



HRS Health and Retirement Study

Boletín al Participante, invierno 2003

NOTICIAS DEL ESTUDIO

Muchas gracias: ¿Le hemos dicho cuánto nos gusta trabajar con usted? Gracias por un exitoso año 2002 en el estudio del HRS. Resulta ser que una de las principales razones por la cual a nuestros entrevistadores les gusta trabajar en el estudio HRS es porque ellos realmente disfrutaban colaborar con ustedes – los participantes del estudio. Les agradecemos no sólo por la información que nos han proveído en el año 2002, si no que también por hacer que el proceso de las entrevistas fuera agradable. Debido a su generosidad, podemos continuar poniendo a la disposición de los funcionarios a cargo de la política pública y de los investigadores científicos los datos que están al tanto de cómo les está yendo a ustedes y a otras personas mayores de 50 años de edad que viven en los Estados Unidos.

Dándole la bienvenida al Internet en el estudio HRS

Desde que el estudio HRS empezó en 1990, el Internet ha llegado a ser una parte importante en la vida de mucha gente. Como resultado, hemos tomado la iniciativa para utilizar el Internet y así facilitar su participación en el estudio HRS.

Presentándoles la página web para los participantes del HRS

Los participantes del HRS siempre

están bienvenidos a visitar nuestro sitio web. Sin embargo, en el pasado, el propósito del sitio era principalmente para el uso de los investigadores científicos. Ya que cada vez hay más gente de mayor edad en los Estados Unidos que está obteniendo acceso al Internet, hemos agregado una sección especialmente para ustedes. Esta sección incluye muchas características, como por ejemplo:

- Una lista de algunas de las preguntas más frecuentes que ustedes nos hacen – y las respuestas a esas preguntas
- Ediciones pasadas del Boletín del HRS
- Enlaces a las noticias del HRS y a la página web para los investigadores científicos

Les invitamos a visitar nuestra página web al:

<http://hrsparticipants.isr.umich.edu>

¿Le gustaría algún día poder responder a nuestras preguntas a través del Internet?

Actualmente, la mayoría de ustedes proporcionan su información por teléfono. Otros dan su información a un entrevistador que los visita en persona.

Muchos de ustedes preferirán contestar nuestras preguntas en la manera que lo han hecho en el pasado, pero estamos considerando darles otra opción – el Internet. Este año estamos empujando un proyecto especial para asesorar la posibilidad de utilizar el Internet para aquellos participantes que deseen utilizarlo. La página 4 tiene más información acerca de nuestro **Proyecto Internet**.

El contenido

| | |
|---|-----------|
| Noticias del estudio | 1 |
| Carta del director | 2 |
| Dentro del estudio | 3 |
| - Juntando los datos de más de 20,000 participantes del HRS | 3 |
| - El Proyecto Internet | 4 |
| ¿Por qué preguntamos las cosas que preguntamos? | 5 |
| - ¿Por qué preguntamos acerca de sus hijos adultos? | 5 |
| - ¿Por qué hacemos las mismas preguntas? | 5 |
| Quiénes tienen acceso al Internet | 6 |
| Los beneficios del trabajo voluntario y pagado | 7 |
| El envejecimiento, el aprendizaje, y la memoria | 9 |
| Cómo nos han afectado los cambios de la bolsa de valores | 11 |

Carta del director

Estimados participantes del Estudio de la Salud y la Jubilación:

Con gran tristeza les informo del fallecimiento de la Dra. Regula A. Herzog, una de las fundadoras del Estudio de la Salud y la Jubilación (HRS). Muchos miembros del personal del HRS trabajaron íntimamente con ella y la extrañarán mucho, tanto al nivel personal como profesional. Como dedicatoria, quisiera compartir con ustedes algunos comentarios sobre sus numerosas contribuciones al estudio.

El HRS es una colección única de datos, con un potencial formidable de informar a los funcionarios a cargo de la política pública sobre las vidas de la gente de mayor edad en los Estados Unidos. A través de su liderazgo intelectual, amplia visión, y atención al detalle, la Dra. Herzog fue responsable de llevar a cabo muchos aspectos del estudio que lo hacen ser un recurso tan extraordinario.

Primeramente, ella fue un miembro clave del equipo que obtuvo los fondos originales del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento (National Institute on Aging) para el estudio HRS en 1990. En ese entonces, el crecimiento rápido de la población de personas de mayor edad en los EE.UU. ya era evidente. Los investigadores ya habían proyectado que este crecimiento continuaría, y que, en comparación con el presente, para el año 2050, la proporción de personas de mayor edad llegaría a ser mucho más grande. La Dra. Herzog y otros notaron que para los funcionarios a cargo de la política pública iba a ser crítico tener datos de alta calidad acerca de la situación de las personas de mayor edad en los Estados Unidos durante este período de crecimiento. Sus deseos eran que esta información les ayudara a los funcionarios a cargo de la política pública a hacer mejores decisiones sobre cómo disfrutar plenamente de las ventajas de tener vidas más largas, y cómo lidiar con los problemas asociados con esto.

