

margen N° 118 – setiembre de 2025

La calidad de vida en jubilados de la Universidad Autónoma de Sinaloa. Una propuesta de atención a su favor desde la intervención del Trabajo Social

Por Patricia Genoveva López Saucedo, Guadalupe López Manjarrez y María Socorro Mauricio Echevarría

Patricia Genoveva López Saucedo. PITC Titular “B” Centro de Investigación y Docencia en Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Sinaloa. Licenciada en Trabajo Social. Maestría en de Trabajo social en Sistemas de salud. Doctorado Desarrollo Humano y Educación, Maestra de asignatura base, Facultad de Trabajo Social, Culiacán, México.

Guadalupe López Manjarrez. PITC Universidad Autónoma de Sinaloa (UAS), México.

María Socorro Mauricio Echevarría. PITC Titular “B” Centro de Investigación y Docencia en Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Sinaloa, México. Licenciada en Trabajo Social. Maestra en Desarrollo Humano en la Docencia. Doctorado en Desarrollo Humano y Educación.

Hablar de personas jubiladas es hablar de adultos mayores con una serie de características que los describen, desde diferentes aspectos relativos a su edad, como también sus proyectos de vida.

Este estudio se centra en describir las características que poseen las personas jubiladas y/o pensionadas de la Universidad Autónoma de Sinaloa (UAS), México.

Tales características se describen en aspectos como:

- Las perspectivas teóricas e históricas acerca de la atención a jubilados.
- La identificación de las acciones básicas que desarrollan jubilados luego de cesar su actividad laboral en la UAS.
- El análisis de políticas de cobertura y calidad del sistema de jubilación y sus condiciones dentro de la Universidad Autónoma de Sinaloa.
- La identificación de las necesidades más representativas de los jubilados y
- La propuesta referida a un sistema de acciones a favor de una mejor calidad de vida de jubilados como estrategia del profesional del Trabajo Social.

Del trabajo de campo se sintetiza información obtenida con los recursos metodológicos de ambos métodos, sobre la base de su análisis mixto, con una muestra por conveniencia en el que participaron trabajadores jubilados académicos y administrativos.

En el proceso metodológico se aplicaron 2 instrumentos:

Un cuestionario sociodemográfico para detectar variables como edad, sexo, años de jubilados, categoría nominal, profesión, lugar de jubilación, miembros de la familia con quienes vive y convive, tipo de actividades de la vida diaria, preferencias por actividades incluidas en un programa de atención, como también la relación sentida con la Universidad después de jubilarse. Con este instrumento se valora el modelo de atención a los jubilados, las categorías académico administrativas, el género y la inclusión en las actividades al interior de la Universidad Autónoma de Sinaloa.

El segundo instrumento fue la Escala para la Evaluación de la Calidad de Vida (MGH), que es un instrumento para la evaluación de la calidad de vida en la tercera edad, confeccionado y validado en Cuba por Álvarez, Bayarre y Quintero (2003). Consta de 34 afirmaciones, las cuales, al ser agrupadas, miden la percepción de la salud, las condiciones socioeconómicas y la satisfacción por la vida.

Es de suma importancia definir qué es la jubilación.

En términos generales es entendida como el cese o retiro de la actividad laboral, o como la separación de la vida profesional, es un acontecimiento que para algunas personas -y en distintas culturas- demarca el comienzo de la vejez.

La identidad de la persona se construye a través del trabajo. La pérdida de un rol activo a nivel general conduce casi irremisiblemente a la pérdida de parte de la identidad personal del sujeto, lo cual genera estrés y ansiedad. La jubilación es la causa que origina la enfermedad y la muerte, simplemente porque la precede cronológicamente

Es importante dar a conocer que las personas jubiladas de la universidad pertenecieron a un modelo totalmente diferente al del retiro actual, condición por la que su retiro laboral se produjo con edades de menos de 60 años, cuando aún eran personas que podían realizar actividades laborales y/o de su interés.

Las personas jubiladas o retiradas de las instituciones tienen por objetivo gozar de su tiempo libre y realizar acciones que colaboren a fortalecer su calidad de vida; aun así, los siguientes datos revelan los siguiente:

Según la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo Nueva Edición (ENOEN), para el segundo trimestre de 2022 se estimó que en México residían 17.958.707 personas de 60 años y más (adultas mayores). Lo anterior representa el 14 % de la población total del país.

- La mayoría de las personas ocupadas de 60 años y más, laboran por cuenta propia (49 %), le siguen las y los trabajadoras subordinadas/os y remuneradas/os (38 %). En México, el 70 % de las personas adultas mayores ocupadas trabaja de manera informal.
- En datos más concretos, según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI] (2020), residían en México 15.1 millones de personas de 60 años o más, que representaban el 12% de la población total, lo que significa que en el país, por cada 100 niños o niñas con menos de 15 años, hay 48 adultos mayores y el 20% de las personas adultas mayores no cuentan con afiliación a una institución de servicio de salud.

Con esta proyección de datos se puede decir que los jubilados de la UAS que han concluido su situación laboral al llegar a los 60 años de edad también gozan del sistema de pensiones que ofrece el Instituto Mexicano del Seguro Social, derecho adquirido dentro el sistema de pensiones por haber cotizado a lo largo de su situación laboral. Tal derecho incluye de manera íntegra la atención de la salud para él y sus derechohabientes, más una pensión económica que gozarán a lo largo de su vida, por lo que se garantiza su bienestar integral y una mejor calidad de vida.

