



<Artículo>

Estereotipos sobre la jubilación en pretitulados universitarios: proyecto de innovación docente

Pilar Moreno-Crespo e Itahisa Pérez-Pérez

Fecha de presentación: 13/01/2014

Fecha de aceptación: 17/06/2014

Fecha de publicación: 08/07/2014

//Resumen

El ser humano pasa por diferentes etapas en su vida marcadas por el tiempo, algunas de ellas caracterizadas por acontecimientos que pueden marcar el paso de una etapa a otra, o influir en la adaptación a las mismas. Todos estos momentos nos enfrentan a un nuevo ciclo, con características determinadas para su nuevo rol, que conlleva pérdidas y ganancias. La jubilación se convierte así en una etapa fundamental de la vida que, en el peor de los casos, representa una ruptura brusca del desarrollo vital de la persona hasta ese momento, así como el enfrentamiento a un periodo cargado de connotaciones negativas. Por este motivo, se presenta como necesaria una preparación que nos permita afrontar esta etapa con éxito.

Poniendo en juego los aspectos relativos a la jubilación y la preparación para la jubilación surge nuestra experiencia de innovación docente con alumnado de la Universidad Pablo de Olavide (Sevilla, España). La meta de este artículo es difundir la experiencia llevada a cabo acerca de los conocimientos que el alumnado universitario tiene sobre la jubilación. De esta manera, los objetivos que se plantearon en dicha experiencia fueron: conocer la percepción y los estereotipos previos del alumnado sobre la jubilación, analizar el concepto de jubilación durante la sesión de trabajo y establecer los cambios producidos en las percepciones y los estereotipos del alumnado.

//Palabras clave

Aprendizaje autodirigido, estereotipo, innovación pedagógica, jubilación, envejecimiento activo.

// Referencia recomendada

Moreno-Crespo, P. y Pérez-Pérez, I. (2014). Estereotipos sobre la jubilación en pretitulados universitarios: proyecto de innovación docente. [En línea] *REIRE, Revista d'Innovació i Recerca en Educació*, 7 (2), 53-70. Accesible en: <http://www.ub.edu/ice/reire.htm>

// Datos de las autoras

Pilar Moreno-Crespo. Universidad Pablo de Olavide. pmoreno@upo.es

Itahisa Pérez-Pérez. Universidad Pablo de Olavide. iperper@upo.es

1. Introducción

La percepción que existe hoy día sobre el envejecimiento ha evolucionado en pocas décadas, aunque aún queda mucho por andar. Hace unos años envejecer era sinónimo de enfermedad, así como de declive vital inevitable cuyo desenlace era la muerte. Sin embargo, en la actualidad se comienza a reconocer que el envejecimiento es un proceso natural, que representa una etapa más de la vida, y como tal hay que afrontarlo, con sus ganancias y pérdidas, al igual que las anteriores etapas. Por este motivo, podemos encontrar nuevas oportunidades e ilusiones en edades en las que, hace unas décadas, parecía que tan solo cabía esperar el temido fin.

El proceso de envejecimiento centra el interés de muchos sectores, ya que estamos siendo testigos del incremento en la esperanza de vida y el descenso de la natalidad, lo cual conlleva un envejecimiento progresivo de la población que afecta a diversos niveles de la sociedad: económicos, sociales, educativos y sanitarios. De este modo, los factores que inciden en el aumento de la longevidad se sustentan en los avances tecnológicos, higiénico-sanitarios, educacionales, etc. El hecho novedoso, que con anterioridad a la primera mitad del siglo XX no se había experimentado, repercute en el aumento progresivo de la población mundial mayor de 60 años. Encontramos, por lo tanto, que este crecimiento acelerado concede mayor importancia a las personas mayores como grupo social, obligando a las instituciones y organismos públicos a dar respuesta con medidas que se adapten a los nuevos perfiles poblacionales.

De igual forma, la ciencia comienza a reconocer a este sector poblacional como susceptible de investigación, originándose teorías sobre el envejecimiento biológico, psicológico y sociológico. Entre éstas, surge el concepto de "envejecimiento satisfactorio" que emerge de la escuela de Chicago, cuya definición más aceptada es la que realiza la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2002: 79): "proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen". Para clarificar el concepto añadimos que Lehr (1995: 352) indica que se trata de la "[...] edad proveya acompañada de bienestar psicológico". La OMS subraya como aspectos relevantes del envejecimiento activo "la salud", que abarcaría aspectos físicos y mentales; "la participación", a nivel social, educativo y cultural; y "la seguridad", comprendiendo aquellos factores relativos a la protección económica y legal. Pincemín (2006) destaca las áreas física, cognitiva, social y emocional.

Convenimos que los aspectos físicos, sociales, económicos y emocionales juegan un papel importante en la percepción de la calidad de vida del adulto mayor y en la promoción del envejecimiento activo. Por este motivo, es relevante centrarnos en los aspectos que transforman el día a día en el adulto mayor para potenciar su calidad de vida y, por ende, el envejecimiento activo, como lo pueda ser el hecho de jubilarse.

La jubilación es un concepto legal que aparentemente solo afecta a quienes han realizado trabajos remunerados y reconocidos normativamente. En los últimos años el número de adultos mayores jubilados ha aumentado debido al alto porcentaje actual de incorporación de la mujer al mundo laboral. Por ende, la jubilación solo afecta a un sector de las personas mayores actuales, sin embargo



tiene repercusiones más allá de la propia persona jubilada, ya que también afectada a nivel económico, productivo, familiar, social, psicológico, etc. Rodríguez (2013: 327) recoge las recientes reformas que modifican las condiciones de jubilación, así como las prestaciones a recibir:

“Como requisitos necesarios para beneficiarse del 100 % de la base reguladora de la pensión por jubilación ordinaria se establece: tener cumplidos 67 años, frente a los 65 anteriores, salvo en el caso de tener cotizados a la Seguridad Social 38 años y 6 meses, situación en la que se permitirá a la edad de 65 años hasta el 2027; y haber cotizado a la Seguridad Social un período de 38 años y 6 meses, frente a los 35 anteriores. No obstante, tal y como dije anteriormente, la reforma se implantará de forma paulatina a partir del año 2013 hasta el 2027. Únicamente no se verán afectados aquéllos que a los 65 años hayan cotizado los 38 años y 6 meses correspondientes. Aquellos que no cumplan con el período de cotización para cobrar el 100 % de la base reguladora de la pensión, verán incrementada la edad en un mes por cada año desde 2013 hasta 2018. A partir de 2018, el incremento será de 2 meses por cada año hasta 2027”.

