificar nuevas posiciones de actividades para la cotidianeidad, reconociendo la necesidad de configurar una nueva identidad personal, destacando la importancia de acompañar estos momentos.

Asimismo, es fundamental considerar las experiencias de los adultos mayores luego del retiro laboral, las creencias que los mayores tienen sobre la jubilación, y a su vez, la importancia de reconocer las estrategias utilizadas por las personas mayores en el proceso de la configuración de la identidad.

Estado del arte

En primer lugar, en Argentina, Hermida et al. (2022) llevaron a cabo un estudio no experimental, ex post facto, explicativo de corte transversal, el cual tuvo como objetivo general generar un análisis sobre los perfiles de comportamiento de dos variables mediadoras del fenómeno: Las redes de apoyo social y los significados acerca de la jubilación. Para ello, tomaron una muestra conformada por 300 adultos mayores de 60 años jubilados, del Área Metropolitana de Buenos Aires. Emplearon como instrumento de evaluación un cuestionario de datos sociodemográficos y jubilatorios, el Inventario de Recursos Sociales para Ancianos (Hermida et al., 2022), y el Cuestionario de significados acerca de la jubilación (Hermida et al,. 2022). Los autores indicaron entre los principales resultados que la mayor parte de los adultos mayores tendían a relacionar la jubilación con una etapa de formulación de proyectos nuevos, favoreciendo su bienestar. También, confirman la existencia de una mirada social que relaciona la jubilación con mayor tiempo libre, pudiendo ser destinado a actividades de ocio. No obstante, mantienen que el retiro laboral genera múltiples impactos en sus vidas como la

necesidad de construir una nueva identidad personal, rearmar sus rutinas y redefinir su rol en su familia. Asimismo, todo este conjunto de cambios va a requerir de un ajuste a la nueva etapa como jubilados, centrando la existencia de un nuevo perfil de jubilado determinado por un envejecimiento activo que promueve el desarrollo y la expansión de sus vínculos sociales y la oportunidad de construir la identidad en la etapa de la jubilación.

Por otro lado, en Chile, Donoso et al. (2022) establecieron como objetivo comprender la relación entre la experiencia laboral y el bienestar subjetivo en adultos mayores activos en el ámbito laboral y en edad de jubilación, que residen en la Región Metropolitana. Los conceptos básicos que orientaron la investigación fueron: vejez, bienestar subjetivo, calidad de vida, y trabajo. Se siguió un diseño cualitativo de tipo descriptivo, con una muestra seleccionada por conveniencia que incluyó a personas en edad de jubilación que continúan trabajando y residentes en la Región Metropolitana. Se realizaron entrevistas individuales en profundidad, examinadas siguiendo los procedimientos de la Teoría Fundamentada. Como resultados, se evidenció el efecto positivo del trabajo en el bienestar subjetivo de los adultos mayores activos laboralmente. El trabajo fue interpretado como una actividad que favorece el desarrollo de la identidad personal, impulsa un sentido de autonomía personal y económica, posibilita la realización de proyectos vitales, personales y familiares, estimula la creación de vínculos sociales. Sin embargo, existen factores que limitan los posibles beneficios del trabajo en la adultez mayor, como la necesidad de trabajar debido a una pensión insuficiente, junto con una visión social predominante sobre la exigencia de trabajar para ser considerado como un sujeto reconocido, integrado y útil en la sociedad.

Por otra parte, en Canadá, Newton (2022), realizó un estudio que tuvo como objetivo explorar la relación entre los procesos de identidad, la jubilación planificada/no planificada y el bienestar hedónico (satisfacción con la vida) y eudaimónico (sentido vital) en una muestra de canadienses jubilados. Los participantes fueron captados mediante distintos

procedimientos: folletos en bibliotecas locales, empresas y centros recreativos, hojas de inscripción en ciclos de conferencias para adultos mayores y grupos de ejercicio del suroeste de Ontario, Canadá. Los datos se obtuvieron durante el otoño de 2016 y el invierno de 2017. Los participantes respondieron una encuesta en línea o por correo postal y una entrevista de seguimiento opcional. La muestra final incluyó 124 jubilados, con edades entre 55 y 86 años. Los resultados mostraron que la adaptación y el equilibrio de la identidad se vinculan con ambos tipos de bienestar posterior a la jubilación, mientras que la jubilación no planificada se asoció de manera consistente solo con la satisfacción vital. Este estudio destaca la relevancia de considerar las diferencias individuales al estudiar el bienestar de los adultos mayores y la utilidad de evaluar el bienestar de múltiples formas.

Asimismo, en Portugal, Silva & Cavaco (2023), realizaron una investigación con el objetivo de indagar las percepciones de la vejez y la transición hacia la jubilación en adultos mayores. La investigación adoptó un enfoque biográfico, constituye una corriente de investigación-acción-formación existencial. Los datos empíricos provienen de entrevistas biográficas tanto presenciales como virtuales con seis jubilados mayores de 60 años, derivadas de una investigación biográfica. El marco conceptual se centra en las historias de vida y las transiciones biográficas, la vejez y el proceso de envejecimiento, la jubilación y la construcción de experiencias. Los entrevistados tendieron a relacionar el envejecimiento y la vejez con la discapacidad y la inactividad. La transición a la jubilación se experimenta de formas diversas, según la trayectoria y la singularidad de cada persona. Sin embargo, se observa un intento generalizado por mantener la autonomía, el autoconocimiento y la identidad. En la adultez tardía, las personas valoran competencias esenciales para la vida, como la capacidad de expresarse, narrar y actuar.

En Colombia, Ávila Navarrete et al. (2024) se propusieron como objetivo entender los efectos en la salud mental que trae la jubilación y lo importante que son las oportunidades

para un proyecto de vida. Tomaron una muestra compuesta por personas de 60 a 65 años que integran el Centro de Jubilados del IESS del Azuay. Realizaron un estudio de enfoque cualitativo con un diseño interpretativo desde el método hermenéutico. La técnica utilizada fue la revisión documental, direccionada hacia la revisión de fuentes exploradas sobre el tema. Los datos obtenidos se depositaron en el instrumento de resumen analítico de estudio Real Academia Española (RAE), describiendo aspectos como el título, autores, ciudad, ubicación de la fuente, palabras clave, resumen, contenidos, conclusiones y referencias. Se realizó una revisión bibliográfica desde diferentes bases de datos como Ebsco, Redalyc, Scopus y Science, Scielo, Dialnet y repositorios de universidades. Determinaron que, el entorno social, organizacional y familiar es fundamental para confrontar la jubilación ya que brinda la posibilidad de que los adultos mayores desarrollen un nuevo proyecto de vida con sentido de identidad como jubilado y no como trabajador, y que esté centrado en la adaptación y el ajuste a esta nueva fase vital. Otros resultados del estudio, determinaron que, en relación con la jubilación por ciclo de desarrollo, el componente de salud integral indica un aumento de ansiedad y estrés.

Por otra parte, en Argentina, Canal Marina (2024), realizó una síntesis en el campo gerontológico en el ámbito académico y profesional, con el propósito de situar la identidad a partir del encuentro con otros, a partir de nuevas experiencias y conocimientos, se alcanza la comprensión de la identidad como un eje firme y constante, que trasciende lo subjetivo en el proceso de construir el envejecimiento, constituyéndose en un punto importante dentro del desarrollo vital. Mediante una metodología empírica, cualitativa, la muestra se integró de 24 personas, a la cual se les administraron entrevistas en profundidad de carácter semiestructurado, elaborada ad-hoc, por la riqueza de la investigación residió en la habilidad del individuo de otorgar significado a su relato. Los resultados determinaron que, los adultos mayores disfrutan su vejez con los otros, en actividades compartidas y de aprendizajes

autónomos, sin cargas obligatorias. Su identidad se configura como resultado de una elaboración personal de las vivencias pasadas, sumada a la capacidad de continuar desarrollando rasgos singulares y de incorporar nuevas formas en el encuentro con los demás.

Siguiendo por la misma línea, en Argentina, Rabini (2024), llevó a cabo una investigación de corte cualitativo en la cual buscó indagar sobre la construcción que realizaron de la jubilación los/as docentes retirados/as de la Provincia de Buenos Aires y de qué manera lo articularon con su biografía. Se realizaron entrevistas semiestructuradas a 12 docentes retirados de entre 56 y 80 años, abordando esta problemática desde el marco de la identidad narrativa con el objetivo de entender cómo este hecho influyó en su historia. Los resultados de la investigación dieron cuenta que los docentes atribuyeron a la actividad laboral un papel estructurador ya que, actúa como eje organizador de sus tareas, del manejo del tiempo y otros roles que llevan a cabo en su vida diaria. La docencia, en este caso, fue conceptualizada como una práctica relacionada al acompañamiento de otros y al compromiso con procesos de transformación. En cuanto a la jubilación, la mayoría de los adultos mayores lo vincularon con sentimientos positivos como alegría, recompensa, libertad y celebración. Sin embargo, se registraron algunos casos en que dicha experiencia se asoció con percepciones relacionadas a limitaciones y restricciones. Por último, el tiempo vinculado al trabajo marcó un antes y un después en la vida de las personas, esta transición demostró que el trabajo incide en la organización de la rutina diaria, en las actividades y en los roles que el sujeto puede desempeñar.

En Ecuador, Cevallos (2024), realizó un estudio en el cual el objetivo fue analizar el impacto del cambio de roles en el adulto mayor jubilado en la participación social, desde una perspectiva de terapia ocupacional. Está investigación es de tipo descriptivo, con un enfoque cualitativo y diseño transversal empleando la observación indirecta para la recolección de datos. Los hallazgos evidenciaron la existencia de diferentes métodos utilizados en la práctica

de terapia ocupacional en este ámbito. Se evidenció que los roles se modifican al momento de jubilarse, dio una muestra de los beneficios de las actividades que favorecen la adquisición de habilidades y la motivación en el proceso de integración social. Dado que los adultos mayores enfrentan un aislamiento social significativo, lo que los lleva a padecer de soledad, depresión y un deterioro emocional por la falta de participación en actividades sociales y comunitarias. La intervención de la terapia ocupacional cumple una función muy importante al facilitar la adaptación de los jubilados a sus nuevos roles, mediante intervenciones, diseño de estrategias personalizadas o grupales. Promueve autonomía, participación activa, bienestar emocional y una mejor calidad de vida. Asimismo, contribuye de manera significativa a la aceptación de la identidad y el sentido de propósito en esta etapa.

En Israel, Semyonov-Tal et al. (2025) llevaron a cabo un estudio que tuvo como objetivo explorar la identidad y las motivaciones laborales de mujeres con una elevada formación académica en Israel que continúan trabajando tras la edad de jubilación. A través de 17 entrevistas semiestructuradas en profundidad con mujeres altamente calificadas que trabajan después de la edad de jubilación, este análisis cualitativo-temático identifica cinco factores centrales que influyen en sus elecciones. Los ejes principales abarcan el propósito profesional, las necesidades que impulsan su reincorporación al trabajo, los determinantes psicosociales, las redes de apoyo y el papel del capital humano para facilitar las oportunidades de trabajo. Estos temas ilustran la complejidad de las decisiones laborales de las mujeres tras la jubilación y el miedo a la pérdida de identidad. Estos resultados resaltan la importancia de políticas que fomenten un envejecimiento saludable y apoyen la participación laboral femenina en la etapa posterior a la jubilación.

