

En pro de jubilaciones y envejecimientos saludables: el valor educativo de películas con protagonistas en edad de retiro laboral

In favor of healthy retirement and aging: the educational value of films with protagonists of retirement age

541

María de los Ángeles Aguilera-Velasco, *Doctora en Ciencias de la Salud en el Trabajo. Departamento de Salud Pública, Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara. México.*

Martín Acosta-Fernández, *Doctor en Ciencias de la Salud en el Trabajo. Departamento de Recursos Humanos, Centro Universitario de Ciencias Económico Administrativas, Universidad de Guadalajara. México.*

Blanca Elizabeth Pozos-Radillo, *Doctora en Psicología de la Salud. Departamento de Salud Pública, Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara. México.*

Resumen

Se presenta el estudio realizado en dos grupos (11 dentistas prejubilados y 11 personas de edades y ocupaciones diversas). El objetivo fue explorar el valor educativo de 6 películas, con protagonistas mayores, respecto de los existenciales de corporeidad, temporalidad, espacialidad y comunalidad, en pro de retiros y envejecimientos saludables. El estudio fue cualitativo, con diseño preexperimental descriptivo exploratorio. Los datos se recolectaron con la técnica de cine-debate y se sometieron a análisis fenomenológico interpretativo. Tras el visionado y discusión de las películas, cada grupo identificó los problemas de su entorno (espacialidad), comprendió sus vivencias temporales, proyectó oportunidades de crecimiento (corporeidad) y anheló nuevas formas de contribución familiar y social (comunalidad). Se concluye que las películas Amor a la carta; Si Dios quiere; Un hombre gruñón; El regalo; Una canción para Marion; Cleopatra, contribuyeron a nuevos conocimientos en torno de los retiros y envejecimientos saludables. Cada filme aportó diferentes conocimientos entre los grupos. Estos conocimientos estuvieron determinados por la secuencia en que se presentaron los filmes y por las vivencias particulares que ya poseía cada grupo. Se recomienda utilizar conjuntos de películas, más que películas aisladas, en la formación socioeducativa de la población respecto de estos temas.

Palabras clave: Cine, jubilación, envejecimiento, educación no formal, educación y ocio.



Abstract

*The study carried out in two groups (11 early-retired dentists and 11 people of different ages and occupations) is presented. The objective was to explore the educational value of 6 films, with major protagonists, regarding the existentials of corporeity, temporality, spatiality and communality, in favor of healthy retreats and aging. The study was qualitative, with a descriptive exploratory pre-experimental design. The data were collected with the cinema-debate technique and were subjected to interpretive phenomenological analysis. After viewing and discussing the films, each group identified the problems of their environment (spatiality), understood their temporal experiences, projected opportunities for growth (corporeity) and longed for new forms of family and social contribution (communality). It is concluded that the films *The Lunchbox*, *Se Dio vuole*, *En man som heter Ove*, *El regalo*, *Song for Marion*, *Cleopatra*, contributed to new insights around retreats and healthy aging. Each film contributed different knowledge between the groups. This knowledge was determined by the sequence in which the films were presented and by the particular experiences that each group already had. It is recommended to use sets of films, rather than isolated films, in the socio-educational training of the population regarding these issues.*

Keywords: Cinema, retirement, aging, nonformal education, Leisure and education.

Fecha de recepción: 20/08/2021

Fecha de aceptación: 29/10/2021

542

Introducción

El cine, además de divertir y entretener, es un efectivo recurso pedagógico, en todos los niveles educativos, y una excelente estrategia de educación social en todas las edades. Actúa como medicina social y motor de la construcción socio-cultural de la realidad. Inclusive, se ha empleado como herramienta efectiva de rehabilitación clínica en pacientes con esquizofrenia (Peña et al., 2015). Promueve valores, incita a la reflexión y comprensión, a la identificación con los protagonistas, y a la creación de sueños y expectativas.

La investigación contemporánea en torno del cine, ya no aspira tanto a probar su efectividad como recurso pedagógico o estrategia de educación social, pues ya ha sido bastante comprobada, sino en profundizar en los aprendizajes específicos de cada película, serie, cortometraje o documental, pues sería un error considerar que todas las producciones audiovisuales comercializadas promueven todo lo que se le atribuye al cine en el ámbito educativo formal o informal. Por ejemplo, creer que el cine en conjunto es totalmente efectivo



en todas las acciones de educación social, y ya no investigar al respecto, resulta tan absurdo como considerar que todas las medicinas son efectivas para todos los padecimientos médicos. Es decir, existe la necesidad de investigar para profundizar en torno a la relación entre la educación y el cine, a través del valor educativo de cada película ante las problemáticas sociales. Además, es importante considerar que las películas se producen para generar un impacto desde el punto de vista artístico y de entretenimiento. En ese sentido, las aportaciones de las películas para la formación social deben descubrirse a través de la investigación.

En el ámbito de la educación social, es muy válido, e incluso necesario, explorar el valor educativo de ciertas películas en la tarea de preparación para el retiro laboral y el envejecimiento, no solo en los trabajadores, sino en la sociedad en general, pues intervenciones breves con cine pueden marcar la diferencia en la forma de enfrentar estos problemas. Ciertas películas pueden ofrecer elementos claves para ayudar a las personas a desear retirarse del trabajo de forma satisfactoria y a envejecer con calidad de vida. De acuerdo con Pinazo (2013), se considera que una selección adecuada de películas, ayuda a las personas a profundizar en el conocimiento de su propio envejecimiento, en las cuestiones relevantes de sus dinámicas vitales, en fortalecer la solidaridad intergeneracional, en definir su mejor modo de envejecer en positivo y en reducir sus estereotipos negativos sobre la vejez.

Las películas producidas en los primeros años del siglo XXI son un material excelente para la preparación de retiros y envejecimientos saludable, pues son protagonizadas por famosos actores ya envejecidos, enfocadas en la vejez activa y positiva (Ogando, 2016), en contraste con las películas del cine del siglo XX que transmiten en general una imagen negativa de la vejez (Klein, 2016).

Las personas requieren prepararse para su retiro laboral y su envejecimiento, pues no todas ellas cuentan con los recursos financieros, mentales y emocionales para enfrentar estos cambios de forma positiva y estimulante. Además, la mayoría experimenta estereotipos y discriminación por motivo de la edad, basada en el deterioro biológico observable (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021), o en la aparente falta de productividad de las personas retiradas del trabajo.