El perfil de la persona jubilada del pasado atendía a una persona físicamente agotada, cansada de los años de trabajo y/o dedicación a la familia, donde se entendía que había alcanzado la edad para el merecido descanso, para el no hacer nada y “esperar” lo inevitable (Pérez Cano y Monreal Gimeno, 2006), teniendo presente que cuando se instauró la jubilación a los 65 años ésta era la edad de esperanza de vida¹. Éstas eran las percepciones de las propias personas jubiladas, así como la visión que la sociedad tenía de ellas, por lo que empezamos a hablar de calidad de vida en la vejez, ya que podemos ser dependientes o autónomos, pero con calidad.

Actualmente, la tipología de persona jubilada es diversa tanto por las condiciones laborales como por los medios que están a su alcance para vivir el tiempo de ocio. De esta manera, la adquisición de nuevas formas de vida, de sentir y planificar la vejez es muy diferente. Se une esta condición a que la esperanza de vida es cada vez mayor, lo cual, junto al hecho de que existan muchas personas jubiladas anticipadamente (Martínez Rodríguez et al, 2006), significa que la salud les permite realizar lo que se propongan, dando como resultado que al producirse la jubilación se tenga por delante un par de décadas más de vida. Los avances científicos, las mejores condiciones laborales, el aumento de la esperanza de vida, hacen que la jubilación sea un periodo largo y una oportunidad para recuperar ilusiones, proyectos y deseos no satisfechos. Bouché (2004: 168) considera la jubilación como “[...] un rito de paso de la edad adulta a la senectud, que constituye una categoría sociocultural que no tiene porqué significar inferioridad o senilidad, aunque en la práctica pueda haber un poco o un mucho de todo”.

No es nuevo el sentimiento de inseguridad que muchas veces nos envuelve cuando nos enfrentamos con nuevas etapas o cambios en nuestra vida. El paso a la jubilación representa un cambio de hábitos, de estilo de vida, que conlleva también un nuevo rol en la sociedad y en la propia familia. La adaptación a esta etapa para algunas personas es fácil, sencilla, ilusionante, pero para otras se

¹ En Alemania a finales del siglo XIX por Otto von Bismark.

convierte en una adaptación costosa aunque, generalmente, dotada de fortaleza y motivación para aprender y madurar.

Sin embargo, un hecho evidente de la jubilación es la pérdida de rol profesional, la disminución de los ingresos económicos, una mayor cantidad de tiempo libre, etc. y esto, en ocasiones, se vuelve traumático para algunas personas. En este sentido, los estereotipos asimilados por la sociedad no ayudan al proceso de transición a esta etapa. A pesar de que los sondeos demuestran que la mayor parte de los trabajadores esperan con ansia la edad de la jubilación, incluso para aquellas personas que aprecian su trabajo, la realidad es que tener ilusión ante esta idea de jubilarse es muy diferente al hecho de renunciar a una actividad que ha llenado la existencia de una persona durante todo el periodo de vida adulta. Muchas personas al llegar este momento se encuentran en una crisis vital, llena de inseguridades y frustraciones, donde la liberación se convierte en una desesperanza que puede llegar a afectar al entorno familiar y social.

Según la teoría de Maslow, las personas jubiladas de ahora tienen ya superadas las necesidades básicas de supervivencia, relaciones sociales, seguridad, etc., y se centran en desarrollar su motivación hacia ocupaciones que les aporten cotas razonables de plenitud y satisfacción (Pérez Cano y Monreal Gimeno, 2006). Sin embargo, entre los estereotipos que podemos encontrar a nivel de la sociedad y de la propia persona que experimenta el paso a la jubilación (IMSERSO, 2008):

- La persona cuando se jubila deja de ser productiva para la sociedad. Se trata de uno de los estereotipos más afianzados, pero debemos tener presente que la persona mayor sigue produciendo: consumiendo desde la perspectiva económica, acoge en su hogar a la familia que pueda necesitarlo (pérdida de vivienda, desempleo, divorcios...), colabora con la economía familiar (con comidas familiares, cuidado de nietos, gestionando trámites, cuidando de personas con dependencia...), etc.
- Las personas jubiladas se vuelven pasivas y sedentarias. Boronat Mundina (2003: 189) comenta sobre la actividad física que cuando la edad avanza '[...], indudablemente decrece, pero no por ello hay que dejar de fomentar'. Prieto Jiménez y Moreno-Crespo (2009) indican que existe una relación directa entre la actividad, ya sea física, cognoscitiva, emotiva o espiritual, y el envejecimiento satisfactorio.
- La jubilación suele dar lugar a situaciones de soledad. Todos podemos sufrir la soledad, depende de la red social con la que contemos y de nuestras herramientas a la hora de relacionarnos con nuestro entorno.
- Jubilación y vejez son la misma cosa. Según Pérez Serrano (2004: 59) "Considerar anciano a toda persona de más de sesenta y cinco años tiene una explicación arbitraria y poco racional".
- La salud es más vulnerable tras la jubilación. No existe evidencia de ello, es más, los avances higiénicos sanitarios no solo están incidiendo en la longevidad del ser humano, sino en la longevidad con calidad de vida. De hecho, las estadísticas revelan que el aumento de las



personas con limitaciones de su capacidad aumenta en los grupos de más edad, principalmente a partir de los 80 años (Abellán, Lorenzo y Pérez, 2012).

La existencia de estos estereotipos fortalecen la necesidad de preparar para esta transición de la vida, la jubilación, donde no se hagan las cosas por obligación sino por gusto, ocio o placer, buscando nuevas amistades y conocimientos, haciendo de esta época en definitiva el momento para la plenitud personal (Pérez Cano y Monreal Gimeno, 2006). Además, también es relevante abrir otros frentes para combatir estos prejuicios entre los y las profesionales que están en vísperas de incorporarse al mundo laboral y en cuyo entorno familiar y social puede que se produzcan o se estén produciendo jubilaciones.

En este sentido, debemos entender la jubilación como el mejor momento de la persona para alcanzar la plenitud vital; es decir, una ventana a la realización personal (López Aranguren, 1992). Una nueva etapa que hay que afrontar con sabiduría, ilusión, orgullo de haber llegado hasta ahí y, sobre todo, con la experiencia y serenidad adquirida durante los años vividos.