En Suecia, Sousa-Ribeiro et al. (2025) realizaron un estudio de corte cualitativo que tuvo como propósito responder a la necesidad de investigar más a fondo el significado del trabajo para los empleados mayores, empleando el enfoque del Análisis Fenomenológico

Interpretativo a través de una guía semiestructurada flexible para indagar en profundidad las dimensiones subyacentes de la experiencia subjetiva del trabajo con sentido entre 27 enfermeras y auxiliares de enfermería de entre 55 y 75 años. Los resultados muestran que el trabajo se consideraba como una fuente principal de: (1) identidad personal, (2) propósito y aporte, (3) competencia y realización, (4) vínculos sociales y pertenencia, (5) actividad, rutinas y uso productivo del tiempo, y (6) estabilidad y libertad económica. El trabajo significativo emergió como una dimensión relevante en la experiencia positiva del trabajo. Además, se encontró que el trabajo incluía varios rasgos intrínsecos clave que le otorgaban sentido. Estos hallazgos cualitativos pueden aplicarse en intervenciones destinadas a fomentar la extensión de la vida laboral en ocupaciones clave del sector asistencial, que enfrentan una marcada escasez de personal.

Marco teórico

Adultos mayores

La adultez mayor es una etapa del desarrollo del ser humano que inicia a los 60 años y termina en el momento en el que la persona fallece, y se distingue por un periodo de transformaciones significativas en diversas dimensiones del funcionamiento (Rodríguez Uribe et al., 2010).

Las experiencias que la persona obtiene en el transcurso de su vida pueden hacer que el adulto mayor se sienta realizado o en el otro extremo, desesperanzado y excluido socialmente (Vivaldi y Barra, 2012).

No obstante, es importante señalar que las interpretaciones sobre esta etapa difieren según la cultura de cada país, el momento histórico, la clase socioeconómica o la etnia (Rodríguez Uribe et al., 2010).

Los cambios en los aspectos biológicos en la adultez mayor son importantes ya que, pueden originar y sostener diversas patologías. En el plano psicológico, el individuo atraviesa una etapa de autoevaluación, reflexionando sobre su vida en un conjunto. En lo social, influyen factores como el miedo por la pérdida de los seres queridos, como también, la inclusión social, la escasez de actividades físico-recreativas y la disminución de la interacción social (Rodríguez Uribe et al., 2010).

Los importantes cambios que acontecen en el sujeto, como los cambios corporales, psicológicos, sociales o existenciales, pueden ser desencadenantes de modificaciones en la interpretación que el sujeto realiza sobre su identidad, tensionando y cuestionando al sí mismo, pudiendo aumentar inseguridades, debilitando mecanismos de control y afrontamiento, exigiendo nuevas formas de ajuste o modificando proyectos (Iacub, 2013).

Asimismo, ocurren las transiciones de prejubilación y jubilación, que generan sensación de pérdida del proyecto laboral, del grupo de pertenencia y aumento de tiempo libre. Esto puede iniciar un proceso de duelo en todas las áreas, destacando la identidad porque el ser y el hacer se entrelazan ya que el último configura al primero (Gastaldo et al., 2021).

Según Zapata Farías (2001), la consolidación de la identidad resulta ser la más comprometida, dado que la persona pierde el principal referente de identificación, que habitualmente se encuentra en el rol otorgado por la actividad laboral o las tareas propias de la adultez.

Dicho aspecto deja de estar presente, ya que se supone que no debe desempeñarlas. En otras palabras, en la práctica se le concede al adulto mayor un cuestionable privilegio: el derecho a no hacer nada (Zapata Farías, 2001).

Un buen indicador de salud en la población adulta mayor es su estado funcional. La Organización Mundial de la Salud (OMS) y La Organización Panamericana de la Salud (OPS) definen a un adulto mayor "funcionalmente sano", como aquél capaz de afrontar una etapa de transformación, con un grado apropiado de adaptación funcional y de realización personal (Soberanes Fernández et al., 2009).

La funcionalidad es la capacidad para realizar acciones necesarias en la vida cotidiana, para mantener el cuerpo y conservar la autonomía, cuando el cuerpo y la mente son capaces de llevar a acabo las tareas de la vida cotidiana se dice que la funcionalidad está preservada (Sanhueza Parra et al., 2005).

Sin embargo, en muchos casos producto del deterioro progresivo de las funciones del organismo, que lleva a que el adulto mayor experimente modificaciones que pueden llevar a la pérdida de la autonomía, que se traduce en la necesidad de la asistencia externa y deriva en un impacto familiar y social (Durán et al., 2008).

El concepto de envejecimiento exitoso se amplía, ya no se limita a la ausencia de enfermedades, sino que incluye la reformulación de la inserción del adulto mayor en la vida social y la reconfiguración de su biografía personal en torno a realizaciones y porvenir (Klein, 2016).

De esta manera se resalta la relevancia del papel fundamental de los sistemas de apoyo social, familiar y de la salud (Durán et al., 2008).

El apoyo social cumple una función esencial en el bienestar subjetivo del adulto mayor, al favorecer el bienestar, la prevención de trastornos emocionales como la depresión y de afecciones físicas como las enfermedades crónicas (Alfonso Figueroa et al., 2016).

Según Zapata Farías (2001), la red social personal cumple funciones importantes para el bienestar psico-social del individuo, posibilitando la inserción social y es básica para el desarrollo de su identidad, no sólo en situaciones de crisis.

Cada punto de la red es irreemplazable y constituye depositario de la historia personal, de una parte de la propia identidad, de la retroalimentación social y del cuidado de la salud (Zapata Farías, 2001).

Además, este concepto cumple una función indispensable en el quehacer cotidiano de esta población, ya que aporta a su desarrollo humano, y en consecuencia, contribuye a mejorar su calidad de vida (Alfonso Figueroa et al., 2016).

Así, se destaca la importancia de los Centros de Jubilados, estos organizan eventos donde la música y el baile ocupan un lugar central. En estos espacios colectivos, los adultos mayores encuentran una mirada que los aloja, un lugar propio en el que despliegan sus experiencias (Danel et al., 2017).

Allí no sólo construyen su historicidad, sino que también la reviven y reconstruyen día a día a partir del intercambio y de las miradas de los otros (Danel et al., 2017).

Envejecimiento

El envejecimiento constituye el resultado de la acumulación de daños moleculares y celulares a lo largo del tiempo, lo que ocasiona un descenso progresivo de las capacidades físicas y mentales, aumenta el riesgo de enfermedad y, en última instancia, conduce a la muerte (Organización Mundial de la Salud, 2025).

Estos cambios no son lineales ni uniformes, y su relación con la edad cronológica es relativa. Más allá de las modificaciones biológicas, el envejecimiento suele estar vinculado a

transiciones vitales, como la jubilación, el traslado a viviendas más adecuadas y la pérdida de amigos y parejas (OMS, 2025).

Comprende aquellos cambios que se producen en cualquier célula o sistema orgánico en función del tiempo, independientemente de cualquier influencia externa o patológica como la enfermedad (Alvarado García y Salazar Maya, 2014).

El envejecimiento no constituye una enfermedad, las personas de edad avanzada padecen de enfermedades como, las cardiovasculares, las demencias, cáncer, etc. Estas se encuentran vinculadas al envejecimiento, ya que el declive de la capacidad funcional deja al individuo expuesto a sus manifestaciones características (Pérez y Sierra, 2009). Sin embargo, las enfermedades no son parte del proceso de envejecimiento propiamente tal, sino consecuencia derivadas de este (Pérez y Sierra, 2009).

La imagen de las personas mayores presenta características más negativas que positivas: incapacidad, lentitud, rigidez, enfermedad, etc. El estereotipo negativo está en conexión con las normas y roles sociales que se prescriben, influyendo en un autoconcepto negativo de la propia persona, lo que puede afectar su estado de salud (Bauzá, 1999).

También se comprobó que los cambios bruscos o acontecimientos vitales como la pérdida de seres queridos o la jubilación pueden producir alteraciones relevantes en la salud física y psíquica (Bauzá, 1999).

De todas formas, la representación social del envejecimiento tiene que ver con el sistema de creencias y valores de cada cultura y varía a lo largo de la historia (Bauzá, 1999).

Convertirse en una persona mayor implica cambios en la apariencia, la superación de un umbral cronológico definido, la construcción de una nueva identidad y la pérdida o asunción de roles. La vejez, está vinculada para los sujetos al cese de tareas esenciales a su

rol, esa interrupción representa una crisis de identidad y el inicio de una nueva etapa vital (Mercado Fuentes, 2008).

De este modo, realizar determinadas actividades productivas o recreativas significa borrar ese inicio y atenuar el límite entre el presente hombre/mujer y el futuro anciano/anciana, negociando con la propia autodefinición (Mercado Fuentes, 2008).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el envejecimiento activo se define como el proceso por el que se potencian las oportunidades de bienestar físico, social y psicológico a lo largo de la vida, con el propósito de extender la esperanza de vida saludable, la capacidad productiva y la calidad de vida en la vejez (Giró Miranda, 2006).

El envejecimiento activo se instala en el reconocimiento de los derechos humanos de las personas mayores de autonomía, participación, dignidad, atención y auto-desarrollo. Desde esta perspectiva, los factores determinantes del envejecimiento activo son: económicos, sociales, físicos, servicios sociales y de salud, personales y conductuales (Zamarrón, 2007).

Los sujetos que envejecen activamente aprovechan cualquier situación a lo largo de sus vidas para obtener y conservar la salud, actividades significativas, vínculos sociales, nuevas capacidades, aprendizajes y necesidades materiales (Kalache et al., 2015).

Según Iacub (2013), la integración social y la participación en la comunidad han sido reconocidas entre los factores que ejercen mayor influencia sobre los niveles de bienestar y calidad de vida en la etapa de la vejez.

Retiro laboral

El origen de la palabra “jubilación” deriva de júbilo, alegría, regocijo, pero la acción de jubilarse, que tal vez es una señal de alegría en un principio, puede generarse en un

angustiante retiro, que es otro de los términos empleados en diversos estudios para designar este mismo fenómeno (Chacón Rivas et al., 2020).

La jubilación es un proceso que comienza antes de los 60 años, antes del momento de salida del mercado laboral, y que se extiende hasta más allá de ese momento, con diferentes etapas que se puede definir a partir de los conceptos de socialización anticipatoria en la fase de prejubilación, de enfrentamiento en el momento de la jubilación y las diferentes fases de adaptación que atraviesa la persona jubilada (Gálvez, 2019).

El retiro laboral tiene connotaciones negativas como positivas que no se pueden obviar al igual que sus factores de riesgo como, el jubilado ha sido un individuo eficaz en su trabajo, al enfrentarse al hecho de la jubilación, este factor de protección se puede volver un factor de riesgo, llevándolos a considerarse seres inútiles con conflictos y depresiones (Domínguez García y Vera Luque, 2011).

