



# Estudio de la Salud y la Jubilación (Health and Retirement Study)

## Boletín del invierno, año 2002

### NOTICIAS DEL ESTUDIO

#### **Celebrando Nuestro Décimo Aniversario de Entrevistas del HRS**

El HRS comenzó en 1990. Luego, en 1992 entrevistamos a nuestros primeros participantes. Es difícil creer que este año marca el décimo aniversario de nuestras primeras entrevistas del HRS.

Estamos seguros de que la mayoría de ustedes han cambiado desde 1992. El estudio también ha cambiado. Como parte de ese cambio, muchas de las metas que queríamos llevar a cabo se han logrado. **¡Gracias por participar en el HRS y hacer posibles estos logros!** Estaremos celebrando algunos de estos en esta edición del boletín.

**Creciendo** Cuando comenzó el estudio, seleccionamos cuidadosamente unas 12,600 personas en los Estados Unidos entre las edades de 51 y 61 (y sus cónyuges) para participar en el HRS. Desde entonces miles más han sido seleccionadas para participar en el estudio. Hoy, el HRS incluye más de 20,000 participantes que representan a toda la gente mayor de 50 años de edad que viven en los Estados Unidos.

**Siendo Reconocido** Los expertos que diseñaron el estudio le dieron mucha consideración a las preguntas que les haríamos a

ustedes. Nuestra intención era que el estudio les proveyera a los investigadores y a los que hacen las políticas públicas la información que necesitaran para hacer decisiones sobre temas importantes que afectan a la gente de mayor edad en los Estados Unidos.

Hoy en día con la generosa participación de ustedes y ese cuidadoso trabajo estamos logrando buenos resultados. Los datos del HRS se usan en cientos de proyectos de investigación. Muchos de estos han resultado en publicaciones en diarios académicos, revistas y periódicos. Recientemente, el estudio fue citado por críticos en el Instituto Nacional sobre el Envejecimiento como la fuente principal de datos sobre la salud y la jubilación.

**Cruzando Fronteras** Investigadores y aquellos que hacen

las decisiones de política pública de otros países han estado solicitando información sobre el estudio. Han estado tan impresionados con el estudio que varios países (incluyendo Australia, México y un consorcio de 10 naciones Europeas) han comenzado o están planeando hacer estudios similares.

#### **Informando a los que Hacen las Decisiones de Política Pública**

La investigación basada sobre los datos del HRS se usa cada vez más para informar a los que hacen las decisiones sobre las políticas públicas, conforme se hacen importantes decisiones sobre el Seguro Social, cuidado y tratamiento médico, y otros temas. Puede leer más sobre como el HRS provee información a los que hacen las decisiones de política pública en la carta del Director (en la página 2 de este boletín).

### Contenido

Noticias del Estudio	1
Carta de Parte del Director	2
Dentro del Estudio	3
¿Por qué le Pedimos Acceso a sus Archivos del Seguro Social?	3
¿Cómo Protegemos sus Datos del Seguro Social?	3
Medicinas Alternativas	5
Preparándose para Jubilarse	6
HRS en las Noticias	8
La Vida Después de Jubilarse	9
El Lugar de Trabajo – 1992 y 1998/2000	11
Los Hábitos de Dormir y la Buena Salud	12

# Carta de Parte del Director

Estimados Participantes del Estudio de la Salud y la Jubilación:

A través de los entrevistadores del Estudio de la Salud y la Jubilación (HRS), estoy enterado de que a muchos de ustedes les interesa saber más sobre como los datos del HRS específicamente afectan los cambios en las políticas públicas. En la última edición del boletín hablé sobre el objetivo principal del HRS—es decir, proveyéndoles información a los investigadores, los que hacen las decisiones de políticas públicas y todos los que viven en los Estados Unidos sobre el bienestar de personas mayores de 50 años. Esta información es crítica conforme nos vamos enfrentando con decisiones en nuestras vidas, las políticas públicas y los programas que nos afectan.

Conforme nos vamos acercando a nuestro décimo aniversario, el HRS se ha convertido en la principal fuente de datos acerca de gente mayor de 50 años de edad aquí en los Estados Unidos. Las solicitudes para los datos del HRS han incrementado y estos se están usando constantemente para más investigaciones. Para finales del año 2001, hemos recibido más de 6,000 solicitudes para los datos del HRS de investigadores, los que hacen las decisiones de política pública y otros. Me gustaría compartir algunas de esas solicitudes con ustedes.

En el verano del año 2000 nos pidieron que proveyéramos datos del HRS para una iniciativa muy importante de personas de 65 años de edad y mayor en los Estados Unidos. Nos alegró ser incluidos en este esfuerzo de *El Foro de Interagencia Federal sobre Estadísticas Relacionadas con el Envejecimiento (Federal Interagency Forum on Aging-Related Statistics)* porque muchos lo verán como la fuente oficial de datos de este tipo. En agosto del año 2000 el *Foro Federal (Federal Forum)* le dio a conocer al público el reporte de “Estadounidenses Mayores de Edad en el Año 2000: Indicadores Principales del Bienestar” (“Older Americans 2000: Key Indicators of Well-Being”) que incluye datos del HRS. Le recomiendo que averigüe más sobre este importante proyecto yendo al sitio web [www.agingstats.gov](http://www.agingstats.gov).

