

Ganancias y pérdidas de la jubilación: revisión integradora

Profit and loss of retirement: integrative review

Lucas Marcelo Meira da Silva¹
 Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad²
 Paloma de Souza Cavalcante Pissinati³

1. Enfermero residente de Cuidados Intensivos de Adultos. Universidad Estatal de Londrina. Londrina. Paraná. Brasil.
2. Enfermera. Doctora en Enfermería. Docente del Departamento de Enfermería. Universidad Estatal de Londrina. Londrina. Paraná. Brasil.
3. Enfermera. Estudiante de doctorado del Programa de Posgrado en Enfermería. Universidad Estatal de Maringá. Enfermera del Ayuntamiento Municipal de Rolandia. Rolandia. Paraná. Brasil.

Correspondencia:

Lucas Marcelo Meira da Silva
 Avenida Robert Koch, n.º 60, Vila Operária
 Londrina-PR, Brasil. CEP 86057-970
 Tel.: 55 (43)33712000
 Correo electrónico: lucas.m.meira@hotmail.com

Recibido el 8 de abril de 2016; aceptado el: 18 de abril de 2017

RESUMEN

Objetivo: analizar las publicaciones que tratan sobre el tema ganancias y pérdidas de la jubilación.

Método: revisión descriptiva de la bibliografía, realizada en las bases de datos Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud, Análisis de Literatura Médica y Sistema de Recuperación en Línea (*Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*), Public Medline, Google Académico, Biblioteca Científica Electrónica en Línea (*Scientific Electronic Library Online*), Biblioteca Virtual de la Salud y Biblioteca Virtual de la Salud de Psicología, incluyendo artículos científicos publicados entre 2003 y 2013 a partir de los descriptores pérdida, beneficios de la jubilación, jubilación, jubilado, sentimiento.

Resultados: se identificaron 66 artículos, de los cuales nueve están incluidos en este estudio (siete son publicaciones brasileñas, una chilena y otra española). El análisis de las publicaciones demostró que las ganancias y las pérdidas de la jubilación han sido debatidas bajo el enfoque de los campos familiar, económico, social y psicológico.

Conclusión: El análisis y la comprensión de los aspectos relacionados con las ganancias y las pérdidas derivadas de la jubilación son esenciales para buscar estrategias que ayuden a los trabajadores a enfocarse en los aspectos positivos y no en los negativos.

PALABRAS CLAVE: envejecimiento, jubilación, trabajadores.

ABSTRACT

Objective: to analyze the publications that addressed the theme of gains and losses of retirement.

Method: integrative literature review, conducted in the databases: Latin American and Caribbean Health Sciences, Medical Literature Analysis and Retrieval System Online, Public Medline, Google Scholar, Scientific Electronic Library Online, Virtual Health Library and Virtual Health Library on Psychology, including scientific papers published between 2003 and 2013, from the keywords: loss; retirement benefits; retirement; retired; feeling.

Results: 66 articles were identified, and nine of them were included in this study, where seven were Brazilian publications, one Chilean and one Spanish. The analysis of the publications proved that the gains and losses of retirement have been discussed in the light of the familial, financial, social and psychological fields.

Conclusion: the reflection about the advantages and disadvantages of retirement has been poorly explored in literature. Therefore, there is a need to deepen the studies with regard to this issue.

KEYWORDS: aging, retirement, workers.

■ INTRODUCCIÓN

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, se estima que en 2050 el mundo tendrá dos mil millones de personas de edad avanzada, cifra que pasará del actual 8% de la población al 16%. Bajo este enfoque, investigaciones científicas en el área de la economía enfatizan la necesidad de aumentar las reformas sociales, la jubilación y la salud debido al aumento de las personas mayores^(1,2).

En la actualidad, las personas mayores son percibidas por la sociedad como si estuvieran enfermas. Sin embargo, el acto de envejecer es un proce-

so multifactorial influenciado tanto por aspectos biológicos como psicológicos, culturales, históricos, políticos y económicos, que van cambiando según la cultura de envejecimiento propuesta por el individuo o grupo social⁽³⁾.