Este proyecto de innovación docente cobra mayor importancia al responder a la necesidad de una educación integral, donde la universidad no forme sólo a buenos/as profesionales sino, sobre todo, a personas (Pérez-Pérez, 2013).

2. Descripción de la innovación educativa

Dentro de la línea de investigación sobre el envejecimiento activo, analizamos y promovemos acciones que se sustentan en la necesidad del fomento de un envejecimiento saludable. En relación a esta premisa, nos planteamos generar la oportunidad de ofrecer alternativas de educación que complementen el currículum del alumnado desde cursos de extensión universitaria. Es por ello que se diseñó y ejecutó el proyecto de innovación docente titulado "Educación y envejecimiento activo", organizado por la Oficina de voluntariado y solidaridad perteneciente al Vicerrectorado de participación social y el equipo docente del área de Teoría e historia de la educación de la Facultad de Ciencias sociales de la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla.

El proyecto de innovación docente llevado a cabo durante el curso 2010-11 parte de la premisa de que el envejecimiento activo es un horizonte a alcanzar y cuya meta final consiste en la realización del potencial de bienestar físico, social e intelectual a lo largo de toda la vida y, por tanto, debe permitir la participación en la sociedad de acuerdo con las necesidades, intereses, deseos y capacidades.

La finalidad que queda planteada en dicho proyecto es que las personas pretituladas de la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla conozcan la filosofía que gira en torno al concepto de envejecimiento activo desde una perspectiva socioeducativa. Para alcanzar este fin, los temas abordados en el curso se articulan en torno a las dimensiones del ser humano: física, psicológica y emocional. Se contemplan, relacionadas con todas ellas, la dimensión social y la dimensión



espiritual. Teniendo también en cuenta que los pilares básicos del envejecimiento activo son: la participación, la salud y la seguridad y que es esencial trabajar la preparación para la muerte, se abordan los siguientes bloques temáticos: autonomía versus dependencia, participación social, relaciones intergeneracionales, preparación para la jubilación, el envejecimiento desde la perspectiva de género y, por último, el proyecto de vida y la superación de las crisis vitales. Para abordar la temática tratada, se ha utilizado como herramienta didáctica el cine-fórum.

Proceso metodológico

La metodología seguida en el proyecto de innovación docente se centra en un enfoque cualitativo aplicado a la educación social. Como nos comenta la catedrática de Pedagogía social, Pérez Serrano (2001), la finalidad que se considera prioritaria de la investigación en Educación social es la capacidad de transformación y de cambio de la realidad, objetivo que caracteriza, constituye y justifica su razón de ser. Por ello, consideramos necesario a la hora de plantear innovaciones y/o investigaciones en este ámbito el prestar especial atención al método, así como a las técnicas y recursos a utilizar, como también a la recogida de datos y su análisis, y a las conclusiones, orientadas a la mejora y al cambio. En definitiva, reconocemos que la educación trata de promover procesos de mejora y cambio.

En este sentido, la finalidad del proyecto de innovación que nos ocupa es contribuir a que el alumnado pretitulado reconozca en la jubilación una etapa más de la vida. Cabe agregar que los objetivos que quedaron planteados fueron:

- Conocer la percepción y los estereotipos previos del alumnado sobre la jubilación.
- Analizar el concepto de jubilación durante la sesión de trabajo.
- Establecer los cambios producidos en las percepciones y estereotipos del alumnado.

Descripción general de las sesiones

Este proyecto se organiza en torno a una primera sesión de presentación en la que se utiliza como soporte una presentación en *power point* que contiene, entre otros aspectos, los objetivos, el equipo docente, el contenido, el procedimiento que se va a seguir, la tutorización continua, así como la información sobre las aulas donde se reunirán los grupos.

Cada bloque temático se desarrolla en base a una sesión de trabajo del equipo docente para establecer las pautas oportunas y revisar las cuestiones claves sobre el tema en cuestión; una segunda sesión que incluye el visionado de una película seleccionada para



tal fin; y la tercera sesión, en la que se desarrolla un grupo de discusión para el análisis y profundización en el proceso de aprendizaje desarrollado.

Técnicas e instrumentos de recogida de datos

En cada momento del proceso se utilizarán las técnicas e instrumentos de recogida de datos adecuados y orientados a alcanzar los objetivos planteados en el proyecto de innovación docente relativo al bloque temático "Preparación para la jubilación", abordado como cualquier otra etapa que se produce en nuestra vida, que puede convertirse en algo positivo o negativo, dependiendo de cómo se afronte. Para una persona acostumbrada a una actividad laboral que estructura su vida es complicado adaptarse a la interrupción laboral si no se cuenta con los recursos necesarios. En el momento en el que se produce esta inadaptación pueden tener lugar una serie de trastornos tales como la inquietud, depresión o ansiedad, irritabilidad, baja autoestima, sentimientos de inutilidad, etc. Por ello, en esta etapa, la persona jubilada puede requerir de una intervención socioeducativa orientada a afrontar esta nueva época de la vida. Será necesario planificar intervenciones de manera continuada para paliar o neutralizar los efectos negativos que puede provocar la jubilación en la persona y su entorno, así como para contrarrestar los mitos que existen sobre el envejecimiento como etapa improductiva, asociada a la pasividad, el sedentarismo, la soledad, la vejez o la falta de salud. Por otro lado, se trata de potenciar los aspectos positivos tales como la red de amistades, aprender a emplear el tiempo libre y de ocio de manera creativa, activa y posibilitadora.

Objetivo 1. Conocer la percepción y estereotipos previos del alumnado sobre la jubilación

En relación a los bloques temáticos descritos previamente, se elaboró un instrumento de valoración de conocimientos e ideas previas, con el objeto de que el alumnado asistente al curso lo cumplimentase antes de iniciar la primera sesión. El objetivo de aplicar este tipo de test cualitativo, siguiendo un diseño cuasi-experimental, era el de conocer las ideas y actitudes previas que el alumnado tiene en relación al proceso de envejecimiento, así como de las múltiples dimensiones tratadas en el curso.