La comprensión de la gente mayor en los Estados Unidos y su salud son otros esfuerzos a los cuales el HRS ha contribuido. Un tema que está atrayendo interés es el uso de medicinas alternativas. Debido al uso popular de medicinas alternativas en 1998, el Congreso estableció el Centro Nacional de Información y Documentación para Medicina Complementaria y Alternativa (NCCAM) (National Advisory Council for Complementary and Alternative Medicine) en los Institutos Nacionales de Salud. El propósito del centro es de ayudarnos a todos a evaluar cuales medicinas alternativas funcionan y cuales no funcionan y el porque. Como parte de la entrevista del HRS del año 2000, les preguntamos aproximadamente a 1,000 de ustedes sobre su uso de medicinas alternativas y servicios. A finales del año 2000 el Dr. Richard J. Hodes, Director del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento, nos pidió que resumiéramos los datos del HRS para que pudiera presentarlo al NCCAM (National Advisory Council for Complementary and Alternative Medicine). La información que ustedes proveyeron ayudará al centro a poner prioridades para investigaciones en medicinas alternativas en el futuro. Hemos incluido un poco de la información que compartimos con el Dr. Hodes en la página 5 de este boletín.

Otro tema importante en la que el HRS informa a los que hacen decisiones de políticas públicas es el Seguro Social. En celebración de nuestro décimo aniversario hemos dedicado partes de este boletín a investigadores que evalúan la importancia que el Seguro Social tiene en nuestras vidas y como nos puede afectar si el Seguro Social cambiara.

Nos gustaría agradecerles por compartir su tiempo y su información con el personal del HRS a través de los años. Al participar han tomado parte en un esfuerzo para que los que hacen las decisiones de políticas públicas consideren sus situaciones conforme hacen decisiones que afectaran el futuro de todas las personas que viven en los Estados Unidos. Esperamos que ustedes celebren con nosotros nuestro décimo aniversario participando de nuevo en el año 2002.

Sinceramente,

  
Robert J. Willis

## DENTRO DEL ESTUDIO

### ¿Por qué Pedimos Acceso a Sus Archivos del Seguro Social?

Muchos de ustedes nos han preguntado por qué queremos permiso para tener acceso a sus documentos del Seguro Social. La razón es que estos documentos tienen información sobre su historia de ingresos que son esenciales para poder entender su situación antes y durante su jubilación. Esta información sería casi imposible de obtener en cualquier otra fuente administrativa. Sería complicado obtener esta información directamente de ustedes.

### Historial de los Ingresos

La cantidad de dinero que la gente gana afecta la decisión de cuando jubilarse. Las ganancias de las personas en los últimos años de trabajo antes de jubilarse no son exclusivamente lo más importante. La cantidad que ganan las personas a través de sus vidas afecta los recursos que ellos tienen al jubilarse.

Los ingresos también pueden ser importantes para otros aspectos de nuestras vidas. Por ejemplo, los investigadores han encontrado que la cantidad de dinero que usted generó en sus años veinte, años treinta, años cuarenta de edad y después nos puede ayudar a entender su salud en la edad avanzada.

### Beneficios del Seguro Social

Si usted está jubilado, sus archivos del Seguro Social nos indica los beneficios que recibe. Si usted no está jubilado, estos contienen cálculos de sus futuros beneficios.

La mayoría de los que hacen decisiones sobre políticas públicas saben que el Seguro Social es una gran parte de los ingresos de las personas jubiladas. Lo que no saben es quién depende más del Seguro Social. Tampoco saben como cambiarían las vidas de las personas si estos beneficios del Seguro Social fueran a cambiar.

La información sobre sus beneficios en combinación con otra información económica les ayuda a los que hacen las decisiones de política pública a entender mejor el impacto que tiene el Seguro Social en sus vidas. En las páginas 6 y 7 de este boletín hay más información sobre la importancia que el Seguro Social tiene en las situaciones económicas de las personas cuando se jubilan.

### ¿Por qué no les Preguntamos Sobre la Información Durante la Entrevista?

Cuando primero diseñamos el HRS, pensamos en preguntarle sobre sus ingresos pasados. Pero, no quisimos perder más de su valioso tiempo con preguntas detalladas sobre el dinero que ganó en cada trabajo que ha tenido.

También nos hemos dado cuenta de que muchas personas no pueden recordar con precisión cuanto dinero han ganado de trabajos que han

tenido en el pasado. Como la precisión es tan importante para el trabajo que se está llevando a cabo en esta área, decidimos pedirles acceso a su información del Seguro Social.

### ¿Cómo Protegemos Sus Datos del Seguro Social?

El que su información permanezca confidencial es la más alta prioridad de nuestro personal aquí en el Estudio de la Salud y la Jubilación y en el Instituto de Investigación Social, el cual administra el HRS. Por más de 50 años hemos exitosamente protegido datos confidenciales del estudio.

En ediciones anteriores del boletín les platicamos sobre como protegemos sus datos de la entrevista del HRS. Sin embargo, sus datos del Seguro Social son un poco diferentes de la información que nos da como parte de la entrevista del HRS. Pensamos que quizás quiera saber como protegemos su información.

### No Podemos Tener Acceso a Sus Datos del Seguro Social Sin Su Permiso

Para empezar, si usted no nos da permiso por escrito para tener acceso a sus datos del Seguro Social, no los podemos obtener. La Administración del Seguro Social únicamente dará su información si tenemos una forma de un permiso válido, firmado por usted.