En la sociedad brasileña, la persona mayor es vista como alguien que dejó el mercado de trabajo y, por lo tanto, se vuelve económica y socialmente inactiva. Muy a menudo se la etiqueta como improductiva al alcanzar la jubilación, de tal manera que trata de volver a insertarse en la vida laboral⁽⁴⁾.

Es posible observar que el acto de envejecer tiene varias facetas y puede interpretarse de diferentes maneras. Para algunos, representa una

ruptura con la vida social, y para otros, el comienzo de una nueva fase en la que se busca disfrutar del placer proporcionado por el ocio y por la llegada del retiro⁽⁵⁾.

En este contexto, es necesario entender la relevancia de la jubilación para las personas que se acercan a esta etapa de la vida, ya que este evento es un cambio no solo en el estilo de vida, sino que también conlleva efectos biopsicosociales que pueden contribuir a la sensación de inutilidad por la cual el individuo deja de ser económicamente activo para beneficiarse de la seguridad social, lo que puede expresar una disminución de su poder adquisitivo. Además, dejar el puesto que ocupaba puede causar ansiedad y socavar la armonía social y psicológica de ese individuo^(5,6).

Muchos trabajadores tienen que hacer frente a la reducción de sus ingresos y a la pérdida de la posición social que el cargo le brindaba, lo que puede contribuir a la manifestación de una autoestima baja⁽⁷⁾. Por lo tanto, es necesario que los gestores de las instituciones laborales alienen a los trabajadores para que se preparen para ese momento con el fin de tener en cuenta las perspectivas individuales, sociales, familiares, económicas, sociopolíticas y ambientales de cada individuo⁽⁶⁾.

Ante la inminente llegada de la jubilación, los trabajadores se debaten entre sentimientos antagónicos, ya que por un lado perciben ese momento como una forma de recompensa por los años trabajados, y por el otro, tienen una sensación de pérdida de identidad y se reconocen de una manera negativa. Por eso, este período desencadena una serie de incertidumbres para quienes lo están atravesando⁽⁵⁾.

Entre los principales beneficios de la jubilación, cabe destacar la oportunidad de tener más tiempo libre, ya sea para descanso, ocio o esparcimiento⁽⁵⁾. Además, muchas personas se dedican a la búsqueda de actividades nuevas como una forma de volver a vincularse con la sociedad, ya que sienten que han llegado al final de una etapa más de la vida⁽⁸⁾.

En relación con las pérdidas durante el retiro más recurrentes según la literatura especializada, los trabajadores relatan que les afecta el distanciamiento de sus compañeros de trabajo debido al cese de la actividad laboral⁽⁸⁾. También expresan el sentimiento de vergüenza por haberse jubilado, ya que pierden su posición y su estatus profesional⁽⁹⁾.

Por lo tanto, se observa que la jubilación desata una dualidad de sentimientos que deben ser trabajados con el fin de evitar el desgaste, tanto de los trabajadores como de las instituciones de trabajo. El análisis de las consecuencias de la jubilación contribuye a la preparación de los trabajadores, además de apoyar las acciones de los gestores para promover el cese saludable.

El objetivo general de este estudio es analizar las publicaciones que abordan las ganancias y las pérdidas de la jubilación. Por esta razón, se determinaron los siguientes objetivos específicos: identificar, en los artículos científicos, los sentimientos que los trabajadores experimentan en la fase inmediatamente anterior a la jubilación, y describir los aspectos positivos y negativos en el momento de tomar la decisión de jubilarse.

MÉTODO

Se trata de una revisión descriptiva de la bibliografía, un estudio que agrupa varios resultados publicados sobre el mismo tema y que contribuye a la mejora de la asistencia a la salud. Este método permite a los profesionales de la salud acceder con facilidad a las investigaciones científicas que engloban las conductas y las decisiones que deben tomarse⁽¹⁰⁾.