Muchos de los datos que obtenemos en el HRS son acerca de las finanzas. Sin embargo, algunos de los asuntos más importantes para las personas de mayor edad son otros aspectos de sus vidas, tales como la salud y la familia. A través de nuestro historial, la Dra. Herzog fue una de las diseñadoras del estudio quien más había reconocido la importancia de algunos de estos otros aspectos, en particular los asuntos relacionados con la salud. Ella tuvo la responsabilidad principal de averiguar cómo evaluar el nivel general de la felicidad de las personas, la habilidad en acordarse y aprender cosas nuevas, y la habilidad física de hacer cosas básicas (tal como bañarse, cocinar, o mantener cuentas en la chequera). Ella también fue la persona clave en contribuir al desarrollo y mejoramiento de nuestros métodos de medir la salud física, tales como la forma de determinar la salud de una persona en general y la existencia de enfermedades crónicas (como los problemas del corazón o la diabetes).

En esta edición del boletín, hemos enfocado en algunas contribuciones de la investigación de la Dra. Herzog. En la página 7, encontrará un resumen de la investigación de la Dra. Herzog sobre los beneficios del trabajo voluntario y pagado. En la página 9, encontrará un artículo que menciona los cambios de la cognición en las personas con el transcurso del tiempo (es decir, la habilidad de aprender y de acordarse de cosas nuevas).

En los días antes de su fallecimiento, ella compartió conmigo muchos de sus deseos para la dirección futura del HRS. Aquellos deseos compartidos al igual que sus ideas y su visión que ya son parte del HRS, forman un patrimonio científico duradero que seguirá dando frutos hasta un lejano futuro.

Sinceramente,



Robert J. Willis, Ph.D.

Director del Estudio de la Salud y la Jubilación

DENTRO DEL ESTUDIO

Juntando los datos de más de 20,000 participantes del HRS

La recopilación de datos puede percibirse como algo sencillo, pero cuando hablamos de obtener información detallada de más de 20,000 personas, se convierte en una tarea muy complicada.

¿Quiénes somos? El recurso más importante que tenemos en el estudio HRS es nuestro personal. Cada uno de ustedes ya ha hablado con uno de nuestros entrevistadores, pero ¿sabían que nuestro personal consta de más de 125 entrevistadores? Esa cifra no incluye a los supervisores ni al personal en nuestras oficinas centrales quienes desarrollan los sistemas de computadoras, trabajan con la base de datos y deciden cuáles preguntas se deben hacer.

Nuestro personal es dedicado al estudio y tiene mucha experiencia. Trabajan duro para hacer que las entrevistas sean lo más fácil posible, asegurar que su privacidad sea protegida, y organizar los datos para que les sean útiles a los investigadores científicos y los funcionarios a cargo de la política pública.

¿Por qué lo hacemos? La razón principal por la cual podemos atraer y mantener un personal excelente es porque la gente piensa que el HRS es un estudio importante. A nuestro personal le importa mucho la política pública que afecta a las personas de mayor

edad que viven en los Estados Unidos.

Ellos creen que proveer información precisa, actualizada y de alta calidad acerca de personas de mayor edad viviendo en los Estados Unidos, a los investigadores y a los funcionarios a cargo de la política pública, es algo crítico para la formulación de esas políticas.

¿Cómo lo hacemos? Cada dos años, hablamos con más de 20,000 de ustedes para saber cómo están. Cada vez que lo hacemos, debemos realizar varias tareas importantes:

Decidiendo cuáles preguntas debemos hacer Los directores del estudio trabajan juntos para seleccionar los temas más importantes.

Diseñando los sistemas Si usted ha completado una entrevista del HRS en su hogar, puede haber notado que su entrevistador anotaba la información que usted nos proporcionaba en una computadora. El personal del HRS diseñó el programa. Ese sistema le indica a su entrevistador cuáles son las preguntas que debe preguntar y cómo debe anotar los datos. También hay otros sistemas que organizan y protegen sus datos. Todos estos sistemas tienen que actualizarse cada vez que los visitamos.

Seleccionando a los entrevistadores Tenemos un proceso de selección riguroso y trabajamos con mucho esmero para elegir los mejores entrevistadores. Una vez que los entrevistadores hayan sido

seleccionados, participan en un entrenamiento intensivo que asegura que estén bien preparados para realizar el trabajo de alta calidad requerido por el estudio HRS.

Entrevistándolos a ustedes

Antes de ponernos en contacto con ustedes, siempre les mandamos una carta para decirles que dentro de poco un entrevistador del HRS se comunicará con ustedes. De esa manera, no se sorprenderán cuando uno de nuestros entrevistadores les llame o pase por su hogar para hacer una cita.

Si el entrevistador con quien usted platicó la última vez todavía trabaja en el HRS, esa persona probablemente será la que volverá a ponerse en contacto con usted.

De no ser así, buscaremos a alguien que viva cerca de usted (por si acaso usted quiera ser entrevistado en persona).

Sin embargo, en ocasiones, tenemos la oportunidad de contratar a un entrevistador muy bueno que vive lejos de la mayoría de nuestros participantes del HRS. En tal caso, esa persona entrevistará a participantes de todas partes del país. Así que si usted vive en Louisiana y su entrevistador es de Nevada, ¡ya sabe por qué!

Una vez que el entrevistador sea seleccionado y se fije la fecha para una cita, él o ella lo llamará (o visitará) a la hora y el día determinado.