### **Sus Datos Son Procesados en un Lugar Seguro por un Grupo Selecto de Personal**

Una vez que la Administración del Seguro Social recibe la forma del permiso, la información es transmitida con un código especial y procesado en un lugar seguro. Durante el proceso nadie puede tener acceso a la información con la excepción de un grupo pequeño del personal del HRS que fue cuidadosamente seleccionado. Este personal está capacitado para utilizar técnicas y procedimientos comprobados para proteger la confidencialidad de sus datos. Cada miembro del personal del estudio firma una *Forma de Promesa para Proteger los Datos de los Participantes (Pledge to Safeguard Respondent Privacy)* anualmente. La forma de promesa es un requisito de empleo para todo el personal.

### **Quitando la información que lo Pueda Identificar**

Mantenemos sus datos del Seguro Social en archivos separados de otros datos del HRS. De esta manera podemos proveer protección adicional.

Al igual que todos los datos del HRS, información que lo identifique (tales como nombre, dirección, el estado en que vive, detalles de su ocupación y su seguro social) es borrada antes de que se la demos a cualquier persona fuera del personal del estudio.

Para proteger aún más los datos, no incluimos la cantidad exacta

de sus ingresos. En vez, la redondeamos a cantidades más cercanas al 100 ó al 1,000 o la presentamos como una categoría (por ejemplo, \$100,000 á \$199,999).

### **El Seguro Social No Puede Usar Los Datos del HRS para Averiguar Más Acerca de Usted**

La Administración del Seguro Social no tiene manera de asociar los datos de su entrevista con su número del seguro social. Solo tienen acceso a los datos de su entrevista después de que el número de seguro social es borrado.

### **Los Investigadores Deben de Cumplir Requisitos Especiales para Poder Usar Sus Datos**

Aún después de que sus datos son procesados (y la información que lo identifica es borrada), sus documentos únicamente pueden ser usados por un grupo selecto de investigadores capacitados.

Estos investigadores pasan un proceso riguroso antes de que puedan usar los datos. Como parte de este proceso, los investigadores tienen que proponer un plan de cómo

protegerán los datos -- este plan debe de llenar los requisitos del HRS para asegurar que otros no tendrán acceso a estos datos. También deben de firmar acuerdos contractuales en los cuales ellos se someten a penalidades rigurosas si los datos son utilizados de una manera distinta a la acordada.

### **Diseñando un Nuevo Logotipo para el HRS**

Por algún tiempo hemos estado diseñando un nuevo logotipo. Después de repasar varios diseños, encontramos uno que nos gustó. El árbol en el logotipo es un pino blanco. Lo escogimos porque los árboles son un símbolo de madurez y vida. También sugieren conexiones en la familia, las cuales son una parte importante en el HRS. El pino blanco es el árbol del estado de Michigan, de donde esta basado el estudio. De ahora en adelante puede reconocer los materiales del HRS por nuestro nuevo logotipo.

**Para más información sobre como se protegen sus datos del HRS, visite nuestro sitio web**

**Para información sobre como protegemos los datos de su entrevista del HRS -- <http://www.umich.edu/~hrswww/news/news1999.pdf>**

**Para información sobre como protegemos sus datos del Seguro Social -- <http://hrs.isr.umich.edu:1041>**

**Gracias por confiarnos con sus datos. Sin su confianza este estudio no sería posible. Continuaremos protegiendo su privacidad con el mayor cuidado.**

## LOS NUMEROS EN EL HRS

**A continuación están algunas estadísticas del estudio hecho en el año 2000:**

Estamos escuchando cada vez más sobre medicinas alternativas\* en las noticias. La medicina alternativa incluye categorías amplias de filosofías curativas, tratamientos y terapias que en la medicina convencional típicamente no se usan ni se entienden. Algunos ejemplos de estas prácticas incluyen el uso de acupuntura, hierbas, homeopatía, masajes terapéuticos y medicina oriental tradicional.

Debido al incremento de la popularidad de estos tipos de medicina, les preguntamos a 1,000 de ustedes en la entrevista en el año 2000 sobre tipos de servicios alternativos que utilizan.

El Instituto Nacional sobre el Envejecimiento estaba tan interesado en nuestros resultados que nos pidieron información antes de que termináramos de hablar con todos los participantes del HRS en el año 2000. Pensamos que les gustaría a ustedes ver parte de la información que compartimos con ellos.

### Servicios Alternativos para la Salud

En conjunto, como un 53% de aquellos que se les preguntó usaron algún tipo de servicios alternativos. Casi la mitad dijeron que habían ido con un quiropráctico y 1 en 5 había usado masajes terapéuticos.

#### Porcentaje que ha usado servicios alternativos

Quiropráctico	46%
Masaje Terapéutico	20%
Acupuntura	7%

**Suplementos de Dieta** También preguntamos sobre suplementos de dieta. En conjunto como un 65% de los participantes del HRS a quienes les preguntamos, habían usado algún tipo de suplemento de vitamina en el mes pasado. En promedio gastaron como \$173 por año en esos suplementos. Y como la mitad de ellos dijeron estar tomando multivitaminas, haciendo de éstas el suplemento más popular.