El test se componía de nueve preguntas abiertas, que pasamos a exponer a continuación:

- ¿Qué es para usted el envejecimiento activo?
- ¿Qué entiende por calidad de vida?
- ¿Qué entiende por preparación para la finitud?
- ¿Cree usted que son importantes las relaciones intergeneracionales? ¿Por qué?
- ¿Qué entiende usted por participación social?



- ¿Cree que una persona puede ser autónoma y dependiente a la vez? ¿Por qué?
- ¿Considera que hombres y mujeres envejecen del mismo modo? ¿Por qué?
- ¿Qué entiende por jubilación?
- ¿Qué entiende usted por crisis vital?

Tal y como queda descrito, a través de la técnica de la encuesta se recaba información sobre las percepciones que posee el alumnado en relación a cada uno de los bloques temáticos abordados en el proyecto de innovación docente. El presente artículo se centra en el bloque temático de "Preparación para la jubilación", por lo que abordamos exclusivamente la cuestión clave que analiza este concepto dentro de la encuesta planteada como valoración previa.

Objetivo 2. Analizar el concepto de jubilación durante la sesión de trabajo.

Para atender el objetivo trazado surge la idea de utilizar la herramienta del cine-fórum con el alumnado de la Facultad de Ciencias sociales para tratar temas que no suelen contemplarse en profundidad dentro de las asignaturas troncales y obligatorias de los planes de estudio de nuestra universidad. A finales de septiembre de 2010 se terminó de reformular de forma definitiva la guía docente del curso, en la cual se describe el diseño metodológico a seguir, así como una serie de instrumentos considerados los más adecuados para dar respuesta a los objetivos formulados.

Tras seleccionar las temáticas, llegó el momento de elegir las películas que presentaran aspectos relevantes de las dimensiones tratadas. Se realizó un análisis y una reflexión en profundidad sobre un listado de películas relativas al proceso de envejecimiento y a aspectos destacablemente ligados a los bloques temáticos centrales para el proyecto de innovación educativa. A pesar de la variedad de la selección, escogimos finalmente las cuatro películas con mayor afinidad temática con los ejes anteriormente descritos: *Tomates verdes fritos* (Avnet, 1991), *En el estanque dorado* (Rydell, 1981), *El regalo* (Galaz y Ugalde, 2008) y *En la ciudad sin límite* (Hernández, 2002). De cada película realizamos una ficha-debate que nos serviría como instrumento didáctico del cine-fórum. Cada ficha compartía una estructura similar:

- Nombre de la película y día de visionado
- Breve resumen de la película
- Dimensiones centrales que trata (se seleccionan las dos dimensiones que más se tratan en el argumento de la película)
- Reflexión (indicábamos algún aspecto en el que el alumnado debía centrar su atención)



Pilar Moreno e Itahisa Pérez-Pérez. *Estereotipos sobre la jubilación en pretitulados universitarios...*

- Cuestiones planteadas sobre las dos dimensiones reflejadas (se indican las dimensiones y se plantean un par de cuestiones sobre las cuales reflexionar).

La ficha fue entregada al alumnado antes del visionado de la película para que la leyera y centrara su atención tanto en las dimensiones como en las cuestiones planteadas. A continuación, mostramos la ficha correspondiente a la película visionada en relación al bloque temático de "Preparación para la jubilación":

Tabla 1. Ficha Película *El Regalo*.

FICHA: <i>El regalo</i>	Fecha: 04 de marzo de 2011
<i>Nombre del asistente:</i>	
<i>Resumen película:</i> <i>El Regalo</i> es una comedia romántica, la historia de amigos entrañables que viven un viaje que será una experiencia inolvidable. Francisco, viudo y recién jubilado, está pasando por un momento difícil. Para animarlo, Pacheco y Tito deciden hacerle un regalo. Lo invitan a un paseo a las termas de Chillán. Este paseo les traerá muchas sorpresas, conocerán a Carmen, Nicolás y Martín y cambiarán los planes y las vidas de todos.	
<i>Dimensiones centrales:</i> Participación social y preparación para la jubilación.	
<i>Reflexionar sobre el personaje de Francisco y cómo cambia su vida tras la jubilación.</i>	
Escriba a continuación cualquier idea que aparezca en la película relacionada con las dos dimensiones centrales. <i>Sobre participación social (en qué aspectos afecta de manera positiva la participación social al protagonista y ámbitos de participación social en la película).</i> <i>Sobre preparación para la jubilación (se refleja, en la película, la idea de que con la jubilación se termina el proyecto de vida).</i>	

Fuente: Elaborado por equipo docente.

Objetivo 3. Establecer los cambios producidos en las percepciones y estereotipos del alumnado

Para dar respuesta al tercer objetivo planteado se utilizó el grupo de discusión como herramienta metodológica y didáctica. Una vez visionada cada película, el alumnado se distribuía en grupos para debatir en torno a las dos dimensiones principales que se han desarrollado en la ficha elaborada, en nuestro caso, *El regalo* (Galaz y Ugalde, 2008).

Finalmente, tras el desarrollo del grupo de discusión se elaboraban en conjunto las conclusiones y propuestas socioeducativas, llegando a acuerdos y planteamientos sobre las ideas trabajadas en cada sesión.



3. Análisis e interpretación de los datos

Llegados a este punto debemos comentar que el objetivo de analizar el concepto de jubilación queda desarrollado en la sesión de trabajo donde se pone en juego éste a través de la herramienta pedagógica y de análisis del cine-fórum. En los siguientes análisis e interpretación de los datos nos basamos en relación a los restantes objetivos establecidos para el bloque temático de "Preparación para la jubilación" por lo que en primer lugar analizaremos la percepción y los estereotipos previos del alumnado sobre la jubilación, y a continuación los cambios producidos en las percepciones y los estereotipos del alumnado.

En relación al objetivo de conocer la percepción y los estereotipos previos del alumnado sobre la jubilación, la pregunta realizada al alumnado se centra en "¿qué se entiende por jubilación?". Se obtiene respuesta de la totalidad de personas matriculadas, 41. Clasificamos las respuestas del modo siguiente: 1) Final de una etapa vinculada al trabajo, la actividad y la producción; 2) Perspectiva de una nueva etapa que comienza; y 3) La edad es el principal motivo para la jubilación.