La falta de preparación y la discriminación por motivo de la edad, son impedimentos importantes para los retiros laborales satisfactorios y los posteriores envejecimientos saludables. Incluso, a veces las propias personas en edad de retiro laboral o envejecidas tienen

prejuicios sobre su propia condición. En el pasado era lugar común considerar que jubilarse era sinónimo de vejez y muerte. La discriminación por edad tiene efectos nocivos en las personas mayores, provoca menores niveles de autonomía y productividad, así como mayor estrés cardiovascular (OMS, 2021).

A esos daños se suman las consecuencias que provoca el retiro laboral, en uno de cada tres jubilados y que se reflejan a través del síndrome del jubilado con efectos físicos, mentales y sociales (Moragas, 2001). Esta situación se complica con el aumento paulatino de la esperanza de vida y el aumento acelerado de la población adulta mayor. En Latinoamérica, al 2050, uno de cada cuatro latinoamericanos será mayor de 60 años. Se prevé que habrá más personas mayores que menores de 14 años. Muchas personas mayores presentan y presentarán múltiples enfermedades y síntomas atípicos, y pasarán por situaciones sociales o mentales, generadoras de pérdidas, asociadas al desarrollo de los grandes síndromes geriátricos (Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2021), como la jubilación, las mudanzas del hogar para ingresar a un asilo, la viudez y la muerte de amigos (OMS, 2018).

La ampliación de esperanza de vida puede ser ocasión de magníficas oportunidades para las personas mayores, para emprender nuevas actividades y profesiones, y contribuir de muchas formas con sus familias y comunidades. El alcance de esas posibles oportunidades y contribuciones dependerá en gran medida del estado de salud (OMS, 2018) y de la formación social que reciban y que les ayude en la proyección de futuros alentadores.

Por ejemplo, en México, a la falta de preparación para el retiro y la vejez, y al aumento acelerado de la población adulta mayor, se suma el problema de la baja cobertura y bajos montos para las jubilaciones. Al 2017 tan solo el 3.2% de la población total del país estaba pensionada o jubilada (Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI], 2017). El resto de los adultos en edad de jubilación viven en situación de pobreza, trabajando a pesar de la avanzada edad, en empleos informales y precarios. En ese país también persiste en el retiro laboral y en el envejecimiento, un problema de género, pues ocho de cada 10 personas viudas son mujeres y siete de ellas tienen más de 60 años. Del total de viudas, el 72.7% no cuentan con pensión. La viudez es más frecuente que la separación o el divorcio entre los adultos mayores (INEGI, 2016).

Empero, a pesar del panorama anterior, es posible llegar a la vejez con niveles adecuados de capacidad funcional, independencia, salud, autocuidado, automanejo de enfermedades crónicas y participación socio-familiar (CEPAL, 2021). Para lograrlo se requiere preparar a las personas mayores, para que enfrenten las pérdidas y las enfermedades, se recuperen de ellas y se adapten a las nuevas circunstancias de su vida, asumiéndolas como oportunidades de crecimiento y realización, y logren así proyectar su existencia futura con bienestar y calidad de vida.

Dentro de la formación, a las personas mayores se les debe inculcar una nueva manera de entender el envejecimiento, para superar la conceptualización anticuada de las personas mayores como cargas y para aceptar la amplia diversidad de la experiencia de la edad avanzada, reconocer las inequidades que a menudo subyacen a ella y reflexionar sobre cómo podrían hacerse mejor las cosas (OMS, 2021). De igual forma debe promoverse el retiro saludable, pues dejar de trabajar supone tener tiempo libre que puede dedicarse para preparar la vejez saludable. Los retirados no deben sentirse culpables o inútiles a la sociedad, pues ya trabajaron lo suficiente.

La presente década de 2021 a 2030 es el momento propicio para actuar y transformar el actual escenario de los adultos mayores en otro más positivo, inclusivo, equitativo, amigable y con respeto a sus derechos humanos (Naciones Unidas México [NU], 2016). Los adultos mayores, actuales y futuros, necesitan tomar conciencia de la existencia de las inequidades sanitarias y de su impacto en las diversidades en la vejez. Además, requieren prepararse para enfrentar y erradicar estereotipos obsoletos y discriminatorios contra la tercera edad, aprender a vivir en un mundo que cambia con rapidez y entender que la globalización y los avances tecnológicos influyen directa e indirectamente en sus vidas (OMS, 2018).

La capacitación de los adultos mayores deberá centrarse en mejorar su salud física y en proporcionarles herramientas emocionales y sociales, con estrategias fáciles de implementar, de efectividad comprobada, que los preparen para la sana convivencia familiar y social, así como para la participación activa en la sociedad. Ya que la adopción de los recursos de bienestar, al planificar la jubilación, están relacionados de manera positiva con los aspectos físicos, sociales, emocionales, cognitivos, motivacionales y con el aspecto global por encima de las variables de sexo, título, religión, ingresos familiares y empleo (Dos Santos, Pinati, Rossaneis, Costa, & Haddad, 2020).

En virtud de lo anterior planteado, se propuso como objetivo del presente estudio explorar el valor educativo de seis películas con protagonistas mayores, respecto de los existenciales de corporeidad, temporalidad, espacialidad y comunalidad, en pro de retiros y envejecimientos saludables en dos grupos diferentes.

Metodología

Se realizó un estudio con enfoque cualitativo y diseño preexperimental descriptivo exploratorio a través de dos intervenciones socioeducativas para la preparación de retiros y envejecimientos saludables, implementadas en Guadalajara México, meses antes de la pandemia por Covid-19. Los participantes acudieron a su ciclo de cine a través de una invitación abierta. En ambos ciclos de cine, los investigadores llevaron el equipo necesario para proyectar las películas (pantalla, proyector, computadora, bocinas y micrograbadora).

Ciclo de cine

A partir de la filmografía del libro *Mirar y reflexionar la jubilación*, se seleccionaron 6 películas. Todas las películas abordan el retiro laboral y la entrada al envejecimiento en su trama y son protagonizadas por adultos mayores. La diferencia entre los grupos fue que cada uno de ellos eligió el orden en el cual miraron las películas.