Es necesario reconocer que la jubilación es un acontecimiento que altera la vida, tanto en la pareja como en la familia, e incluso modifica el papel que se tiene en la sociedad, perturba al individuo emocional y personalmente, el cual debe esforzarse y dotarse de herramientas para tener la oportunidad de hacer algo nuevo y estimulante desde el momento en que ha recuperado el control sobre su tiempo. Según se va envejeciendo, el organismo está más predispuesto a sufrir los cambios, tanto físicos como psíquicos, que van a determinar la buena calidad de vida durante la posterior vejez (García, 2008: 33).

El nuevo jubilado ha estado durante mucho tiempo inmerso en una rutina en las que sus actividades cotidianas incluían relaciones amistosas que le ayudaban a desconectarse del trabajo y le resultaban muy gratificantes. Es aconsejable que en el objetivo futuro de la posjubilación se incluya mantener y fomentar las relaciones sociales que se tenían en la época laboral, ya que se trata de un indicador importante para una buena calidad de vida (García, op.cit: 29).

Es importante mencionar que en este grupo de la población han aumentado otros factores de morbilidad. Por ello es pertinente contar con una infraestructura y diseño de políticas que atiendan a estas necesidades, a la vez de advertir que las instituciones que atienden a personas adultas mayores tendrán que prepararse para enfrentar dicho reto una vez que las personas se retiran y no encuentran una actividad acorde con su edad (Betanzos, 2024).

Existen diversos enfoques, posturas y teorías acerca de la jubilación, la que es vista como un proceso de ajuste de la persona (teoría de Pérdida del Rol) con sufrimiento psicológico por el menoscabo de su identidad, lo que le genera síntomas depresivos o bien los aumenta (Kim y Moen, 2002; Wang and Shi, 2014; Wang y Wanberg, 2017). La teoría de Eventos de Vida considera la historia personal, las habilidades y los recursos del individuo para afrontar los problemas que no tienen un efecto duradero (Luhmann et al., 2012; Petretto et al., 2016), aunque sus efectos dependen de la reacción inicial y de la velocidad de adaptación, por lo que es mucho más lenta cuando se trata de un evento negativo. Atchley (1975) estudió la adaptación a la jubilación como un proceso dinámico caracterizado por la superación de fases como la prejubilación, la jubilación, el desencanto, la reorientación y la estabilidad, aunque Aymerich et al. (2010) han subrayado que puede haber diferentes patrones adaptativos configurados por una vivencia heterogénea de las fases propuestas.

En esta etapa de jubilación, los diferentes enfoques se han de agrupar para definir y atender las necesidades del jubilado o jubilada, sin que ellos se den cuenta de que existen. Retomar a los diferentes autores es pertinente para la creación de un nuevo modelo de atención de este grupo.

Según una de las tesis de la teoría marxista, las personas están conectadas con su actividad productiva, sus productos, sus compañeros de trabajo y, en última instancia, consigo mismas, con su propia naturaleza en tanto que son seres humanos; no obstante, las estructuras del capitalismo rompen todas y cada una de esas relaciones (Sánchez, 2005).

La población jubilada de la Universidad Autónoma de Sinaloa, objeto de este estudio, no es la excepción, aun cuando gozan de una situación económica que les permite vivir de manera digna.

Dentro de este grupo existen diferentes status sociales que hacen la diferencia. De allí que se pueda advertir una estratificación por categorías al interior de la universidad, que se caracterizan según el contrato colectivo de trabajo (CCT) que los rige, de la siguiente manera:

- La Universidad actualmente cuenta con un total de 7.653 jubilados, divididos en las diferentes nominas con las categorías de académicos, asignatura, confianza, administrativos y de intendencia.

Es de interés identificar de qué manera reorganizan los jubilados su vida cotidiana una vez que se retiran y determinar si el nivel de ingresos les permite gozar de una salud integral y contar con una calidad de vida favorable después del retiro (Nómina, UAS, 2025)¹.

La calidad de vida es una expresión lingüística cuyo significado es eminentemente subjetivo; está asociada con la personalidad de la persona, con su bienestar y la satisfacción por la vida que lleva y cuya evidencia esta intrínsecamente relacionada a su propia experiencia, su salud y su grado de interacción social y ambiental y, en general, a múltiples factores (Vera, 2007). Para ello es importante la promoción de la salud, recreación, cultura y deporte adecuado para el adulto mayor. Y es en este ámbito que el profesional de trabajo social se ha constituido históricamente en la tarea de atención de las necesidades como ejes relevantes para la profesión, configurándose como parte del objeto de estudio y de intervención del quehacer profesional.

Betanzos et al (2024) subrayan que la calidad de vida es una evaluación subjetiva de la vida de la persona que incluye su entorno social, ambiental y cultural y que puede verse afectada por la salud física, el estado psicológico, las creencias personales, las relaciones sociales y el entorno de la persona. Además, debe incluir también el bienestar subjetivo o felicidad, que se relaciona con la forma en que las personas sienten y piensan acerca de sus vidas, lo que se configura en dos componentes: bienestar afectivo o sentimientos de felicidad y ausencia de afecto desagradable, tal como un estado de ánimo depresivo.