Los criterios de inclusión definidos para la revisión fueron: artículos publicados en las bases de datos entre 2003 y 2013, que abordan las

ganancias y las pérdidas en la jubilación, publicados en portugués, inglés y español, disponibles íntegramente, como resultado de investigaciones científicas cualitativas, cuantitativas y provenientes de estudios teóricos.

Los criterios de exclusión se aplican a artículos publicados y repetidos en las bases de datos, aquellos que no se relacionan con las ganancias y las pérdidas en la época del retiro, monografías, tesis y artículos que se han publicado solo en parte.

La investigación de los artículos se realizó en las siguientes bases de datos: Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud (LILACS), Análisis de Literatura Médica y Sistema de Recuperación en Línea (*Medical Literature Analysis and Retrieval System Online, MEDLINE*), Public Medline (PUBMED), Google Académico, Biblioteca Electrónica Científica en Línea (SCIELO), Biblioteca Virtual de la Salud (BVS) y Biblioteca Virtual de la Salud de Psicología (BVSPIS).

La búsqueda bibliográfica tuvo lugar entre los meses de junio y agosto de 2014, a partir de la combinación de descriptores del área de Ciencias de la Salud: pérdida y jubilación; beneficios y jubilación; jubilación; jubilado; sentimiento y jubilación. Las búsquedas se realizaron con los descriptores en portugués en todas las bases de datos.

Se procedió a la evaluación de los datos mediante la lectura del artículo en su totalidad, seguido por la preparación de un cuadro sinóptico con los principales resultados. Se aplicó, también, el análisis descriptivo a partir del título del artículo, de los autores, del año de su publicación, de las ganancias y pérdidas en la época de la jubilación, de las recomendaciones y conclusiones.

Se respetaron las cuestiones éticas y los preceptos de autoría en conformidad a lo dispuesto por la Ley N.º 9610 del 19 de febrero de 1998, que legisla sobre los derechos de autor, haciendo mención de los autores con sus respectivas citas y referencias a lo largo de la revisión⁽¹¹⁾.

RESULTADOS

Las búsquedas en las bases de datos Google Académico, LILACS, MEDLINE, PUBMED, SCIELO, BVS y BVSPIS expusieron un total de 44 902 artículos, utilizando seis descriptores. Después de la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron 66 artículos para la lectura de sus respectivos resúmenes, de los cuales se eligieron nueve para componer la revisión bibliográfica.

Se identificó un mayor número de publicaciones en 2013, 2011 y 2010, con dos publicaciones al año (22,2%) y, finalmente, entre los años 2006, 2008 y 2009 se encontró un artículo por año (11,1%). De estos seis artículos, dos fueron escritos por profesionales del área de psicología, uno por actuante del área de economía, otro de filosofía, otro de ciencias de la educación y otro de trabajo social.

Además, se publicaron siete artículos en las siguientes revistas brasileñas: *Revista Psicología en Estudio*, *Cuadernos de Psicología Social del Trabajo*, *Revista Brasileña de Orientación Profesional*, *Revista Brasileña de Geriatria y Gerontología*, *Revista Reuna*, y la *Revista del Centro de Estudios Interdisciplinarios del Envejecimiento*; dos estudios fueron publicados en los periódicos internacionales, *Revista Chilena de Terapia Ocupacional y Gerokomos*, esta última española.

El análisis de dichos artículos permitió identificar las principales ganancias y pérdidas acaecidas en la jubilación, como se expone en la tabla 1. Entre las ganancias se destacaron el aumento de la disponibilidad de tiempo para dedicarse a la familia y al descanso, la falta

de compromisos sociales y la oportunidad de practicar actividades de esparcimiento. Por otra parte, las pérdidas estaban relacionadas con el sentimiento de inutilidad, la inactividad y los ingresos.

Después de identificar las principales ganancias y pérdidas, se listaron aquellas que aparecían con más frecuencia en la bibliografía estudiada. La ganancia más citada fue el aumento del tiempo disponible, presente en seis publicaciones.

Las pérdidas, el sentimiento de inutilidad, la inactividad y el cambio del estándar de vida estaban presentes en cuatro artículos.

