

# Los complejos efectos de la jubilación en la salud

La jubilación puede mejorar la salud, pero también supone el riesgo de adoptar hábitos de salud inadecuados

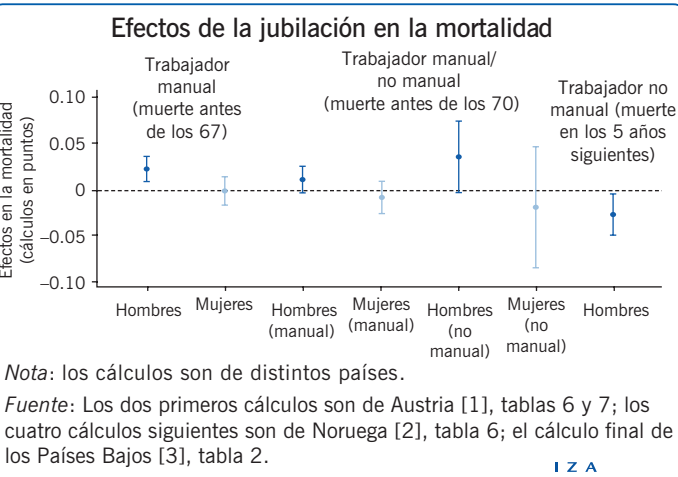
## DISCURSO DE ASCENSOR

La jubilación es una oportunidad para dejar un trabajo potencialmente arriesgado, malsano o estresante, algo que puede favorecer la salud de los jubilados. Sin embargo, la jubilación también conlleva el riesgo de que los jubilados pierdan su rutina diaria, la actividad física o mental, el sentido de identidad o propósito y las interacciones sociales, lo que puede llevarlos a adoptar hábitos malsanos. En función de la importancia relativa de los distintos mecanismos, la jubilación puede mejorar o deteriorar la salud de los jubilados o, a la larga, no tener ningún efecto en absoluto.

## HALLAZGOS CLAVE

### Pros

- + La jubilación es uno de los acontecimientos más importantes y que potencialmente más cambia la vida de una persona.
- + Las innovaciones metodológicas y el acceso a grandes conjuntos de datos administrativos han favorecido la credibilidad de las estimaciones empíricas.
- + La jubilación puede ser beneficiosa (por ej., si es voluntaria) o perjudicial (por ej., si interrumpe todo el contacto social) para la salud de los jubilados.
- + Los efectos de la jubilación en la salud llegan principalmente a través de los cambios en los hábitos de los jubilados relacionados con la salud.



### Contras

- La causalidad inversa hace muy difícil establecer la causalidad.
- Los resultados medidos y el horizonte temporal que se tenga en cuenta son cuestiones metodológicas importantes.
- La evidencia empírica más creíble sigue siendo ambigua.
- Debido a su ambigüedad, no es posible derivar implicaciones políticas uniformes de la evidencia disponible.
- Las personas reaccionan de modo diferente ante la jubilación, en función de factores personales y contextuales.

## MENSAJE PRINCIPAL DE LOS AUTORES

Conocer los efectos de la jubilación en la salud es importante para diseñar políticas de pensiones óptimas. Los estudios empíricos sugieren que la jubilación puede mejorar la salud del jubilado, empeorarla o no tener ningún efecto en ella. Esta variación puede racionalizarse mejor con la existencia de efectos heterogéneos de grupos de personas que responden de forma distinta a la jubilación. Este punto de vista no solo reconoce lo complejo de los ajustes ante la jubilación, sino que permite centrarse en aquellos factores o contextos que conduzcan a efectos positivos o negativos de la jubilación en la salud. También implica, de manera significativa, que no existen recomendaciones políticas uniformes.