Destacamos que un 70,73 % de las personas encuestadas definen la jubilación como "el final de una etapa vinculada al trabajo, la actividad y la producción". Por este motivo clasificamos las respuestas del alumnado de la manera siguiente:

- Concepción finalista del término vinculada al trabajo remunerado: Por lo cual asociamos estas afirmaciones con el estereotipo de que la persona cuando se jubila deja de ser fructífera para la sociedad, finaliza una etapa caracterizada por la producción. Los siguientes ejemplos hacen referencia al final de la vida laboral: 4. "[...] supone el cese de la vida laboral"; 10. "Se trata de la etapa en que termina la edad laboral"; 18. "El fin de la vida laboral". Por otro lado, las respuestas pueden centrarse en la remuneración por el trabajo realizado o se asocia la vida laboral con la vida productiva: 2. "El cese del trabajo remunerado [...]"; 6. "[...] cese de la vida laboral del individuo y de la vida productiva".
- Concepción finalista del término vinculada a la actividad: Por otro lado, un 17,03 % del total de las personas encuestadas afirman que la jubilación es el cambio de estado de actividad a inactividad. Estas afirmaciones quedan vinculadas al estereotipo de que las personas jubiladas se vuelven pasivas, ya que pasan de un estado activo a uno de pasividad, tal y como queda recogido en las expresiones siguientes: 9. "Situación en la que un trabajador activo pasa a inactivo [...]"; 38. "Jubilación es el nombre que reciben las personas trabajadoras en activo, ya sea por cuenta propia o ajena, que pasan a una situación pasiva o de inactividad laboral [...]"; 39. "El proceso legal por el cual la persona activa laboralmente pasa a ser pasiva".
- Concepción finalista del término vinculada a la incapacidad para trabajar: En este caso un 7,32 % de las personas encuestadas afirmaron que la capacidad para trabajar se encuentra vinculada a la jubilación, utilizando incluso el término "inútil". En este sentido,



y tomando como referencia la Real Academia Española, la palabra “útil” se relaciona con quien trae o produce provecho, por lo que podemos afirmar que en este caso se vincula con el estereotipo relativo a que la persona deja de ser productiva en la jubilación. Alguna de las afirmaciones relativas a la incapacidad para el trabajo quedan recogidas a continuación: 29. “Es una etapa de la vida de una persona en la que se piensa que esa persona ya no es útil para el mercado laboral y, por lo tanto, ya no se le deja seguir trabajando”; 41. “El periodo de tiempo que se piensa que esa persona no está tan capacitada para realizar la función laboral que anteriormente desempeñaba”.

El 32,02 % de las respuestas recabadas definen la jubilación desde la perspectiva de una nueva etapa que comienza, tal y como se recoge en los ejemplos siguientes: 7. “Es una fase más de nuestra vida”; 29. “Es una etapa de la vida de una persona [...]”; 35. “Entiendo por jubilación una etapa en la vida de la persona [...]”. Entre estas respuestas señalamos algunas que hacen referencia explícita a las nuevas posibilidades que se abren en este periodo: 2. “[...] podemos entender la jubilación como una parte de la vida idónea para realizar infinidad de actividades y proyectos”; 11. “Es una nueva puerta que lleva a una nueva etapa donde hay que vivir y disfrutar tras toda una vida de trabajo”.

Según los datos recopilados, un 39,03 % de las respuestas considera que la edad es el principal motivo de la jubilación. Este aspecto revela el estereotipo de que la vejez y la jubilación son la misma cosa predeterminada por la edad. A continuación transcribimos algunas de las respuestas dadas por el alumnado: 14. “La jubilación la entiendo cuando una persona llega a una cierta edad [...]”; 37. “Momento en el que una persona deja de trabajar llegada una edad estipulada previamente por el Estado”; 40. “La jubilación empieza a una edad determinada por el sistema político de cada país, siendo en España a la edad de 67 años actualmente”.

En lo que concierne al objetivo relativo a establecer los cambios producidos en las percepciones y los estereotipos del alumnado, analizamos los datos obtenidos durante el grupo de discusión llevado a cabo.

Frente al estereotipo de que la persona deja de ser productiva con la jubilación, que quedó patente previamente entre el alumnado, el trabajo desarrollado durante el cine-fórum hace que el grupo de discusión recoja que la participación social afecta de manera positiva al protagonista de la película. Existe una influencia positiva también de los amigos al prestarle apoyo y evadirse de la idea de que la única forma de participar activamente en la sociedad era el mundo laboral, entendida como que al perder su forma de participar se encuentra perdido, no sabe que existe otra vida y otra forma de participar, de relacionarse, divertirse, etc.

Durante el grupo de discusión se relaciona la participación social con la actividad influyendo en la calidad de vida de las personas, la autoestima y la motivación. En la película se reflejan diferentes cauces de participación social: viajes, actividades de gimnasia, senderismo, ocio, etc. Por lo cual, se hace frente al estereotipo de pasividad en la jubilación expresado en la encuesta previa.



Pilar Moreno e Itahisa Pérez-Pérez. *Estereotipos sobre la jubilación en pretitulados universitarios...*

Sin embargo, en el grupo de discusión se hace alusión a que existe otro tipo de participación que podríamos denominar "informal" y que se refiere a las relaciones sociales. Los amigos, compañeros, pareja, familia, nos animan, motivan y nos estimulan a la participación. Estos datos son relativos al estereotipo de la soledad de las personas jubiladas, que inicialmente no se detectó en la encuesta.

Durante el grupo de discusión se debate sobre cuestiones relativas a la teoría de la desvinculación, estableciendo que el envejecimiento se lleva consigo, "cuando se vive se envejece", debido a su forma natural, y lleva consigo una pérdida de ciertas capacidades y a algunas personas les lleva a la falta de relación. Cuando ese envejecimiento no es activo o cuando la persona mayor se encuentra con problemas de movilidad, pierde la capacidad de hablar o de oír, es decir, una pérdida sensorio motriz, se produce un aislamiento de la persona y debilita las relaciones y la participación social. En este momento es donde se produce una desvinculación y un retiro mutuo entre la sociedad y el mayor, ya que ni produce ni participa.

