

FAMILIA, JUBILACIÓN Y CALIDAD DE VIDA DE DOCENTES DE EDUCACIÓN BÁSICA. UN ANÁLISIS TEÓRICO CONCEPTUAL

FAMILY, RETIREMENT, AND QUALITY OF LIFE OF PRIMARY SCHOOL TEACHERS: A THEORETICAL AND CONCEPTUAL ANALYSIS

FAMÍLIA, APOSENTADORIA E QUALIDADE DE VIDA DE PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL: UMA ANÁLISE TEÓRICA E CONCEITUAL

Ana Lilia Flores Ruiz¹, Maria Del Carmen Orrante Reyes², Domingo Guereca Corral³, Ana Elda Garay Burciaga⁴

DOI: 10.54899/dcs.v22i85.4134

Recibido: 01/12/2025 | Aceptado: 25/12/2025 | Publicación en línea: 29/12/2025.

RESUMEN

Llegar a la jubilación implica una serie de emociones contradictorias, por un lado significa el fruto de toda una vida de trabajo y esfuerzo, las satisfacciones personales y laborales que conllevan las actividades diarias, por otro lado, implica el comienzo de una nueva etapa de vida personal y familiar, para la cual no siempre se está preparado, pues representa cambios en la actividad cotidiana personal y familiar, en la economía e incluso en la salud. Este artículo tiene como propósito realizar un análisis teórico conceptual de las situaciones legales, sociales, familiares y personales que están presentes en la jubilación de los docentes de educación básica en México que pueden llevar a afectar su calidad de vida en la etapa de retiro laboral, con el propósito de generar propuestas o alternativas para considerar el retiro como una etapa de actividades nuevas, planteándose la necesidad de diferenciar jubilación y esperanza de vida activa positiva para y del docente.

Palabras clave: Familia. Jubilación. Calidad de Vida. Docentes

ABSTRACT

Reaching retirement involves a series of contradictory emotions; on the one hand, it signifies the fruit of a lifetime of work and effort, the personal and professional satisfactions that come with daily activities, on the other hand, it implies the beginning of a new stage of personal and family life, for which one is not always prepared, as it represents changes in daily activity, in the economy and even in health. This article aims to conduct a theoretical and conceptual analysis of the legal, social, family, and personal situations present in the retirement of basic education teachers in Mexico that may affect their quality of life during retirement, to generate proposals

¹ Doctora en Intervención Educativa, Universidad Juárez del Estado de Durango, Durango, Dgo., México. Correo electrónico: liliflores56@hotmail.com

² Doctora en Intervención Educativa, Universidad Juárez del Estado de Durango, Durango, Dgo., México. Correo electrónico: maricarmen.orrante@ujed.mx

³ Maestro en Docencia, Instituto Ascencio, Durango, Dgo., México. Correo electrónico: liliflores56@hotmail.com

⁴ Doctora en Psicología, Universidad Juárez del Estado de Durango, Durango, Dgo., México. Correo electrónico: ana.garay@ujed.mx

or alternatives to consider retirement as a stage of new activities, raising the need to differentiate retirement and positive active life expectancy for and of the teacher.

Keywords: Family. Retirement. Quality of Life. Teachers

RESUMO

A chegada da aposentadoria envolve uma série de emoções contraditórias; por um lado, significa o fruto de uma vida inteira de trabalho e esforço, as satisfações pessoais e profissionais que advêm das atividades diárias. Por outro lado, implica o início de uma nova etapa da vida pessoal e familiar, para a qual nem sempre se está preparado, pois representa mudanças na atividade diária, na economia e até mesmo na saúde. Este artigo tem como objetivo realizar uma análise teórica e conceitual das situações legais, sociais, familiares e pessoais presentes na aposentadoria de professores da educação básica no México, que podem afetar sua qualidade de vida durante a aposentadoria, com o objetivo de gerar propostas ou alternativas para considerar a aposentadoria como uma etapa de novas atividades, ressaltando a necessidade de diferenciar aposentadoria e expectativa de vida ativa positiva para e do professor.

Palavras-chave: Família. Aposentadoria. Qualidade de Vida. Professores.



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución- NoComercial 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

INTRODUCCIÓN

Podría decirse que al iniciar la vida laboral nadie (o solo unos pocos) piensan en la jubilación, pareciera que se trata de un tema que solamente le corresponde a quienes ya tienen suficientes años laborando. Sin embargo, en la actualidad, sobre todo con los cambios demográficos y económicos, la jubilación se ha convertido en un tema que debiera preocupar en cualquier momento de la vida activa, pues actualmente se transita por un proceso demográfico de envejecimiento que ha llevado a modificar la reglamentación laboral en nuestro país -México- respecto a los criterios para obtener la jubilación.