Existen pocos espacios diseñados para la atención del personal jubilado, considerando que cada día son más las personas que se retiran en la universidad y aun no se implementa un programa integral que satisfaga sus necesidades. En la Universidad Autónoma de Sinaloa existen diferentes disciplinas que como parte de un equipo multidisciplinario pueden atender a este grupo etario sin sacrificar recursos económicos, solo utilizando aportes del servicio social universitario. Entre esas disciplinas se encuentran trabajo social, medicina, deportes, nutrición, psicología, entre otras.

Es importante señalar que una situación que se presenta como problemática puede resultar diferente para definirla en términos de intervención; se trata de delimitar qué aspectos de una sociedad son susceptibles de modificar con la intervención profesional

...el trabajador social construye su objeto de intervención, es decir no lo extrae directamente de la realidad. Lo construye en base a sucesivas aproximaciones en forma de un espiral dialectico que le permite ir gradualmente precisando, delimitando, particularizando el objeto e integrándolo al todo social del que forma parte (Tobón y otros, 1987, en Malacalza 2003:50)

¹ La "Nómina, UAS, 2025" es información sobre los sueldos y tabuladores salariales del personal de la universidad para el año 2025, la que se puede encontrar en el Portal de Transparencia de la Universidad Autónoma de Sinaloa (UAS). Este portal publica los detalles salariales por tipo de personal y puesto para garantizar la rendición de cuentas de la institución.

Antecedentes

Una de las problemáticas a las cuales se enfrenta el personal jubilado de la UAS radica en las condiciones de inactividad, el haberse retirado a temprana edad no se corresponde con una condición de retiro de otras actividades de la vida cotidiana por el mero hecho de no contar con un proyecto de vida enfocado a las actividades recreativas y culturales. Existen otros sistemas institucionales en los que las personas se retiran de una edad más avanzada y ya no pueden realizar actividades presenciales. A continuación se presentan algunos estudios que sirven a modo de antecedentes:

1. Estudio realizado por García y Kara-Machado (2022) (publicado en el artículo *Calidad de Vida y Autoestima en Adultos Mayores de una Asociación de Jubilados Ecuatoriana*).

Este estudio tiene por objetivo comprobar la relación que existe entre calidad de vida y autoestima percibida por una muestra de 160 adultos mayores jubilados.

Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia con criterios de inclusión, que estableció un tamaño muestral de 250 adultos mayores; la muestra final para la investigación se determinó en 160 participantes de la tercera edad que cumplieron los criterios de inclusión, aceptaron voluntariamente formar parte de la investigación.

La investigación fue de tipo descriptivo-correlacional y transversal. La recolección de los datos fue mediante los cuestionarios de Calidad de vida de FUMAT y Autoestima de Rosenberg.

Resultados

En la muestra de adultos jubilados predominaron las mujeres (53.81%), aquellos con estudios profesionales (84%) y participantes casados (44%). Así mismo, prevaleció el rango de edad de 65 a 70 años (48%) y sin presencia de discapacidad (69%). Acerca de los resultados obtenidos, en la variable de calidad de vida se observó una puntuación total de 112.64, que refiere a niveles bajos; de igual manera que en cuanto a la variable de autoestima se obtuvo una puntuación de 23.71, también referida a niveles bajos.

En los resultados acerca del objetivo principal del estudio se evidenció una relación positiva y baja entre calidad de vida y autoestima en los adultos mayores de la costa ecuatoriana; es decir, conforme aumenta o disminuye la calidad de vida, también lo hace la autoestima.

Este tipo de relación significa que si bien la calidad de vida influye en la autoestima y viceversa, al ser distante (índice de correlación baja) existen otras variables que influyen en esta relación, variables externas que no se cuantificaron en el estudio y serían de interés para las próximas investigaciones.

Krzejmen (2001) sostiene también que la calidad de vida del adulto mayor se da en la medida en que él logre reconocimiento a partir de relaciones sociales significativas; esta etapa de su vida será vivida como prolongación y continuación de un proceso vital, de lo contrario se vivirá como una fase de declinación funcional y aislamiento social del adulto mayor (Vera, 2007).

2. Estudio realizado por Müller Avalos (2022).

La investigación se llevó a cabo en la provincia de Lambayeque, en la que se han desarrollado campañas de concientización sobre la atención de las PAM. El CIAM de la provincia ha desarrollado visitas en forma paulatina para verificar el estado de este grupo etario, pero solo se han avocado a los empadronados; siendo así, no se han ocupado del total de esta población, con lo que no se ven reflejados los objetivos de las políticas ya existentes.

Como objetivo general de la investigación se propone:

OG: Determinar la relación entre las políticas públicas del adulto mayor y la oferta de servicios en un centro integral para el adulto mayor en la región Lambayeque 2022:

- OE1: Establecer la relación entre las políticas públicas del adulto mayor y la dimensión de salud en la región Lambayeque 2022,
- OE2: Establecer la relación entre las políticas públicas del adulto mayor y la dimensión de seguridad y cuidado en la región Lambayeque 2022,
- OE3: Establecer la relación entre las políticas públicas del adulto mayor y la dimensión de educación en la región Lambayeque 2022,
- OE4: Establecer la relación entre las políticas públicas del adulto mayor y la dimensión de participación en la región Lambayeque 2022.

La investigación tiene enfoque cuantitativo, es de diseño no experimental, transversal y correlacional; es no experimental porque es capaz de establecer una relación existente entre las dos variables: Políticas para el Adulto Mayor (PAM) y Oferta de Servicios en un CIAM, sin manipular las variables (Hernández et al. 2018).