El o ella le hará muchas preguntas acerca de su vida y anotará las respuestas en la computadora portátil.

La mayoría de las entrevistas se realizan por teléfono (cerca de un 80%), pero también hacemos muchas en persona. Si usted prefiere darnos su información en persona, por favor comuníquese esto a su entrevistador. El o ella hará una cita en persona con mucho gusto.

Procesando los datos

Una vez que termina la entrevista, la información va directamente a las oficinas centrales en Ann Arbor, Michigan. Combinamos su información con los datos de todos los demás participantes del estudio. Después, eliminamos cualquier información que pueda identificarlo. Una vez que hayamos completado este proceso, proporcionamos los datos recopilados a los investigadores y a los funcionarios a cargo de la política pública.

Manteniendo su información segura Una de las responsabilidades más importantes de nuestro personal es de mantener sus datos bajo plena seguridad y confidencialidad. Nuestro personal hace un gran esfuerzo por asegurar que nadie pueda identificarlo con su información. Si desea más información sobre la manera en que protegemos sus datos, por favor visite nuestro sitio web <http://hrsparticipants.isr.umich.edu> o no dude en llamar a uno de nuestros números telefónicos gratuitos indicados en la página 12 de este boletín.

El Proyecto Internet

Un grupo de investigadores destacados está en el proceso de diseñar un estudio para asesorar si es posible hacer la entrevista del estudio HRS por medio del Internet. Ellos se preguntan si el Internet sería más conveniente y más fácil para algunos de nuestros participantes, sin embargo la mayoría de nuestros participantes actualmente no tienen acceso al Internet (vea la página 6 acerca del uso del Internet).

Como parte de la entrevista del HRS del año 2002, les preguntamos si usan el Internet. Muchos de ustedes dijeron que sí lo utilizaban y que estarían interesados en participar en nuestro estudio del Internet. Si usted fue uno de aquellas personas, es posible que en este año lo contactemos o que ya nos hayamos comunicado con usted para invitarlo a tomar parte en este estudio. ¡Esperamos que puedan participar!

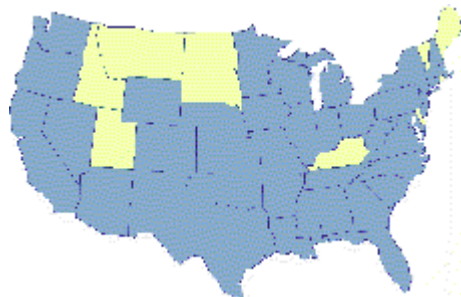
¿Por qué hacemos las mismas preguntas?


Aunque las preguntas sean las mismas, sus respuestas usualmente cambian a través del tiempo. Cuando empezamos el estudio HRS, habíamos decidido que sería importante hablarles cada dos años para saber precisamente cómo cambiaría su situación en el transcurso del tiempo. Por ejemplo, quisimos entender mejor cómo su situación sería afectada por los cambios recientes en la situación económica o política.

La mayoría de la investigación en esta edición del boletín examina este tipo de cambio. Por ejemplo, el artículo en la página 11 es acerca de la manera en que los cambios de la bolsa de valores han afectado la situación económica de las personas y sus decisiones con respecto a la jubilación y sus legados.

(Continuación en la página 5)

¿Dónde estamos? Al igual que ustedes, el personal del HRS se encuentra en oficinas por todo el país. Pensamos que les gustaría ver un mapa indicándoles todos los estados en donde trabaja nuestro personal:



 Estados en los cuales se encuentra el personal del HRS

¿POR QUE PREGUNTAMOS LAS COSAS QUE PREGUNTAMOS?

¿Por qué preguntamos acerca de sus hijos adultos? Recientemente les preguntamos a nuestros entrevistadores qué les gustaría leer a ustedes en el boletín. Nos dieron una lista muy larga de sus preguntas. Una de las preguntas más importantes fue, ¿por qué les preguntamos acerca de sus hijos adultos?

La razón principal por la cual les preguntamos acerca de sus hijos adultos es porque los amigos y familiares son una parte importante del bienestar de la mayoría de las personas. No solamente proveen apoyo emocional, sino que también pueden proporcionar ayuda financiera y otro tipo de asistencia mutua. En realidad, no solamente les preguntamos acerca de sus hijos adultos, pero también incluimos preguntas acerca de otros aspectos importantes de sus vidas. Por ejemplo, les preguntamos acerca de sus padres, amigos, y actividades religiosas.

Resulta ser que las familias continúan ayudándose hasta mucho después de que los hijos se hayan mudado del hogar. Muchas veces las personas cuidan a sus

padres cuando están enfermos o cuidan a los nietos menores. También puede ser que las personas ayuden a sus padres e hijos económicamente.

Por lo tanto, es crítico entender la manera en que las familias se ayudan para poder entender la situación de las personas de mayor edad en los Estados Unidos. Como parte del HRS, hacemos varias preguntas acerca de los hijos adultos. Las preguntas incluyen temas tales como:

- Cuánta ayuda económica se prestan mutuamente
- Cuánta ayuda se prestan para el cuidado de la salud (por ejemplo, si alguien tiene problemas de salud, o si los nietos necesitan cuidado)
- Si comparte su hogar con un padre o un hijo adulto, y el por qué
- Cuáles son sus expectativas con respecto a cuánto se ayudarán el uno al otro en el futuro

Durante años, los investigadores han pensado que ciertas características de los hijos, como su sexo o sus circunstancias económicas, afectan de gran manera la relación entre padres e hijos.