El trabajo ofrece multitud de posibilidades, al dejar la vida laboral, la persona puede caer en el anonimato y perder influencia. Esto trae limitaciones: cambio del rol social, modificaciones en la familia y en la pareja, disminución de ingresos, disminución de la capacidad física y psíquica y pérdida de seres queridos (Domínguez García y Vera Luque, 2011).

También existen factores de protección, se recupera la libertad pérdida como consecuencia de integrar el mundo laboral, se cuenta con tiempo libre para realizar todo aquello que antes no era posible. Es una ocasión ideal para formar parte de proyectos, la persona jubilada es portadora de experiencia, de conocimientos y de sabiduría que ha reunido con el transcurso de los años (Domínguez García y Vera Luque, 2011).

El retiro laboral es considerado como un acontecimiento inevitable de la vida y es definido como un cambio que se da al final del ciclo de desarrollo del sujeto y funciona como

un ritual que marca la transición entre la etapa de la adultez y la vejez. En la mayoría de los casos, la jubilación coincide con el inicio de los cambios físicos, psicológicos y sociales relacionados con la etapa del envejecimiento (Cruz Meléndez, 2011).

Según Rodríguez Feijoó (2007), la jubilación tiene diversos significados en los adultos mayores. Entre ellos, la pérdida del rol profesional, la modificación de los recursos económicos, el cambio en la dinámica de la vida cotidiana, la reorganización de los vínculos familiares y sociales, la disponibilidad importante del tiempo libre, entre otros.

El empleo implica un rol activo, productivo, exigencias tanto físicas, psíquicas y sociales, obligación, responsabilidad, etc. Mientras que la vejez supone un rol pasivo, no productivo, carente de aptitud física y psíquica con cierta liberación de obligaciones y responsabilidades (Rodríguez Feijoó, 2007).

El envejecimiento se encuentra relacionado con la idea de ausencia de trabajo, pudiendo ser parte de las razones por las que una parte de la población considera a los adultos mayores como un grupo de referencia negativo y presenta oposición para considerarlo su grupo de pertenencia (Rodríguez Feijoó, 2007).

La jubilación obligatoria que se encuentra establecida por la edad del sujeto, deteriora la salud de muchos adultos mayores a quienes el trabajo les otorgaba una posición social, realización personal, vínculos interpersonales y una elevada autoestima (Rodríguez Feijoó, 2007).

El retiro laboral, aunque pueda vivirse como un hecho crítico o traumático, también suele ser anhelado. Sin embargo, existen marcadas diferencias de género y de clase social. Es más deseada en las mujeres, dado el valor otorgado al ámbito familiar, y en las clases sociales más bajas, donde el trabajo no siempre fue fruto de una elección (Iacub, 2013).

No obstante, la dimensión económica puede tornarse compleja, ya que suele implicar una notoria reducción de los ingresos (Iacub, 2013).

La jubilación constituye un cambio en la vida de las personas más allá del simple hecho de concluir la actividad laboral, incide en aspectos sociales, económicos, familiares y, sobre todo, psicológicos. (Zárate, 2025).

La pérdida de compañeros de trabajo también es influyente ya que, la persona atraviesa un proceso de duelo y la manera en que cada sujeto la experimenta es única y dependerá de las diferencias de personalidad, culturales y religiosas, entre otras (Cruz Meléndez, 2011).

Retirarse del ámbito laboral conlleva a interrumpir el ritmo y la actividad que se han mantenido durante un largo tiempo para pasar a convertirse en una persona marginada por falta de ocupación y el aislamiento. Por esta razón, es necesario que la persona jubilada descubra actividades alternativas que le resulten significativas y que sean útiles para la comunidad (Rodríguez Feijoó, 2007).

Según Jiménez (2011), el retiro laboral implica reconsiderar el concepto que tienen de sí mismo, identificar y desarrollar nuevas facetas, ya que las personas jubiladas necesitan verse a sí mismas como seres humanos más que como trabajadores, requieren encontrar otras aficiones que den rumbo y propósito a la vida, así las personas tendrán mayor probabilidad de permanecer activas y estar orgullosos de sus cualidades más allá del trabajo.

La elaboración para la jubilación como la organización de un nuevo proyecto de vida invita una revisión del estilo de vida individual y un contemplamiento del ciclo vital familiar de acuerdo con la experiencia vivida, las satisfacciones alcanzadas, las necesidades emergentes y sus posibles oportunidades (Ávila Navarrete et al., 2024).

Enfoque narrativo

Según Capella (2013), en la epistemología constructivista, la premisa fundamental es la construcción de la realidad, al igual que en los paradigmas narrativos, en que el lenguaje se constituye en un proceso esencial para la generación de significados y realidad.

De esta manera, la narrativa es la matriz para la organización de los sentidos, para otorgar significado a las experiencias, el mundo, los otros y nosotros mismos, siendo concebidos los individuos como relatores de sus propias historias (Capella, 2013).

Las narrativas constituyen un elemento clave en esta lectura, ya que fomentan una forma de organización del material que brinda coherencia al concepto de envejecimiento y vejez, así como de la identidad (Iacub, 2013).

La función narrativa tiene como propósito unificar una representación del sí mismo a lo largo de la vida, mediante el acto de volver concordante lo que aparecía como discordante y transformar en continuo aquello que resultaba discontinuo (Iacub, 2013).

El modelo narrativo reconoce la importancia del lenguaje en la estructuración del sí mismo y la experiencia, pero, al mismo tiempo, mantiene la idea del carácter individual y coherente de la subjetividad personal (Capella, 2013).

Según López De Martín (2011), la Terapia Narrativa es un enfoque terapéutico que se interesa principalmente en las historias que las personas construyen acerca de su vida y su identidad. Plantea que los seres humanos organizamos nuestra experiencia de vida como una narración, es decir, como una sucesión de acontecimientos que tienen una secuencia temporal, un desarrollo, propósitos, significados y desenlace.

La Terapia Narrativa se interesa en descubrir y reconocer (deconstruir) las ideas, creencias y prácticas propias de la cultura en la que habita la persona y que contribuyen a sostener el problema y su historia, de este modo es posible cuestionar y desafiarlas (López De Martín, 2011).

La identidad narrativa es una trascendencia con respecto a la idea de identidad personal, ya que ella se expresa en el eje temporal de la vida del ser humano, en el acto de describir y de relatar la acción con propósito a la construcción de sí mismo (Salcedo, 2017).

El envejecimiento y la vejez, aluden a la noción de finitud, la pérdida de funciones, de prejuicios sociales, las transformaciones en la autoimagen y las alteraciones corporales, pondrán en tensión los lazos narrativos y podrán exigir un intenso trabajo de configuración que favorezca la preservación de la identidad personal (Iacub, 2013).

La identidad narrativa puede entenderse como la historia internalizada y en permanente evolución del yo, que una persona construye con el fin de otorgar sentido y significado a su vida (McAdams, 2011).

Esta historia es una reconstrucción selectiva del pasado autobiográfico y al mismo tiempo, una anticipación narrativa del futuro imaginado lo cual permite explicar, tanto a uno mismo como a los demás, el modo en que el individuo llegó a ser quien es y hacia dónde orienta su vida (McAdams, 2011).

Los individuos comienzan a configurar sus vidas en formas de identidades narrativas durante la adolescencia tardía y la juventud, sin embargo, el proceso de construcción y desarrollo de la identidad narrativa se prolonga a lo largo del ciclo vital (McAdams, 2011).

Las personas no dejan de redefinir e interpretar la identidad narrativa que los constituye a la luz de los relatos culturales que proponen. En este sentido, la comprensión de sí mismos comparten los mismos rasgos de tradicionalidad hermenéutica que la interpretación de una obra literaria (Ricoeur, 2006).

Por lo tanto, deben aprender a asumir la función de narradores de su propia historia, sin que se conviertan por completo en los protagonistas de su propia vida (Ricoeur, 2006).

La vida viene a ser entonces, además de un entramado de historias narradas, el campo de una actividad constructiva en la que reencontramos la construcción identitaria narrativa que nos constituye a la luz de los discursos que propone nuestra cultura (Salcedo, 2017).

Según Albornoz (2017), la sociedad produce lugares de prestigio e identidad narrativa, visibles a la pregunta ¿quiénes somos?, donde existe una tendencia a responder por el rol profesional y laboral.

Al llegar la jubilación, esa identidad se desdibuja e irrumpe ya que impulsa al sujeto a una nueva búsqueda de construcción de un rol distinto, para la cual muchas veces no está preparado (Albornoz, 2017).

La identidad narrativa aparece como una herramienta teórica de gran importancia para explicar circunstancias de transformación o crisis vitales en la que ponen en juego los quiebres de significados o refiguraciones y sus soluciones o configuraciones (Iacub, 2013).

Identidad

El vocablo identidad proviene del latín “identitas”, ídem, lo mismo, calidad de idéntico. Queda marcada la mención a la igualdad y mismidad, deslizándose hacia particularidades que señalan lo propio y único (Elgarte, 2011).

La identidad es un concepto multidimensional, ligado al tiempo, al espacio y al contexto que cada sujeto vive y experimenta. No es estática ni inmutable, sino que evoluciona y se transforma constantemente según los cambios y desafíos personales, sociales y culturales de cada individuo (Cossio Calva, 2015).

Segun López y Dorantes (2014), el término de identidad se encuentra actualmente atravesado por múltiples cuestionamientos que van desde su origen, innato o elaborado, mediante un proceso evolutivo como histórico pasando por su persistencia en el tiempo o su

constante fragmentación hasta las incertidumbres acerca de la continuidad de su existencia como noción.

Hablar de identidad supone reconocer un eje en el individuo, que una vez establecido, salvo alguna alteración patológica, se preserva a lo largo del tiempo otorgándole a la persona la vivencia de mismidad, continuidad e integridad y sobre todo de autorreconocimiento (Lopez y Dorantes, 2014).

La identidad no constituye algo dado o fijo, sino que se construye y se reconstruye de manera constante. Se trata de una producción de significados en un contexto social específico, resultado de narrativas culturales y de los discursos sociales que la atraviesan (Cassio Calva, 2025).

En este sentido, el sentimiento identitario es el reconocimiento por parte del sujeto de ser una entidad autónoma y diferenciada respecto de los demás (Lopez y Dorantes, 2014).

Se entiende por identidad la cohesión del sujeto en el tiempo al compararse consigo mismo, lo cual está vinculado con su continuidad y mismidad, considerando el alcance de la individuación y diferenciación como condición previa (Lopez y Dorantes, 2014).

Por consiguiente, al referirse a la identidad, se entiende las características que tiene una persona, a través de las cuales es reconocida. Sin dejar de lado los aspectos biológicos que la integran, gran parte de la identidad personal se configura a partir de las relaciones sociales que se inician con la familia, en la escuela y con las personas que se encuentran a lo largo de la vida. Esta identidad construida influye en la forma en que actuamos en el mundo (Páramo, 2008).

La identidad en la vejez es al mismo tiempo continuidad y reinterpretación, el simple acto de rememorar transforma la experiencia del presente. Esto otorga al adulto mayor un papel activo como autor de su propia narración vital (Camacho López, 2025).