El estereotipo relativo a la salud no quedó recogido en la encuesta, pero en el grupo de discusión surgió la cuestión de los estereotipos y/o estigmas sociales que relacionan a la persona mayor como enferma, que tiene alguna patología o se considera inservible. En el caso del protagonista de la película no le ocurre eso porque no se siente una persona mayor. De hecho, está tan acostumbrado a hablar con jóvenes que cuando se encuentra con los compañeros del viaje no sabe de qué hablar. De ahí la importancia de buscar afinidades para poderse relacionar a nivel social. Algunas personas, al igual que se refleja en la película, centran su vida en el trabajo y se olvidan un poco del resto de su vida, de otras parcelas e, incluso, de sí mismas. El problema comienza cuando se termina el trabajo y dicha persona no sabe qué hacer, verdaderamente ahí siente que no vale. Generalmente se identifica laboralmente actividad con validez, por lo que cuando ya no se tiene actividad "ya no sirves para nada".

En el grupo de discusión se refleja que existen los estereotipos de la debilidad de la salud y de que la jubilación y la vejez son lo mismo. A pesar de que en la película *El regalo* se observa cómo sólo hay una persona con dependencia, ésta es la imagen que desafortunadamente tienen muchísimas personas. Se relaciona envejecimiento con deterioro de las capacidades, con patología.

Según las respuestas del alumnado, podemos observar cómo existen algunos choques culturales donde se relaciona la persona joven con la alegría, la diversión, el entusiasmo, mientras que la persona mayor está más unida a la tristeza y la seriedad. En este sentido, la cultura y los valores sociales influyen en las conductas humanas. Pero, además, la autoestima personal y la motivación son claves para vivir un envejecimiento activo, así como para tener apoyo social.

En la película se reafirma la importancia de los estereotipos, tanto en el caso de las personas mayores como, por ejemplo, cuando el protagonista se entera que un compañero del viaje es homosexual y al tratarlo comprueba que es una persona común y corriente, o cuando la amiga se quita el *bikini* y él sale espantado por la espontaneidad.



Cuando una persona considera que su proyecto de vida es el trabajo, al llegar a la jubilación se encuentra perdida, aparecen sentimientos de frustración, desesperanza y melancolía. En este momento hay que acompañar a las personas para que sean conscientes de que tienen continuidad y pueden seguir realizando sus actividades de ocio, nuevas tareas, creación de roles, etc. En el caso del protagonista de la película, observamos cómo la jubilación no ha sido una decisión propia sino que "le han jubilado". Es algo impuesto cuando él considera que puede seguir ejerciendo su trabajo. Ese sentimiento de frustración se produce al sentirse válido y capacitado para seguir trabajando, lo que sigue relacionando jubilación con dependencia, con enfermedad, con invalidez. De ahí la importancia de trabajar a favor del envejecimiento activo y preparar a las personas para la jubilación. En el grupo de discusión cobra importancia la intervención socioeducativa orientada a la preparación para la jubilación.

Con respecto al papel de la persona mayor en la sociedad, es destacable resaltar las respuestas del alumnado al considerar que las políticas sociales deben ir destinadas a un envejecimiento activo y participativo, provocando así un cambio en la percepción de la persona mayor. Sin embargo, hasta que no nos encontramos en un momento de crisis no somos conscientes de la importancia que tiene la participación social. El protagonista de la película es reflejo de ese proyecto de vida laboral pero se da cuenta tras el viaje y tras conocer a Carmen, que puede tener otra vida personal pero también laboral al plantearse escribir un libro. Sería un ejemplo de la teoría de la actividad donde es clave la participación activa y consiste en crear nuevas actividades con que ocupar el tiempo propio.

En definitiva, carecemos de preparación para la jubilación. Ésta, al igual que ocurre con la adolescencia, es una etapa biopsicosocial que representa una crisis en la persona. Cuanto más flexible sea la persona, mayor será la readaptación. Generalmente, podemos decir que las personas adultas no están preparadas para la jubilación, si bien es cierto que ésta es otra etapa más de la vida, en la cual nos puede costar más o menos cambiar. Da igual la edad de la persona, si es mayor o joven, es una etapa que representa un cambio y hay que mentalizarse para no decaer. También implica un vacío porque generalmente una persona que lleva más de media vida trabajando pasa de estar muchas horas fuera de casa, con ocupación y distracción, a, de repente, tener mucho tiempo libre y poco con que ocuparlo. Entre el alumnado hay quien considera que la jubilación debería ser un momento de descanso, después del trabajo. Pero también, si a la persona le gusta la profesión, podría ser una oportunidad de seguir disfrutando de su trabajo de una manera distinta. "Ahora trabajo porque quiero, sin presiones".

La mayor parte del alumnado está de acuerdo en que preparar para la jubilación sería un ejercicio crucial que consistiría en una reeducación del tiempo, principalmente el libre. Se trataría de concienciar y ofrecer diferentes vías para que una persona continúe participando de los recursos y servicios que le proporciona su sociedad, por ejemplo, el aula de la experiencia o el Aula de mayores de las universidades españolas.

Esta preparación a la jubilación es clave. El estado debe propiciar el desarrollo o la continuidad de actividades con el fin de potenciar un envejecimiento activo (filosofía de vida) por el

desarrollo y la integración de la persona mayor, a partir de la participación y la dinamización de estas personas, con el fin de empoderarlas y favorecer una mayor calidad de vida. Un buen lema sería “no dar años a la vida sino dar vida a los años

4. Conclusiones

En primer lugar, debemos resaltar la importancia de haber adjudicado un rol activo al alumnado, convirtiéndose el equipo docente en elemento catalizador, acompañante que orienta el proceso. Ésta es una de las características de los nuevos planes de estudios adaptados al Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) donde desde hace años comprobamos cómo, a través de una metodología participativa, el alumnado siente más identificación y compromiso con su propio proceso educativo, por lo que aumenta considerablemente la implicación con el modelo de enseñanza-aprendizaje planteado (Pérez-Pérez, 2014).

En segundo lugar, exponemos las conclusiones relativas a nuestro tema de investigación.

Cuando hablamos de personas mayores nos vienen a la mente aspectos como incapacidad, dependencia, soledad, aislamiento social, pero también otros positivos como vida, alegría, experiencia, sabiduría, ocio, etc. El incremento del tiempo libre en las sociedades actuales y, concretamente, en el colectivo de los mayores, es un eje primordial de actuación.

Como señalábamos en la introducción, entendemos el envejecimiento con calidad de vida, es decir, un envejecimiento satisfactorio asumido y puesto en práctica como una forma de vivir la vejez socialmente aceptable y satisfactoria en la medida que se mantienen las actividades que se han desarrollado durante la edad madura, siguiendo la línea de las teorías de la actividad y de la continuidad.