Tabla 1. Ciclo de cine en los grupos

Grupo de población abierta	Grupo de dentistas
1. Amor a la carta (2013), de Ritesh Batra, en India.	1. Un hombre gruñón (2015), de Hannes Holm, en Suecia.
2. Un hombre gruñón (2015), de Hannes Holm, en Suecia.	2. Amor a la carta (2013), de Ritesh Batra, en India.
3. Si Dios quiere (2015), de Edoardo Maria Falcone, en Italia.	3. El regalo (2008), de Cristián Galaz y Andrea Ugalde, en Chile.
4. El regalo (2008), de Cristián Galaz y Andrea Ugalde, en Chile.	4. Si Dios quiere (2015), de Edoardo Maria Falcone, en Italia.
5. Una canción para Marion (2012), de Paul Andrew Williams, en Reino Unido.	5. Cleopatra (2003), de Eduardo Mignogna, en Argentina.
6. Cleopatra (2003), de Eduardo Mignogna, en Argentina.	6. Una canción para Marion (2012), de Paul Andrew Williams, en Reino Unido.

Fuente: Directa.



Grupo 1 Población abierta

Este grupo se conformó con 11 personas, algunas jubiladas, otras laborando y algunas estudiantes. La mayoría fueron mujeres (92%) con estudios de posgrado (54%). La participante de menor edad tuvo 26 años y la señora mayor tuvo 75 años. El promedio de edad del grupo fue de 52 años. La mayoría estuvieron solteros (38%). La mayoría ejercían la docencia (77%). Les faltaban en promedio 13 años para jubilarse. El resto se desempeñaban como trabajadoras independientes, o amas de casa, o jubiladas. La mayoría no tenían enfermedades (62%). El resto padecía insomnio, o diabetes con hipertensión e hipotiroidismo, o colitis aguda, o lupus, o hipertensión y mareos. El 69% vivían acompañados.

Esta intervención se realizó en el aula de una universidad particular, los sábados por la mañana, en la cual que se gestionó previamente el préstamo a través de un oficio. Se ciclo de cine se integró con seis películas, las cuales vieron en un periodo de cuatro meses.

Grupo 2 Dentistas próximos a jubilarse

Este grupo se integró con 11 dentistas próximos a jubilarse, todos trabajadores activos. Se conocían desde que eran estudiantes en la universidad. Desde hace 30 años se mantenían unidos como amigos y colegas. Tuvieron un promedio de edad de 53 años (51 años la menor edad, 55 la edad mayor). La mayoría con estudios de licenciatura (91%) y el resto con especialidad odontológica (9%). El 73% fueron mujeres. La mayoría casados (36%). El 82% ejercía como dentistas. El resto tenía sus propios negocios comerciales. Les faltaban en promedio 11 años para jubilarse. El 73% vivían acompañados. Una minoría reportó el padecimiento de enfermedades crónicas como diabetes o haber superado eventos de cáncer.

Las sesiones de cine-debate se llevaron a cabo en las casas de ellos, en sábados por las tardes, o domingos por las mañanas, para que no interfiriera con sus horarios laborales. Su ciclo de cine se integró con siete películas, las cuales decidieron mirar en un periodo de ocho meses.

Técnica de recolección de datos

Para la recolección de los datos se utilizó la técnica de cine-debate. Es una técnica participativa y flexible que permite abordar la teoría a partir de las escenas proyectadas. A través de ella se buscó educar a los participantes hacia retiros y envejecimientos saludables, propio o de sus familiares, habilitándolos para la observación crítica, el análisis de situaciones

desarrolladas en las películas y para correlacionar las escenas proyectadas con su vida cotidiana. El moderador en todos los grupos fue el investigador principal.

Todas las películas proyectadas tuvieron como protagonistas a personas en edad de jubilación, en cuya trama atravesaban alguna de las siete etapas del proceso del retiro laboral (prejubilación, luna de miel, descanso, desencanto, reorientación, rutina y entrada a la vejez) propuestas por Atchley (1975), o alguno de los tres problemas emergentes de la jubilación (falta de seguridad social para jubilarse; jubilación forzada; resistencia a la jubilación).

Al término de cada película se discutieron las enseñanzas adquiridas a través de la pregunta guía: ¿Qué aprendimos sobre nuestra vida actual y futura con esta película? Todos los testimonios se grabaron en audio.

Los tres ciclos de cine se inauguraron con una conferencia de encuadre, con duración de 60 minutos, donde se les presentaron las siete etapas de la jubilación y sus tres problemas emergentes. En las conferencias se les mostró la filmografía y se tomaron acuerdos con los participantes.

Análisis de los datos

Se realizó análisis fenomenológico interpretativo (Duque & Aristizábal, 2019). La fenomenología, de acuerdo con Sandoval (1996), propone la descripción, tematización e interpretación de las experiencias vividas sin acudir a explicaciones causales. Desde esta perspectiva teórica, las experiencias de aprendizaje de los participantes de cada uno de los grupos, se exploraron a través de los cuatro existenciales básicos: cuerpo vivido o corporeidad, tiempo vivido o temporalidad, espacio vivido o espacialidad y relaciones humanas vividas o comunalidad (Van Mannen, 1990).

Durante el proceso de análisis de los datos, los audios de las sesiones de cine-debate se transcribieron a archivos de *Word* y se analizaron en el software Atlas.ti versión 9.1. Se creó una unidad hermenéutica. Se seleccionaron las citas que reflejaron experiencias en torno al retiro laboral y el envejecimiento saludable. En esa fase del proceso se buscaron los sentimientos, creencias, expectativas y acciones que a las personas les parecieron pertinentes y significativas en la experiencia educativa. Posteriormente, cada cita se etiquetó con un código. Todos los códigos se clasificaron en familias de códigos de acuerdo con los existenciales básicos de temporalidad, corporeidad, espacialidad y comunalidad. A partir de las familias de códigos, se obtuvieron las categorías de las experiencias vividas, las cuales se

esquematizaron en tablas. Cada grupo se analizó primero de forma independiente en función de sus vivencias, su ciclo de cine particular y las aportaciones de las películas que vieron. Luego se analizaron los tres grupos globalmente, solamente en función de las dos películas en común que miraron los tres grupos.