Como técnica, este estudio empleó a la encuesta en una población determinada, la cual fue aplicada por cada variable de estudio y de quienes se consiguió información directa por medio de la formulación de preguntas cerradas.

El instrumento aplicado constó de un cuestionario con 20 preguntas por cada variable y cada alternativa fue enunciada con escala tipo Likert. Con respecto a la validez, ésta se efectuó mediante la validación por parte de un juicio de expertos.

Resultados

El primer objetivo específico de la investigación fue establecer la relación entre las políticas públicas del adulto mayor y la dimensión de salud en la región Lambayeque 2022, es así que los resultados encontrados precisan que existe evidencia significativa para aceptar la hipótesis de estudio planteada, ya que la significancia de la prueba de Rho Spearman para la dimensión salud resultó 0.00

El segundo objetivo específico de la investigación fue establecer la relación entre las políticas públicas del adulto mayor y la dimensión de seguridad y cuidado en la región

Lambayeque 2022, definiendo que existe evidencia significativa para aceptar la hipótesis de estudio planteada, teniendo una significancia de la prueba de Rho Spearman para la dimensión seguridad y cuidado de 0.00

El tercer objetivo específico de la investigación fue establecer la relación entre las políticas públicas del adulto mayor y la dimensión de educación en la región Lambayeque 2022, asimismo los resultados encontrados, definiendo que existe evidencia para aceptar la hipótesis de estudio planteada, ya que la significancia de la prueba de Rho Spearman para la dimensión educación resultó 0.021

El cuarto objetivo específico de la investigación fue establecer la relación entre las políticas públicas del adulto mayor y la dimensión de participación en la región Lambayeque 2022, donde encontramos, que existe evidencia significativa para aceptar la hipótesis de estudio planteada, ya que la significancia de la prueba de Rho Spearman para la dimensión participación resultó 0.003

Las PAM necesita apoyo, tanto del Estado como de su familia, para garantizar su seguridad y bienestar, incluyendo atención médica, protección social, prevención de abusos y violencia, cuidado personalizado y seguridad en el hogar; por tanto, es necesario que las políticas del Estado estén diseñadas para proteger los derechos y la dignidad de los adultos mayores y garantizar que tengan acceso a todos los servicios y recursos necesarios para una vida segura y plena con énfasis en sistemas de seguridad social y programas de protección para prevenir y protegerlos de la violencia, el abuso, la explotación y abandono.

3. Estudio realizado por Goff Fermin, Goff Flores y Allen Amador (2022).

En el presente trabajo cualitativo se valoró la calidad de vida del adulto mayor jubilado afiliado al Instituto Nicaragüense de Seguridad Social (INSS) en la ciudad de Bilwi, Puerto Cabezas.

El objetivo general de la investigación se basa en valorar la calidad de vida que posee el adulto mayor jubilado afiliado al INSS de la ciudad de Bilwi, en el periodo 2018-2019.

Para su realización se enfocó en los datos sociodemográficos y culturales, los factores biopsicosociales y la percepción de los adultos mayores que fueron partícipes del estudio, haciendo uso de la entrevista a profundidad que dio salida a cada uno de los objetivos planteados a través de preguntas abiertas, dando espacio a los participantes para poder expresar abiertamente sus ideas.

Para tal propósito se realizaron entrevistas a profundidad, con una muestra homogénea de 14 adultos mayores de las diferentes etnias (miskitu, creole y mestiza), 7 del sexo femenino y 7 del sexo masculino, correspondientes a 6 personas de la etnia miskitu, 4 de la etnia creole y 4 de la etnia mestiza. Debido a la posición geográfica de la región y tomando en cuenta su entorno cultural, fue utilizado un muestreo por conveniencia y la información recolectada fue sometida a dos niveles de codificación para facilitar el proceso de análisis.

Resultados

Los datos sociodemográficos y culturales de la población de estudio se caracterizan de la siguiente manera: las edades oscilan entre los 60 a 70 años, son 14 personas (7 mujeres y 7

hombres), la religión que prevaleció fue la morava, la etnia que predominó fue la miskitu, seguidamente la creole y mestiza, la procedencia es Puerto Cabezas. Los entrevistados cuentan con vivienda propia, estado civil casados, tienen entre 3 a 6 hijos, viven generalmente con 5 a 8 personas, con nivel académico universitario y en su mayoría ejercieron la docencia como trabajo.

Dentro de la calidad de vida del adulto mayor jubilado se encuentran una serie de factores que influyen: factor biológico (cambios físicos, sueño y descanso, sexualidad), factor psicológico (emociones y sentimientos) y el factor social (familia, amigos, economía, alimentación, actividad de ocio y salud)

Se concluyó que, en general, los adultos mayores poseían una buena percepción sobre su calidad de vida, evidenciándose con mayor importancia los factores sociales, puesto que, la base fundamental para contar con una buena calidad de vida fue la familia, seguidamente los amigos. El poseer una base de apoyo estable brindaba al adulto mayor seguridad y bienestar a nivel físico, psicológico y social.

Uno de los factores de mayor impacto fue el ámbito económico; a diferencia de las mujeres, que no hicieron algún señalamiento negativo referente a este aspecto, en el sexo masculino, en las etnias mestiza y creole se evidenció mayor descontento en contraste con la etnia miskitu.

Los estudios anteriores muestran relevancia por la temática dirigida a los adultos mayores jubilados. Las necesidades que se reconocen son multifactoriales, propias para su edad; aun así, el proyecto de vida es alentador, ubicando al adulto mayor jubilado con expectativas hacia el gozo de una calidad de vida permanente en cuanto a sus capacidades.

