



## Lo último en el HRS | Invierno del 2012

### DIEZ MIL AL DIA

Durante los últimos treinta años, los Baby Boomers han ayudado a pagar el Seguro Social y el Medicare. Ahora, a un ritmo sin precedentes de diez mil al día ellos se están jubilando y tomando esos beneficios. Para el 2030, cuando el último de los boomers cumpla 65, la población de más de 65 años de edad será de casi el doble. Este dramático cambio en nuestra población significa que habrá más jubilados sacando sus beneficios y menos trabajadores ayudando a pagar cosas como el Seguro Social y el Medicare. Simplemente, la población de edad mayor es el factor detrás de los futuros déficits y deudas de la nación. El Estudio de la Salud y la Jubilación (The Health and Retirement Study (HRS) ) se creó para ayudar a los científicos y a los encargados de elaborar las políticas públicas a enfrentarse a esos desafíos de los hechos difíciles de la vida real de las personas jubiladas y de las personas que están acercándose a la edad de la jubilación. Con diez mil nuevos jubilados cada día, el HRS, es más importante ahora que nunca.

Los Institutos Nacionales de la Salud (National Institutes of Health (NIH)) son los que principalmente pagan al HRS, y éste debe competir con muchos otros importantes proyectos científicos valiosos. El año pasado, un grupo de dieciséis eminentes expertos en muchas diferentes

disciplinas revisaron al HRS, y cada uno de ellos le dio el grado más alto posible, resultando en una muy poco común puntuación perfecta. Esa puntuación refleja que tan importante es el estudio, y que tan valiosa es la participación de usted. A usted le sorprendería saber que uno de los temas que enfatizamos en nuestra propuesta para continuar el estudio fue la importancia de impedir que se convirtiera en una carga para nuestros participantes. Usted se sorprendería aún más al saber que nuestros examinadores estuvieron de acuerdo. Nosotros estamos muy al tanto del tiempo que le toma a usted participar en este estudio. Su dedicación es muy apreciada. En los años venideros, continuaremos trabajando duro para hacer el más efectivo y eficiente uso del tiempo de usted con nosotros. Gracias por todo lo que usted hace.

**Con diez mil nuevos jubilados cada día, el HRS, es más importante ahora que nunca.**

*David Weir, Director, Health and Retirement Study*

### CONTENIDO

Diez Mil al Dia . . . . .	1	Los Trabajos Puentes . . . . .	2	Por qué Continuamos . . . . .	4
Los Efectos de Medicare. . . . .	2	¿Puede el Dinero Comprar? . . . . .	3	¡Gracias Por Su Apoyo. . . . .	4
Capeando el Decline. . . . .	2	¿Quién se siente Cansado? . . . . .	3	La Flexibilidad en el Trabajo . . . . .	5
		Su Información Está Segura . . . . .	4	Ayude a Contar la Historia. . . . .	5
		Como Fue Seleccionado . . . . .	4	Un Agradecimiento Especial. . . . .	5

## Los Efectos de Medicare

Cuando llegan a la edad de 65 años, la mayoría de las personas que vive en los Estados Unidos califica para el seguro de Medicare, que ofrece cobertura de servicios para el cuidado de la salud. Los científicos usan los datos del HRS para entender el efecto que tiene este programa en la salud y el bienestar de las personas de la tercera edad. Ellos le dieron seguimiento a las personas que pasaron de no tener cobertura de salud a tener la cobertura de Medicare. Para estas personas, obtener la cobertura de Medicare se asoció a sus informes personales sobre las tendencias que tuvieron en el mejoramiento de la salud, especialmente en las enfermedades cardiovasculares y en la diabetes. Después de obtener la cobertura de Medicare, los adultos que con anterioridad estaban sin cobertura, aumentaron enormemente el uso de los servicios clínicos básicos cubiertos- pero no el de los medicamentos.