Consideraciones éticas

Éticamente se procedió de acuerdo con los principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos, señalados en la Declaración de Helsinki, la Comisión Nacional de Bioética de México y la Ley General de Salud en materia de Investigación para la Salud. Se pidió a los participantes consentimiento informado verbal. El proyecto quedó registrado en la Institución donde los investigadores laboran con el Dictamen CI-06918. El estudio fue financiado por la Institución donde laboran los investigadores, ya que colaboró con la compra de las películas y del equipo necesario para proyectarlas.

549

Resultados

Aportaciones de las películas en pro de retiros saludables

Las 6 películas contribuyeron en pro de aprendizajes sobre el retiro laboral. En cada grupo se lograron diferentes reflexiones y enseñanzas. Véase las tablas 2 y 3.

- La película *Si Dios quiere*, en el grupo de población abierta propició aprendizajes en torno de su espacialidad y temporalidad. En cambio, con los dentistas, esta misma película, propició enseñanzas en su espacialidad, corporeidad y comunalidad.
- La película *El regalo*, al grupo de la población abierta los ayudó en la generación de enseñanzas en torno de sus 4 existenciales básicos. En contraste, en los dentistas solamente contribuyó en las reflexiones en torno de su espacialidad y temporalidad.
- El filme *Cleopatra*, en el grupo de la población abierta generó aprendizajes sobre su espacialidad y corporeidad. En cambio, con los dentistas, este mismo filme generó enseñanzas sobre su espacialidad y temporalidad.
- El filme *Amor a la carta*, en el grupo de población abierta facilitó enseñanzas en torno de su espacialidad y temporalidad. A diferencia del grupo de dentistas, donde provocó enseñanzas sobre su temporalidad.
- La película *Un hombre gruñón*, en el grupo de población abierta, generó aprendizajes sobre su espacialidad. En cambio, con los dentistas propició enseñanzas sobre su comunalidad.
- El filme *Una canción para Marion*, en el grupo de población abierta facilitó enseñanzas en pro de su espacialidad. En cambio, en el grupo de dentistas, provocó reflexiones en pro de su comunalidad.



Tabla 2. Aportaciones de las películas sobre el retiro laboral, en el grupo de población abierta.

Existencial básico	Aprendizajes	Películas
Espacialidad Identificación de problemas del entorno	<i>Existe desequilibrio entre el dar y recibir. Me encanta dar, pero me es muy difícil recibir, tal como le pasó a Ove.</i>	Un hombre gruñón
	<i>Existe resistencia a jubilarse cuando rehúsa preparar a tu reemplazo.</i>	Amor a la carta
	<i>Existe riesgo de suicidio y depresión en los jubilados. Si los mayores piensan en el suicidio, lo hacen. Existe el riesgo de depresión al pasar los años, a mí me pasó a los 8 años de estar jubilada. No es cuestión de género, ni de tiempo.</i>	El regalo
	<i>Los jubilados quieren mujeres más jóvenes. Es fantasioso que el protagonista quisiera a una mujer de su edad, todos los jubilados quieren mujeres 20 años menores que ellos. Por eso las mujeres divorciadas andan con hombres jóvenes, aunque tengan que pagarles.</i>	
	<i>Existe miedo a perder el control y el poder al jubilarse. Él quería controlar la vida de todos, pero no se puede, tienes que dejar libre albedrío a los demás. No se jubilan porque tienen miedo, porque el trabajo es como su vida.</i>	Si Dios quiere
	<i>Nos olvidamos de nosotros. Todos en algún momento nos olvidamos de nosotros mismos, cerramos las puertas, nos alejamos de las personas que queremos, olvidamos disfrutar.</i>	Cleopatra
	<i>Existen jubilados encerrados y cerrados. Las personas jubiladas a veces se encierran en sí mismas, dejan de pensar en los demás que están a su alrededor.</i>	Una canción para Marion
Temporalidad Vivencias a través del tiempo	<i>Hay que estar conscientes de vivir las etapas según lleguen, aprender a observarlas y aceptarlas, sin olvidarnos de nosotros.</i>	Amor a la carta
	<i>Nos tenemos que preparar para la jubilación, decidir el mejor momento y hacerlo. Hay que agarrar las riendas de tu vida, sin esperar que la vida te dé el trancozo.</i>	El regalo
	<i>En la vida hay etapas, hay que preverlas. Existen tiempos, muchas veces no los vemos.</i>	Si Dios quiere
Corporeidad Oportunidades de crecimiento personal	<i>Hacer lo que te apasiona al jubilarte te llena de vida, te da una ilusión. Dejar de trabajar no implica dejar de ser productivos, puedes seguir haciendo lo que te gusta, pero ya por gusto.</i>	El regalo
	<i>Reorientar la vida con valor. Si no estás a gusto, reorienta tu vida a cualquier edad.</i>	Cleopatra
	<i>Hacer lo que quiero, no esperar hasta jubilarme, hacer mi voluntad esté con quien esté.</i>	
Comunalidad Proyección de contribuciones familiares y sociales	<i>Reflexionar para decidir. Está muy bien preguntarse, tal como hizo Cleopatra ¿Debo hacer lo que dicen los demás o lo que yo quiero?</i>	El regalo
	<i>Valorar a los amigos y familiares. En la jubilación se suma la edad adulta y el ocio, por eso la amistad y la familia tienen gran valor. Es importante generar vínculos sólidos y armoniosos al jubilarse.</i> <i>Rodearnos de gente positiva. En la película noté la importancia de rodearse de gente positiva, porque la mayoría de sus amigos eran muy vivos.</i>	

Fuente: Directa.



Tabla 3. Aportaciones de las películas sobre el retiro laboral, en el grupo de dentistas.