Su finalidad es que el adulto mayor logre aceptar sus experiencias pasadas y, a partir de ellas, reconstruir el sentido de sí mismo, integrando recuerdos, logros y fracasos dentro de una narrativa coherente que otorgue propósito y significado (Cossio Calva, 2025).

La manera en la que una persona mayor se interpreta a sí misma no es un resultado cierto de los discursos que la atraviesan, aunque estos forman parte de las referencias desde las cuales el sujeto se narre (Iacub, 2013). Es preciso destacar la heterogeneidad y especificidad de los modelos de individualidad y del envejecer que se despliegan en distintas prácticas sociales, junto con los códigos que emergen en las divisiones de género, etnias o clase, y su articulación con problemas y respuestas específicas vinculadas a la conducta humana.

Según el autor, la identidad, entendida como una narrativa, permite articular los significados del sí mismo y otorgar sentido a la propia experiencia vital frente a situaciones de disrupción o discordancia, entre la narración personal y el contexto.

El pasaje del trabajo a la etapa jubilatoria puede vivirse como ruptura que impide al sujeto reconocerse como jubilado, despojado de roles y atributos esenciales, donde el futuro no parece posible. La jubilación siendo difícil de anticipar y elaborar, puede generar malestares psicológicos (Albornoz, 2017).

Puede verse comprometida su identidad al sufrir modificaciones en su rutina cotidiana, en sus roles sociales, en el tipo de actividad que realiza y en otros factores que pueden generar una crisis (Albornoz, 2017).

Por otra parte, implica la búsqueda de nuevos sentidos y replanteo del rol del jubilado, como parte de la construcción de nuevas identidades dentro de un marco determinado (Albornoz, 2017).

Figuración de la identidad

Según Iacub (2013), la noción de figuración o de representación del sí mismo se refiere a los modos en que un sujeto se concibe, se ve y se comprende como tal, tanto por sí mismo como por el otro, usando este término para hacer referencia a las historias que la gente cuenta sobre sí cuando son definidos por sí mismos o por los otros.

El sujeto construye su identidad a partir del reconocimiento del otro, de los otros y de lo otro, lo que le otorga seguridad para desenvolverse en un entorno incierto (Iacub, 2013).

Las modificaciones en la identidad, vinculadas a las posiciones frente al otro o lo otro, generan experiencias de fragilización de las figuraciones identitarias, sobre todo en momentos de crisis vitales, donde el pasaje hacia una nueva etapa puede producir una ruptura biográfica o narrativa (Iacub, 2013).

Estos cambios en la propia figuración implican valoraciones entre las distintas representaciones temporales del sí mismo y las expectativas sociales, buscando soluciones positivas al malestar subjetivo. Los procesos de reflexión vital resultan necesarios para elaborar lo novedoso y alcanzar coherencia personal (Iacub, 2013).

Los cambios inesperados en el ciclo vital incrementan la fluctuación e inestabilidad hasta configurar una nueva organización global. Estas nociones son significativas por experiencias que marcan diferencias del sí mismo, vividas como ajenas o no deseadas, donde la asignación de “ser viejo” puede transformarse en una categoría negada (Iacub, 2013).

Por eso, se requiere procesos reflexivos que reorganicen el sí mismo y otorguen un nuevo sentido de identidad con integración y propósito (Iacub, 2013).

El relato y el otro se vuelven soportes de identidad, y solo allí el sujeto puede sentirse con una figuración de sí más clara y estable (Iacub, 2013).

A la idea de figuración se agrega la refiguración, noción que remite al cambio, ya que refigurarse implica en el sujeto figurarse a partir de nuevos sentidos y contextos. Se trata de una elaboración y reelaboración identitaria, clave para comprender los movimientos de sentido de la identidad que emergen de las múltiples narrativas otorgadas por el sujeto (Canal, 2024).

La figuración y la refiguración concluyen con la configuración, entendida como la tarea de captar en conjunto circunstancias discontinuas y poco coherentes, otorgándoles un sentido que haga comprensible los actos, hechos o sucesos mediante un orden de causalidades estructurales orientadas hacia un fin prometido (Canal, 2024).

Configuración de la identidad

La identidad no se manifiesta como permanente e inmóvil sino que se conforma como un proceso dinámico, relacional y dialógico que siempre se desarrolla en un vínculo con un "otro", de naturaleza inestable y diversa (Marcús, 2011).

La identidad no es un resultado fijo cuya esencia sería inamovible, establecida de manera absoluta por el entramado cultural y social, sino que es fluctuante y se va configurando mediante dinámicas de negociación en el transcurso de las interacciones cotidianas. En estas relaciones, las personas ponen en juego sus habitus (Marcús, 2011).

Según Bourdieu (1991), los condicionamientos asociados a un tipo específico de condiciones de existencia producen habitus, conjunto de disposiciones persistentes y transferibles, formas estructuradas predispuestas para funcionar como esquemas estructurantes.

Siendo fundamentos generadores y organizadores de acciones y representaciones objetivamente ajustadas a su propósito, sin suponer la intención consciente de objetivos ni el

control de procedimientos necesarios, objetivamente “reguladas” y “regulares” sin ser el producto del cumplimiento de normas (Bourdieu, 1991).

Según Torregrosa (1983), la identidad personal, entendida en un sentido amplio, se trata de una construcción social. Una construcción que surge en la interacción, y que, al mismo tiempo, depende de ellas para sostenerse. Esta construcción requiere de formas sutiles y evoluciones continuas, a veces complejas de captar en el momento mismo en que ocurren. La personalidad es, pues, una construcción social en todos sus niveles.

La construcción del sí mismo es un proceso que se extiende a lo largo toda la vida, por ello, se sostiene que ningún periodo del ciclo vital tiene supremacía sobre otro, ya que cada etapa está atravesado por dinámicas continuas y discontinuas, además de atravesar por momentos de estancamiento o crecimiento según la capacidad de adaptación del individuo (Villanea, 2015).

Así, la formación de esta identidad personal, concebida como una estructura psicológica de cierta permanencia, se da en el marco de desarrollo de la personalidad en un contexto de interacción social que facilita la educación de las personas con el propósito de que logren una identidad integrada en los distintos momentos de su ciclo vital (Villanea, 2015).

Por lo tanto, Erickson denomina la etapa de la vejez como el “de las últimas preocupaciones”. La tensión central en esta etapa gira en torno a la integridad frente a la desesperación. La integridad brinda una perspectiva amplia, una habilidad para contemplar la vida como una unidad (Martínez, 2008).

El autor indica que “el conocimiento de integridad del Yo, conlleva aceptar un ciclo vital único, con su particular narrativa de triunfos y fallos, y concede un sentido de decreto y significado a nuestra vida y al mundo” (Martínez, 2008).

Cuando el individuo siente que no ha cumplido con sus propósitos, puede caer en la desesperación, al no haber alcanzado sus metas esta sensación puede manifestarse como miedo a la muerte o la percepción de que el tiempo restante no será suficiente para concretar lo que aún desea (Martínez, 2008).

Asimismo, en la vejez puede surgir la desesperación si la persona no se identifica con los valores o estilos de vida de los demás (Martínez, 2008).

Lo ideal es que el individuo esté satisfecho con la vida que ha llevado, valorando las vivencias y las formas en que las enfrentó. La fortaleza esencial en esta etapa es la sabiduría adquirida, el estar conforme con lo que ha realizado, con haber sido un "yo" único y haber realizado "algo" según su trayectoria y sus valores (Martinez, 2008).

Saber que lo hecho tuvo una repercusión personal, social y cultural, por lo que quedará satisfecho con sí mismo (Martinez, 2008).

La configuración tiene como objetivo abordar las discrepancias que generan incertidumbres y miedos a partir de creencias que permitan lograr el bienestar, las cuales se vinculan con bienes y valores personales de un momento determinado y de las adjudicaciones singulares que le ocurren al individuo (Iacub, 2013).

Esta noción supone la tarea de captar como un todo circunstancias discontinuas y no coherentes, otorgándoles un significado que les vuelva comprensibles y seguibles como un conjunto de actos, hechos o sucesos, mediante de un orden de causalidades organizado en torno a una orientación vinculada a un fin prometido (Iacub, 2013).

Según Iacub (2013), cada modalidad de configuración brinda alternativas para superar la inconsistencia y el vacío generados por las refiguraciones, ofreciendo espacios de control y seguridad, nuevas formas de significado, así como instancias de intercambio y reconocimiento.

La configuración aparece como la respuesta de cierre a la refiguración, la cual puede adoptar distintas modalidades y niveles, que van desde formas fragmentarias hasta las más consolidadas (Iacub, 2013).

Asimismo, la mirada narrativista sobre la refiguración y la configuración se presenta como ejes centrales donde se discuten las transformaciones de la identidad en un sujeto frente a un cambio o pérdida. La articulación y estructuración narrativa del sí mismo constituye el trasfondo de estos procesos (Iacub, 2013).

Refiguración de la identidad

Según Iacub (2013), la refiguración alude al cambio en la figuración mediante nuevas categorías narrativas desde las cuales se pensaba el sujeto. Del mismo modo, las refiguraciones ponen en duda el quien o el autor de la acción o de la narración.

En ese sentido, es allí donde el individuo se siente interpretado por el nuevo ámbito de significación o circunstancia vital y por lo tanto, requiere una reelaboración identitaria (Iacub, 2013).

Asimismo, son importantes estas nociones debido a las experiencias que marcan diferencias de sí mismo, que pueden aparecer como no intencionales, experimentadas como ajenas al individuo e indeseadas y por ende, donde la asignación de “ser viejo” puede devenir una etiqueta negada (Iacub, 2013).

El retiro laboral es una experiencia que transforma la figuración que se tenía de sí mismo, de los roles y estatus que habían ocupado hasta ese momento y una demanda de un ¿quién soy ahora? o ¿quién debería ser? (Iacub, 2013).

El haberse jubilado aparece como una clasificación a partir de la cual el sujeto se sitúa en relación con los otros desde un espacio diferente de reconocimiento y poder. La pérdida de aquel lugar asociado con la propiedad y la identidad (Iacub, 2013).

Según Zárate (2025), la jubilación puede ser entendida como un cierre y al mismo tiempo como una apertura hacia una etapa en la que se reconfiguran la identidad, el bienestar y el sentido de vida.

Por ello, su adaptación está estrechamente vinculada a las estrategias de afrontamiento individuales y a la resignificación personal (Zárate, 2025).

El impacto de la jubilación se expresa en cuatro ámbitos fundamentales, en primer lugar, la incidencia sobre la identidad, en segundo lugar, la modificación de las dinámicas familiares, en tercer lugar, la reconfiguración de los lazos sociales y, por último, la reconstrucción del autoconcepto (Guerrero y Pineda, 2025).

Envejecer supone cambios y transformaciones que llevan a una reconfiguración de roles a lo largo de la vida y en cada momento del ciclo vital. Es una experiencia distinta para cada individuo, marcada por emociones y estilos de vida que consolidan la vivencia de esta etapa (Castellanos García, 2020).

Esta reconfiguración modifica la manera de vincularse en los diferentes entornos, personales, emocionales, familiares y económicos. El adulto mayor puede asumir nuevas funciones o continuar con las que ya desempeñaba, reconfigurándolos según las circunstancias que se presentan en su trayectoria (Castellanos García, 2020).