From: Michael McWilliams et al., 2007, *Journal of the American Medical Association* and *The New England Journal of Medicine*; David Baker & Joseph Sudano, 2005, *Archives of Internal Medicine*

## CAPEANDO EL DECLINE EN EL MERCADO DE VALORES DE 2007-2009

Con el amplio rango de información sobre las finanzas de los hogares, el HRS puede proveer información importante sobre cómo los cambios en la economía nacional pueden afectar el bienestar económico de aquéllos que están en y cerca de la jubilación. Los científicos del HRS reportaron recientemente el efecto del dramático decline en el precio en el mercado de valores en el 2007 y en el continuo decline en el valor de las casas. Para una persona promedio que está cerca a jubilarse, las pérdidas económicas en el bajón en el Mercado de valores, no es muy probable que causen un cambio significativo en sus vidas, en primer lugar, porque las acciones del mercado de valores no son una parte grande de sus bienes. Es más probable que los trabajadores de esta edad tengan pensiones con beneficios definidos, que los trabajadores más jóvenes, porque éstas proveen un colchón en contra de las pérdidas en el Mercado de valores. Sin embargo, algunos están más afectados que otros. Estudios anteriores habían demostrado que el desarrollo en el Mercado de valores de 1990 aumentó la jubilación en un 3 por ciento. Los científicos esperan que el efecto por el reciente decline en el mercado de valores tenga así mismo el efecto opuesto. Ellos estiman que aproximadamente el 7 por ciento de la población en edad de jubilarse atrasará su jubilación un año y casi el 2 por ciento la atrasará por dos años. From: Alan Gustman et al., 2010, *Journal of Economic Perspectives*



## LOS TRABAJOS PUENTES CONTINÚAN PARA LOS JUBILADOS MÁS JÓVENES (BRIDGE JOBS)

Estudios previos que han utilizado los datos del HRS han encontrado que en EE.UU. muchos trabajadores de la tercera edad escogen trabajar tiempo parcial- cuando esta opción se encuentra disponible para ellos- en su transición a la jubilación completa. Pero, ¿cuál es el futuro de esta tendencia? Nuevos estudios del HRS sugieren que, de hecho, el porcentaje de trabajadores de la tercera edad que trabaja tiempo parcial antes de jubilarse por completo, ha aumentado del 58 por ciento para el grupo de más edad (nacidos entre 1931-1941) al 62 por ciento para los trabajadores nacidos de 1942 a 1947. Estos resultados confirman que los jubilados tradicionales que dejan de trabajar permanentemente desde la primera vez que se jubilan, que aunque continúan siendo importantes, representan ahora una minoría en los patrones de transición en el trabajo de las personas de la tercera edad. From: Michael Giandrea et al., 2009, *Research on Aging*

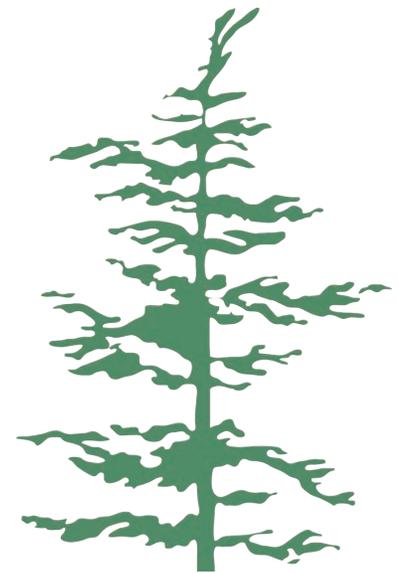
## ¿PUEDE EL DINERO COMPRAR LA FELICIDAD? QUIZÁS

El viejo refrán dice, que el dinero no compra la felicidad. Por mucho tiempo los economistas han estado interesados en probar si esto es verdad o no. Los nuevos datos del HRS les permiten a ellos explorar esta pregunta. Los científicos estudiaron la asociación entre los varios componentes del gastar y de la felicidad. Únicamente un tipo de gasto fue positivamente relacionado con la felicidad—el gasto en las actividades recreativas. Otros tipos de gastos para satisfacer las necesidades materiales no fueron asociados a la felicidad. Los científicos han descubierto que la gente ajusta rápidamente su nivel de felicidad a los cambios en su bienestar material. Ellos piensan que el impulso en la felicidad asociado con los gastos en las actividades recreativas viene, en parte, por el aumento en las relaciones sociales que son frecuentemente parte de las actividades recreativas. From: Thomas DeLeire and Ariel Kalil, 2010, *International Review of Economics*