Existencial básico	Aprendizajes	Películas
Espacialidad Identificación de problemas del entorno	<i>El trabajo nos absorbe. Nos sentimos indispensables en el trabajo y descuidamos a la familia.</i>	Si Dios quiere
	<i>A los hombres mayores les gustan las mujeres jóvenes. La película es fantasiosa porque en la vida real los jubilados buscan mujeres más jóvenes, para reafirmar su masculinidad.</i>	El regalo
	<i>Existe sometimiento familiar a las mujeres mayores jubiladas. Es muy difícil para una mujer independizarse de 70 años. Los hijos intervienen, no les parece bien que abandonen a su papá a esas alturas y casi la obligan a no separarse. La familia la somete, aunque detecten el ambiente tóxico. A veces el entorno familiar te ahoga, no te deja salir adelante.</i>	Cleopatra
Temporalidad Vivencias a través del tiempo	<i>Nuestra vida no terminará cuando dejemos el trabajo. Aun jubilados podríamos llevar una vida normal, sin aislarnos, aceptándonos y rodeados de amigos.</i>	El regalo
	<i>Necesitamos estar preparados económicamente, porque ocuparemos dinero cuando estemos retirados.</i>	Amor a la carta
	<i>Debemos prepararnos psicológicamente, para retirarnos con dignidad, pues seguramente ya no rendiremos igual.</i>	Un hombre gruñón
	<i>Hay que tener un plan de vida para después de jubilarnos. Aprendí la importancia del plan que incluya amistades, otra ocupación, prever que los sentimientos y las situaciones cambiarán, puede presentarse falta de empatía con la pareja, actividades, paseos, trabajo y diversión, para evitar que te absorban el tiempo los demás, mejor dedicar ese tiempo para ti.</i>	Cleopatra
Corporeidad Oportunidades de crecimiento personal	<i>Debemos dejar el orgullo y la arrogancia. El orgullo aleja a nuestros seres queridos. La arrogancia solo trae amargura. Saber dar y respetar nos hace crecer. Nos impide dejar el trabajo el tener éxito, tener un ego muy grande y tener soberbia.</i>	Si Dios quiere
	<i>Es importante saber soltar el trabajo, aprender el desapego y delegar.</i>	
Comunalidad Proyección de contribuciones familiares y sociales	<i>Es importante valorar a la familia durante nuestra futura jubilación. Para ello, es necesario solamente dedicarle un tiempo fijo al trabajo para tener tiempo de reparar a la familia, porque nos estamos acercando al retiro y necesitamos no descuidar otras áreas. También es importante permitir la independencia y realización de los hijos.</i>	Un hombre gruñón
	<i>Hay que valorar a los vecinos. Ove encontró nuevos amigos, disfrutó su jubilación, fue feliz con sus vecinos como un amigo, abuelo y padre.</i>	
	<i>Pertenecer a un grupo afín. Con un grupo afín te diviertes, te sientes aceptado, con fuerza. No te sientes solo, ni amargado.</i>	Una canción para Marion
	<i>No aislarnos. La vida de cada persona impacta la vida de los demás.</i>	

Fuente: Directa.



Aportaciones de las películas en pro de envejecimientos saludables

Las 5 películas *Una canción para Marion*, *Un hombre gruñón*, *Amor a la carta*, *Si Dios quiere* y *Cleopatra* contribuyeron en la generación de aprendizajes sobre el envejecimiento saludable en ambos grupos. La película *El regalo* solamente contribuyó en las experiencias educativas del grupo de dentistas. Véase las tablas 4 y 5.

- La película *Si Dios quiere*, en el grupo de población abierta propició aprendizajes en torno de su temporalidad. En cambio, con los dentistas, esta misma película, propició enseñanzas en su corporeidad y comunalidad.
- La película *El regalo*, al grupo de dentistas los ayudó en la generación de enseñanzas en torno de su espacialidad, corporeidad y comunalidad.
- El filme *Cleopatra*, en ambos grupos les generó aprendizajes sobre su corporeidad.
- El filme *Amor a la carta*, en ambos grupos les facilitó enseñanzas en torno de su temporalidad.
- La película *Un hombre gruñón*, en el grupo de población abierta, generó aprendizajes sobre su temporalidad, corporeidad y comunalidad. Con los dentistas solamente propició enseñanzas sobre su comunalidad.
- El filme *Una canción para Marion*, en el grupo de población abierta facilitó enseñanzas en pro de su espacialidad, temporalidad y comunalidad. En el grupo de dentistas, provocó reflexiones en pro de su espacialidad y corporeidad.

Tabla 4. Aportaciones de las películas sobre el envejecimiento saludable, en el grupo de población abierta.

Existencial básico	Aprendizajes	Películas
Espacialidad Identificación de problemas del entorno	<i>Es importante comunicarnos. La comunicación es importante, el marido de Marion no sabía comunicarse, excepto con su esposa. Por eso le fue fácil quedarse solo, se aisló y se fue para abajo.</i>	Una canción para Marion
Temporalidad Vivencias a través del tiempo	<i>Tener esperanza. Siempre hay esperanza de vida. Hay que vivir hasta donde nos toque, buscando siempre un motivo.</i>	Un hombre gruñón
	<i>Disfrutar la vida. La vida hay que disfrutarla como si fuera el último día, con actitud jovial, felices y satisfechos.</i>	Amor a la carta
	<i>Invertir en Dios. Al protagonista se le rompió el paradigma, la vida lo sacudió, invirtió en Dios y empezó a disfrutar.</i>	Si Dios quiere
	<i>Tener lealtad de pareja. El yerno defendió a su esposa y estuvo de su parte, fue leal a su pareja.</i>	Una canción para Marion
	<i>Comprendernos. Primero comprendernos nosotros, para comprender a los demás, porque todos pensamos diferente.</i>	
	<i>Reconocer mi poder como mujer. Allí está la importancia de ser mujeres positivas, proactivas y con alta inteligencia emocional, porque enriquecemos y ayudamos a los demás.</i>	
Corporeidad Oportunidades de crecimiento	<i>Compartir lo bueno y lo malo. Cuando permites que otros entren en tu vida, logras salir de ti mismo.</i> <i>Hoy aprendí a no juzgar, ni valorar solo por la apariencia.</i>	Un hombre gruñón

Existencial básico	Aprendizajes	Películas
personal	<i>Reconocer que la familia no siempre es de sangre. Reconocerlo nos brinda mayores posibilidades para ampliar la red social. Cleopatra y su amiga se quisieron como madre e hija.</i>	Cleopatra
Comunalidad Proyección de contribuciones familiares y sociales	<i>Ayudar a los vecinos. Ove ayudó a sus vecinos inmigrantes y homosexuales y mejoró su convivencia con todos. Se puede revivir a través de la ayuda a los vecinos.</i>	Un hombre gruñón
	<i>Rodearnos de personas jóvenes y vecinos. Las relaciones humanas son lo más importante, la soledad es solo un sentimiento porque en realidad no estamos solos, tenemos vecinos. A donde quiera que vamos hay gente, la cosa es abrirse a esas relaciones.</i>	Una canción para Marion

Fuente: Directa.