#### Porcentaje que usaron suplementos de dieta en el mes pasado

Multivitaminas	50%
Vitamina A	10%
Vitamina C	32%
Vitamina D	14%
Vitamina E	38%
Calcio	34%
Magnesio	12%
Otros Suplementos de Vitaminas y Minerales	24%

**Suplementos Herbales** Como un 19% de los participantes que les preguntamos habían usado algún tipo de suplemento herbal regularmente durante el mes pasado. En promedio, gastaron \$135 al año en estos suplementos.

#### Porcentaje que usaron suplementos herbales en el mes pasado

Aloe Vera (áloe/Sábila)	4.0%	Ginseng	6.0%
Astralagus (Astrágalo)	0.1%	Goldenseal	2.3%
Cat's Claw (Uña de Gato)	0.2%	Kava	1.6%
Cayenne (Pimienta del Aji de Cayena)	2.3%	Ma Huang (Ma Huang o Ephedra)	0.4%
Echinacea (Echinacea)	7.6%	Saw Palmetto	4.2%
Feverfew (Matricaria)	0.4%	St. John's Wort (Hipérico)	3.8%
Garlic (Ajo)	8.2%	Valerian (Valeriana)	0.4%

\* También se les refiere a las medicinas o servicios alternativos como medicinas *alternativas* y *complementarias*.

## RESULTADOS DEL ESTUDIO

*Los investigadores principales en los Estados Unidos y en el mundo usan los datos del HRS. Los resultados publicados recientemente cubren categorías amplias de varias áreas, incluyendo recursos para la jubilación, el Seguro Social, las razones y la satisfacción con la jubilación. Nos gustaría compartir algunos de estos resultados con ustedes:*

### Recursos para la Jubilación

Cuando diseñamos el HRS, los que hacen las decisiones de política pública estaban muy preocupados por el futuro del Seguro Social. El tema de cómo cambiar el Seguro Social continúa siendo importante.

Uno de los principales objetivos del HRS es el proveer a los que hacen las decisiones de política pública y a todos los que viven en los Estados Unidos con información sobre la situación económica de las personas mayores de 50 años de edad y de su dependencia en el Seguro Social.

Desde que comenzó el HRS, una gran cantidad de investigaciones se ha llevado a cabo en esta área. Una mayor parte de estas investigaciones han sido publicadas en diarios académicos que son leídos ampliamente por los que hacen las decisiones de política pública. Nos gustaría compartir algunos de los resultados con ustedes.

### ¿Qué Valen Nuestros Recursos para la Jubilación?

Un equipo de investigadores estudió los datos de 1992 del HRS acerca de personas entre 51 y 61 años de edad. Querían saber cuánto valían los recursos de las personas conforme se van

aproximando a la edad de la jubilación.

Encontraron que el típico (como punto medio) hogar tenía como \$325,000 en recursos para la jubilación (vea el área gris al siguiente para más información sobre lo que queremos decir con recursos para la jubilación).

Claro que pocos de nosotros somos típicos. El 10% de las familias más pobres tenían menos de \$40,000 (en promedio). El 10% de las familias con más recursos tenían más de \$1.7 millones (en promedio).

### ¿Cómo Nos Preparamos?

Los investigadores querían entender cómo estos hogares en el HRS se estaban preparando para la jubilación.

**Seguro Social** Encontraron que el Seguro Social es la manera más común de prepararse para la jubilación. Cuando les preguntamos en 1992, casi todas las familias del HRS (96%) esperaban recibir beneficios del Seguro Social.

**Pensiones** Aproximadamente dos tercios de los hogares del HRS esperaban recibir una pensión al jubilarse.

Sin embargo, no todas las pensiones son iguales. Por ejemplo, algunas compañías tienen pensiones que les provee al empleado con un ingreso fijo cuando se jubilan. A estas, por lo general, se les llama pensiones de beneficios definidos.

Otras compañías les dan a sus empleados dinero para invertir en sus cuentas para la jubilación y les dejan elegir la manera en que quieran invertirlo con varias opciones. Estos programas se llaman

### Recursos para la Jubilación

Recursos para la Jubilación son una combinación de todos los recursos económicos que las familias tienen a su disposición para jubilarse, incluyendo:

**Los Recursos del Seguro Social** El valor monetario de los beneficios del Seguro Social que cada familia del HRS espera recibir a través de sus vidas.

**Recursos de Pensión:** El valor monetario de los beneficios de pensión que cada familia del HRS espera recibir a través de sus vidas.

**Equidad de casa:** El valor del mercado de las casas menos cualquier dinero que aún se deba en la hipoteca.

**Bienes Económicos:** IRAs, Keoghs, acciones, bonos, ahorros, cuentas de cheques, cuentas del mercado monetario, cuentas de negocios e inversiones de bienes raíces menos cualquier dinero que se deba.

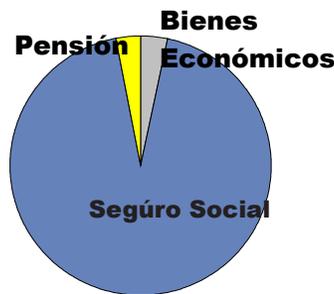
planes de contribuciones definidas. Estos incluyen los planes 401(k)s y 403(b)s. Estos planes varían mucho en cuanto a las reglas de inversión y de retiro de dinero. Algunos planes permiten que las personas retiren dinero antes de que se jubilen. (Si lo hacen, por lo general pagan una multa de impuestos.)