En 1977 el Consejo de Europa plantea en Estrasburgo la preocupación de que “pasar de hoy a mañana de una vida enteramente consagrada al trabajo a una jubilación ocupada por el ocio implica una modificación completa de la organización de la vida. [...] Cuando el trabajo desaparece nos parece que dejamos de ser miembros partícipes en el desarrollo de la sociedad” (cit. en Limón Mendizábal, 1990: 231). Por nuestra parte, completamos la aportación que realiza Moreno-Crespo (2011) cuando adapta la contribución de la OMS (2002) y Pincemín (2006), considerando que el envejecimiento activo debe atender a los aspectos siguientes:

- Seguridad: relativa a la seguridad legal, socioeconómica e incluso física, incluyendo el aspecto higiénico-sanitario y físico-deportivo. De igual modo, la jubilación se encontraría incluida en este apartado por hacer referencia a la seguridad económica que ofrece a la persona.
- Participación: aspecto socio-participativo dentro de la comunidad y la familia, ampliamente recogido en los datos del grupo de discusión.



Pilar Moreno e Itahisa Pérez-Pérez. *Estereotipos sobre la jubilación en pretitulados universitarios...*

- Dimensiones cognitivas: abarca los procesos mentales: nivel de conciencia, atención y concentración, lenguaje, percepción, memoria, etc. En este sentido, mantenerse con actividad es fundamental para promocionar la longevidad con calidad de vida.
- Faceta emocional: situación emocional y espiritual de la persona en relación a la sociedad y a la propia persona, tal y como se señala en los aspectos señalados en el grupo de discusión.

Puesto que la jubilación representa una reorientación y organización de los hábitos diarios de vida, es cada vez más frecuente que los y las trabajadores/as preparen su periodo de jubilación y busquen alternativas para su tiempo libre. Se trata de potenciar el tiempo de ocio y descubrir el mar de oportunidades para la realización personal. En 2004, la Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA) ya planteó "la necesidad de proporcionar a las personas mayores una herramienta útil que les diera medios de participación en la sociedad" (De las Heras, 2005).

Una de las propuestas que hace De las Heras (2005) ²es la creación de un entorno que posibilite la prestación de servicios voluntarios, ofreciendo un servicio a sus asociados/as, empresas y otras entidades, que faciliten información, formación y posibilidades de acción y expansión, logrando:

"[...] que las personas mayores tengan más actividad, se interesen por el mundo que les rodea y se integren en una sociedad que, por otro lado, está recibiendo todos sus conocimientos y capacidades mediante una colaboración altruista, sin ningún tipo de interés otro que la calidad de vida tanto del voluntariado como de las personas que reciben la colaboración." (p. 3).

Si la jubilación se definía antes por lo que una persona ya no hacía, ahora se define por lo que puede seguir haciendo. Como apunta Escarbajal de Haro (2010), tenemos que buscar nuevas metas para saber exactamente a dónde queremos ir sin que nadie nos lo imponga. El tiempo de jubilación pertenece a cada persona y cada persona debe organizarlo según sus metas.

La etapa de la jubilación, marcada tradicionalmente en los 65 años, aunque en 2011 se ha ampliado hasta los 67, está considerada como el fin de la actividad laboral o, según otros autores, el "principio del fin" (Pérez Cano y Monreal Gimeno, 2006), pero debemos considerarla como el momento en que la persona se convierte en agente activo de su propio desarrollo.

Sin embargo, profesionales de este campo se atreven a afirmar que "jubilarse es morir". Esta frase tan dramática y triste, en un tiempo en el cual cada vez vivimos más años y abogamos constantemente por un envejecimiento activo, intentando así desterrar los mitos y estereotipos que se han ido relacionando con las personas mayores, nos causa bastante rubor.

² Proyecto coordinado por José de las Heras Gayo denominado "La preparación para la jubilación: proyecto de madurez vital" fue presentado en el VII Congreso Nacional de Organizaciones de Mayores, celebrado en Madrid en octubre de 2005.

Ante esta situación, debemos abogar por la educación como instrumento para el desarrollo personal y formarnos para entrar en una nueva etapa llena de profundos cambios como es la jubilación con calidad de vida. Significa esto que debemos preparar a la ciudadanía para que cuente con los recursos y las competencias necesarias para hacer frente a cada una de las nuevas etapas de la vida que se van alcanzando al madurar.

Es importante aprovechar el tiempo y que el ocio esté distribuido de tal manera que llene el espacio libre con actividades gratificantes. La sociedad ha educado para estudiar, trabajar, realizar actividades pero poco ha dedicado a enseñar a utilizar el tiempo libre con actividades gratificantes, las cuales suelen estar condicionadas por la capacidad económica, la clase social, la cultural, la educación recibida, los hábitos y la salud (Sarasola Sánchez-Serrano y Fernández Arque, 2006).

En este sentido, debemos plantear una jubilación "a la carta", como señala Rubio Herrera, analizando el colectivo y partiendo de sus necesidades para proporcionar motivaciones en las actividades, ofreciendo así un amplio y diverso abanico de posibilidades (Pérez Cano y Monreal Gimeno, 2006).

Destacamos igualmente la importancia de promover la calidad de vida y el envejecimiento activo desde las políticas públicas. De este modo destacamos las tres áreas de actuación en las cuales se deben invertir recursos (OMS, 2001; cit. en Ramos Toro, 2009: 35):

- Reducir los factores de riesgo asociados a la morbilidad más frecuente y promover los factores protectores para toda la población (alimentación saludable, promoción del ejercicio físico, prevención del consumo de sustancias tóxicas, mejora del sistema sanitario en todos sus niveles, etc.).
- Favorecer los factores protectores del funcionamiento cognitivo desde los programas de alfabetización para toda la población hasta la promoción de la educación para todas las edades, con incidencia específica en todos los programas que potencien el aprendizaje y la actividad mental de las personas mayores.
- Promover el empoderamiento de las personas mayores, a través de la mejora de los cauces de su participación social, y de todos los programas e intervenciones que potencien su autonomía personal.

Para finalizar, destacamos que en relación a los estereotipos trabajados el alumnado que ha participado en el proyecto de innovación docente ha podido identificarlos y discutirlos, incluso algunos que inicialmente no se habían planteado. Debemos destacar la utilidad del cine-fórum como parte de la metodología desarrollada para poner al alumnado frente a una situación que, de otra forma, podría ser abstracta y extraña, así como para facilitar la detección de estereotipos asimilados por la sociedad, su deconstrucción y análisis.