Tabla 5. Aportaciones de las películas sobre el envejecimiento saludable, en el grupo de dentistas.

Existencial básico	Aprendizajes	Películas
Espacialidad Identificación de problemas del entorno	<i>Existen barreras para la comunicación. Suponemos cosas. Los malos entendidos, sacar deducciones y no aclarar en el momento, crean conflictos, distanciamientos y dudas. Ponemos barreras para socializar.</i>	El regalo
	<i>Existe dificultad para tratar a los papás mayores. Mi papá es como el personaje de la película, es viudo, enojón, está deprimido, es muy agresivo, muy grosero. Para mí es difícil tratarlo.</i>	Una canción para Marion
	<i>Existe el miedo a la pérdida de la pareja. El protagonista tenía miedo a perderla, ella lo sacaba de su modo de ser negativo.</i>	
Temporalidad Vivencias a través del tiempo	<i>Vivir cada etapa en el presente. Hay que ser feliz aun al final. Solo te llevas la experiencia y lo vivido, es lo que vale la pena tener.</i>	Amor a la carta
Corporeidad Oportunidades de crecimiento personal	<i>Tener una ilusión amorosa te cambia la expectativa de vida.</i>	El regalo
	<i>Reiniciarse en el amor. Nunca es tarde para volver a amar. Todo depende de la actitud. Siempre se puede reiniciarse en el amor.</i>	
	<i>Disfrutar la vida. La vida es muy bonita, hay que darle el mejor sentido, verla por su lado bueno, disfrutar cada instante.</i>	
	<i>Renovarnos sin miedo. Cambiar la mente y amar, para tener amor y no ser una carga.</i>	Si Dios quiere
	<i>Transformarnos en Dios. La fe en Dios la podemos encontrar en cualquier etapa de la vida.</i>	
	<i>Pensar en nosotros. No es egoísmo, pero llega un momento en el que tienes que pensar nada más en ti. Los hijos se van a ir y ser feliz depende de ti nada más.</i>	
Comunalidad	<i>Expresar nuestros afectos. Nos hará más felices, nos dará fortaleza para vivir cualquier pérdida. Al expresar los sentimientos, la vida cambia de color.</i>	Una canción para Marion
	<i>Tener paciencia con los mayores. Detrás de una persona</i>	Un hombre

Existencial básico	Aprendizajes	Películas
Proyección de contribuciones familiares y sociales	<i>difícil, hay un pasado difícil. A veces juzgamos a las personas mayores sin entenderlas, hay que tenerles paciencia, no sabemos todo lo que vivieron.</i>	gruñón
	<i>Valorar a los amigos íntimos. Son importantes en nuestra vida, ayudan a superar dificultades, nos cuidan, dan vitalidad, con ellos tienes una mejor personalidad.</i>	El regalo
	<i>No juzgar ni tener prejuicios. Es importante aceptar a las personas tal como son.</i>	Si Dios quiere

Fuente: Directa.

554

Aportaciones comunes y particulares de las películas en cada grupo

Amor a la carta. Ambos grupos coincidieron en la necesidad de aceptar las etapas de la vida y en el deseo de vivirlas en el presente (temporalidad). Los dentistas encontraron relevante este aprendizaje para el envejecimiento saludable. En cambio, el grupo de población abierta, lo encontró esencial para el retiro laboral. Entre las diferencias, sobresale que esta película generó en los dentistas el reconocimiento de que es necesaria la preparación económica en el retiro laboral (temporalidad) y el tener una ilusión amorosa (corporeidad) para lograr un envejecimiento saludable. A través de este filme, el grupo de población abierta reconoció la existencia de la resistencia a jubilarse (espacialidad) y exploró la posibilidad de disfrutar su vida con actitud positiva (temporalidad) para lograr envejecimientos saludables.

Si Dios quiere. Los dentistas y la población abierta valoraron la importancia de la cercanía con Dios (corporeidad y temporalidad, respectivamente) en los envejecimientos saludables. Ambos grupos reconocieron el riesgo de los trabajos absorbentes y valor de soltar el trabajo, delegar y ceder el control antes de jubilarse (espacialidad y corporeidad, respectivamente). Por su parte los dentistas aprendieron el valor de la familia en los retiros saludables (comunalidad), y la aceptación de las personas, sin juzgarlas, y sin prejuicios, para envejecimientos saludables (comunalidad). En el caso del grupo de población abierta, se reconoció como importante estar alertas para identificar y prever las diferentes etapas de la vida durante el retiro laboral (temporalidad), y tener lealtad de pareja para envejecimientos saludables.

Un hombre gruñón. Ambos grupos coincidieron en la relevancia de contribuir socialmente integrándose, valorando y ayudando a los vecinos (comunalidad). Cabe destacar que los dentistas lo consideraron importante para el retiro laboral, en cambio, el grupo de población abierta lo consideró relevante para envejecimientos saludables. El grupo de dentistas valoró, para el envejecimiento saludable, la integración familiar, a través de tenerles paciencia a los



mayores (comunalidad), así como prepararse psicológicamente para la jubilación (temporalidad). El grupo de población abierta, identificó el problema del desequilibrio emocional entre el dar y recibir en el proceso de retiro laboral (espacialidad) y consideraron crucial tener esperanza de vida (temporalidad), compartir lo bueno y lo malo y no valorar en función de la apariencia física y externa (corporeidad), como requisitos indispensables para el envejecimiento saludable.

El regalo. A través de este filme, los grupos identificaron como una problemática común en el retiro laboral, el que a los hombres mayores les gusten las mujeres 20 años más jóvenes que ellos (espacialidad), hecho que reduce las posibilidades de tener una pareja estable en las mujeres mayores. Los dentistas, por su parte, aprendieron que su vida no terminará al jubilarse (temporalidad). El grupo de población abierta reflexionó sobre la necesidad de prepararse para su jubilación (temporalidad), hacer lo que les apasiona aun jubilados (corporeidad) y valorar en esa fase de su vida a sus amigos y familiares, así como rodearse de gente positiva (comunalidad). Respecto del envejecimiento saludable, los dentistas notaron que se imponen barreras para socializar y comunicarse (espacialidad), desearon reiniciarse en el amor, disfrutar la vida y renovarse sin miedos (corporeidad), así como valorar a sus amigos íntimos (comunalidad).