En el caso de los docentes de educación básica, es común que trabajen más allá de la edad de jubilación por varias razones, sienten una gran pasión por su labor y desean seguir contribuyendo a la educación y al bienestar de sus estudiantes, otros, sin embargo, necesitan seguir trabajando para completar sus años de cotización y así asegurarse una jubilación más cómoda, en otros casos, la jubilación puede no ser obligatoria o tener ciertos requisitos que los docentes prefieren cumplir antes de retirarse.

La Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2015) hace la Declaración Universal de treinta artículos, en los cuales plasma los Derechos Humanos, con esto todos los países miembros se comprometen a salvaguardarlos y respetarlos; el artículo 22 menciona que:

Toda persona, como miembro de la sociedad, tiene derecho a la seguridad social, y a obtener, mediante el esfuerzo nacional y la cooperación internacional, habida cuenta de la organización y los recursos de cada Estado, la satisfacción de los derechos económicos, sociales y culturales, indispensables a su dignidad y al libre desarrollo de su personalidad. (p. 46).

El Artículo 25 en su párrafo 1, menciona: “Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, viudez, vejez y otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad” (p. 52).

Con estos derechos, se establece a nivel internacional el establecimiento de las garantías de los seres humanos. Para lo cual se elabora en los países las leyes y códigos necesarios para su cumplimiento; en México las leyes que protegen estos derechos parten de una normativa principal que es la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (DOF, 2025), en ella el artículo 123 menciona que toda persona tiene derecho al trabajo digno y socialmente útil; al efecto, se promoverán la creación de empleos y la organización social de trabajo, conforme a la ley; el mismo artículo en su fracción XXIX, referente a trabajadores, menciona:

Es de utilidad pública la Ley del Seguro Social, y ella comprenderá seguros de invalidez, de vejez, de vida, de cesación involuntaria del trabajo, de enfermedades y accidentes, de servicios de guardería y cualquier otro encaminado a la protección y bienestar de los trabajadores, campesinos, no asalariados y otros sectores sociales y sus familiares.

Es en esa Ley, en la que se contemplan los lineamientos necesarios para salvaguardar los derechos de los trabajadores, en el caso de los docentes de educación básica, se contienen en la Ley del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (DOF, 2024), en su Artículo 3º se establecen con carácter obligatorio los siguientes seguros:

I. De salud, que comprende:

- a) Atención médica preventiva;
- b) Atención médica curativa y de maternidad, y
- c) Rehabilitación física y mental;
- II. De riesgos del trabajo;
- III. De retiro, cesantía en edad avanzada y vejez, y
- IV. De invalidez y vida.

A partir de este lineamiento legal, se establecen los criterios y requisitos para que los trabajadores, en este caso del sistema educativo, obtengan un seguro de retiro, cesantía en edad avanzada y vejez. Con este panorama, en este artículo, se hará un recorrido de los requisitos legales, los cambios personales, familiares y sociales que se viven, cuando llega al momento del retiro laboral, con el propósito de plantear alternativas que mejoren la calidad de vida de los docentes en retiro a través del envejecimiento activo y una nueva visión de esta etapa de la vida.

MARCO TEÓRICO

La jubilación es el proceso mediante el cual un trabajador, en este caso un docente o personal administrativo del sector educativo, deja de laborar formalmente por haber cumplido con ciertos requisitos de edad y tiempo de servicio establecidos por la ley, suele implicar la recepción de una pensión o beneficio económico como reconocimiento a su trayectoria laboral. A diferencia, de retiro es un término más general que puede referirse a la acción de dejar un puesto o actividad laboral, ya sea por decisión propia, por motivos de salud, o por otras circunstancias. En el contexto escolar, puede referirse a la salida voluntaria o forzada del personal antes de la edad de jubilación, o simplemente al cese en las funciones laborales. Atchley (citado por Aymerich, Planes y Gras, 2010) plantea un modelo integrado por etapas o fases por las que atraviesan las personas al llegar a la jubilación:

1. La etapa de prejubilación, se caracteriza por la presencia de fantasías anticipatorias que el trabajador construye sobre cómo será su vida de jubilado estando todavía en activo.
2. La etapa de jubilación, que inicia una vez que se ha hecho efectivo el retiro y puede experimentarse, como un período de euforia y liberación asociada al abandono de las obligaciones laborales (luna de miel), como la simple continuidad con las actividades de ocio previas a las que se les dedica más tiempo o simplemente como un período de relax y descanso asociado al abandono de las obligaciones laborales.
3. La etapa de desencanto refleja un cierto desencanto, al comprobar que la realidad del día a día como jubilado no se corresponde con las fantasías iniciales, lo que conlleva

un descenso del entusiasmo previo.