¿Por qué hacemos las mismas preguntas?

(Continuación de la página 4)

Otro artículo en la página 9, se trata de los cambios en las habilidades de la gente de aprender y acordarse de las cosas. El artículo en la página 7 expone cómo el trabajo puede afectar la salud al pasar el tiempo.

Si no les hiciéramos las mismas preguntas cada vez, esta investigación no hubiera sido posible.

Por esta razón, también hacemos preguntas sobre lo siguiente en relación con los hijos adultos:

- el sexo de la persona
- el estado civil
- la fecha en que dejaron de vivir en su hogar (si no viven con ustedes ahora)
- la proximidad de sus viviendas a la suya
- la situación de trabajo
- la situación económica de los hijos adultos y cómo se compara con la de usted

Gracias por haber tomado el tiempo a través de los años para responder a nuestras preguntas. Nos han ayudado a saber más acerca de la manera en que sus vidas han o no han cambiado. Esta información es crítica para que podamos ayudar a los investigadores científicos y los funcionarios a cargo de la política pública entender la situación de las personas de mayor edad viviendo en los Estados Unidos.

LAS CIFRAS OBTENIDAS DE LOS RESULTADOS

Quiénes tienen acceso al Internet

El Internet se ha convertido en una parte importante del mundo de los negocios en los Estados Unidos. Sin embargo, aún hay muchas personas de mayor edad en los Estados Unidos quienes no tienen acceso al Internet. En este año, estaremos haciendo un estudio para averiguar la manera en que podríamos usar el Internet para hacer que la entrevista sea más conveniente para los participantes del HRS (vea las páginas 1 y 4 de este boletín para leer más información sobre el HRS y el Internet). En preparación para ese estudio, les hicimos preguntas sobre su uso del Internet como parte de la entrevista del año 2000 del HRS. Pensamos que a lo mejor les interesaría saber lo que hemos descubierto acerca del tema.

Resulta ser que muchos de los participantes del HRS (como un 30%) dicen que tienen acceso al Internet. De aquellos que dijeron que tenían acceso al Internet, la mayoría (como un 75%) dijeron que estarían dispuestos a participar en un estudio que evaluaría que tan bien funciona el Internet para juntar los datos del HRS (para aquellas personas que quieran hacer su entrevista por medio del Internet).

La edad y el acceso al Internet

Parece ser que la edad es un factor que afecta la probabilidad de si la gente tiene acceso al Internet. Es más probable que aquellos participantes del estudio que tienen menos edad tengan acceso al Internet. De hecho, más de la mitad (como un 52%) de los

Porcentaje de participantes del HRS que tienen acceso al Internet, según su edad

| | |
|---------------------------------|-----|
| Menores de 60 años | 52% |
| De 60 a 69 años | 35% |
| De 70 a 79 años | 22% |
| Mayores de 80 años | 9% |
| Todos los participantes del HRS | 30% |

que tienen menos de 60 años, dicen que tienen acceso.

En cambio, muchos de aquellos que tienen mayor edad no tienen acceso. Por ejemplo, de los participantes del HRS que tienen más de 80 años de edad, aproximadamente un 9% dicen que tienen acceso.

Mujeres, hombres y el acceso al Internet

Existe la misma posibilidad de que tanto los hombres como las mujeres tengan acceso al Internet. Como un 32% de los hombres y un 29% de las mujeres dicen que tienen acceso.

Porcentaje de participantes del HRS que tienen acceso al Internet, según el sexo de las personas

| | |
|---------|-----|
| Hombres | 32% |
| Mujeres | 29% |

Raza y etnicidad y el acceso al Internet

El acceso al Internet para las personas mayores de 50 años varía mucho entre las diferentes razas o grupos étnicos. La gente de raza blanca (no hispana) es la más probable de tener acceso al Internet. Como un 35% de toda las personas blancas con quienes hemos hablado tienen acceso, mientras que un 12% de afro-americanos y 10% de hispanos dijeron que tenían acceso al Internet, ya sea en el trabajo o en casa.

Porcentaje de participantes del HRS que tienen acceso al Internet, según su raza y etnicidad

| | |
|---------------------|-----|
| blanca (no hispana) | 35% |
| afro-americana | 12% |
| hispana | 10% |

RESULTADOS DEL ESTUDIO

Los investigadores principales en los Estados Unidos y en el mundo usan los datos del HRS. A continuación encontrarán algunos resultados basados en estudios publicados:

Los beneficios del trabajo voluntario y pagado

Ustedes y nuestros entrevistadores nos han pedido que hablemos más sobre los participantes del HRS que tienen mayor edad. En respuesta a su petición, en esta edición de los “Resultados del Estudio” y “La Investigación en Progreso” enfocamos en los participantes que son mayores de 70 años de edad.

La productividad después de la edad de 70 años

Conforme las personas van envejeciendo y se jubilan, el tipo de trabajo que hacen cambia frecuentemente. Mientras que algunas personas trabajan a tiempo completo durante todas sus vidas, la mayoría de la gente se jubila en algún momento dado. Después de jubilarse, algunas personas continúan trabajando, pero en una carrera distinta. Otros toman el tiempo libre para divertirse. Y otros se dedican al trabajo voluntario o al cuidado de sus nietos.