Nuestro estudio

Como parte de la metodología utilizada en nuestra investigación se presentan los siguientes elementos:

Material y métodos

Se realizó el estudio descriptivo transversal a partir del trabajo de campo; se sintetizó la información obtenida con los recursos metodológicos de ambos métodos sobre la base de su análisis mixto o triangulación de datos.

Se seleccionaron por conveniencia 50 académicos y 50 administrativos.

Criterios de Inclusión: jubilados de la UAS de 50 a 80 años, académicos y administrativos.

- a) Cuestionario sociodemográfico: se aplicó en el primer semestre del ciclo 2023-2024 para detectar variables como: edad, sexo, años de jubilados, categoría nominal, profesión, lugar de donde se jubiló, miembros de la familia con quien vive y convive, tipo de actividades de la vida diaria, preferencias por actividades incluidas en un programa de atención información como la relación sentida con la Universidad después de jubilarse, valoración del modelo de atención a los jubilados, diferencia entre categoría de académico y

administrativo en la universidad, diferencias de género y consideración de la inclusión en las actividades de la UAS.

- b) La Escala para la Evaluación de la Calidad de Vida (MGH): es un instrumento para la evaluación de la calidad de vida en la tercera edad, confeccionado y validado en Cuba por Álvarez, Bayarre y Quintero (2003). Consta de 34 afirmaciones, las cuales, al ser agrupadas, miden la percepción de la salud, las condiciones socioeconómicas y la satisfacción por la vida. Se efectuó el análisis mediante el software SPSS 22.

Categorías de análisis

- Calidad de vida de los jubilados
- La Jubilación y retiro como etapa del nuevo proyecto de vida
- El trabajo social en atención a los adultos mayores.
- Los programas de atención para adultos mayores

Discusión y resultados

Los antecedentes que marcan la historia de los jubilados de las UAS determinan el compromiso y el sentido de pertenencia hacia la institución, en este caso la Universidad Autónoma de Sinaloa. No se puede deshacer la historia laboral dentro de la comunidad universitaria, ello por los antecedentes que marcaron fundamentalmente las luchas de que fueron parte la mayoría de los jubilados, del compromiso hacia la colectividad que permanece latente y que aún los identifica y reafirma su pertenencia al sistema universitario.

La aplicación de las entrevistas a los jubilados se hizo con la intención de conocer sus necesidades. Las respuestas revelan las necesidades sentidas, condiciones emocionales y el proyecto de vida. Se presentan a continuación algunos de los testimonios obtenidos:

1. *“Debe elaborarse un programa integral a través de un convenio de colaboración entre UAS, Sindicato, atención a jubilados y aprovechar los recursos públicos disponibles para este sector”*,
2. *“Un programa de seguimiento al personal jubilado”*.
3. *“Se deben realizar estas actividades de manera constante y regulada”*,
4. *“Que se elabore un diagnóstico de necesidades y/o problemas con respecto a: salud, economía y distribución de tiempo libre”*
5. *“Aprovechar el potencial de desarrollo y conocimiento para realizar trabajos de fortalecimiento de los procesos de aprendizaje, investigación y difusión, en cursos para profesores, alumnos destacados, continuar colaborando con centros de investigación.”*
6. *“Económicamente bueno, pero en atención malo”*
7. *“Desquiciado, revuelto y confundido”*
8. *“Se desaprovecha la potencialidad, experiencia y el recurso que presenta el personal*

jubilado, y se le trata como material de desecho” “Pasamos a ser trabajadores de 3ª categoría”.

9. “Que se les dé un reconocimiento en buena atención para los jubilados y no hacerles el feo”.
10. “Por el solo hecho de ser jubilado se burocratiza la atención en las gestiones”
11. “Respetando sus derechos y asumiendo que fueron fundadores del cambio democrático”.
12. “Modernizarlo para alcanzar un equilibrio en la satisfacción de nuestras necesidades, como se está logrando en otras latitudes; ejemplo, en España, Finlandia, etc. Y a la vez crear un modelo integral estratégico” donde participe la Universidad, el Estado y hasta la iniciativa privada, es más hasta los Legisladores, con el principal motivo de no seguir siendo excluidos social y productivamente”.
13. “Que existan programas de salud y más atención a los que padecen enfermedades crónico degenerativas” y sobre todo “un programa de atención domiciliaria para jubilados que se encuentran en estado de dependencia”.

En el siguiente cuadro se especifica la profesión que desempeñaban los jubilados en la Universidad Autónoma de Sinaloa.

Cuadro N° 1

Profesión que desempeñaban los jubilados en la UAS

Administrativos	% válido	Académicos	% válido
Ingeniero agrónomo	2.0	Ingeniero agrónomo	10.2
Trabajador/a Social	4.0	Trabajador/a Social	2.0
Oficial	4.0	Odonto pediatra	2.0
En. de Laboratorio	2.0	Psicólogo	2.0
Mensajero	2.0	Ingeniero Civil	6.1
Tec. en diseño soldaduras	2.0	LAE	8.2
Lic. Pedagogía	2.0	Médico Cirujano	6.1
Preparatoria	2.0	QFB	8.2
Velador	12.0	Lic. Ciencias Sociales	2.0
Lic. Educ. Física	2.0	Economista	4.0
Operador de Computadora	4.0	Lic. Ciencias de la Educación	4.1
Comercio	2.0	Doctor	4.1
Reproducción	2.0	Arquitecto	2.0