4. La fase de reorientación implica asumir y construir una visión más realista de lo que supone la jubilación, abandonando progresivamente tanto las fantasías excesivamente positivas como negativas y desplegando una perspectiva más ajustada a la realidad en cuanto a las posibilidades y limitaciones sociales y económicas que conlleva la jubilación.

5. La fase de estabilidad que se alcanza cuando las personas logran cierta acomodación y ajuste a su rol de jubilado estabilizando sus emociones y rutinas diarias en relación con la vida de jubilado.

Estas etapas no son consecutivas, ni implican que todas las personas que se jubilan las vivan en su totalidad, ellas permiten reconocer que la jubilación se trata de un proceso de ajuste y adaptación, que implica un cambio en las actividades diarias de quienes llegan a esa etapa. Es decir, la jubilación es la salida formal del trabajador tras cumplir requisitos legales para recibir beneficios económicos. Para iniciar con la vida después del retiro, en México, existe un conjunto de leyes, reglamentos y políticas que regulan la educación y las condiciones laborales del personal escolar, que lleva a considerar diferentes tipos de jubilación:

a) Artículo 10º transitorio. La pensión se calcula con base en el último año inmediato al momento de solicitar la jubilación. Existen tres tipos de pensiones para esta modalidad:

- Pensión por jubilación; se considera el tiempo que hayas cotizado en el ISSSTE y la edad, debe ser al menos 30 años de servicio, en el caso de los hombres y 28, en el de las mujeres. La edad mínima para retirarse depende del año en el que tramita la pensión.
- Pensión por edad y tiempo de servicio; debe tener al menos 60 años cumplidos. El monto está determinado por el tiempo de servicio que se tenga. Con 15 años de servicio, podrá acceder al 50% de su sueldo base; a los 20, al 62.5% y a los 29 años, al 95%.
- Pensión por Cesantía en Edad Avanzada; la edad mínima es de 65 años y debe tener al menos 10 años de servicio. La pensión se calcula considerando el sueldo base del último año que estuvo laborando. Y la jubilación del personal magisterial afiliado al Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS). En 2024 y 2025 es de 58 años para los hombres y 56, para las mujeres. Se irá incrementando un año la edad de retiro hasta alcanzar los 60 para los hombres y 58 para las mujeres, en 2028.

b) A partir del año 2007, se realiza un cambio en el esquema de jubilación, agregando la modalidad Cuentas Individuales, en las cuales se consideran las aportaciones tanto del trabajador como del patrón, éstas se depositan en una cuenta individual administrada por una AFORE. Para retirarse, el docente debe tener 65 años, contar con un mínimo de 25 años de cotización y tener recursos suficientes para financiar una pensión mínima garantizada. Al llegar a la edad de retiro, el trabajador puede optar por:

- Renta vitalicia: Una aseguradora paga una pensión mensual de por vida.
- Retiros programados: El trabajador retira dinero periódicamente hasta que se agote el saldo.

En ambos regímenes, si el trabajador no alcanza a reunir los recursos para una pensión

digna, el Estado garantiza una pensión mínima, equivalente al salario mínimo vigente. Para iniciar el trámite de jubilación el trabajador debe realizar una serie de trámites administrativos y cumplir con los requisitos que estipula cada una de las modalidades.

Históricamente el comienzo de la vejez era la causa de la jubilación, y su justificación: el cansancio, la dificultad para la realización de actividades que implican esfuerzo físico y la pérdida de capacidades por el paso de los años, dando paso a los jóvenes a ese mercado laboral. Con el paso de los años, ha aumentado la esperanza de vida, así como las condiciones que mejoran la vida después de la jubilación, lo que ha traído como consecuencia un aumento de población mayor de 65 años, que además cada vez presenta una salud y situación psicosocial mejor, debido también a las prestaciones del autodenominado estado de bienestar.

Estos cambios sociodemográficos suponen una ruptura importante en la relación jubilación-vejez, para las personas que salen del mercado laboral. Hoy en día jubilarse no es hacerse viejo, puesto que en la mayoría de los casos todavía disponen de hasta diez o quince años, en los que pueden presentar unas características sociosanitarias inmejorables. Es especialmente problemático que algunos programas de preparación a la jubilación sean más de preparación a la vejez que al cambio de situación laboral, por cuanto de efecto sociocognitivo puede tener para los docentes, que frecuentemente muestra dificultad para tomar la decisión de retirarse o jubilarse del sistema educativo al que pertenecen, es decir federal, estatal, municipal o particular.