Dos investigadores científicos estudiaron los datos para averiguar si el trabajo voluntario y el

trabajo pagado pueden afectar la salud y la longitud de sus vidas.

El trabajo voluntario

Primero, quisieron saber cuánto tiempo se dedicaban al trabajo voluntario las personas mayores de 70 años de edad. Encontraron que casi el 12% de los participantes del HRS mayores de 70 años de edad trabajaban más de 100 horas voluntarias por año. Algunos de ellos (como un 2%) habían trabajado más de 500 horas voluntarias por año.

El trabajo pagado

Los investigadores también quisieron tener una idea de cuántas personas continuaban haciendo

trabajo pagado después de la edad de 70 años. Como un 7% de los participantes del HRS con quienes habíamos hablado aún hacían trabajo pagado. En algunos casos, eran sólo algunas horas por semana – 1.3% habían trabajado un promedio de 2 a 10 horas por semana. Pero los demás habían tenido un promedio de 10 horas o más por semana.

Porcentaje de participantes del HRS mayores de 70 años de edad que hicieron trabajo pagado en 1998 (más de 100 horas)

Número de horas (por año)

| | |
|----------|------|
| 100-499 | 1.3% |
| 500-1199 | 2.8% |
| 1200+ | 2.5% |
| Total | 6.6% |

Porcentaje de participantes del HRS mayores de 70 años de edad que hicieron trabajo voluntario en 1998 (más de 100 horas)

Número de horas (por año)

| | |
|---------|-------|
| 100-199 | 4.7% |
| 200-499 | 5.6% |
| 500+ | 1.6% |
| Total | 11.9% |

¿Es bueno para la salud trabajar después de cumplir los 70 años de edad?

El propósito principal de los investigadores fue comprender si el trabajo ayudaría a proteger la salud y a prevenir la muerte. Y si esto era cierto, también quisieron comprender el por qué.

¿Sabía usted?

Siempre le decimos que HRS es un estudio importante e único. ¿Sabía usted que el HRS es el proyecto de ciencias sociales más grande de los Programas de Investigación Social y del Comportamiento Humano (“Behavioral and Social Research Programs”), una sección del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento (NIA) de los Institutos Nacionales de la Salud?

Los investigadores estudiaron los resultados de los participantes del HRS mayores de 70 años de edad para ver si los que habían trabajado en 1998 se encontraban en mejor salud en el año 2000 en comparación con aquellos que no habían trabajado.

Encontraron que el trabajo voluntario y el trabajo pagado sí tienen efecto en la salud de las personas. Es decir, los participantes del HRS (de 70 años y mayores) que hicieron trabajo pagado o voluntario en 1998 tenían menor probabilidad de sufrir de la mala salud dos años después en el 2000. No sólo tenían menor probabilidad de padecer de la mala salud, sino también tenían menor probabili-

dad de fallecer (5.6% en comparación con 16.8% de probabilidad).

Sin embargo, no tuvieron que trabajar a tiempo completo para beneficiarse de esto. Las horas adicionales excediendo más de 100 no resultaron tener mucha diferencia en su efecto. Es decir, las personas que trabajaron más de 100 horas en un año no se beneficiaron más que aquellos que trabajaron solamente 100 horas.

¿Por qué el trabajo afecta la salud? Mientras que esta investigación indica que el trabajo tiene beneficios de salud para las personas mayores en los Estados Unidos,

no estamos seguros del por qué. Los investigadores sugieren varias posibles razones:

- Las personas que trabajan son más felices y están de mejor salud porque tienen más contactos y apoyo social.
- Las personas que trabajan son más dadas a ser físicamente activas. Por lo menos tienen que llegar y moverse en el trabajo (ej. entre oficinas).
- El trabajo ayuda a las personas a estar más propensas a mantenerse sanas y de tener un autoestima mejor.

Los investigadores continuarán utilizando al HRS para entender mejor el cómo y el por qué el trabajo y otras actividades productivas afectan su salud.

¿Le gustaría saber más?

A continuación incluimos algunas referencias:

Michael D. Hurd and James P. Smith, "Expected Bequests and their Distribution," March 2002.

Ming-Ching Luoh and A. Regula Herzog. "Individual Consequences of Volunteer and Paid Work in Old Age: Health and Mortality." *Journal of Health and Social Behavior*, December 2002.

Mary Beth Ofstedal, Gwenith F. McAuley, and A. Regula Herzog, *Documentation of Cognitive Functioning Measures in the HRS*, August 26, 2002.

Mary Beth Ofstedal and A. Regula Herzog, "The Effect of Lifestyle on Change in Cognitive Functioning among the Oldest-Old," September 2001.

Purvi Sevak, "Wealth Shocks and Retirement Timing: Evidence from the Nineties," May 2002.

Carolyn L. Turvey, Robert B. Wallace, and A. Regula Herzog. 1999. "A Revised CES-D Measure of Depressive Symptoms and a DSM-Based Measure of Major Depressive Episodes in the Elderly." *International Psychogeriatrics*, 11(2):139-48.