Los resultados traen a colación los principales sentimientos asociados al proceso de la jubilación. Es necesario tener en cuenta que las ganancias y las pérdidas recogidas en los artículos están relacionadas con los diferentes aspectos de la vida. Mientras que algunas involucran el campo familiar, otras atañen a las cuestiones económicas, sociales y psicológicas.

■ DISCUSIÓN

Es evidente que muchos trabajadores ven la jubilación como algo positivo, principalmente, por tener la posibilidad de disfrutar de tiempo libre, sin compromisos con horarios y actividades laborales⁽¹²⁾ y por vislumbrar la posibilidad de realizar anhelos que habían sido postergados a causa del trabajo⁽¹³⁾.

La salud también es una ventaja del cese de las actividades laborales, ya que los trabajadores aguardan esta etapa de la vida como un momento oportuno para cuidar más de sí mismos. Sin embargo, muchos describieron la inactividad como algo negativo, tanto a causa del pensamiento de la sociedad con respecto al retiro, como también por la sensación de estar más cerca del momento de su muerte, por lo que cuidar de la salud se transforma en una necesidad para sobrellevar esas situaciones⁽¹⁴⁾.

Se observó en la bibliografía que la jubilación despierta el deseo de intensificar las actividades de ocio, ya que el trabajador busca el descanso después de años de arduo trabajo. En el transcurso de su vida, muchos se dedicaron a su carrera profesional a costa de su vida personal: por eso valoran este tiempo de poder disfrutar de la vida familiar⁽⁹⁾.

Otro aspecto de la jubilación es que los trabajadores que planificaron su economía con miras al futuro sienten la llegada del retiro de una forma más optimista, lo que demuestra que una situación económica satisfactoria puede reducir las preocupaciones⁽¹⁵⁾. Además, la planificación personal también contribuye a que el individuo ponga en práctica el deseo de continuar con una actividad, ya sea laboral, voluntaria, cultural o intelectual⁽¹⁵⁾.

Con respecto a las pérdidas en la época de la jubilación, las principales que se mencionan estaban relacionadas con sentimientos de inutilidad y con la desvalorización como ciudadano útil, resultante del cese del trabajo.

Cabe destacar que el sentimiento de inutilidad se deriva del concepto de que el trabajo es un elemento central en la vida, capaz de exaltar al ser humano⁽¹⁶⁾. Por esa razón, muchos temen el ocio, que los consideren anticuados, no quieren perder los lazos sociales y que el grupo deje de respetarlos: se sienten inseguros acerca de lo desconocido⁽⁹⁾.

Dicha inactividad está relacionada con la dificultad que tienen las personas para adaptarse al cambio brusco de rutina a causa del cese laboral⁽¹²⁾. Este sentimiento también está asociado al ocio, a la depresión y a la tristeza, ya que surge una preocupación constante de desarrollar una enfermedad mental por no tener más la rutina de trabajo⁽¹²⁾.

Temer perder el estándar de vida, ya que la mayoría está acos-

tumbrada a un determinado sueldo y es responsable de los gastos personales y familiares⁽⁹⁾. Asociado a esto, existe el temor a la pérdida de la mutua médica, a tener que afrontar los gastos médicos y no poder pagar las facturas por no haber llevado a cabo una planificación financiera⁽¹⁵⁾.

La sensación de indiferencia, señalada como una pérdida en algunos estudios, demuestra que muchos trabajadores que están en la fase previa a la jubilación sienten indiferencia frente a varios asuntos, tales como el contacto con familiares, amigos, tiempo para otras actividades y preocupación económica^(15,1).

Cabe destacar, también, que el temor a la muerte fue citado como una pérdida durante la jubilación. Este sentimiento está relacionado con la cultura del envejecimiento, que asocia dicha etapa de la vida a la aparición de enfermedades cuyas implicaciones se consideran como presagio de muerte^(14,15).