Carpintero	2.0	Maestro de Idiomas	2.0
Chofer	4.0	Lic. Derecho	8.2
Mayordomo	2.0	Lic. Educ. Física	2.0
Compaginador	2.0	Cirujano Dentista	4.1
Plomero	4.0	Maestro de Historia	2.0
Auxiliar Administrativo	2.0	Contador Publico	4.1
confianza	6.0	IBQ	2.0
Tec. Equipo de laboratorio	2.0	Antropólogo	2.0
Oficial Pintor	2.0	Maestro (a)	12.2
Cocinera	2.0		
Conserje	2.0		
Niñera	2.0		
Secretaria	12..		
Of. De albañil	2.0		
Carrera Trunca	6.0		
Electricista	2.0		
Total	100.0	Total	100.0

Fuente: elaboración propia en base a cuestionario aplicado

Cuadro N° 2. Actividades por hora a la semana que realizan los jubilados

Escala								
Horas semana	Recreativas	Recreativas	Ejercicio	Ejercicio	Academ.	Admva.	Culturales	Culturales
	ACA	ADV	ACA	ADV	ACA	ADV.	ACA	ADV.
De 1 a 5	30.6	28.0	2.0	48.0	22.4	10.0	26.5	20.0
De 6 a 10	10.2	12.0	59.2	6.0	2.0	2.0	6.1	2.0
De 11 a 20	6.1	6.0	6.1	0.0	2.0	0.0	6.1	0.0.
De 21 o más	14.3	16.0	2.0	2.0	8.2	0.0	0.0	0.0.
0 horas	38.8	38.0	30.6	44.0	65.3	88.0	61.2	78.0
Total	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

Fuente: elaboración propia en base a cuestionario aplicado

Cuadro N° 3. Tipo de actividades que le gustaría o propondría el jubilado para que se incorporara un programa de atención a jubilados en la universidad

Actividades	Porcentaje valido académico	Porcentaje valido administrativo
Cine club, baile, juegos de mesa, viajes	16.7	34.0
Salud espiritual	2.8	0.0
De aprendizaje e investigación	25.0	0.0
Encuentros deportivos y culturales	30.6	42.6
Yoga, tai chi Chuan, aerobics	5.6	12.8
Espacio para cultivar valores	5.6	0.0
Cursos de superación personal y relaciones humanas,	5.6	2.1
Derechos humanos, actividades lúdicas	5.6	2.1
Guitarra	2.8	2.1
Canto zumba y baile	0.0	4.3
Total	100.0	100.0

Fuente: elaboración propia en base a cuestionario aplicado

Cuadro N° 4. Relación de los jubilados con la universidad

	Porcentaje válido Académicos	Porcentaje válido Administrativo
“Elecciones”	2.1	0.0
“Pago de talones”	48.9	48.0
“Reuniones sindicales”	10.6	6.0
“Eventos sociales y recreativos”	6.4	0.0
“Reuniones y pago de Cheque	21.3	42.0
“Proyectos educativos”	8.5	0.0
“Recontratados”	2.1	4.0
Total	100.0	100.0

Fuente: elaboración propia en base a cuestionario aplicado

De acuerdo a lo anterior, se considera que los factores estructurales y de retiro al interior de la universidad son algunos de los elementos que ponen en riesgo a los adultos mayores al jubilarse, ya que los excluye de las relaciones socioeducativas, las cuales por mucho tiempo representaban su estatus, por ejemplo de académico ejemplar y/o administrativo humanista.

Respecto a la aplicación de la escala para la evaluación de la calidad de vida en la tercera edad, fue aplicada a 100 jubilados de la UAS de manera general sin separar las categorías de académicos y administrativos. Se agruparon los datos para analizar las dimensiones en salud, condiciones económicas y felicidad sentida. Para ello se designó un valor de 1 a 4 puntos, correspondiendo el 1 a la significación negativa y el 4 a la significación positiva. Se valoraron así las siguientes representaciones: casi siempre, 4 puntos; a menudo, 3 puntos; algunas veces, 2 puntos y casi nunca, 1 punto.

Las tres tablas consignadas a continuación muestran los resultados que sirvieron para tomar el valor de la media a fin de analizar los datos en cada caso (Hernández Sampieri et al., 2006:427); la media es el promedio aritmético de una distribución y es la medida de tendencia más utilizada, se simboliza con una X y es la suma de todas las variables dividida entre el número de casos.

Tabla N° 1. Dimensión Salud

Dimensión	Media
Salud (física, psíquica y social)	3.06

En referencia a los datos presentados en la Tabla N° 1, la media se presenta en 3.06. Esto significa que los jubilados de la UAS tienen condiciones de salud (a menudo) favorables, según puntuación de 1 a 4 en la escala, lo cual evidencia que llevan a cabo las actividades de ocio serio que requieren condiciones favorables de salud. Tal como lo mencionan Lizaso Elgarresta et al. (2008:308), “las características psicosociales de este nuevo perfil de jubilado, por su parte, serían las siguientes: gozar de un buen estado de salud, realizar actividades y tener un autoconcepto positivo alto y un autoconcepto negativo bajo”.