Kathleen McGarry and Robert F Schoeni, "Transfer Behavior Within the Family: Results From the Asset and Health Dynamics Study," *The Journals of Gerontology*, Volume 52B, May, 1997.

Douglas A. Wolf, Vicki Freedman, and Beth J. Soldo, "The Division of Family Labor: Care for Elderly Parents," *The Journals of Gerontology*, Volume 52B, May 1997.

John C. Henretta, Martha S. Hill, Wei Li, Beth J. Soldo, and Douglas A. Wolf, "Selection of Children to Provide Care: The Effect of Earlier Parental Transfers," *The Journals of Gerontology*, Volume 52B, May 1997.

LA INVESTIGACIÓN EN PROGRESO

Nos da gusto poder compartir estos resultados preliminares con usted:

La vida después de los 70

años: El envejecimiento, el aprendizaje y la memoria

Para algunas personas la habilidad de recordar y aprender cosas nuevas puede llegar a ser difícil. Estas habilidades pueden ser importantes en nuestra capacidad de llevar a cabo los retos de la vida cotidiana.

Los investigadores científicos frecuentemente usan la palabra cognición para describir la habilidad de las personas de aprender y acordarse de las cosas. A pesar de que la cognición de una persona es importante, según nuestro parecer, no ha habido ningún estudio de gran escala que la haya medido. Ya que es tan importante para el bienestar de las personas mayores en los Estados Unidos, hacemos varias preguntas sobre la cognición como parte de la entrevista del HRS (vea la descripción de nuestra evaluación cognitiva en el encuadrado gris a la derecha).

A pesar de la importancia de la cognición, no sabemos lo suficiente de por qué puede cambiar con la edad. Incluso, realmente no sabemos por qué algunas personas tienen una muy buena memoria y comprensión conforme van envejeciendo, mientras que otras carecen de eso.

Los datos que recopilamos sobre su cognición es una gran ayuda para los investigadores científicos que están tratando de entender cómo y por qué la cognición cambia conforme la gente va envejeciendo y cómo esto afecta otros aspectos de la vida.

Si no se usa, ¿se pierde?

Muchas personas piensan que el ser activo puede ayudar a mantenerse física y mentalmente sano. Por ejemplo, actividades como hacer ejercicio, resolver crucigramas, y aprender un nuevo idioma puede mantener el cuerpo y la mente sana.

A través de los años, los investigadores científicos han encontrado indicaciones que esto puede ser cierto. Cuando se trata de la cognición parece ser que las personas conforme van envejeciendo, si se mantienen activas, pueden beneficiarse en cuanto a la memoria y la habilidad de entender las cosas. Incluso, los investigadores científicos también han estudiado otros factores de estilo de vida, tales como el consumo del alcohol y el fumar.

Un grupo de investigadores científicos ha empezado a estudiar los datos del HRS para tratar de entender lo que afecta la cognición de las personas. Pensamos que a lo mejor les interesaría saber sobre algunas de las cosas que los investigadores científicos están comenzando a estudiar.

Los investigadores científicos estudiaron los datos de los participantes del HRS que tenían 70 años de edad o más en 1993 para determinar cómo estaba su cognición en ese entonces. Luego observaron su comportamiento en 1993 y cómo éste afectaba los resultados de las evaluaciones de la cognición entre 1993 y 1995, y de nuevo entre 1995 y 1998.

Cognición: ¿Cómo mide el HRS la memoria y el aprendizaje?

Existen varios aspectos que constituyen lo que los investigadores llaman la cognición. La cognición incluye el aprendizaje, la memoria, el razonamiento, la orientación, el cálculo, y el lenguaje. La evaluación de la cognición en el HRS está basada en estudios de varias ciencias: la psicología, gerontología, y medicina. Las preguntas que hacemos en el estudio fueron seleccionadas de dos exámenes de cognición muy respetados y muy estudiados: el "Mini-Mental State Exam" (MMSE) y el "Telephone Interview for Cognitive Status" (TICS).

Los diseñadores del HRS y otros investigadores científicos han revisado nuestra evaluación para verificar su nivel de precisión. Ya que ésta es una manera nueva de evaluar la cognición, tenemos planes de seguir analizando nuestras preguntas. Hasta ahora, nuestros análisis han demostrado que sí son una buena manera de medir la cognición.

Los investigadores científicos estudiaron muchos factores del estilo de vida para ver qué afectaba la cognición, de los cuales dos de ellos fueron el fumar y el consumo del alcohol.

¿Afecta el fumar y el consumir alcohol la habilidad de aprender cosas nuevas?

Los investigadores científicos estudiaron si el fumar y el consumo del alcohol tenían algún efecto en la habilidad de la cognición en las personas de mayor edad.

Los resultados preliminares no indicaron evidencia que el fumar (o el haber fumado en el pasado) tenía mucho efecto en la cognición de las personas. Sin embargo, el consumo del alcohol produjo un resultado muy diferente.

Los investigadores tomaron en cuenta los hábitos que tenían las personas en ese entonces del consumo del alcohol y si habían tenido “problemas con el alcohol” en el pasado. La cantidad que las personas de mayor edad consumían entonces no parecía tener mayor efecto en su cognición. Sin embargo, haber consumido alcohol en el pasado sí mostró efectos. Resulta ser que aquellos que habían consumido en exceso en el pasado eran los más probables de sufrir de la disminución en sus habilidades de recordar y aprender cosas nuevas. Esto también fue cierto para las personas que ya habían dejado de tomar bebidas alcohólicas.