Una canción para Marion. A través de esta película no se lograron aprendizajes comunes. Los dentistas por su parte, conocieron la importancia de pertenecer a un grupo afín y no aislarse socialmente (comunalidad). Respecto del envejecimiento saludable, identificaron que en su entorno había dificultad para tratar a las personas mayores y miedo a la pérdida de la pareja (espacialidad). En ese sentido, proyectaron expresar sus afectos, en aras de sentirse felices (corporeidad). En el caso del grupo de población abierta, sobre el retiro laboral, esta película los apoyó para identificar que en su entorno de vida existen jubilados encerrados y cerrados en sí mismos (espacialidad). En cuanto al envejecimiento saludable, este filme los ayudó a reconocer la importancia de la comunicación (espacialidad), de comprenderse a sí mismos y valorar el poder de las mujeres (temporalidad), y rodearse de personas jóvenes y de vecinos (comunalidad).

Cleopatra. Los dentistas y la población abierta se percataron de la importancia de pensar en sí mismos. Los dentistas lo concibieron importante para el envejecimiento saludable (corporeidad) y el grupo de población abierta lo consideró valioso en el retiro laboral (espacialidad). Los dentistas aprendieron que en los retiros laborales suele haber sometimiento familiar hacia las mujeres mayores jubiladas (espacialidad) y por ello, cobra singular relevancia, el tener un plan de vida integral (temporalidad). En cambio, el grupo de

población abierta decidió que era importante, en el retiro laboral, reorientar la vida con valentía, hacer siempre la voluntad propia, para no perder autonomía y reflexionar antes de decidir, como un derecho (corporeidad). Además, esta película les enseñó que, en los envejecimientos saludables, es decisivo reconocer que la familia no siempre es de sangre (corporeidad).

Discusión

Las seis películas implementadas (*Amor a la carta, Si Dios quiere, Un hombre gruñón, El regalo, Acapulco, la vida va; Una canción para Marion, Cleopatra*) aportaron enseñanzas en torno del retiro laboral y el envejecimiento saludable. Estas aportaciones educativas se lograron en cada grupo, independientemente de su edad, estado civil, nivel escolar, ingresos, ocupación y padecimiento de enfermedades. Este resultado coincide con lo expresado por en un estudio de Dos Santos et al. (2020) y por lo expresado por la CEPAL (2020), en el sentido de que, a pesar de las discapacidades, las enfermedades y la dependencia física y económica, es posible llegar a la vejez con niveles adecuados de capacidad funcional, independencia, salud, autocuidado, automanejo de enfermedades crónicas y participación socio-familiar. Lo anterior, siempre y cuando las personas sean informadas y formadas, sobre su retiro laboral y su envejecimiento, y tomen conciencia de los principales problemas de su entorno, tal como sucedió en este estudio.

Los participantes de ambos grupos lograron visualizar existencias futuras de bienestar, salud y autonomía para su retiro laboral y su etapa de envejecimiento, con sana convivencia familiar y participación activa en la sociedad, exentas de las prácticas discriminatorias y estereotipos obsoletos contra la tercera edad, todos ellos mencionados por la OMS (2021) como los principales problemas que afectan a las personas mayores.

En ambos grupos, las personas identificaron prácticas de discriminación hacia el retiro laboral y el envejecimiento. Empero, a través de las intervenciones de cine-debate, fue posible fomentar en estos participantes, el deseo de erradicar algunos de esos estereotipos negativos, por ejemplo, los participantes llegaron a la conclusión de que la vida no se acaba al jubilarse, que es posible tener una nueva relación amorosa y que no es saludable juzgar a las personas solamente por su apariencia física.

Las visualizaciones logradas para el retiro laboral y el envejecimiento saludable en los participantes, implicaron para ellos una nueva manera de entender el envejecimiento, superaron su conceptualización anticuada de las personas mayores como cargas, incluyeron

una amplia diversidad de experiencias de la edad avanzada, reconocieron algunas de las inequidades sociales y reflexionaron sobre cómo podrían hacerse mejor las cosas, todo ello en concordancia con la propuesta más reciente de la OMS (2021).

Entre las oportunidades de crecimiento personal destacó en los grupos su deseo de revivir (*renovarnos, hacer lo que nos apasiona*). Esta decisión surgió a partir de reconocer sus problemas particulares (*nuestro trabajo es absorbente; los jubilados están encerrados*) y algunas de sus creencias (*la vida no se acaba después de jubilarse; hay que tener esperanza de vida*). Por otra parte, los grupos también coincidieron en el deseo de participar más con su familia, amigos y vecinos, erradicando prejuicios y acciones discriminatorias y como remedios para la prevención de la tristeza, la melancolía, la soledad, la depresión y el suicidio. Inclusive, en el grupo de población abierta se concluyó que la familia no siempre es de sangre.

El conjunto de las películas seleccionadas fueron generadoras de reflexiones sobre el presente y el futuro, algunas veces debido al contraste observado entre la pantalla y la realidad vivida (las películas *El regalo, Cleopatra*), o porque los participantes se vieron reflejados en los protagonistas (las películas *Si Dios quiere, Una canción para Marion*). Otros filmes aportaron mayormente hacia la reflexión del tiempo vivido (*Amor a la carta*) o generaron el deseo de la participación familiar y vecinal (*Un hombre gruñón*). Tal como mencionan algunos autores (Ogando, 2016; Pinazo, 2013), las películas del siglo XXI fueron material didáctico útil y necesario en la formación del retiro laboral y el envejecimiento saludable, pues fue estimulante para los participantes ver a famosos actores ya envejecidos, enfocados en la pantalla en lograr una vejez activa y positiva.

Conclusiones

Se concluye considerando que los 6 filmes empleados fueron generadores de conocimiento nuevo en los participantes, en torno del retiro y el envejecimiento saludable. Cada filme aportó diferentes conocimientos entre los grupos. Estos conocimientos estuvieron determinados por la secuencia en que se presentaron los filmes, pero, sobre todo, por las vivencias particulares que ya poseía cada grupo en relación al retiro laboral y el envejecimiento saludable.

