



La jubilación anticipada puede acelerar el deterioro cognitivo, según una nueva investigación

EP | La jubilación anticipada puede acelerar el deterioro cognitivo, según una investigación realizada por profesores de la Universidad de Binghamton, en Nueva York, que publica la revista *IZA Journal of Labor Economics*.

Plamen Nikolov, profesor asistente de Economía, y Alan Adelman, estudiante de doctorado, examinaron el Nuevo Plan de Pensiones Rurales de China (NRPS) y la Encuesta Longitudinal de Salud y Jubilación de China (CHARLS) para determinar los efectos de los beneficios de pensiones en la cognición individual de aquellos 60 años o más. CHARLS, una encuesta representativa a nivel nacional de personas de 45 años o más dentro de la población china, es una encuesta gemela a la Encuesta de Salud y Jubilación de Estados Unidos, que evalúa directamente la cognición con un enfoque en la memoria episódica y los componentes del estado mental intacto.

Con una mayor esperanza de vida y una disminución de la fertilidad en los países en desarrollo, la población de edad avanzada se ha convertido en la mayor fuente demográfica en Asia y América Latina, generando una necesidad urgente de nuevos sistemas de pensiones sostenibles. Sin embargo, la investigación sugiere que estos planes de jubilación pueden ser perjudiciales, ya que la jubilación desempeña un papel importante en la explicación del deterioro cognitivo a edades más avanzadas.

«Debido a este gran auge demográfico, China introdujo un programa de pensiones formal (denominado NRPS) en las zonas rurales del país. El programa se introdujo sobre la base de las necesidades y la capacidad de una economía, en particular para aliviar la pobreza en la vejez -explica Nikolov-. En las zonas rurales del país, la atención tradicional basada en la familia para las personas mayores se había desmoronado en gran medida, sin mecanismos formales adecuados para tomar su lugar. Para las personas mayores, las transferencias inadecuadas de las transferencias informales de la familia y la comunidad podrían reducir severamente su capacidad de hacer frente enfermedades o una nutrición deficiente».

Los investigadores descubrieron que había efectos negativos significativos de los beneficios de pensión en el funcionamiento cognitivo entre los ancianos. El mayor indicador de deterioro cognitivo fue el recuerdo retrasado, una medida que está ampliamente implicada en la investigación neurobiológica como un importante predictor de demencia. El programa de pensiones tuvo más efectos negativos entre las mujeres, y Nikolov destaca que los resultados apoyan la hipótesis de la jubilación mental de que la disminución de la actividad mental provoca el empeoramiento de las habilidades cognitivas.

«Las personas en las áreas que implementan el NRPS obtienen puntajes considerablemente más bajos que las personas que viven en áreas que no ofrecen el programa -explica-. Durante los casi 10 años desde su implementación, el programa condujo a una disminución en el rendimiento cognitivo de hasta casi un quinto de una desviación estándar en las medidas de memoria que examinamos».

Sorprendentemente, los impactos estimados del programa fueron similares a los resultados negativos en países de mayores ingresos como Estados Unidos, Reino Unido y la Unión Europea, que Nikolov resalta que demuestran los problemas globales de la jubilación.

«Nos sorprendió descubrir que los beneficios de pensión y la jubilación en realidad resultaron en un rendimiento cognitivo reducido. En un estudio diferente, encontramos un hallazgo muy sólido de que la introducción de los beneficios de pensión y la jubilación condujeron a beneficios de salud positivos a través de mejoras en el sueño y la reducción del alcohol consumo y fumar -explica-. El hecho de que la jubilación redujo el rendimiento cognitivo en sí mismo es un hallazgo absoluto acerca de un problema desconcertante e insospechado, pero un hallazgo con implicaciones de bienestar extremadamente importantes para la calidad de vida en la vejez».

Si bien se descubrió que los beneficios de pensión y la jubilación conducen a una mejor salud, estos programas también indujeron una influencia marcada y mucho más negativa en otras dimensiones: actividades sociales, actividades asociadas con la aptitud mental y el compromiso social, en general.

«Para la cognición entre los ancianos, parece que el efecto negativo sobre el compromiso social superó con creces el efecto positivo del programa sobre la nutrición y el sueño -añade el experto-. O, alternativamente, los tipos de cosas que importan y determinan una mejor salud podrían ser simplemente muy diferentes a los tipos de cosas que importan para una mejor cognición entre los ancianos. El compromiso social y la conexión pueden ser los factores más poderosos para el rendimiento cognitivo en la antigüedad años».

Nikolov señala que espera que esta investigación ayude a crear nuevas políticas para mejorar el funcionamiento cognitivo de las generaciones mayores durante la jubilación.

«Esperamos que nuestros hallazgos influyan en los propios jubilados, pero quizás, lo que es más importante, influirá en los responsables políticos en los países en desarrollo -indica-. Mostramos pruebas sólidas de que la jubilación tiene importantes beneficios, pero también tiene costos considerables. Los impedimentos cognitivos entre los ancianos, incluso si no son muy debilitantes, provocan una pérdida de calidad de vida y pueden tener consecuencias negativas para el bienestar. Los formuladores de políticas pueden introducir algunas destinadas a amortiguar la reducción del compromiso social y las actividades mentales. En este sentido, los programas de jubilación pueden generar efectos secundarios positivos para el estado de salud de los jubilados sin el efecto negativo asociado en su cognición».

Nikolov planea continuar la investigación sobre este tema y examinar cómo la introducción de los beneficios de pensión condujo a respuestas de participación de la fuerza laboral entre los ancianos en las zonas rurales de China.