**Equidad de casa** Más de tres cuartos (80%) de las familias en el HRS tenían equidad en sus casas.

**Bienes Económicos** Más del ochenta por ciento (88%) de las familias del HRS habían invertido en bienes económicos.

**¿Quién Se Prepara y Cómo?** Los investigadores encontraron que los cuatro tipos de recursos para la jubilación eran importantes. Sin embargo, la importancia de cada uno de estos tipos de recursos (es decir, el Seguro Social, las pensiones, la equidad de casas y los bienes económicos) era diferente para familias que habían ahorrado más para su jubilación que para aquellas familias que tenían menos recursos conforme se aproximaban a la jubilación.

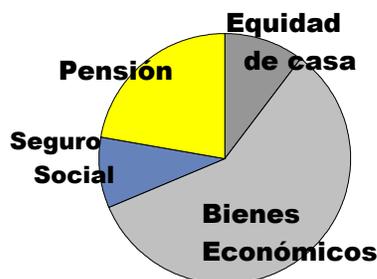
**El 10% de las familias con menos cantidad de recursos para la jubilación** Estas familias dependen por mayor parte del Seguro Social como su recurso principal para jubilarse. De hecho, el Seguro Social es la mayor parte de los recursos económicos para jubilarse. Bienes económicos como acciones y bonos son poco comunes y las cantidades son pequeñas. Estos hogares generalmente tienen deudas o muy pocas inversiones en bienes raíces.



**La familia típica** La familia típica también depende mucho del Seguro Social, porque es un 41% de sus bienes, conforme se van aproximando a la jubilación. Sin embargo, es probable que también cuenten con pensiones, equidad de casa y bienes económicos.



**El 10% de las familias con la mayor cantidad de recursos para la jubilación** Estas familias tenían más de la mitad (casi un 60%) de su dinero para su jubilación en bienes económicos tales como negocios, acciones y bonos. Sólo contaban con un 9% de sus bienes proviniendo del Seguro Social.



### ¿Quiere saber más? Aquí hay algunas referencias:

James F. Moore and Olivia S. Mitchell, "Projected Retirement Wealth and Saving Adequacy," in *Forecasting Retirement Needs and Retirement Wealth* -- edited by Olivia S. Mitchell, P. Brett Hammond, and Anna Rapaport, University of Pennsylvania Press, Philadelphia, 2000.

Alan L. Gustman, Olivia S. Mitchell, Andrew A. Samwick and Thomas L. Steinmeier, "Pension and Social Security Wealth in the Health and Retirement Study," in *Wealth, Work, and Health, Innovations in Measurement in the Social Sciences* -- edited by James Smith and Robert Willis, Ann Arbor, Michigan, University of Michigan Press, 1999.

John R. Earle, Mark H. Smith, Catherine T. Harris, and Charles F. Longino, "Women, Marital Status, and Symptoms of Depression in a Midlife National Sample," *Journal of Women and Aging*, Vol. 10(1), 1998.

Kerwin K. Charles, "Is Retirement Depressing? Labor Force Inactivity and Psychological Well-Being in Later Life," November 3, 1999.

## Celebrando 10 Años del HRS en las Noticias

*En los últimos diez años más de 500 artículos que han hecho referencia a los datos del HRS han sido publicados en periódicos y revistas a través de todo el país (y hasta algunos artículos en otros países). Desde el principio, la prensa ha reconocido la importancia del Estudio de la Salud y la Jubilación.*

***1993: Cuando el primer conjunto de datos se le dio a conocer al público hubo una abundancia de artículos en los periódicos de toda la nación. Solo unos cuantos de esos artículos son mencionados al siguiente:***

*“What Me Retire?” *Beavercreek News Current* (Dayton, Ohio), 6/17/93*

*“50-Something Americans Worry About Retirement,” *Daily News Leader* (Stanton, Virginia), 6/18/93*

*“In Study, 3 of 4 Prefer to Work Part Time Rather Than Retire,” *The Boston Globe*, 6/18/93*

*“Study on Aging: 50-somethings Fear Job Lock: A Portrait of People Nearing Retirement,” *The Seattle Times*, 6/18/93*

*“Longer Life Means Expanding Families,” *USA Today*, 6/19/93*

*“Study: Americans Worry About Health, Money in Retirement,” *Spartanburg Herald-Journal* (Spartanburg, South Carolina)*

*“Near-retirees Not Changing Jobs: Fear Losing Benefits if They Go Elsewhere,” *Sunday Bulletin* (Norwich, Connecticut), 6/20/93*

*“Study Sheds New Light on Issue of Elder Abuse,” *Palestine Herald-Press* (Palestine, Texas), 6/27/93*

*“Spotlight on Korean War Generation Illuminated Scramble to Balance Lives,” *Sun-Sentinel* (Fort Lauderdale, Florida), 6/30/93*

*“Study: Early Retirement Not Enticing Workers,” *Philadelphia Inquirer*, 9/22/93*

***1994-2001: A través de los años una gran cantidad de artículos han sido escritos sobre algunos de los resultados del estudio basados en los datos del HRS. Pensamos que les gustaría ver una lista de algunos de estos artículos:***

*“Rich Are Getting Richer, but Not the Very Rich,” *New York Times*, 3/13/96*

*“The Future of Retirement: It’s not what you think,” *Fortune Magazine*, 8/19/96*