Un descubrimiento imprevisto fue que aquellos que habían consumido una pequeña cantidad de alcohol en su pasado tenían menor probabilidad de sufrir de la disminución en la cognición que aquellos que no lo habían consumido nunca.

La cognición y el trabajo voluntario o pagado

El trabajar

parece ayudar a las personas a mantener una muy buena cognición. Aquellos que trabajaron (ya sea voluntario o pagado) en 1993 y 1995 fueron menos probables de tener decadencias cognitivas en 1995 y 1998.

Al estudiar el trabajo voluntario, estos investigadores científicos encontraron que todo tipo de trabajo voluntario parecía proteger la cognición de las personas. Estudiaron tanto el trabajo voluntario formal (ej. el trabajo en una organización) como el trabajo voluntario informal (ej. ayudando a un pariente, amigo o vecino). En ambos casos, aquellos que fueron voluntarios fueron menos probables de sufrir de decadencias cognitivas.

Cómo su comportamiento afecta su bienestar

Debido a que el HRS incluye tanta información y que le hacemos las mismas preguntas cada dos años, el estudio es una excelente fuente de información para averiguar cuáles son los factores que afectan su cognición en el transcurso del tiempo.

¿Otros factores? Otros factores como la salud, la educación, y los recursos económicos también parecen estar relacionados con la habilidad de las personas de recordar y aprender cosas nuevas. Parece ser que aquellos con mejor salud, más educación y más dinero tienen menor probabilidad de perder su memoria y su habilidad de aprender conforme van envejeciendo.

Investigación adicional: ADAMS

Para poder aprender más sobre la memoria y cómo va cambiando con la edad, el HRS se ha unido con la Universidad de Duke para realizar el Estudio del Envejecimiento, la Demográfica y la Memoria (ADAMS). Es posible de que usted sea invitado a participar en este muy importante subestudio del HRS.

HRS en las noticias

Si está interesado en leer algunos artículos basados en las investigaciones del HRS que han sido recientemente publicados, al siguiente están las referencias de algunos.

“The New Rules Of Retirement—Losses Prompt Revised Thinking on How to Invest And When to Retire; Rebuilding Your Nest Egg,” *Wall Street Journal*; July 9, 2002; By Jeff D. Opdyke and Ruth Simon.

“Hold off retiring to that sunny ocean villa—Sharpest stock market decline in 65 years forces boomers to reevaluate twilight years.” *Christian Science Monitor*, October 7, 2002; David T. Cook.

“As Portfolios Shrink, Retirees Warily Seek Work,” *The New York Times*, Sept. 8, 2002.

“Beyond the Nest Egg,” *The Wall Street Journal*, Sept. 30, 2002.

Cómo nos han afectado los cambios de la bolsa de valores

En el pasado, no era muy común que las personas invirtieran sus ahorros de jubilación en la bolsa de valores. Hoy en día las cosas han cambiado. La mayoría de las personas en los Estados Unidos tienen alguna parte de sus ahorros de jubilación invertidos en la bolsa de valores (por ejemplo, por medio de las inversiones de acciones directas, cuentas de IRA, o por medio de los planes de jubilación 401(k) de sus empleos).

La bolsa de valores siempre ha sido una manera riesgosa de invertir el dinero. Pero los cambios en la bolsa de valores han sido hasta más drásticos a través de los últimos 10 ó 15 años. En la década de los años de 1990, la bolsa de valores dio tan buen resultado en las inversiones de las personas que muchos ganaron grandes cantidades de dinero de sus acciones – mucho más de lo que jamás se hubieran imaginado. De hecho, los funcionarios a cargo de las políticas públicas consideraron permitirle a la gente invertir parte de sus ahorros del Seguro Social en la bolsa de valores.

Sin embargo, a través de los últimos años, la bolsa de valores ha decaído drásticamente, mucho más de lo que jamás se esperaba. Esto quiere decir que muchos de los jubilados en la década de los años de 1990 y al principio del siglo 21 se han en-

frentado con una situación nueva y diferente.

El HRS proporciona el tipo de información financiera que se necesita para comprender cómo estos cambios están afectando la gente de mayor edad en los Estados Unidos. Los investigadores del HRS empezaron a estudiar los datos para entender exactamente cómo fue afectada la gente por las ganancias impresionantes en la década de los 1990 y las pérdidas drásticas a través de los últimos dos años.

Reacciones a la bolsa de valores en la década de los años de 1990

Varios investigadores del HRS han comenzado a estudiar sus datos para entender quiénes ganaron dinero en la bolsa de valores en los años de 1990. También están estudiando cómo esas ganancias inesperadas cambiaron los planes de jubilación de las personas.

Ganancias inesperadas y decisiones de jubilación Una de las investigadoras del HRS estudió si las personas que habían obtenido ganancias inesperadas en la bolsa de valores eran más propensas a jubilarse antes.