También fue acertado acercar el cine a la gente que no asiste habitualmente a este tipo de espectáculo, porque tiene mucho trabajo, tal como fue el caso los dentistas y la población

abierta que participaron en este estudio. Los participantes de los grupos se mostraron interesados y agradecidos con las sesiones de cine-debate y solicitaron continuar con otros ciclos de cine. A través del cine-debate, los participantes encontraron un marco adecuado para expresar y compartir su sabiduría de vida, socializar y fortalecer sus lazos de amistad, adquirir nuevos valores de convivencia social y anhelar solucionar sus problemas individuales y grupales. Por ejemplo, el grupo de dentistas expuso lo siguiente: *“Las películas que estamos viendo nos presentan un panorama a futuro, porque todavía no estamos en la etapa de ellos, y falta todavía un poquito, pero sí nos abren una expectativa de ver cómo nos podríamos comportar en un futuro, y cómo agarrar lo mejor”*. En el grupo de población abierta destacó este comentario: *“Yo soy un ogro, soy de carácter fuerte, me enojo muy fácil, pero curiosamente he observado cambios en mí a partir de éstas películas y lo agradezco”*.

El sustento teórico basado en la fenomenología fue adecuado y pertinente, porque permitió la comprensión global de las experiencias en los grupos de participantes. Además, facilitó el entendimiento global de la intencionalidad y el sentido que los participantes otorgaron a la experiencia con el cine-debate, sin reducir sus experiencias solamente a las percepciones, o los significados, como harían otros marcos teóricos cualitativos.

A través del conjunto de filmes se logró una experiencia educativa enriquecida en torno de los 4 existenciales básicos. Es decir, unos filmes ayudaron más para la identificación de los problemas del entorno de los participantes, y en cambio otras películas contribuyeron de mejor manera para la comprensión de las vivencias temporales, para el reconocimiento de las necesidades del propio cuerpo y para la proyección de la participación familiar y social. De ahí que se considere importante utilizar conjuntos de películas, más que películas aisladas, en la formación socioeducativa de la población respecto de estos temas.

También se propone que el uso del cine-debate se generalice cada vez más entre la población en general y entre los trabajadores próximos a jubilarse, pues cada filme utilizado en este estudio aportó experiencias educativas diferentes. Se propone explorar el valor educativo de nuevos filmes en la tarea de preparación educativa para el retiro laboral y el envejecimiento saludable.

Referencias

- Atchley R. (1975). Adjustment to loss of job at retirement. *International Journal of Aging & Human Development*, 6(1), 17-27.
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2021). *El Decenio del Envejecimiento Saludable (2020-2030) en el contexto de la pandemia de COVID-19: Las pandemias deberán cambiar la manera de ver la edad y el envejecimiento*. CEPAL. <https://www.cepal.org/es/enfoques/decenio-envejecimiento-saludable-2020-2030-contexto-la-pandemia-covid-19-pandemias-deberan>
- Dos Santos, M. S., Pissinati, P. S. C., Rossaneis, M. A., Costa, R. G., & Haddad, M. C. F. L. (2020). Factores sociodemográficos e ocupacionais associados aos recursos de bem estar no planejamento da aposentadoria. *Cogitare enferm [online]*, 25,1-11. <https://doi.org/10.5380/ce.v25i0.70276>
- Duque, H., & Aristizábal, E. (2019). Análisis fenomenológico interpretativo. Una guía metodológica para su uso en la investigación cualitativa en psicología. *Pensando Psicología*, 15(25), 1-24.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2017). *Encuesta Nacional de Empleo y Seguridad Social 2017*. Ciudad de México: INEGI. https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/eness/2017/doc/presentacion_eness_2017.pdf
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2016). *Estadísticas a propósito del Día Internacional de las Viudas*. Ciudad de México: INEGI. https://www.diputados.gob.mx/sedia/biblio/usieg/comunicados/25ene19/economia/26_diainternacionaldelasviudas_230118-26.pdf
- Klein, A. (2016). Paradigmas en la vejez: homogeneización y transiciones cinematográficas. *Comunicación y Sociedad [online]*, 26(2), 201-221. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-252X2016000200201
- Moragas, R. (2001). *La jubilación, una oportunidad vital*. Barcelona España: Herder.
- Naciones Unidas México. (2016). *La Década del Envejecimiento Saludable: una nueva iniciativa de las naciones unidas*. NU México. <https://www.onu.org.mx/la-decada-del-envejecimiento-saludable-una-nueva-iniciativa-de-las-naciones-unidas/>
- Ogando, B. (2016). Geriatria y cine: una mirada desde la salud. *Revista de Medicina y Cine [online]*, 12(4), 196-204. https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/132136/Geriatria_y_cine_una_mirada_desde_la_sal.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Organización Mundial de la Salud. (2021). Discriminación por edad avanzada. OMS. <https://www.who.int/ageing/features/faq-ageism/es/>
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Envejecimiento y salud*. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>
- Peña, J., Sánchez, P., Elizagárate, E., Ibarretxe-Bilbao, N., Ezcurra, J., Caballero, L. (2015). Recuperación clínica pero no cognitiva en esquizofrenia a través de la experiencia del cine de ficción. *Schizophrenia Research: Cognition [online]*, 2(4), 214-219. <https://doi.org/10.1016/j.scog.2015.06.001>



- Pinazo, S. (2013). Reflexionando sobre la vejez a través del cine. Una aproximación incompleta. *Información psicológica [online]*, 105, 91-109. <https://www.copcv.org/db/docu/130712133750I74jH508v36E.pdf>
- Sandoval, C. A. (1996). *Investigación cualitativa*. Instituto Colombiano para el fomento de la Educación Superior. Bogotá, Colombia: ICFES.
- Van Mannen, M. (1990). *Researching Lived Experience: Human Science for on Action Sensitive Pedagogy*. New York: Althouse.

Para contactar

María de los Ángeles Aguilera Velasco, email: aaguileracd@hotmail.com

Martín Acosta-Fernández, email: fmartin63@gmail.com

Blanca Elizabeth Pozos-Radillo, email: litaemx@yahoo.com.mx