*“Ending a Working Life: Trend is to Labor Longer, Go Gradually,” 11/10/97*

*“Boomers To Reinvent Retirement,” *AARP Bulletin*, 6/98*

*“Boomers May Go Bust,” *American Demographics*, 8/98*

*“The Many Shades of Gray,” *Pittsburgh Post-Gazette*, 12/13/98*

*“Depression as Deadly as Smoking,” *The Detroit News*, 11/23/99*

*“Heavy Meals May Pose a Heart Risk,” *The New York Times*, 11/28/00*

*“Older Workers Sweat Boom Times,” *Aging Today*, November/December 2000, Robert A. Rosenblatt*

*“Saving for Retirement: The Importance of Planning,” *Research Dialogue*, TIAA-CREF Inst., No. 66, 12/00*

## INVESTIGACION EN PROGRESO

**La información que los identifica en los datos del HRS del año 2000 fue borrada y se les hizo accesibles a los investigadores en el verano del año 2001. A través de los últimos meses, estos investigadores han empezado a estudiar los datos para contestar preguntas importantes sobre las personas mayores en los Estados Unidos. A pesar de que este estudio aún está en proceso, queremos compartirlo con ustedes:**

**La Vida Después de Jubilarse** El Seguro Social y las finanzas personales son muy importantes en las situaciones de las personas después de que se jubilan. Sin embargo, muchos otros aspectos de la vida de las personas afectan su bienestar. Por lo mismo, cuando diseñamos al HRS también nos interesaba ver el bienestar emocional y la manera en que se sienten las personas sobre la jubilación.

Investigadores han empezado a usar datos del año 2000 y de años anteriores para darse una idea de porqué las personas se jubilan y como se sienten después de jubilarse.

**¿Por qué Se Jubilan las Personas?** Una área que los investigadores y los que hacen las decisiones de política pública quieren comprender mejor es saber cuales factores afectan la decisión de las personas en jubilarse.

Un grupo de investigadores estudió los datos del año 2000 del HRS acerca de las personas que dijeron haber estado completamente jubilados. Se les preguntó a estas personas que se habían jubilado recientemente sobre cuatro razones comunes para jubilarse (el tener mala salud, el querer hacer otras cosas, el no gustarle su trabajo y el querer pasar más tiempo con la familia) y cómo estas razones afectaron sus decisiones en jubilarse.

Resultó ser que las cuatro razones fueron muy importantes o moderadamente importantes para muchos participantes del HRS. Casi la mitad de aquellos que se habían jubilado en los últimos dos años dijeron que el pasar más tiempo con su familia fue una razón importante en su decisión de jubilarse. Muchos también consideraron el querer hacer otras cosas (45%) y el tener mala salud (30%) como razones importantes para jubilarse. Como un 11% dijeron que el que no les gustara su trabajo fue una razón importante en su decisión de jubilarse.

### **¿Qué factores fueron importantes para las personas en su decisión de jubilarse?**

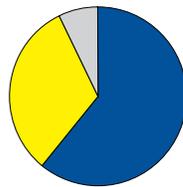
	<i>Muy Importante</i>	<i>Moderadamente Importante</i>
Ellos querían pasar más tiempo con sus familias	33%	16%
Ellos querían hacer otras cosas	26%	18%
Ellos tenían mala salud	25%	5%
A ellos no les gustaba su trabajo	5%	6%

**¿Disfruta la Vida de Jubilado?** Quizá recuerde que como parte de la entrevista del HRS le preguntamos si se ha sentido solo o deprimido. Un investigador del HRS estudió estos datos. Quería entender como la jubilación afecta el bienestar emocional de las personas. En específico, ¿están las personas más satisfechas después de jubilarse o se ponen deprimidas y solas cuando dejan sus trabajos?

El investigador estudió a hombres jubilados que participan en el HRS (ellos habían dejado de trabajar por lo menos un año) en sus años sesenta y setenta de edad en 1993, 1994, 1995 y 1996. El investigador sabía de estudios anteriores en los cuales las personas jubiladas dicen estar más solas y tristes que las personas que están trabajando. Quería comprender el porqué. Es decir, ¿es la jubilación la que hace a las personas tristes y solas, o se jubilan las personas porque están tristes y solas? Encontró que las personas tristes y solas son más dadas a jubilarse. Una vez que tomó en cuenta los efectos del estado de las personas antes de jubilarse, resultó ser que la jubilación realmente hacía a las personas más felices y menos solas.

Otro grupo de investigadores utilizó los datos del HRS del año 2000 para tratar de contestar la misma pregunta. Cuando les preguntamos (a aquellos de ustedes que ya se jubilaron) que tanta satisfacción se sienten después de haberse jubilado, la mayoría de ustedes, (un 61%)

#### ¿Qué tan Satisfactorio Es el Haberse Jubilado?



- Muy satisfactorio
- Moderadamente satisfactorio
- No es en lo mínimo satisfactorio

#### ¿Por qué Queremos Saber Sobre la Depresión?

La salud emocional es una parte importante de su bienestar. Los investigadores están encontrando que la salud mental y la salud física están relacionadas. Síntomas de depresión pueden suceder debido a problemas o enfermedades físicas. Pero la salud física también puede ser afectada por la salud mental.

Un investigador médico encontró que las personas que están deprimidas tienen la misma probabilidad en desarrollar nuevas enfermedades dentro de dos años que las personas que fuman. El investigador estudió a personas que viven en los Estados Unidos de la edad de 70 años y más y que dijeron tener varios síntomas de depresión (tales como el sentirse triste o solo durante la semana pasada). El investigador encontró que un 34% de estos participantes tenían más probabilidad que otros en desarrollar una enfermedad para cuando volviéramos a entrevistarlos dos años después.