En el ámbito social, este proceso implica una reconfiguración de roles, dado que la sociedad suele apartar a los mayores de determinadas funciones, lo cual provoca modificaciones en su identidad, en su sentido de pertenencia y en su bienestar tanto social como emocional (Guerrero y Pineda, 2025).

Los cambios están determinados por dinámicas familiares, donde pueden ser referentes de hogar o recibir ayuda, y por factores materiales y económicos como ahorros, propiedades, herencias o pensión de jubilación (Castellanos García, 2020).

Estos recursos permiten sostenerse y evitar crisis individuales, generando una vida más serena en comparación con quienes carecen de ellos y deben buscar empleo para cubrir necesidades básicas (Castellanos García, 2020).

La reconfiguración de funciones constituye un proceso continuo de la vida, no representa una ruptura hacia la vejez, sino la prolongación de transformaciones presentes en todas las fases del ciclo vital (Castellanos García, 2020).

Ser adulto mayor implica variaciones, transformaciones y reconfiguraciones asociadas a factores internos y externos. La familia, el trabajo, la sociedad, los procesos económicos y el propio individuo son elementos esenciales para comprender este recorrido (Castellanos García, 2020).

Método

Diseño de estudio

El presente trabajo de investigación tiene un diseño no experimental empírico, de corte cualitativo, basado en un diseño fenomenológico, cuyo objetivo es describir el proceso de configuración de la identidad luego del retiro laboral que realizan los adultos mayores de la Provincia de Buenos Aires.

Según Hernández Sampieri y Mendoza (2018), el diseño no experimental consiste en observar o medir fenómenos y variables tal como se presentan en su contexto natural, para analizarlas sin manipulación. Asimismo, señalan que el método cualitativo estudia fenómenos

de manera sistemática, partiendo de los hechos y de la revisión de estudios previos, con el fin de generar teorías consistentes con lo observado.

Del mismo modo, la investigación se situo dentro de un diseño fenomenológico, el cual su objetivo principal es explorar, describir y comprender las experiencias de los individuos en relación con un fenómeno y descubrir los aspectos en común que se desprenden de tales vivencias (Hernández Sampieri y Mendoza, 2018).

Por lo consiguiente, como mencionan Hernández Sampieri y Mendoza (2018), se procura comprender los fenómenos, examinándolos desde la perspectiva de los participantes, enfocado por el sentido personal de las experiencias y los valores humanos, el punto de vista interno e individual de las personas, considerando su ambiente natural y en relación con el contexto.

Participantes

Los/as participantes del presente estudio fueron personas mayores de un centro de jubilados, ubicado en la Provincia de Buenos Aires. El grupo estuvo conformado por 12 personas, hombres y mujeres de entre 65 y 85 años.

Dentro de los criterios de inclusión se tomaron en cuenta, personas mayores de 65 años tanto hombres como mujeres que se encuentren jubilados, que hayan transitado al menos un año desde su retiro, que asistan al centro de jubilados y que manifiesten su consentimiento para participar voluntariamente en las entrevistas.

Dentro de los criterios de exclusión no se tomaron en cuenta, personas mayores que aún formen parte del mercado laboral, que presenten un deterioro cognitivo grave que dificulte el diálogo para la entrevista y quienes no desean participar de las entrevistas.

Instrumentos

La técnica utilizada fue una entrevista cualitativa semiestructurada, basada en una guía de preguntas (ver anexo 2), en la cual se presentan temas que deben abordarse. El entrevistador dispone de la libertad para añadir preguntas complementarias que permitan aclarar conceptos o recabar información adicional, e incluso modificar parte del orden en que se desarrollan (Hernández Sampieri y Mendoza, 2018).

Ofrece una mayor flexibilidad en la formulación de las preguntas, ya que las respuestas no resultan ni demasiado rígidas ni completamente abiertas. Favorece mayor participación de los entrevistados al expresar su punto de vista, aporta una uniformidad relativa en las respuestas y a su vez, facilita que los investigadores puedan interpretar las respuestas de forma más precisa en su contexto de estudio (Lopezosa, 2020).

Según De Toscano (2009), se busca a través de la recolección de saberes personales, construir el sentido social de la conducta individual o del grupo de referencia del sujeto entrevistado, y de este modo, posibilita el acceso a un lugar comunicativo de la realidad, donde la palabra actúa como el principal medio de transmisión de una experiencia personalizada, biográfica e irrepetible.

Procedimientos

La selección de la muestra fue no probabilística, intencional (Hernández Sampieri y Mendoza, 2018), de acuerdo al grado de acceso que permitió el centro de jubilados de donde se recolectaron los datos.

Para realizar la investigación, se solicitó la autorización de la presidenta del centro de jubilados. Todos los adultos mayores que han participado de la investigación, firmaron el consentimiento informado antes de la entrevista (ver Anexo 1) y participaron de forma libre y voluntaria, teniendo garantizado el manejo confidencial de su información. En este caso, cada entrevista se realizó de forma individual, en encuentros presenciales con los participantes.

El análisis de datos se realizó mediante técnicas específicas del método cualitativo, codificando y elaborando categorías en base a las respuestas.

Consentimiento informado

La presente investigación se realizó regulada por las leyes y normativas éticas del rol del psicólogo, siendo la ley 26.529 “Ley de Derechos del Paciente en Argentina”. Se les entregó a los participantes un consentimiento informado (ver anexo 1) que debían leer de manera clara y luego completar. En el cual se detalla toda la información sobre este trabajo y el procedimiento que se le darían a los datos obtenidos.

Resultados

En primer lugar, se describen los datos sociodemográficos de la muestra. Posteriormente, se presentan los resultados organizados en categorías y subcategorías elaboradas a partir del análisis de lo manifestado por los participantes.

Figura 1

Datos sociodemográficos de la muestra

Participante	Edad	Sexo	Con quién vive	Edad de retiro laboral	Nivel educativo
1	65 años	Femenino	Sola	61 años	Secundario completo
2	83 años	Femenino	Sola	63 años	Secundario completo
3	71 años	Femenino	Hijo y nuera	60 años	Primario

					completo
4	80 años	Femenino	Hijo	76 años	Primario completo
5	71 años	Femenino	Hijastra y dos nietos	61 años	Primario completo
6	76 años	Masculino	Solo	73 años	Profesorado
7	73 años	Masculino	Solo	67 años	Secundario completo
8	76 años	Femenino	Sola	60 años	Primario completo
9	73 años	Masculino	Pareja	63 años	Primario completo
10	69 años	Masculino	Esposa	65 años	Secundario completo
11	73 años	Femenino	Sola	63 años	Secundario completo
12	73 años	Femenino	Sola	61 años	Secundario completo

Nota: elaboración propia a partir del material del trabajo de campo

A continuación se presenta el análisis por categorías y subcategorías.

Figura 2

Análisis por categorías y subcategorías

Categoría	Subcategoría
Retiro laboral	Creencias
	Experiencias
	Estrategias
Configuración de la identidad	Con posibilidad de configurar una nueva identidad
	Sin posibilidad de configurar una nueva identidad

Nota: elaboración propia

Categoría: retiro laboral

Subcategoría: creencias

Con respecto a la subcategoría de creencias, los entrevistados se refirieron a que es una etapa de cambio, así lo expresó la participante número uno de 65 años "Lo mismo que pienso ahora, es una etapa de cambio, ya no se puede trabajar con los más jóvenes porque tienen otro pensamiento". Como también la participante número cuatro de 80 años manifestó "No estoy en contra de la jubilación, siempre estuve preparada. A lo primero pensé que iba a ser cruel porque estaba acostumbrada a trabajar, fue un cambió estructural muy grande". Asimismo, como lo declaró el participante número seis de 76 años "Es un cambio brusco, después de tantos años de trabajar y de golpe tengo 24 hs libres al día, sin saber qué hacer, me encontré con la pregunta ¿qué tengo pensado hacer ahora?".

Sin embargo, otros entrevistados lo manifestaron como algo negativo y crítica al contexto económico, así lo expresó la participante número dos de 83 años "Nunca quise ser

jubilada, siempre quise trabajar, un paso antes de la muerte es para mí la jubilación, no quiero ni sentirla". Así también, el participante número siete de 73 años mencionó "Para mí la jubilación es después de trabajar tantos años, aporte bastante más de lo que verdaderamente necesitaba aportar y estoy muy defraudado con lo que me pagan, me pagan muy poco. Es agridulce, tiene cosas lindas y malas.

Subcategoría: experiencias

En cuanto a la subcategoría experiencias, los entrevistados se refirieron al disfrute y el tiempo libre, tal como lo manifestó la participante número tres de 71 años "Empecé a salir más, a irme de viaje, conocer el centro de jubilados, antes no iba a ningún lado. Para mí la jubilación fue lo mejor". Al igual que lo mencionó el participante número siete de 73 años "Qué tengo más tiempo libre y duermo más, tiempo para hacer más cosas, recuperé 26 años de mi vida en la que me dedique a trabajar, me acerque mas a mi familia, a mis amigos y a salir".

Igualmente, como lo expresó el participante número nueve de 73 años: "Con el trabajo perdí muchas amistades, pero al jubilarme con las nuevas actividades, conocí otras amistades, en el centro y en la familia de mi pareja. Puedo decir que estoy bien y contento, me ayudan mucho a mí como persona, antes eso no lo tenía. Siento que ahora me valoran".

En cambio, algunos entrevistados lo expresaron como una experiencia negativa, tal como lo mencionó el participante número nueve de 73 años "Me costó porque una persona activa, que sale de noche y vuelve a su casa cuando aparece el sol es difícil, muy difícil. Me costó, es algo que me gusta, trabajar, uno no tiene el privilegio de hacer lo que quiere, lo que le gusta". Asimismo, la participante número once de 73 años expuso "Emocionalmente me cayo mal, yo soy una mina muy activa, de un día para otro me encontré con mucho tiempo

libre. Después de haber trabajado tantos años. Es un duelo, se vive un duelo para mí. Después te tenes que empezar a rearmar o no".

Subcategoría: estrategias

Acerca de la subcategoría estrategias, los entrevistados aludieron a la importancia de actividades como también al apoyo social. De este modo, lo expresó el participante número nueve de 73 años "El apoyo social me ayudó mucho a mí. Aprendí a elegir buena compañía. Aprender mucho a escuchar, y a estar atento a los otros". Como también el participante número diez de 69 años:

"Para tener la mente ocupada empecé a hacer palabras cruzadas y a mirar más la televisión, eso me ayudó mucho en mi tiempo libre. Me sentía aburrido. Ocupar el tiempo libre. Mi hijo me reclamaba que los amigos salían con sus papás los fines de semana y yo nunca podía ir por el trabajo, eso lo cambié de grande".

Asimismo, la participante número once de 73 años mencionó "Uno en la vida hace estrategias para ir viviendo, la única estrategia que hice fue no venirme abajo, no deprimirme, no sentir que la jubilación me tira abajo, no quiero sentirme una vieja sino alguien activo".

Por otro lado, se evidenció la importancia del centro de jubilados como estrategia para una nueva identidad. Tal como lo manifestó la participante número cinco de 71 años "El centro me ayudó mucho en mi identidad, no soy la misma persona que era antes de venir".