La investigadora estudió a los participantes del HRS que tenían entre 51 y 61 años de edad en 1992, en particular, a aquellos que tuvieron grandes ganancias inesperadas en la bolsa de valores (duplicando sus bienes

económicos en general) entre 1992 y 1998. Quiso averiguar cómo estas ganancias inesperadas tuvieron influencia en la decisión de las personas de jubilarse entre 1996 y 1998.

Resulta ser que las ganancias inesperadas de la bolsa de valores tuvieron influencias distintas para los hombres y las mujeres. Aparentemente, para las mujeres, las ganancias inesperadas en la bolsa de valores no aumentaron la probabilidad de que se jubilaran antes. Sin embargo, para los hombres descubrimos algo diferente. Aquellos con ganancias inesperadas fueron más dados a jubilarse antes. Por ejemplo, aquellos hombres que tuvieron ganancias inesperadas (duplicando sus bienes económicos en general) fueron más dados a jubilarse antes (de 6 a 7 puntos de porcentaje).

Ganancias inesperadas y legados

Otros dos investigadores estudiaron las expectativas de las personas acerca de cuánto dinero esperaban dejar para la herencia de sus hijos. Quisieron averiguar si las personas reaccionarían ante las ganancias inesperadas de los años de 1990 gastando más dinero o ahorrándolo para heredárselo a sus hijos.

Encontraron que la gente esperaba dejarles aproximadamente la mitad (el 53%) de sus bienes económicos a sus hijos (es decir, las ganancias inesperadas).

Pérdidas drásticas

Con los datos del año 2000 del HRS, los investigadores ya estaban observando pérdidas drásticas en las inversiones de las personas en la bolsa de valores. Algunos de estos investigadores citados en un artículo del Wall Street Journal, habían estudiado las acciones y las cuentas de IRA del año 2000 de los participantes del HRS, sin incluir las acciones en las pensiones. Los investigadores entonces supusieron que esas acciones habían perdido la misma cantidad de dinero al igual que la bolsa de valores en general (basado en las pérdidas en el Standard & Poor's 500).

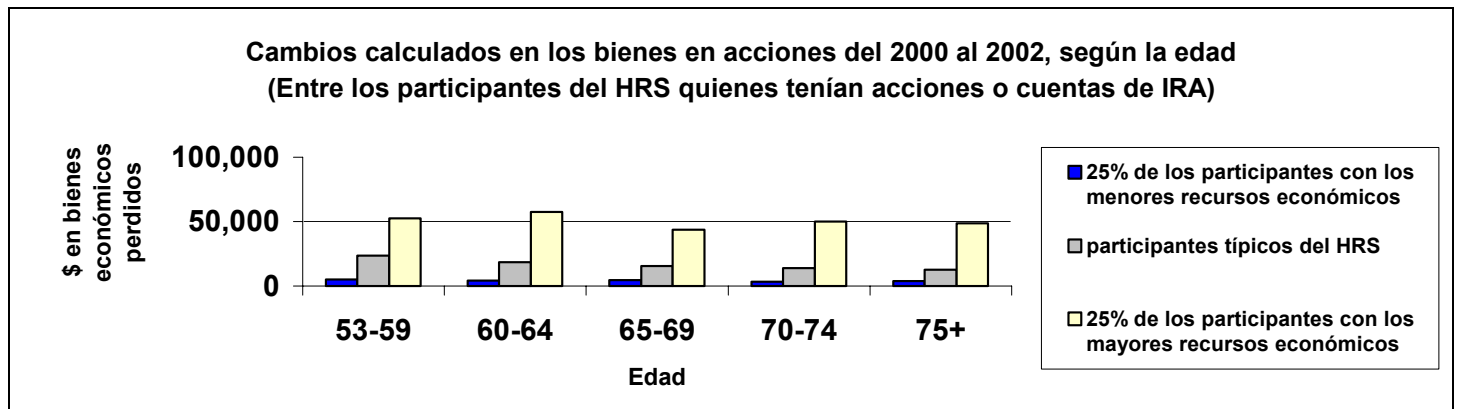
Según los cálculos de los investigadores, aquellos a finales de sus años 50 y a principio de sus años 60 y aquellos con más dinero fueron los que más perdieron. De hecho, su investigación indica que el jubilado típico (que tenía acciones o cuentas de IRA) había perdido alrededor de 10% de su portafolio.

Sin embargo, estos son nada más cálculos aproximados. Una vez que los datos del HRS del año 2002 estén finalizados, hay planes de actualizar los cálculos. Como parte del cuestionario del 2002, le hicimos preguntas detalladas sobre sus finanzas, acciones y cuentas de IRA.

Esta información les ayudará a los investigadores a realizar cálculos más precisos sobre quiénes fueron aquellos que sufrieron pérdidas, y cómo les está afectando.

¿Que traerá el futuro?

Los investigadores continuarán estudiando la manera en que la gente ha sido afectada por los cambios drásticos en la bolsa de valores. Los funcionarios a cargo de las políticas públicas desearán entender cómo es que las personas están siendo afectadas por la bolsa de valores. Los estudios que utilizan los datos del HRS podrán ayudar a proporcionar tal información.



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://hrsparticipants.isr.umich.edu>

Llámenos a nuestro teléfono gratuito del HRS al:
1-800-759-7947 1-800-272-2815

Español 1-800-643-7605

Nuestros Patrocinadores

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