## ¿Quién se siente Cansado?

En el HRS la frecuencia de la fatiga se estimó en un 31.2 por ciento. Se definió como fatiga cuando se contestó sí a por lo menos una de estas dos preguntas: “¿Durante la semana pasada, sintió usted que todo lo que hacía era un esfuerzo?” y que “¿usted no podía ponerse en marcha?” La fatiga fue más común en las mujeres (33.3 por ciento) que en los hombres (28.6 por ciento). La fatiga tiende a aumentar con la edad, alcanza su nivel más alto en mujeres y hombres de 90 años de edad o más. Pero éste no es un aumento continuo. En realidad la fatiga disminuye desde la edad de 50 años, cuando la mayoría de la gente todavía está trabajando, hasta los 65 años cuando mucha gente está jubilada. From: Hongdao Meng et al., 2010, *Journal of the American Geriatrics Society*



El árbol de pino blanco, que se ha convertido en el símbolo del HRS, tiene una duración de vida de 200 a 250 años, y puede llegar a medir 230 pies de altura.

## SU INFORMACIÓN ESTÁ SEGURA

La información que usted comparte con nosotros es estrictamente confidencial y está protegida con un alto nivel de seguridad. Para asegurar este nivel de protección, nosotros llevamos a cabo inspecciones periódicas en la seguridad. Nunca nadie ha roto nuestro sistema de seguridad de datos. Nosotros valoramos su participación y damos grandes pasos para proteger la información que usted comparte con nosotros. Nosotros nunca le damos ninguna información a nadie por la cual usted podría ser identificado(a).



## COMO FUE SELECCIONADO USTED PARA PARTICIPAR

Para que las referencias sean válidas para toda la población, nosotros seleccionamos al azar una muestra grande de personas de la población. De esta manera, la información de esta muestra nos puede decir sobre la población entera. Los expertos calculan cuantas personas necesitamos estudiar y determinan como seleccionarlas al azar para que la información de nuestro estudio sea válida. Usted ha sido seleccionado(a) al azar para que se represente a usted mismo y de tres a cinco mil otros como usted en la población en los Estados Unidos. Su participación es importante porque nosotros necesitamos un número suficientemente grande de personas seleccionadas al azar para que conteste la encuesta y así poder obtener resultados significativos.

## POR QUÉ CONTINUAMOS REGRESANDO

A usted puede que le sorprenda lo importante que es su continua participación en el HRS. El HRS es el único estudio de su tipo- estudiar a la población de 50 años de edad y más en los Estados Unidos. Lo que hace a este estudio especialmente valioso es que nosotros a través del tiempo estudiamos a la misma gente. De esa manera, nosotros podemos proveer a los científicos y a los encargados de elaborar las políticas públicas con información única a largo plazo sobre cómo envejecemos y de cómo nos afectan los cambios en el mundo a nuestro alrededor. Contestar las preguntas del estudio del HRS es una forma importante con la que usted puede contribuir para resolver los problemas que estamos enfrentando.

## ¡GRACIAS POR SU APOYO ADICIONAL!

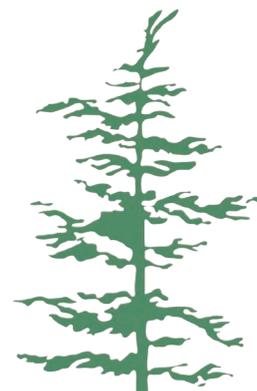
Muchos participantes del HRS proveen información adicional a través de cuestionarios por correo, encuestas por el Internet, entrevistas adicionales por teléfono e inclusive muestras biológicas. Nosotros verdaderamente apreciamos todas esas contribuciones extras. Esta información extra es extremadamente valiosa para los encargados de elaborar las políticas públicas y para los científicos que están tratando de hacer una diferencia positiva. Por ejemplo, el cuestionario por correo está proveyendo información valiosa hacia caminos positivos para el bienestar a medida que envejecemos.