<Referencias bibliográficas>

- Abellán, A.; Lorenzo, L. y Pérez, J. (2012). Indicadores demográficos. En R. Díaz Martín (Coord.), *Informe 2010. Las Personas Mayores en España. Datos Estadísticos Estatales y por Comunidades Autónomas* (Tomo 1). Madrid: IMSERSO.
- Avnet, J. (Dir.) (1991). *Tomates verdes fritos*. EEUU: Universal Pictures.
- Boronat Mundina, J. (2003). Las personas mayores ante una nueva realidad. Ámbitos de intervención social y educativa. En E. López-Barajas y J.M. Montoya Sáez (Coords.), *Educación y Personas Mayores: Una sociedad para todas las edades*. Madrid: UNED.
- Bouché Peris, J.H. (2004). *Educar para un Nuevo espacio humano. Perspectivas desde la antropología de la educación*. Madrid: Dykinson.
- De las Heras, J. (2005). La preparación para la jubilación: proyecto madurez vital. En *VII Congreso Nacional de Organizaciones de Mayores: Discriminación por edad*. Madrid: CEOMA.
- Escarbajal de Haro, A. (2010). Para una jubilación activa, creativa y participativa. En *IX Congreso Nacional de Organizaciones de Mayores "El arte de envejecer"*. Madrid: CEOMA.
- Galaz, C. y Ugalde, A. (Dir.) (2008). *El regalo*. Chile: Pirámide Films.
- Hernández, A. (Dir.) (2002). *En la ciudad sin límites*. Argentina/España: Warner Sogefilms A.I.E.
- IMSERSO (2008). *Guía para una jubilación satisfactoria*. Madrid: Ministerio de Educación, Política Social y Deporte.
- Lehr, U. (1995). *Psicología de la Senectud. Proceso y aprendizaje del envejecimiento*. Barcelona: Editorial Herder S.A.
- Limón Mendizábal, M.R. (1990). Reflexiones sobre la educación en la tercera edad. *Revista de Educación*, 291, 225-235.
- López Aranguren, J.L. (1992). *La vejez como autorrealización personal y social*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales.
- Martínez Rodríguez, T. et al. (2006). Prejubilación activa: demandas, necesidades e intereses de las personas prejubiladas en la minería asturiana. *Revista Española de Gerontología y Geriatría*, 41, 1, 29-38.
- Moreno-Crespo, P.A. (2011). *Mayores y Formación. Aprendizaje y Calidad de Vida*. Tesis Doctoral (no publicada). Sevilla: Universidad Pablo de Olavide.
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (2002). Envejecimiento activo: un marco político. *Revista Española de Geriatría y Gerontología* 37 (S2), 74-105.



Pilar Moreno e Itahisa Pérez-Pérez. *Estereotipos sobre la jubilación en pretitulados universitarios...*

Pérez Cano, V. y Monreal Gimeno, M.C. (2006). Jubilación y plenitud vital. En V. Pérez Cano, J.L. Malagón Bernal, L.V. y Amador Muñoz, *Vejez: autonomía o dependencia pero con calidad de vida*. Sevilla: Dykinson.

Pérez Serrano, G. (2001). Presupuestos metodológicos. Perspectiva crítico-reflexiva. En Gloria Pérez Serrano (Coord.), *Modelos de Investigación Cualitativa en Educación Social y Animación Sociocultural. Aplicaciones Prácticas*. Madrid: Narcea.

Pérez Serrano, G. (2004). Estereotipos, vejez y bienestar social. En G. Pérez Serrano, (Coord.), *Calidad de vida en personas mayores*. Madrid: Dykinson.

Pérez-Pérez, I. (2013). Una experiencia de innovación docente en la asignatura de Animación Sociocultural (En línea). *REIRE, Revista d'Innovació i Recerca en Educació*, 6 (2), 132-149. Consultado el 26 de septiembre de 2013, en: <http://revistes.ub.edu/index.php/REIRE/article/view/629>

Pérez-Pérez, I. (2014). El trabajo en equipo mediante el uso del portafolio y las rúbricas de evaluación: innovación en la enseñanza universitaria (En línea). *REIRE, Revista d'Innovació i Recerca en Educació*, 7 (1), 56-75. Consultado el 10 de noviembre de 2013, en <http://revistes.ub.edu/index.php/REIRE/article/view/714>

Pincemín, I. (2006). El envejecimiento como proceso de cambio. En M. V. Pérez De Guzmán Puya (Coord.), *Organización y gestión. Agentes al servicio de los mayores*. Madrid: Editorial Universitas, S.A.

Prieto Jiménez, E. y Moreno-Crespo, P.A. (2009). Diseñando programas para nuestros mayores: el caso del Aula Abierta de Mayores. En G. Pérez Serrano, J. García Gutiérrez, A. De Juanas Oliva (Eds.), *V Jornadas de Calidad de Vida en Personas Mayores. Envejecimiento Activo y Participativo*. Madrid: UNED.

Ramos Toro, M. (2009). Los retos para el siglo XXI de una nueva cultura de envejecimiento activo y participativo. En G. Pérez Serrano, J. García Gutiérrez y A. de Juanas Oliva (Eds.), *V Jornadas de Calidad de Vida en Personas Mayores. Envejecimiento Activo y Participativo*. Madrid: UNED.

Rodríguez de Llebana Gómez, M.M. (2013). La jubilación en el horizonte de 2013: cambios recientes y perspectivas de futuro. *Anuario de la Facultad de Derecho*. XXIX (X), 317-350. Rydell, M. (Dir.) (1981). *En el estanque dorado*. EEUU: Universal Pictures.

Sarasola Sánchez-Serrano, J.L. y Fernández Arque, S.M. (2006). El retiro podría desvelarse, en sentido profundo, como una invitación a la autorrealización. En V. Pérez Cano, J.L. Malagón Bernal, L.V. Amador Muñoz, *Vejez: autonomía o dependencia pero con calidad de vida*. Sevilla: Dykinson.

Copyright © 2014. Esta obra está sujeta a una licencia de Creative Commons mediante la cual, cualquier explotación de ésta, deberá reconocer a sus autores, citados en la referencia recomendada que aparece al inicio de este documento.