Categoría: configuración de la identidad

Subcategoría: posibilidad de configurar una nueva identidad

Con respecto a la subcategoría posibilidad de configurar una nueva identidad, los entrevistados señalaron transformaciones en su identidad. Como lo mencionó la participante número tres de 73 años:

Me cambio personalmente la jubilación, me libere de algo, que tenía lo mío y no dependo de nadie. Antes de jubilarme dependía de mi esposo y después ya no. Tratar con la gente me hizo cambiar, estaba muy encerrada antes, me la pasaba encerrada en mi casa, ahora hablo con gente. Me ayudó a poder establecer vínculos sociales, a interactuar más con las personas.

Por consiguiente, como lo manifestó la participante número once de 73 años "Si modifique un montón de cosas, cambie amistades, horarios, actividades, hay un corte cuando te jubilas y empezas esa nueva vida, y también es aprender a ser jubilada"

Así también, la participante número doce de 73 años expresó "A mí el centro me modificó totalmente mi personalidad, mi identidad. Mi manera de ser. Llegué como un pollito mojado y ahora soy otra persona. Me visto de otra manera, me maquillo, soy otra persona".

Subcategoría: sin posibilidad de configurar una nueva identidad

No obstante, en otros entrevistados se evidenció una identidad estable, sin cambios ni estrategias. Tal como lo refiere la participante número cuatro de 80 años "Seguí manteniendo un orden de vida, soy ordenada en todo, organizada, no cambie nada de mi. No cambio nada, sigo igual". Así como la participante número dos de 83 años "Siempre fui igual, no cambié para nada".

Por otra parte, se observó la dificultad de desligarse del rol laboral, como lo relató el participante número seis de 76 años "Sigo yendo a visitar el lugar donde trabajé, voy de vez en cuando a saludar a la gente porque los extraño. La docencia hoy en día forma parte de mi identidad"

Discusión

La presente investigación tuvo como objetivo general describir el proceso de configuración de la identidad luego del retiro laboral en los adultos mayores de la Provincia de Buenos Aires.

Respecto a la subcategoría creencias del retiro laboral, los resultados de los participantes que conciben la jubilación como una etapa de cambio tal como lo expresa la participante número uno, la participante número cuatro y el participante número seis, concuerdan con Hermida et al. (2022) quienes señalaron que el retiro laboral genera múltiples impactos en sus vidas como la necesidad de construir una nueva identidad personal, rearmar sus rutinas y redefinir su rol en su familia.

En cambio, las percepciones negativas de los entrevistados en relación a la jubilación tal como lo declaró la participante número dos y el participante número siete, están en discordancia con Rabini (2024), porque su investigación mostró que la mayoría de los adultos mayores lo vincularon con sentimientos positivos como alegría, recompensa, libertad y celebración.

En cuanto a la subcategoría experiencias del retiro laboral, los resultados de los entrevistados se vincularon al disfrute y el tiempo libre como lo expresó la participante número tres, el participante número siete y la participante número nueve, se halla en concordancia con Hermida et al. (2022) quienes demostraron que los adultos mayores tendían a relacionar la jubilación con una etapa de formulación de proyectos nuevos, favoreciendo su bienestar. Como también, la relación de la jubilación con mayor tiempo libre, pudiendo ser destinado a actividades de ocio.

Sin embargo, las percepciones negativas de los participantes como lo manifestó el participante número nueve y la participante número once, están en discordancia con Newton

(2022), que halló que la adaptación y el equilibrio de la identidad se vinculan con bienestar hedónico (satisfacción con la vida) y eudaimónico (sentido vital) posterior a la jubilación.

En la subcategoría estrategias del retiro laboral, los resultados de los participantes relacionados a las actividades y apoyo social como lo expresó el participante número nueve, el participante número diez y la participante número once, concuerdan con Ávila Navarrete et al. (2024) quienes determinaron que el entorno social, organizacional y familiar es fundamental para confrontar la jubilación ya que brinda la posibilidad de que los adultos mayores desarrollen un nuevo proyecto de vida con sentido de identidad como jubilado.

Como también, se encuentra en concordancia con Silva & Cavaco (2023), que notaron un intento universal por sostener la autonomía, el autoconocimiento y la identidad en la transición hacía la jubilación.

Asimismo, la relevancia del centro de jubilados, como lo manifestó la participante número cinco y la participante número doce. Se encontró en concordancia con Canal Marina (2024), quién destacó que los adultos mayores disfrutan su vejez con los otros, en actividades compartidas y de aprendizajes autónomos.

Acerca de la subcategoría posibilidad de configurar una nueva identidad de configuración de la identidad, los participantes señalaron transformaciones, tal como lo declaró la participante número tres, la participante número once y la participante número doce. Se encuentra en concordancia con Canal Marina (2024), quien evidenció que la identidad se configura como resultado de una elaboración personal de las vivencias pasadas sumada a la capacidad de continuar desarrollando rasgos singulares y de incorporar nuevas formas en el encuentro con los demás.

A su vez, se halla en discordancia con Rabini (2024), quien mostró que muchos docentes retirados mantuvieron la actividad laboral como eje organizador de su identidad.

Por otro lado, en la subcategoría sin posibilidad de configurar una nueva identidad de configuración de la identidad, los entrevistados mostraron relatos de estabilidad, donde la identidad se mantuvo sin cambios ni estrategias, tal como lo manifestó la participante número dos y la participante número cuatro. Está en concordancia con Rabini (2024), quien desarrolló que el trabajo incide en la organización de la rutina diaria, en las actividades y en los roles que el sujeto puede desempeñar, manteniendo la identidad estable.

La dificultad de desligarse del rol laboral como lo mostró el participante número seis ("La docencia hoy en día forma parte de mi identidad"), también coincide con Rabini (2024), que subrayó la docencia como una práctica relacionada al acompañamiento de otros y al compromiso con procesos de transformación.

Asimismo, se encontró en discordancia con Hermida et al. (2022), quienes sostuvieron que la jubilación va a requerir de un ajuste a la nueva etapa como jubilados, centrando la existencia de un nuevo perfil de jubilado determinado por un envejecimiento activo que promueve el desarrollo y la expansión de sus vínculos sociales y la oportunidad de construir la identidad en la etapa de la jubilación.

Conclusión

El presente estudio permitió dar respuesta a la pregunta de investigación: ¿Cómo realizan los adultos mayores el proceso de configuración de una nueva identidad luego del retiro laboral?. A lo largo de las entrevistas, los participantes respondieron en torno a este cuestionamiento, dando cuenta de que transitan este proceso de forma diversa: despliegan distintas creencias, experiencias y estrategias que dan cuenta la complejidad del retiro laboral como un acontecimiento vital.

Se logró el objetivo general, que fue describir el proceso de configuración de la identidad luego del retiro laboral en los adultos mayores de la Provincia de Buenos Aires, en

tanto los relatos evidenciaron que para algunos participantes la jubilación se vivió como una etapa de libertad, cambio y crecimiento personal, mientras que para otros significó una experiencia negativa, marcada por la frustración, las dificultades económicas y la permanencia de una identidad estable y/o ligada al rol laboral previo.

En relación a los objetivos específicos, los datos permitieron identificar las experiencias de los adultos mayores después del retiro laboral. Por una parte, manifestaron vivencias positivas asociadas al disfrute, el tiempo libre y la apertura a nuevos vínculos, por otra parte, aparecieron vivencias negativas relacionadas al duelo y el exceso de tiempo libre.

En cuanto al segundo objetivo específico, los resultados permitieron indagar las creencias que los adultos mayores tienen sobre el retiro laboral, la cual algunos lo expresaron como una etapa de cambios estructurales y bruscos con la percepción de mayor tiempo libre en la cual apareció la pregunta ¿qué tengo pensado hacer ahora?. Por otro lado, otros manifestaron percepciones negativas que la vinculan directamente a la muerte, frustración y dificultades económicas.

Acerca del tercer objetivo específico, los datos permitieron explorar las estrategias utilizadas por los adultos mayores en el proceso de la configuración de la identidad, se hallaron recursos valiosos como la realización de actividades recreativas, el apoyo social, la participación en centros de jubilados como estrategia para una nueva identidad y mantener una actitud activa y positiva. No obstante, una parte de los entrevistados no implementó cambios ni estrategias, manteniendo una identidad estable y ligada a su ocupación anterior.

Entre los hallazgos, se encontró que los entrevistados estaban en desacuerdo con la situación económica actual, ya que varios participantes manifestaron sentirse defraudados con el sistema jubilatorio después de haber trabajado toda su vida. Por lo tanto, este aspecto

condiciona que la jubilación sea percibida de manera positiva en la actualidad para algunos jubilados.

Además, los participantes destacaron la necesidad de recibir mayor atención hacia los jubilados, tanto en lo económico como en lo moral, enfatizando que se los respete y se evite la denigración social. Ya que, ante cualquier cosa los califican como “el/la viejo/vieja”

En conclusión, la investigación demuestra que la jubilación no constituye un proceso uniforme, sino que puede vivirse como oportunidad de crecimiento, disfrute y configuración de una nueva identidad o como una experiencia negativa vinculada al duelo o la muerte, marcada por frustración o la dificultad de desligarse del rol laboral, dependiendo de las creencias, las estrategias y las experiencias.

Asimismo, se evidenció que de doce personas entrevistadas, seis de ellas manifestaron dificultades para configurar una nueva identidad, mostrando resistencia al cambio o cierta continuidad con su vida previa.

La configuración de la identidad es un proceso diverso, algunos adultos mayores lograron configurar su identidad a través de nuevas actividades y vínculos, mientras que otros mantuvieron una identidad estable y/o ligados al rol laboral anterior. Entender las vejeces implica asumir que, la interrupción de sus tareas fundamentales simboliza una crisis de identidad que marca el inicio de una nueva etapa vital.

Aportes y contribuciones de la investigación

La presente investigación realiza aportes relevantes al campo de la psicología y gerontología al centrarse en las creencias, experiencias y estrategias que los adultos mayores despliegan en el proceso de configuración de la identidad luego del retiro laboral.

En primer lugar, contribuye a destacar que la configuración de la identidad luego del retiro laboral no es igual en todos los casos, evidenciando cómo los factores emocionales, sociales y económicos condicionan la vivencia de cada adulto mayor. Las condiciones económicas actuales influyen en la posibilidad de configurar una nueva identidad y de disfrutar la jubilación, ya que generan frustración o limita recursos para favorecer un envejecimiento activo.

En segundo lugar, permite identificar tanto factores de protección (redes de apoyo, vínculos afectivos, talleres y centros de jubilados) que favorecen la adaptación de la jubilación como la posibilidad de configurar una nueva identidad. Como factores de riesgo (limitaciones económicas, aislamiento social o el duelo por la pérdida del rol) que la obstaculizan.

En este sentido, un hallazgo central fue la significación del centro de jubilados como espacio de configuración de la identidad, donde algunos participantes relataron modificaciones significativas en su personalidad, vínculos y estilos de vida, confirmando que los espacios comunitarios no solo ofrecen actividades, sino también contención afectiva.

