

Preparación para la jubilación: perfil de participantes y reflexiones para futuras intervenciones.

Hermida, Paula Daniela, Mendes Da Silva, Lucrecia Silvana, Pollard, María Agustina, Balbi, Lourdes Belen y Alonzo, Claudio Hector.

Cita:

Hermida, Paula Daniela, Mendes Da Silva, Lucrecia Silvana, Pollard, María Agustina, Balbi, Lourdes Belen y Alonzo, Claudio Hector (2025). *Preparación para la jubilación: perfil de participantes y reflexiones para futuras intervenciones. XVII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXII Jornadas de Investigación XXI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VII Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VII Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-004/688>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eNDN/ngM>



PREPARACIÓN PARA LA JUBILACIÓN: PERFIL DE PARTICIPANTES Y REFLEXIONES PARA FUTURAS INTERVENCIONES

Hermida, Paula Daniela; Mendes Da Silva, Lucrecia Silvana; Pollard, María Agustina; Balbi, Lourdes Belen; Alonso, Claudio Hector

Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

La jubilación es una transición vital que impacta en lo económico, social y emocional (WHO, 2002). El trabajo posee múltiples funciones psicosociales (Dejours, 1998), generándose diversos cambios al jubilarse. Sin estrategias de preparación, el bienestar puede verse afectado (Topa et al., 2009), y en Argentina, tales prácticas aún son escasas. La Segunda Cátedra de Psicología del Trabajo de la Facultad de Psicología (UBA) impulsó un enfoque integral para acompañar esta etapa, a través del Programa de Extensión de Preparación para la Jubilación. El objetivo del presente trabajo es describir las características de quienes participaron en las actividades. Entre junio de 2024 y junio de 2025 se realizaron tres ciclos abiertos a la comunidad, con 89 participantes de entre 56 y 79 años. La mayoría eran mujeres (82%) y ya estaban jubiladas (65,2%). Los datos permiten identificar aspectos clave para futuras intervenciones. La baja participación de varones, más propensos a atravesar la jubilación de forma negativa (Hermida, Tartaglini & Stefani, 2016), plantea la necesidad de estrategias inclusivas. A su vez, el malestar manifestado por quienes ya se habían retirado refuerza la importancia de ofrecer estos espacios antes del retiro, promoviendo una transición más anticipada, reflexiva y saludable.

Palabras clave

Preparación - Jubilación - Participantes - Transición

ABSTRACT

RETIREMENT PREPARATION: PARTICIPANT PROFILE AND REFLECTIONS FOR FUTURE INTERVENTIONS

Retirement is a vital transition that impacts economic, social, and emotional aspects (WHO, 2002). Work has multiple psychosocial functions (Dejours, 1998), which generate various changes upon retirement. Without preparation strategies, well-being can be affected (Topa et al., 2009), and in Argentina, such practices are still scarce. The Second Chair of Work Psychology at the Faculty of Psychology (UBA) has promoted a comprehensive approach to support this stage through the Retirement Preparation Extension Program. The objective of this study is to describe the characteristics of those who participated in the

activities. Between June 2024 and June 2025, three community open cycles were conducted, involving 89 participants aged 56 to 79. The majority were women (82%) and were already retired (65.2%). The data allow identifying key aspects for future interventions. The low participation of men — who are more prone to experience retirement negatively (Hermida, Tartaglini & Stefani, 2016) — highlights the need for inclusive strategies. Likewise, the discomfort expressed by those already retired reinforces the importance of offering these spaces before retirement, promoting a more anticipatory, reflective, and healthy transition.

Keywords

Preparation - Retirement - Participants - Transition

BIBLIOGRAFÍA

- Dejours, C. (1998). *Trabajo y desgaste mental: Contribución a una psicopatología del trabajo* (3.^a ed.). Buenos Aires: Paidós.
- Fisher, G. G., Chaffee, D. S., & Sonnega, A. (2016). Retirement timing: A review and recommendations for future research. *Work, Aging and Retirement*, 2(2). 230-261.
- Hermida, P.D., Tartaglini, M.F. y Stefani, D. (2016). Actitudes y significados acerca de la jubilación: un estudio comparativo de acuerdo al género en adultos mayores. *Revista Liberabit*, 22 (1). 57-66.
- Topa, G., Moriano, J. A., & Moreno, A. (2009). Psychological antecedents of retirement: A meta-analysis. *Psychosocial Intervention*, 18(2). 251-265. <https://doi.org/10.5093/in2009v18n2a10>
- World Health Organization. (2002). *Active ageing: A policy framework*. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/67215>