En lo que respecta a los sentimientos negativos en la fase previa a la jubilación, las explicaciones más frecuentes que los trabajadores dieron sobre la sensación de inutilidad, vejez y percepción de la muerte⁽¹⁷⁾ están relacionadas con la vejez en curso asociada a la pérdida de su empleo, ambas inevitables⁽¹⁸⁾.

En la actualidad, las pérdidas fisiológicas derivadas del envejecimiento se asocian a: deterioro cognitivo, físico y sexual, y estos estereotipos de la vejez, y a menudo se los relaciona con la jubilación. Esto acarrea, como consecuencia, sentimientos de baja autoestima que pueden llevar al individuo a fijarse más en las pérdidas que en las ganancias⁽¹⁸⁾.

Cabe destacar que la jubilación puede ser vivida de diversas maneras, de acuerdo con el estado biopsicosocial en el que la persona se encuentre en el momento del retiro. Cada individuo desempeña diferentes roles sociales y, por esa razón, vive ese momento de forma subjetiva⁽¹⁸⁾.

Aquellos trabajadores que planean su vida personal y económica se despiden de su trabajo de una manera más sana, con pocas repercusiones negativas en sus vidas⁽¹⁵⁾. Por lo tanto, la planificación personal se vuelve importante, ya que los individuos tienen como objetivo continuar con alguna actividad en su vida, mantenerse ocupados y no cambiar su rutina de repente⁽¹²⁾.

■ CONSIDERACIONES FINALES

Se observó que la jubilación desencadena sentimientos encontrados entre las personas. Por lo tanto, la comprensión de las ganancias y de las pérdidas resultantes de este proceso es esencial para crear estrategias que animen a los trabajadores a reconocer los aspectos positivos del cese del trabajo y minimizar las desventajas.

Se sugiere que las instituciones de trabajo y los programas de preparación para la jubilación implanten acciones para preparar a los trabajadores para su retiro. De esa forma, es posible reducir la sensación de pérdida que un individuo pueda llegar a sentir durante el periodo del retiro o unos años antes de ese acontecimiento.

Se hace necesario, por tanto, abrir un espacio en el lugar de trabajo para debatir sobre los aspectos relacionados con la jubilación. Incluso debe animárseles a planificar su futuro, aprovechar el tiempo e incentivarles para que busquen nuevas actividades para mejorar la calidad de vida, lo que se reflejaría en la calidad del ambiente laboral ■

Conflicto de intereses

Todos los autores declaran que no existen conflictos de interés de orden financiero, personal, institucional u otros.

Tabla 1. Síntesis de las publicaciones sobre beneficios y pérdidas de las jubilaciones en el período de 2003 a 2013. Paraná, Brasil, 2015