Del mismo modo, los espacios intergeneracionales constituyen un recurso valioso. La interacción con generaciones más jóvenes favorece el enriquecimiento mutuo, la autoestima, la transmisión de saberes y la prevención de la soledad.

A su vez, se destaca la importancia de los vínculos familiares y sociales en la configuración de una nueva identidad. Con frecuencia son los hijos quienes incentivan a sus padres a participar en actividades comunitarias, ayudando a darle un nuevo sentido a la jubilación como un espacio de continuidad y desarrollo personal.

Estos resultados ponen de manifiesto la importancia de acompañar esta transición, reconociendo la necesidad de configurar una nueva identidad mediante redes de apoyo,

espacios comunitarios y políticas públicas que promuevan intervenciones para un envejecimiento activo y satisfactorio.

Limitaciones de la investigación

La presente investigación presenta ciertas limitaciones que deben ser consideradas al momento de interpretar los resultados obtenidos.

Por un lado, una de las principales limitaciones encontradas fue la limitación de estudios empíricos de carácter cualitativo que pudieran servir como antecedentes para comprender el estado del arte, especialmente dentro del país. Esta falta limita la posibilidad de comparar los hallazgos con investigaciones previas.

Por otro lado, se muestra como limitación el tamaño reducido de la muestra, al estar conformado por 12 adultos mayores, los resultados no buscan ser generalizables a la totalidad de la población adulta mayor.

Al tratarse de una investigación cualitativa con diseño fenomenológico, se busca comprender en profundidad las vivencias de un grupo específico, los resultados se limitan al contexto sociocultural de un centro de jubilados de la Provincia de Buenos Aires.

Asimismo, la muestra fue acotada y seleccionada de manera deliberada, lo que limitó la posibilidad de introducir otras realidades, como distintas clases sociales, niveles educativos o condiciones de salud. Esto deja abierta la necesidad de ampliar el alcance a futuras investigaciones.

Líneas de investigación futuras

A partir de las limitaciones identificadas y de los resultados obtenidos, se sugieren diversas líneas de investigación futuras.

Se espera que se indague más sobre la configuración de la identidad luego del retiro laboral en adultos mayores, buscando profundizar en las causas por las cuales algunos mayores poseen las estrategias para la posibilidad de configurar una nueva identidad mientras que en otros esto no resulta posible.

Asimismo, se recomienda realizar investigaciones en otras localidades y ciudades del interior de Argentina, así como en otros países, con el fin de comparar similitudes y diferencias en la configuración de la identidad luego del retiro laboral según distintos contextos socioculturales y económicos.

Por último, futuras investigaciones podrían profundizar en la diversidad socioeconómica, estudiando cómo las condiciones materiales y el acceso a recursos influyen en la experiencia de la jubilación y en la posibilidad de configurar una nueva identidad.

Propuesta de intervención

A partir de los resultados obtenidos y del análisis teórico realizado, se plantea a continuación una propuesta de intervención.

El presente estudio evidenció que algunos adultos mayores viven la jubilación como cambio y oportunidad, mientras que otros lo experimentan como frustración. Esto evidencia la necesidad de implementar intervenciones comunitarias para brindarles apoyo a los adultos mayores al momento de transitar esta etapa.

El objetivo general es favorecer la transición de la jubilación a través de redes de apoyo y estrategias de afrontamiento.

El primer objetivo específico es facilitar la expresión de creencias, experiencias y emociones vinculadas al retiro laboral.

El segundo objetivo específico es desarrollar estrategias de afrontamiento y proyectos de vida en la etapa de la jubilación.

El tercer objetivo específico es promover la integración social en los adultos mayores luego del retiro laboral.

La propuesta de intervención se desarrolla en encuentros semanales con una duración de aproximadamente 2 horas, desarrollados a lo largo de 3 meses. Se organiza en un conjunto de actividades que buscan acompañar y favorecer la transición a la jubilación.

Para comenzar, se llevan a cabo actividades intergeneracionales que invitan a compartir mediante espacios de expresión. A continuación, se establecen grupos de reflexión sobre el retiro laboral, orientados a identificar obstáculos, recursos, creencias y emociones relacionadas con esta etapa, trabajando así sobre sus limitaciones y potencialidades.

Más adelante, se plantea un rol playing, siendo una actividad grupal que permite representar escenas cotidianas previas al retiro laboral, identificando estrategias de afrontamiento.

Asimismo, se propone un taller de proyectos tanto personales como colectivos, orientado a diseñar actividades recreativas, voluntariados o proyectos comunitarios, lo que permite poner en común el conjunto de ideas que cada uno de los participantes tiene sobre un tema y colectivamente llegar a una síntesis.

La evaluación de la propuesta consistirá en observar la asistencia y la participación de los adultos mayores en las actividades, como también su nivel de satisfacción con las mismas a través de cuestionarios estructurados y semiestructurados.

A su vez, se analizará la percepción de un envejecimiento activo junto con la consolidación de los espacios de apoyo comunitarios. De esta manera, la evaluación del

proyecto permitirá determinar si las intervenciones son efectivas para favorecer la transición de la jubilación

Referencias

Albornoz, E. (24-25-26 de agosto de 2017). *El imaginario social de la jubilación: Impacto de la dimensión socio-cultural en el proyecto de vida de los futuros jubilados IOSEP en Santiago del Estero* [Sesión de conferencia]. I Jornadas Nacionales Perspectivas e intervenciones en las Ciencias Sociales del NOA: Sociedad, Economía y Salud a debate, Santiago del Estero, Argentina. https://jornadasnoafh.unse.edu.ar/memorias/15re.pdf

Alfonso Figueroa, L., Soto Carballo, D., y Santos Fernández, N. A. (2016). Calidad de vida y apoyo social percibido en adultos mayores. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río, 20*(1), 47-53.

Alvarado García, A. M., y Salazar Maya, Á. M. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. *Gerokomos, 25*(2), 57-62. https://dx.doi.org/10.4321/S1134-928X2014000200002

Ávila Navarrete, V. C., Vélez Caimán, L. V., Ruge Pinzón, L. M., y Guevara Rubio, M. (2024). Jubilación, salud mental y nuevas oportunidades para un proyecto de vida. *Poiésis,* (47), 90-107. https://doi.org/10.21501/16920945.4682

Bauzá, J. C. (1999). Vejez, representación social y roles de género. *Educació i Cultura: Revista Mallorquina de Pedagogia,* (12), 47-56. https://raco.cat/index.php/EducacioCultura/article/view/75807

Bourdieu, P. (1991). Estructuras, habitus, prácticas. En *El sentido práctico* (pp. 91-111). Taurus.

Bustamante Lee, M. F. (2025). *Proyecto de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores* [Trabajo Final Integrador, Universidad de Flores]. https://hdl.handle.net/20.500.14340/2753

Camacho López, G. (2025). *El sentido de propósito en el adulto mayor: Un abordaje desde la psicogerontología y la subjetividad* [Análisis documental]. Academia.edu.

Canal, M. E. (2024). *Encuentro e identidad: Adultos mayores en programas universitarios* [Tesis de doctorado, Universidad Nacional de La Plata]. https://doi.org/10.35537/10915/167114

Capella, C. (2013). Una propuesta para el estudio de la identidad con aportes del análisis narrativo. *Psicoperspectivas, 12*(2), 117-128. https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol12-Issue2-fulltext-281

Castellanos García, Y. (2020). *Reconfiguración del rol de los adultos mayores en la dinámica familiar y económica* [Tesis de grado, Universidad Externado de Colombia]. https://doi.org/10.57998/bdigital.handle.001.3425

Cevallos Parrales, K. J. (2024). *Cambio de roles ocupacionales en el adulto mayor jubilado* [Tesina de grado, Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí]. https://repositorio.uleam.edu.ec/handle/123456789/6520

Chacon Rivas, J. D., Grueso Orobio, J. T., y Velasquez Polanco, V. (2020). *Análisis sistemático de la revisión de literatura acerca del estado actual del fenómeno del retiro laboral, la transición de empleado a jubilado y las emociones presentadas en el proceso* [Tesis de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. https://hdl.handle.net/20.500.12494/17077

Cossio Calva, P. C. (2025). *Identidad y vejez: Estudio de caso por medio de la foto-elicitación* [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo]. http://dgsa.uaeh.edu.mx:8080/handle/231104/6994

Cruz Meléndez, R. (2011). Retiro laboral y ajuste a la jubilación de hombres y mujeres en la mediana edad. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación", 11*(1), 1-28. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44718060016

Danel, P. M., Molina, C., y Tordó, M. N. (1-3 de noviembre de 2017). *Los Centros de Jubilados y Pensionados como espacio de creciente politicidad* [Sesión de conferencia]. X JIDEEP-Jornadas de Investigación, Docencia, Extensión y Ejercicio Profesional, La Plata, Argentina. http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/64302

Delgado López, M. A. y Véliz Mero, D. T. (2022). *Efectos de la jubilación en los adultos mayores* [Tesina de grado, Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí]. https://repositorio.uleam.edu.ec/handle/123456789/7971

De Toscano, G. T. (2009). La entrevista semi-estructurada como técnica de investigación. En G. Tonon (Comp.), *Reflexiones teóricas y metodológicas sobre investigaciones cualitativas* (pp. 45–73). Akal.

Domínguez García, C., y Vera Luque, C. (2011). Jubilación y prejubilación: Un modelo de participación con prejubilados. *Acciones e Investigaciones Sociales*, (11), 113-124. https://doi.org/10.26754/ojs_ais/ais.200011185

Donoso, L., Durán, S., Montes, G., Morandé, T., y Olave, S. (2022). Experiencia laboral y bienestar subjetivo en personas en edad de jubilación laboralmente activas. *Corrección de Estilo: Silvia Guajardo, 190.*

Duran, D., Orbegoz Valderrama, L. J., Uribe-Rodríguez, A. F., y Uribe Molina, J. M. (2008). Integración social y habilidades funcionales en adultos mayores. *Universitas Psychologica, 7*(1), 263-270. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672008000100019&lng=pt&tlng=es

Eguías, V. E. (2022). *Expectativas ante la jubilación de las operadoras psicosociales próximas al retiro laboral que trabajan en los Centros de Inclusión Transitoria* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Salta]. https://bibliotecas.ucasal.edu.ar/ark:/49597/ntwxwbxf7m

Elgarte, R. J. (2011). *Consideraciones psicoanalíticas sobre la identidad* [Sesión de conferencia]. III Jornadas de Humanidades. Historia del Arte: "Representaciones e identidades", Universidad Nacional del Sur, Bahía Blanca, Argentina. http://repositoriodigital.uns.edu.ar/handle/123456789/3586

Freire, R. B., y Hung, G. J. (2010). Bienestar subjetivo en el adulto mayor. *Multimed, 14*(3), 1-7.