#### Entrevistas del HRS y Presentaciones

*A los investigadores principales del HRS se les ha pedido que den muchas presentaciones y entrevistas. A la gente les interesa aprender sobre el HRS en general o sobre algún proyecto específico de investigación que se ha llevado a cabo usando los datos del HRS. También hay gente de otros países que quieren más información sobre el HRS para que ellos puedan empezar un estudio parecido.*

*Aquí esta un lista de unas cuantas de las presentaciones que nuestros investigadores principales han dado en los últimos dos años:*

*“Reforma del Seguro Social (Social Security Reform),” Sound Money, Michigan Public Radio. Given by Olivia Mitchell in January, 2000*

*“2020: Un Futuro Posible” CNN Documentario sobre el Futuro (2020: A Possible Future,” CNN Documentary on the Future). Olivia Mitchell in March 2000*

*“Encuestas Longitudinales en Países Desarrollados: El Diseño es el Destino (Longitudinal Surveys in Developed Countries: Design is Destiny),” at the Workshop on Leveraging Longitudinal Data in Developing Countries, National Academy of Science, Washington, D.C. Robert Willis in June 2001*

**Mundial:** *Presentadores del HRS han sido invitados para hacer exposiciones en todo el mundo, incluyendo:*

- Tokio, Japón
- Frankfurt y Rostock en Alemania
- París y Evian, Francia
- Universidad de Bergen, Noruega
- Tel Aviv, Israel

dijeron que el jubilarse era muy satisfactorio. Como un tercio (32%) dijeron que era moderadamente satisfactorio. Únicamente un 7% de ustedes dijeron que el jubilarse no fue en lo mínimo satisfactorio.

### El Lugar de Trabajo: 1992 y 1998/2000

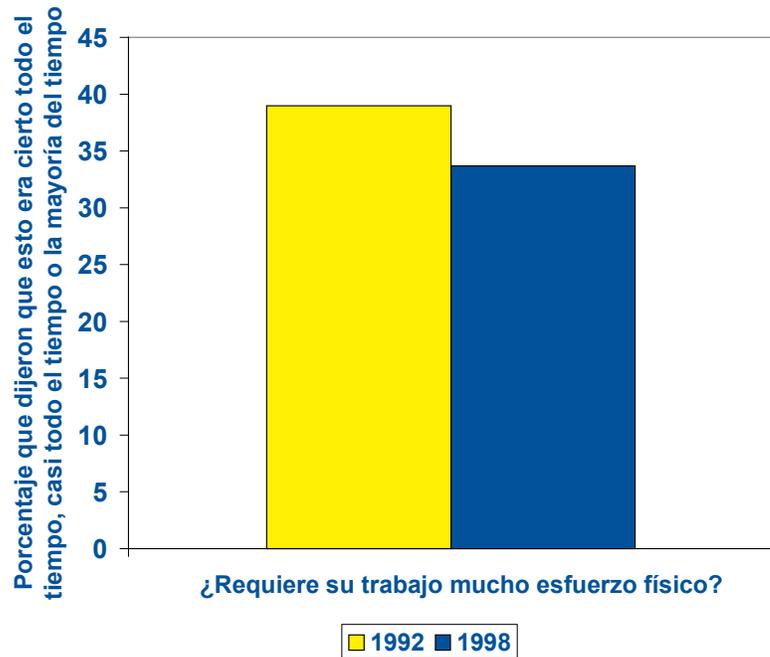
La economía estadounidense ha pasado por muchos cambios a través de los últimos diez años y el lugar de trabajo ha cambiado también. Pero, ¿cómo han afectado estos cambios a las personas que se están aproximando a su jubilación?

### Requisitos para el Empleo

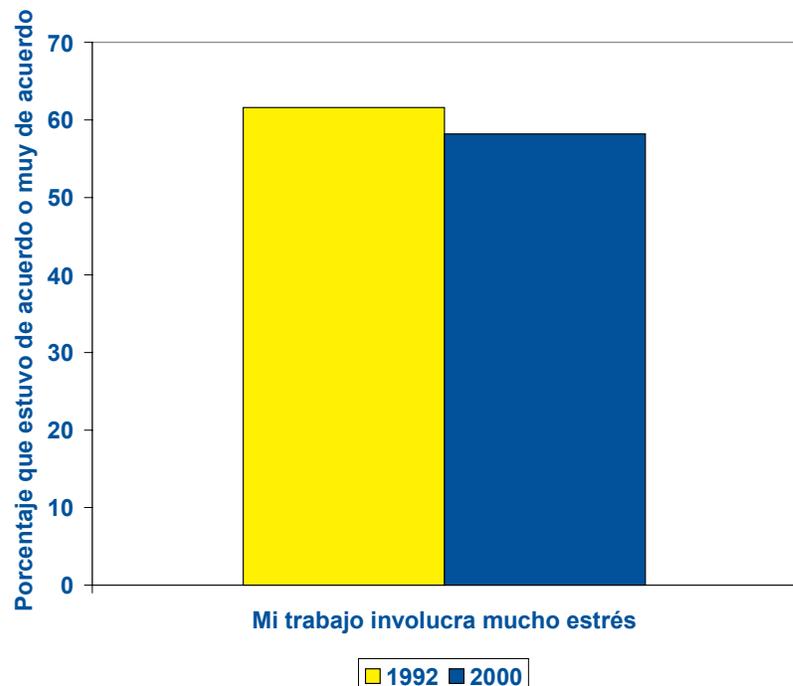
Parece ser que cada vez hay menos empleos que requieren esfuerzo físico. Hoy en día las personas cuentan más con sus habilidades en la computadora y con las personas del trabajo. Un grupo de investigadores estudió los datos del HRS para ver si estas tendencias están afectando a empleados de mayor edad. Estudiaron las situaciones de personas entre las edades de 51 a 63 años en 1992 y las compararon con las situaciones de otras personas quienes tenían la misma edad en 1998 y en 2000.