N.º	Autores	Título del artículo	Título de la publicación, año, volumen y número	Beneficios de la jubilación	Pérdidas de la jubilación
1	Moreira JO (20)	Imaginaris sobre jubilación, trabajo, vejez: estudio de caso con profesores universitarios	Psicologia em estudo. 2011;16(14)	No se describieron beneficios de la jubilación en esta publicación	Pérdida del vínculo laboral (sensación de muerte, aburrimiento); jubilación como sinónimo de soledad y tedio; jubilación asociada a la enfermedad, falta de objetivos, incapacidad, inutilidad e imposibilidad de contribuir para o medio social
2	Selig GA, Valore LA (17)	Imágenes de la jubilación en el discurso antes de la jubilación: subsidios para la orientación profesional	Cadernos de Psicologia Social do Trabalho. 2010;13(1)	Dejar de vivir el ritmo laboral intenso; no tener compromisos con horarios preestablecidos; disponibilidad de tiempo para dedicarse a actividades comunitarias; oportunidad para alcanzar objetivos personales (trabajar en lo que le gusta); tiempo para realizar actividades físicas	Miedo a perder la identidad personal; preocupación por posibles alteraciones en los patrones alimentarios en función del tiempo libre; preocupación por sentirse inactivo y desarrollar trastornos psíquicos como la depresión
3	Cuello MA, Concha LS (21)	Preparación para la jubilación en los servicios públicos de Chile	Revista Chilena de Terapia ocupacional. 2011;11(1)	Oportunidad de descansar después de años de dedicación al trabajo	Preocupación por la reducción de los rendimientos económicos
4	Soares DHP, Luna IN, Lima MBF (18)	El arte de jubilarse: programa de preparación para la jubilación con policías federales	Espaço Aberto. 2010;15(2)	Posibilidad de dedicarse a los estudios; tiempo para dedicarse a las actividades de ocio; realizar trabajos que complementen su renta; practicar actividades físicas; convertirse en más cercano a la familia	Pérdida del vínculo social del trabajo; preocupación por la utilización del tiempo libre después de la jubilación
5	Duarte CV, Melo-Silva LL (13)	Expectativas ante la jubilación: un estudio de acompañamiento en un momento de transición	Revista Brasileira de Orientação Profissional. 2009;10(1)	Oportunidad de viajar; realizar trabajos voluntarios como forma de contribución social; alcanzar estabilidad económica	Dejar de sentirse útil y necesario en el ambiente de trabajo; inseguridad por lo que respecta al futuro económico
6	Bressan MALC, Mafra SCT, França LHFP (19)	Bienestar en la jubilación: ¿qué significa eso para los servidores públicos federales?	Revista brasileira de geriatría e gerontologia. 2013;16(2)	Tener una vida activa y practicar actividades de ocio; alcanzar el bienestar económico; tener más tiempo para cuidar de la salud	No se describieron pérdidas de la jubilación en esta publicación
7	Carvalho CLS, Costa ISA, Pimenta RC (12)	La percepción de los servidores públicos sobre el momento de la aproximación de su jubilación: el caso de PRODERJ	REUNA. 2013;18(3)	Posibilidad de tener otro empleo; sensación de deber cumplido; dedicarse a la relación con el compañero; practicar actividades físicas; disponibilidad de tiempo para cuidar de la salud; oportunidad de iniciar nuevos estudios; realizar trabajo voluntario en la comunidad.	Pérdida del vínculo social con los amigos; sensación de inutilidad por no estar trabajando; disminución de los rendimientos; futuro económico incierto
8	Cal-Crespo AM (16)	Expectativas hacia la jubilación Del personal de la Universidad de Santiago de Compostela	Gerokomos. 2006;17(2)	Posibilidad de desarrollar actividades no realizadas en función del trabajo	Futuro económico incierto; sentimiento de inutilidad por dejar de desarrollar las actividades laborales
9	França LHFP, Vaughan G (23)	Beneficios y pérdidas: actitudes de los ejecutivos brasileños y neozelandeses frente a la jubilación	Psicologia em estudo. 2008;13(2)	Tener más tiempo para dedicarse a la familia y a los amigos; oportunidad de viajar; tener más tiempo para practicar deportes, actividades culturales y de ocio	Pérdida del salario y de otros beneficios; no disfrutar del seguro de salud; perder la relación con colegas de trabajo; inseguridad en cuanto al futuro económico