Gálvez, J. R. R. (2019). Factores que inciden en la calidad de vida del jubilado. *Revista Torreón Universitario, 7*(20), 32-42. https://revistas.unan.edu.ni/index.php/Torreon/article/view/3262

Gastaldo, Z. G., Alcaraz, L., y Mirada, V. (2021). *Orientación vocacional y ocupacional para Adultos Mayores: Derecho a proyectar a lo largo de la vida*. Primer Congreso Latinoamericano de Trabajo Social de la UNVM y VII Jornadas Regionales de Trabajo Social, Villa María, Argentina. https://www.aacademica.org/primer.congreso.latinoamericano.de.trabajo.social.de.la.unvm.vii.jornadas.regionales.de.trabajo.soc/110

Giró Miranda, J. (2006). *Envejecimiento activo, envejecimiento en positivo* (pp. 11–14). Universidad de La Rioja, Servicio de Publicaciones. https://hdl.handle.net/20.500.14797/5df379782999524a2339e7ef

Guerrero, Y. L. C., y Pineda, S. P. B. (2025). *Experiencia emocional de cuatro adultos mayores del norte del Cauca durante el proceso de jubilación: Un estudio fenomenológico* [Tesis de grado, Fundación Universitaria de Popayán].

Hermida, P. D., Ofman, S. D., Tartaglini, M. F., Feldberg, C., y Freiberg Hoffmann, A. (2022). Redes de apoyo social y significados acerca de la jubilación: Un análisis de perfiles latentes sobre el comportamiento en los jubilados argentinos; Universidad de Buenos Aires. Facultad de Ciencias Sociales; *Psocial; 8*(2), 1-11. http://hdl.handle.net/11336/224046

Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill Education.

Iacub, R. (2013). El envejecimiento desde la identidad narrativa. En R. Iacub y M. B. Sabatini, *Psicología de la mediana edad y vejez* (Módulo 3). Universidad Nacional de Mar del Plata.

Jiménez, I. A. (2011). Jubilación y calidad de vida en la edad adulta mayor. *Revista Abra, 31*(42), 15-26.

Kalache, A., Plouffe, L., y Voelcker, I. (2015). *Envejecimiento activo: Un marco político ante la revolución de la longevidad*. Centro Internacional de Longevidade Brasil.

Klein, A. (2016). De la ancianidad al adulto posmayor. *Desacatos*, (50), 156-169. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-050X2016000100156&lng=es&tlng=es

Loor, A. I. C., Zambrano, S. V. B., Auria, L. C. C., y Baquedano, T. I. (2025). Psicología evolutiva: Desde la infancia hasta la adultez. *Polo del Conocimiento, 10*(1), 34-46. https://www.polodelconocimiento.com/

López De Martín, S. R. (2011). *Terapias breves: la propuesta de Michael White y David Epston* [Sesión de conferencia]. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XVIII Jornadas de Investigación y Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires, Argentina. https://www.aacademica.org/000-052/224

López, H., y Dorantes, C. R. (2014). El debate sobre identidad individual e identidad colectiva: Aportes de la Psicología Social. *Millcayac: Revista Digital de Ciencias Sociales, 1*(1), 99-108.

Lopezosa, C. (2020). Entrevistas semiestructuradas con NVivo: Pasos para un análisis cualitativo eficaz. En C. Lopezosa C, J. Díaz-Noci, y L. Codina (Eds.), *Methodos: Anuario de Métodos de Investigación en Comunicación Social* (Vol. 1, pp. 88–97). Universitat Pompeu Fabra. http://dx.doi.org/10.31009/methodos.2020.i01.08

Marcús, J. (2011). Apuntes sobre el concepto de identidad. I*ntersticios. Revista Sociológica de Pensamiento Crítico, 5*(1), 107-114.

Martínez, B. R. (2008). La infancia y la niñez en el sentido de identidad: Comentarios en torno a las etapas de la vida de Erik Erikson. *Revista mexicana de pediatría, 75*(1), 29-34.

McAdams, D.P. (2011). Narrative Identity. In: Schwartz, S., Luyckx, K., Vignoles, V. (Eds) *Handbook of Identity Theory and Research* (pp. 99–115). Springer, New York, NY. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-7988-9_5

Mercado Fuentes, N. (2008). *La representación de la vejez: Discurso e identidad. Una exploración al lugar de la vejez y el envejecimiento en el discurso de hombres y mujeres en tránsito a la adultez mayor* [Tesis de grado, Universidad Academia de Humanismo Cristiano]. http://bibliotecadigital.academia.cl/xmlui/handle/123456789/571

Newton, N. J. (2022). Older Canadians' identity and well-being in retirement. *The International Journal of Aging and Human Development, 95*(1), 91-109. https://doi.org/10.1177/00914150211001586

Organización Mundial de la Salud. (1 de octubre de 2025). *Envejecimiento y Salud.* https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health

Páramo, P. (2008). La construcción psicosocial de la identidad y del self. R*evista latinoamericana de psicología, 40*(3), 539-550.

Pérez, V., y Sierra, F. (2009). Biología del envejecimiento. *Revista Médica de Chile, 137*(2), 296-302. http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872009000200017

Quituisaca Vizhñay, J. V. (2025). *Percepción de vida de las personas jubiladas que asisten al "Centro de Atención al Adulto Mayor" IESS de la ciudad de Cuenca, en el periodo septiembre 2023–febrero 2024* [Tesis de grado, Universidad de Cuenca]. https://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/46407

Rabini, M. A. (2024). *Retiro laboral e identidad narrativa en docentes jubilados de colegios secundarios de la Provincia de Buenos Aires* [Trabajo Final Integrador, Universidad de Flores]. https://hdl.handle.net/20.500.14340/1505

Ricoeur, P. (2006). La vida: Un relato en busca de narrador. *Ágora: Papeles de Filosofía, 25*(2), 9–22.

Rodríguez Feijóo, N. (2007). Actitudes hacia la jubilación. *Interdisciplinaria, 24*(1), 5-42. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0325-82032007000100001&lng=pt&tlng=es

Rodríguez Uribe, A. F., Valderrama Orbegozo, L. J., y Molina Linde, J. M. (2010). Intervención psicológica en adultos mayores. *Psicología desde el Caribe*, (25), 246-258.

Salcedo, E. (2017). La identidad personal como identidad narrativa en Paul Ricoeur. *Apuntes Filosóficos, 26*(2), 178–188.

Sanhueza Parra, M., Castro Salas, M., y Merino Escobar, J. M. (2005). Adultos mayores funcionales: Un nuevo concepto en salud. *Ciencia y enfermería, 11*(2), 17-21. http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532005000200004

Semyonov-Tal, K., Lurie, L., Stier, H., & Lewin, AC. (2026). "It is Important for Some People to Continue Being Somebody": Highly Educated Women's Identity and Work Motivations After Retirement Age. *Journal of Aging & Social Policy, 38*(4), 692–710. https://doi.org/10.1080/08959420.2025.2528583

Silva, M. D. N., & Cavaco, C. (2023). Percepções da velhice e transição para a aposentadoria de pessoas adultas mais velhas. *Práxis Educativa, 18*, 1-18 https://doi.org/10.5212/praxeduc.v.18.21348.051

Soberanes Fernández, S., González Pedraza Avilés, A., y Moreno Castillo, Y. D. (2009). Funcionalidad en adultos mayores y su calidad de vida. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas, 14*(4), 161-172. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=47326415003

Sousa-Ribeiro, M., Knudsen, K., Persson, L., Lindfors, P., & Sverke, M. (2024). Meaning of working for older nurses and nursing assistants in Sweden: A qualitative study. *Journal of aging studies, 69*, 101230. https://doi.org/10.1016/j.jaging.2024.101230

Torregrosa Peris, J. R. (1983). Sobre la identidad personal como identidad social. En J.R. Torregrosa y E. Crespo (Comps.), *Perspectivas y contextos de la psicología social* (pp. 217-240). Editorial Hispano.

Villanea, M. S. (2015). Aproximaciones desde la Gerontología Narrativa: La memoria autobiográfica como recurso para el desarrollo de la identidad en la vejez. *Anales en Gerontología, 7*(7), 41-68.

Vivaldi, F., y Barra, E. (2012). Bienestar psicológico, apoyo social percibido y percepción de salud en adultos mayores. *Terapia psicológica, 30*(2), 23-29. http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082012000200002

Zamarrón, M. D. (3 de octubre de 2007). Envejecimiento activo. *Infocop Online*, (34). https://www.infocop.es/envejecimiento-activo/?highlight=envecimiento+activo&hilite=nvecimiento+activo

Zapata Farías, H. (2001). Adulto mayor: Participación e identidad. *Revista De Psicología, 10*(1), 189–197. https://doi.org/10.5354/0719-0581.2001.18562

Zárate Llano, S. (2025). *Sentido de vida en personas jubiladas* [Tesis de grado, Universidad Católica de Pereira]. https://hdl.handle.net/10785/16739

Anexos

Anexo 1. Consentimiento informado

Me ha sido explicado que los miembros de la Facultad de Psicología de UFLO Universidad, desean conocer el retiro laboral y la configuración de la identidad en adultos mayores. Es por esta razón que se está realizando un trabajo de investigación cuya finalidad es describir sobre el proceso de configuración de la identidad luego del retiro laboral en los adultos mayores. Mi participación en la investigación consiste en responder con sinceridad a la administración de los cuestionarios que se me entregarán en el marco de la investigación.

La participación es voluntaria y en cualquier momento puedo dejar sin efecto la presente autorización, retirándome del presente acto. Se me ha dicho que mis respuestas u opiniones serán confidenciales y sólo de conocimiento para el equipo de investigación, resguardando mi privacidad y los resultados no serán ligados a mi información que se coloca al pie del presente consentimiento. Asimismo, se me ha explicado que los resultados globales de la investigación serán presentados en la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales y que podrán ser expuestos también en congresos y/o publicados en revistas científicas preservándose siempre mi identidad, conforme a la ley 25.326. Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que en caso de que tenga alguna pregunta acerca del estudio o sobre mis derechos a participar en el mismo, puedo contactar a la Secretaría de Investigación y Desarrollo UFLO, a sinvestydes@uflo.edu.ar. Habiendo comprendido lo que se me ha explicado, acepto participar en este trabajo de investigación.

Firma:	Firma del profesional informante:
Aclaración:	Aclaración:
DNI:	DNI:

Fecha: Protocolo N°:

Anexo 2. Entrevista semiestructurada

Datos sociodemográficos:

Nombre

Edad

Sexo

Con quién vive

Edad de retiro laboral / Cuánto hace que te jubilaste

Nivel educativo

Ocupación previa

Entrevista propiamente dicha:

¿Qué significado le atribuye a la jubilación?

¿Qué creencias tenía respecto de la jubilación antes de retirarse?

¿Cómo anticipó su retiro laboral?

¿Cómo fue el proceso de jubilación?

¿Qué cambios experimentó en su vida luego del retiro laboral?

¿Qué actividades disfrutaba antes del retiro laboral?

¿Qué actividades realiza actualmente? ¿En cursos, programas, actividades en el centro de jubilados u otros espacios?

¿Qué dirías de tu identidad luego del retiro laboral?

¿De qué manera se va elaborando una nueva identidad?

¿Podría explicarme en su caso si eso está sucediendo y cómo?

¿Qué estrategias utiliza para una nueva identidad luego del retiro laboral?

¿Qué apoyos o recursos considera importantes en este proceso?

Se declara que en el presente trabajo se utilizó Copilot (Microsoft, 2026) como apoyo para la revisión de la redacción.