Un investigador estudió los requisitos que los participantes del HRS habían dicho que necesitaban en el trabajo. Quería saber si esto había cambiado desde 1992. Basado en lo que encontró, parece ser que los requisitos han cambiado para las personas entre las edades de 50 años y a principio de los 60 años de

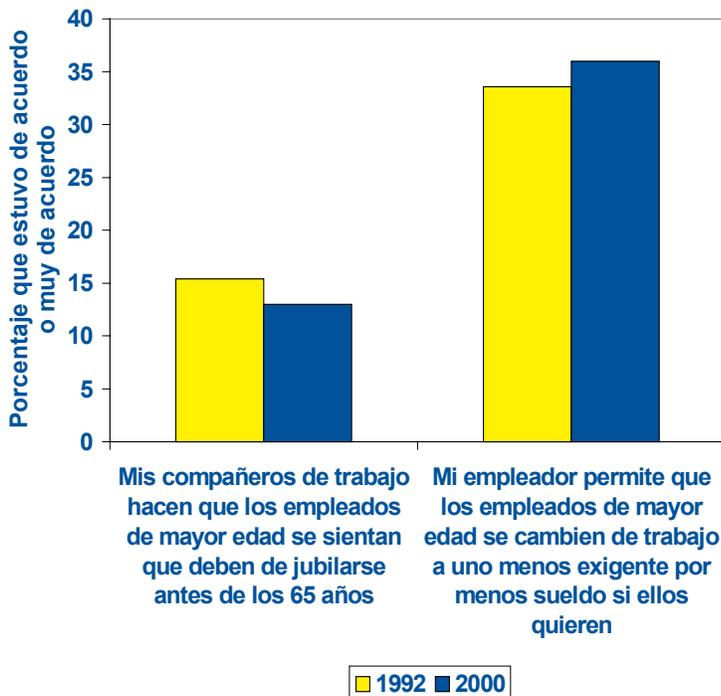
edad. En 1998, menos personas entre 51 a 56 años de edad habían dicho que su trabajo requería mucho esfuerzo físico (un 34%) que las personas de la misma edad en 1992 (como un 39%).



**El Estrés** Adicionalmente, en el año 2000 parece ser que las personas sienten que sus trabajos son más fáciles y con menos estrés que en 1992. El mismo investigador encontró que las personas entre las edades de 53 a 61 años en el año 2000: (como un 58%) fueron menos dadas a decir que sus trabajos involucraban mucho estrés comparado con las personas de la misma edad en 1992 (como un 62%).



**Actitudes Hacia Empleados de Mayor Edad** Empleados de mayor edad (entre las edades de 53 á 61) en el año 2000 parecen sentirse un poco más bienvenidos en el lugar de trabajo que empleados de las mismas edades en 1992. Menos de ellos dijeron que sus compañeros de trabajo los hicieron sentirse que deberían jubilarse antes de los 65 años de edad. Incluso, una porción mayor sintieron que si querían, sus empleadores les permitirían hacer trabajos menos exigentes (por menos sueldo).



## Hábitos del Dormir y la Buena Salud

Recientemente, la importancia de dormir ha recibido mucha atención en las noticias. Queríamos que los investigadores pudieran estudiar como el dormir afecta el bienestar de las personas de mayor edad. En 1995, les preguntamos como a 700 de ustedes (que tenían 72 años de edad en ese entonces) como estaban durmiendo.

Un grupo de investigadores ha empezado a estudiar sus respuestas. Resulta ser que más de 1 en 10 personas mayores de 72 años de edad tenían dificultades en quedarse dormidos la mayor parte del tiempo. Otros 40% tenían dificultades en quedarse dormidos algunas veces. Los demás, un 48%, dijeron que rara vez o nunca tenían dificultad en quedarse dormidos. Personas que dijeron tener problemas en 1995 fueron más dados a indicar que estaban deprimidos tres años después, en 1998. Los investigadores continuarán estudiando la información del estudio para tratar de comprender como el dormir afecta su salud y su satisfacción con la vida.

### Para más información:

#### Escribanos a la:

University of Michigan  
Survey Research Center  
Health and Retirement Study  
P.O. Box 1248  
Ann Arbor, MI 48106-1248

#### Visite el sitio web del HRS en:

<http://www.umich.edu/~hrswww>

#### Llámenos a nuestro teléfono gratuito del HRS al:

1-800-759-7947      1-800-272-2815

### Nuestros Patrocinadores

*Nuestro principal apoyo para el HRS viene del National Institute on Aging at the National Institutes of Health (Instituto Nacional sobre el Envejecimiento de los Institutos Nacionales de la Salud), con apoyo adicional del Social Security Administration (La Administración de Seguro Social).*