Richard Suzman, director de la División de la Conducta y Estudios Sociales del NIA, expresó recientemente su entusiasmo por la adición de la información biológica al HRS: “Estamos entusiasmados por el potencial para la transformación de las Ciencias Sociales y de la Conducta al agregar información genética a tan grande y longitudinal estudio a nivel nacional.” De acuerdo al Dr. Suzman, “La capacidad de ligar la información genética con datos sociales, psicológicos y económicos deben resultar en un entendimiento más profundo de cómo envejecemos.”

Nosotros esperamos con anticipación su continuo interés y participación en este importante estudio.

# LA FLEXIBILIDAD EN EL TRABAJO Y EL EJERCICIO

Si únicamente tuviera más tiempo, haría ejercicio. ¿Suena esto familiar? Trabajar y corresponderle a la familia y a otras obligaciones hacen más difícil que nunca cuidarnos a nosotros mismos. Los científicos han usado el HRS para examinar el efecto que tienen las horas de trabajo en el ejercicio. La mayoría de los estudios en economía que buscan conocer el efecto de las horas de trabajo en otras actividades asumen que las horas de trabajo son ajustadas libremente, pero en la práctica es más probable que se ajusten a un horario y a una cantidad de horas establecidas. ¿Pero que tal si fueran horas de trabajo flexibles? ¿Sería entonces más probable hacer ejercicio? La respuesta en hombres de 51-61 años de edad parece ser sí. El HRS incluye información amplia sobre el trabajo, lo que permite a los científicos examinar el efecto del trabajo en el ejercicio. Fue más probable que los hombres en un trabajo con horas flexibles se mantuvieran ejercitándose más frecuentemente, que aquellos cuyas horas de trabajo estaban ajustadas a un horario. Se encontró que aquellos que laboraban en un trabajo de 35 horas semanales también encontraban más tiempo para hacer ejercicio. De acuerdo al reporte, la meta del estudio es identificar maneras de animar a los trabajadores de mayor edad para que hagan ejercicio con más frecuencia. From: Chung-Ping A. Loh, 2009, *Review of Economics of the Household*



## CONTACTE AL HRS

### Teléfonos Gratuitos

Inglés 1-866-611-6476  
Español 1-800-643-7605

### Por Correo

Health & Retirement Study  
426 Thompson St.  
PO Box 1248  
Ann Arbor, MI 48106-1248

### Correo Electrónico-Email

[hrsqa@isr.umich.edu](mailto:hrsqa@isr.umich.edu)

### SitioWeb

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

### Universidad de Michigan Directiva de Regentes (Board of Regents)

Julia Donovan Darlow  
Laurence B. Deitch  
Denise Ilitch  
Olivia P. Maynard  
Andrea Fischer Newman  
Andrew C. Richner  
S. Martin Taylor  
Katherine E. White  
Mary Sue Coleman (ex officio)

## AYUDE A CONTAR LA HISTORIA DE SU GENERACIÓN

La gente nos dice que ellos disfrutaban participando en el HRS porque están ayudando con la historia de su generación. Durante la vida del estudio, ahora con más de veinte años, los científicos han descubierto diferencias en las experiencias entre los distintos grupos de edad. Los Baby Boomers están ahora contándole su historia al HRS. ¡Asegúrese de que su voz sea escuchada!

## UN AGRADECIMIENTO ESPECIAL DEL INSTITUTO NACIONAL DE LA VEJEZ

La fuente primaria de financiamiento para el HRS, el Instituto Nacional de la Vejez (National Institute on Aging), da reconocimiento a los participantes del estudio con esta nota especial de gracias: “Nosotros agradecemos al elemento más valioso del HRS – los miles de participantes del HRS que... amablemente han dado su tiempo y mantenido su interés en el estudio. Nosotros elogiamos sus contribuciones, que son sin duda, sin medidas.”

**M**UNIVERSITY OF MICHIGAN

**426 Thompson Street  
P.O. Box 1248  
Ann Arbor, MI 48106-1248**

**Nonprofit Org  
US Postage  
PAID  
Permit #144  
Ann Arbor, MI**

**ADDRESS SERVICE REQUESTED**