Tabla N° 2. Dimensión socioeconómica

Dimensión	Media
Monetaria y de vivienda	3.62

En la dimensión socioeconómica, la media se presenta en 3.62. Esto significa que los jubilados de la UAS se encuentran entre 3 y 4 puntos en la escala; esto quiere decir que la media se encuentra a menudo con una ligera inclinación casi siempre para cubrir las necesidades económicas. Los jubilados de la UAS plantean que “mantienen un nivel de ingreso favorable que les permite

satisfacer las necesidades de tipo económico y de vivienda”. Las estrategias económicas de las personas mayores se enmarcan en una serie de factores, tanto históricos como sociales, individuales y familiares. Para Bódalo (2002, en Requena, 2006:152), “los factores son la edad, el ciclo vital, la biografía individual y la generalización”.

Tabla N° 3. Dimensión satisfacción por la vida

Dimensión	Media
Familia, estados afectivos predominantes, expectativas a futuro, apoyo social, satisfacción por el presente.	3.27

En cuanto a la dimensión “satisfacción por la vida”, con base a los datos presentados, la media se presenta en 3.27. Esto significa que los jubilados de la UAS se encuentran en la escala de 3 puntos, con lo que se interpreta que a menudo expresan satisfacción por la vida. Al analizar la pregunta contenida dentro del interrogante “aspiraciones y planes a futuro”, se muestran preparados para continuar con las actividades que les permitan disfrutar de un ocio positivo, incluso afirman “que quieren viajar a otros países”.

Nuestro estudio concuerda con otros investigadores que hacen su aporte de acuerdo a estudios realizados con personas retiradas y queda en evidencia que el retiro es un factor crucial para la adaptación en el proceso de envejecimiento, ya que requiere acomodo en lo económico, en lo emocional, en lo social y en lo físico (Sánchez, 1990; Atcheley, 1980).

La fortaleza del estudio realizado a jubilados administrativos y académicos de la UAS radica en el sentido de pertenencia y expone los factores que les brindan seguridad a futuro, tales como los de salud, económicos y sociales.

Lo expresado por los entrevistados viene a comprobar los objetivos propuestos en el estudio. La pertinencia del profesional del Trabajo Social resulta fundamental en la elaboración de un programa de atención que contemple diferentes proyectos de atención y que las necesidades sentidas sean prioridades para la conservación y mejora en la calidad de vida de jubilados y pensionados de la UAS.

Sugerencias

El Trabajo Social tiene un rol fundamental en el diseño de las políticas públicas cuyos objetivos principales sean de promoción de aquellos temas dirigidos al bienestar social y a la mejora de la calidad de vida de las sociedades y, de manera especial, de la edad adulta.

En relación a la problemática analizada en este artículo, sugerimos que se fortalezca la coordinación entre la Administración Central de la UAS, el Sindicato Académico y el Sindicato Administrativo, quienes tendrán que implementar estrategias de atención para los jubilados desocupados.

Las peticiones de los Trabajadores Jubilados deben de transformarse en realidades a partir de acciones de bienestar social.

El Trabajo Social debe incluir en sus programas educativos propuestas de trabajo hacia las necesidades más emergentes, a fin de abrir más y mejores campos en los que la acción del trabajo social figure como profesión hacia la vanguardia.

La propuesta de atención al jubilado -sustentada en el ocio serio- tendrá jubilados más activos y capaces de disfrutar una mejor calidad de vida.

La aplicación de un Modelo de Atención Integral para Jubilados de la Universidad tendrá como objetivo la inclusión social a partir de la integración social, atención personalizada, preparación en el proceso pos-jubilatorio, la prevención y atención de enfermedades y la participación en las estrategias de acción en beneficio de la calidad de vida.

El Trabajo Social ejerce cotidianamente su práctica entre las necesidades que presentan los jubilados de la UAS. Esto implica un esfuerzo analítico que integra los distintos intereses individuales y colectivos para lograr operar metodológicamente -y de manera oportuna- un programa de atención integral.

Propuesta: áreas del Programa Integral

Programa de educación para la salud, actividades sociales y lúdicas, asesorías a jóvenes universitarios en proyectos: productivos y de investigación, programa de atención domiciliaria y asesorías jurídicas.

Estructura del programa de atención integral para jubilados de la UAS

Programa	Objetivo	Estrategias	Recursos
Educación para la salud	Promover la adquisición de hábitos y costumbres saludable a fin de contribuir a una mejor calidad de vida.	Programa de diagnósticos oportunos, nutrición, prevención de enfermedades crónicas degenerativas higiene corporal, sexualidad, higiene mental (actividades sociales, recreativas y culturales).	Trabajador social, medico, enfermera, nutriólogo
Artístico	Favorecer la expresión, la construcción y formas de iniciación o de desarrollo de los lenguajes creativos, las capacidades de innovación y búsqueda de nuevas formas expresivas	Artesanías o arte popular (cerámica, trabajo en barro, talla de madera, tejido, bordado, macramé, tapiz, vidrio, juguetes, artes visuales, arte	Trabajador social, maestro de educación de las artes escénicas y plásticas.