BIBLIOGRAFÍA

- World Health Organization. Facts about ageing [Internet]. Organización Mundial de la Salud. Hechos sobre el envejecimiento [citado 6 marzo 2015]. Disponible en: <http://www.who.int/en>
- Gomes PS, Pamplona JB. Breve reflexión teórica acerca de la relación entre población y economía. *Revista de Investigación Científica en Políticas Públicas* [periódico de internet]. 2014;4(2): 41-6. Disponible en: <http://periodicos.unb.br/index.php/rp3/article/view/12689/8868>
- Schneider, RH, Irigaray TQ. El envejecimiento en la actualidad: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos y sociales. *Estud. psicol.* [periódico de internet]. 2008;25(4): 585-59. Disponible en: <http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v25n4/a13v25n4.pdf>
- Khoury HTT, Ferreira AJC, Souza RA, Matos AP, Barbagelata-Góes S. Why retired come back to work? The role of psychosocial factors. *Kairós* [periódico de internet]. 2010;13(1): 147-65. Disponible en: <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/4867/3449>
- Alvarenga LN, Kiyan L, Bitencourt B, Wanderley KS. The impact of retirement on the quality of life of the elderly. *Rev. Esc. Enferm. USP* [periódico de internet]. 2009;43(4): 796-80. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342009000400009>
- França LHFP, Soares DHP. Preparación para la jubilación como parte de la educación a lo largo de la vida. *Psicol. cienc. Prof.* [periódico de internet]. 2009;29(4): 738-75. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932009000400007>
- Panozzo EAL, Monteiro JK. Jubilación y salud mental: una revisión de literatura. *Cuadernos de Psicología Social del Trabajo* [periódico de internet]. 2013;16(2): 199-20. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v16i2p199-209>
- Carvalho CLS, Costa ISA, Pimenta RCA. La percepción de servidores del momento de la aproximación de su jubilación: el caso del Proderj. *Reuna* [periódico de internet]. 2013;18(3): 21-4. Disponible en: <http://revistas.una.br/index.php/reuna/article/view/524/533>
- Duarte CV, Melo-Silva LL. Expectativas ante la jubilación: un estudio de acompañamiento en el momento de la transición. *Rev. bras. orientac. prof.* [periódico de internet]. 2009;10(1): 45-5. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902009000100007
- Mendes KS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisión integradora: método de investigación científica para la incorporación de evidencias en la salud y en la enfermería. *Texto contexto - enferm.* [periódico de internet]. 2008;17(4): 758-76. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>
- Brasil. Ley n.º 9.610, de 19 de febrero de 1998. Altera, actualiza y consolida la legislación sobre derechos autorales y otras providencias. *Diario Oficial de la República Federativa del Brasil*, 19 de febrero de 1998.
- Selig GA, Valore LA. Imágenes de la jubilación en el discurso de personas prestas a jubilarse: subsidios para la orientación profesional. *Cuaderno de psicología social del trabajo* [periódico de internet]. 2010;13(1): 73-8. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1516-37172010000100007&script=sci_arttext
- Soares DHP, Luna IN, Lima MBF. El arte de jubilarse: programa de jubilarse para policías federales. *Estudios interdisciplinarios del envejecimiento* [periódico de internet]. 2010;15(2): 293-31. Disponible en: <http://www.seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/12706/11482>
- Bressan MALC, Mafrá SCT, França LHFP, Melo MSS, Loretto MDS. Bienestar en la jubilación: ¿Qué significa esto para los servidores públicos federales? *Revista brasileira de geriatría y gerontología* [periódico de internet]. 2013;16(2): 259-27. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1590/S1809-98232013000200006>
- Cal AMC, Mayán SJM, Arce FC, Gutiérrez MMC. Expectativas hacia la jubilación del personal de la Universidad de Santiago de Compostela. *Gerokomos* [Internet]. 2006;17(2): 26-3. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2006000200003&lng=es
- Moreira JO. Imaginarios sobre jubilación, trabajo, vejez: estudio de caso con profesores universitarios. *Psicol. estud.* [periódico de internet]. 2011;16(4): 541-55. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722011000400005>
- Cuello MA, Concha LS. Preparación para la Jubilación en los Servicios Públicos de Chile. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional* [periódico de internet]. 2011;11(1): 53-6. Disponible en: <http://www.revistaterapiaocupacional.uchile.cl/index.php/RTO/article/view/17082/17819>
- França LHFP, Vaughan G. Ganancias y pérdidas: actitudes de los ejecutivos brasileños y neozelandeses ante la jubilación. *Sicología en Estudio* [periódico de internet]. 2008;13(2): 207-21. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722008000200002>
- Oliveira AMM, Lopes MEL, Evangelista CB, Oliveira AEC, Gouveia EML, Duarte MCS. Representaciones sociales y envejecimiento: una revisión integradora de literatura. *Revista Brasileira de Ciencias de la Salud* [periódico de internet]. 2012;16(3): 427-43. Disponible en: <http://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/rbcs/article/view/12801/7885>