	que contribuya al bienestar de los jubilados	escénica, danza, música y canto, lenguaje y literatura, entre otros de acuerdo a las capacidades y al interés de los jubilados	
Actividades sociales	Favorecer la vida asociativa, reforzar las redes sociales de los jubilados, fortalecer los vínculos afectivos entre iguales y familias, atender las necesidades grupales y la solución de problemas colectivos lo anterior para preservar la integración, la convivencia y el reconocimiento social.	Organización y realización de encuentros con jubilados de diferentes zonas al interior de la universidad, la realización de eventos recreativos y culturales.	Trabajador social
Actividades lúdicas	Coadyuvar al fomento de la salud fundamentalmente a través del desarrollo físico y corporal, a fin contribuir a la formación de hábitos saludables	Esparcimiento: (diversión al aire libre como son marchas, paseos,), protección de la naturaleza y medio ambiente, recreación excursiones y juegos.	Maestro de educación física
Asesorías a jóvenes universitarios en proyectos: de investigación y productivos	Coadyuvar en el diseño, participación y elaboración de proyectos académicos con la finalidad de preservar y aprovechar los conocimientos de los jubilados con perfiles y capacidades, a la integración opcional según sus preferencias	Conformar un despacho donde el jubilado promueva sus conocimientos y experiencias académicas, Convocar a jóvenes a la integración de asesorías académicas de las diferentes disciplinas con interés por la investigación y Los proyectos productivos.	Trabajo social y jubilados
Atención domiciliaria a jubilados dependientes	Prestar atención domiciliaria a la población jubilada que se encuentran en condición de dependencia temporal y/o total y reconocer las condiciones socio-familiares con la finalidad	Conformar en coordinación con el Trabajador Social un equipo de jubilados con diferentes perfiles responsables de coordinar y realizar las visitas domiciliarias	Trabajadora social, comisión de jubilados al programa.

	de atender las necesidades más emergentes.	frecuentes a jubilados dependientes, detectar las necesidades más emergentes en cuanto a las prestaciones sociales y de salud lo que permitirá las canalizar las acciones pertinentes a las áreas que correspondan.	
Atención jurídica	Conformar un equipo de asesores en materia jurídica a fin de atender las inquietudes de los jubilados, en materia de leyes, decretos y reformas.	Conformar conjuntamente con el bufete jurídico de la UAS convenios internos de atención a jubilados y sus familias, convocar a los jubilados especialistas en el área del derecho a integrarse al proyecto.	Comisión de jubilados con perfil, bufete jurídico UAS.

Referencias bibliográficas

- Betanzos Díaz, Norma; González-Muciño, Rubén Agustín y Paz-Rodríguez, Francisco (2024). Predictores de la calidad de vida y bienestar subjetivo en un grupo de jubilados México. *Rev. Psicología y Salud*, Vol. 34, Núm. 1, enero-junio de 2024. <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2845/4696>
- García, Carolina (2008). *Setenta y Tantos, empieza una nueva juventud*. Ediciones CEAC, España.
- García, Hanny y Kara-Machado, Juana (2022). Calidad de Vida y Autoestima en Adultos Mayores de una Asociación de Jubilados Ecuatoriana. En: *Rev. Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades* No. 17. <http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/rchakin/n17/2550-6722-rchakin-17-00095.pdf>
- Goff Fermín, Crystal Maday; Goff Flores, Francis Dayana y Allen Amador, Teisey Teresa (2002). Calidad de vida del adulto mayor Jubilado afiliado al Instituto Nicaraguense de seguridad social. En: *Rev. Universitaria del Caribe*, Vol. 28 N. 1. Enero-junio, 2022. <https://www.camjol.info/index.php/RUC/article/view/14447/17036>
- Hernández Delgado, Yolanda y Almejo Vargas, Juan (2022). Jubilación y su impacto en la vida del adulto mayor: revisión integradora. *Vorágine Revista Interdisciplinaria de Humanidades y Ciencias Sociales* Vol. 4 Núm. 7, pp. 82-96. <https://centrohumanista.edu.mx/biblioteca/files/original/1d8b36658e748450dd68dc2aa8ef0309.pdf>
- Hernández Sampieri, Roberto; Fernández Collado, Carlos y Baptista Lucio, Pilar (2006). *Metodología de la investigación*, cuarta edición. Edit. Mc Graw Hill, México.

- Instituto Nacional de Estadística y Geografía - INEGI (2022). *Estadísticas a propósito del Día Internacional de las Personas Adultas Mayores*. Comunicado de prensa núm. 568/22. https://inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP_ADULMAY2022.pdf
- Lizaso Elgarresta, Izarne; Sánchez de Miguel, Manuel y Reizabal Arruabarrena, Luixa (2008). Factores psicológicos y de salud asociados con un nuevo perfil de jubilados. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, vol. 24 n.3, Madrid 2008, <https://journals.copmadrid.org/jwop/art/s1576-59622008000300003>
- Malacalza, Susana (2003). *Desde el imaginario social del siglo XXI: Repensar el Trabajo Social*. 1er. Ed. Espacio Editorial, Buenos Aires.
- Müller Ávalos, Christian Jean Carlo (2022). *Políticas del adulto mayor y oferta de servicios en un centro integral para adultos mayores en la región Lambayeque 2022*. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/121991/Müller_ACJC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Requena. Antoni (2006). Estrategias sociales y económicas de los nuevos jubilados. *REIS*, 115/06 pp. 135-163. <https://doi.org/10.5477/cis/reis.115.135>
- Sánchez Salgado, Carmen (1990). *Trabajo Social y Vejez*. Editorial Humanitas, Buenos Aires, Argentina.
- (2005). *Gerontología social*. Editorial Espacio, Buenos Aires.
- Vera, Martha (2007). Significado de la calidad de vida del adulto mayor para sí mismo y para su familia. *Anales de la Facultad de Medicina Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2007*, vol.68, n.3, pp.284-290 . <http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v68n3/a12v68n3.pdf>