Los y las maestras en México tiene un papel significativo en la historia de la docencia y el rol que el profesorado representa. El rol del docente a lo largo de la historia ha evolucionado significativamente, adaptándose a los cambios sociales, culturales y políticos de cada época. En la actualidad, el papel de las y los docentes se ha ampliado y diversificado. Además de transmitir conocimientos, ahora también se espera que sean facilitadores del aprendizaje, motivadores, mediadores culturales y promotores de valores éticos y sociales. La tecnología y los cambios sociales han llevado a que los docentes tengan que adaptarse constantemente a nuevas metodologías y herramientas digitales. A lo largo de la historia, el papel del docente ha pasado de ser un transmisor de conocimientos a convertirse en un guía, facilitador y formador integral de ciudadanos en una sociedad cada vez más compleja y diversa. Su función ha sido fundamental en la construcción de culturas, valores y conocimientos que han permitido el desarrollo de las sociedades humanas.

Hablar entonces de retiro o jubilación del magisterio en México, es hablar de diversas formas para lograrlo. Aunque la jubilación puede ser una etapa muy positiva y merecida, también

puede tener algunos efectos negativos que hay que tener en cuenta. Iniciar la jubilación hasta llegar a un momento de estabilidad, en la cual se aceptan las nuevas condiciones de vida, implica la integración de distintas áreas, entre las cuales se encuentra la familia, la económica, la salud y las actividades que realizarán en el retiro, en seguida se describe brevemente cada una de ellas:

- a) La familia, es el grupo de personas afines, por lazos personales y sociales, con una serie de relaciones complejas (Sánchez y Gutiérrez, 2000), se trata de un espacio en el cual quienes tienen una vida laboral complicada, no siempre están presentes, de ahí que, en la etapa de retiro o jubilación resulta frustrante no “encajar” en las actividades familiares cotidianas.
- b) La economía, en algunos casos, las pensiones no son suficientes para cubrir todas las necesidades, lo que puede generar dificultades económicas y afectar la calidad de vida del jubilado.
- c) La salud, la jubilación puede influir en la salud física y mental, especialmente si el jubilado no mantiene una vida activa o si enfrenta problemas de salud relacionados con la edad.
- d) Las actividades posteriores al retiro, tras jubilarse, muchos docentes pueden dedicarse a hobbies, voluntariados, o incluso a actividades académicas o de formación que no pudieron realizar durante su vida laboral, lo cual genera situaciones de adaptación incómodas para algunos.

La jubilación representa un reconocimiento a la trayectoria y dedicación de los docentes, permitiéndoles cerrar una etapa con dignidad y gratitud por su trabajo, significa el despido de una vida de trabajo y de logros que no siempre es sencillo abandonar. La transición puede ser difícil, especialmente para quienes no estaban preparados mental o emocionalmente para dejar la vida laboral activa, sin embargo, las redes de apoyo social y familiar representan el mejor referente para lograr el ajuste o equilibrio en esta de la vida.

CONCLUSIÓN

La jubilación de los docentes en México es un tema complejo y multifacético, no debe ser vista como un final, sino como una nueva etapa en la vida de los docentes que puede ofrecer una mayor estabilidad económica si se cuenta con un buen sistema de pensiones, permitiendo a los docentes disfrutar de su tiempo sin la presión de las responsabilidades laborales, sobre todo cuando se trata de la jubilación de docentes veteranos quienes pueden abrir espacios para nuevas generaciones de maestros, aportando ideas frescas y nuevas metodologías en las aulas.

Según la teoría de Erikson, autor de las etapas del desarrollo psicosocial a lo largo de la vida, que incluye la etapa de la vejez, la jubilación suele estar asociada a que se puede generar cambios significativos en la vida de las personas. La octava etapa como la llama Erikson, se caracteriza por la crisis de "integridad frente a desesperación". Es una etapa en la que las personas reflexionan sobre su vida pasada y buscan un sentido de integridad, o pueden experimentar desesperación y arrepentimiento.

La jubilación suele estar asociada a generar cambios significativos en la vida de las personas. Erikson y otros autores han estudiado cómo las personas enfrentan estos cambios, buscando un nuevo sentido a la vida y la adaptación a nuevos roles y actividades después del retiro laboral. La etapa previa al retiro de los docentes, tanto en México como en el mundo, es un período importante que implica preparación emocional, económica y profesional. Los docentes en México al acercarse a su jubilación después de muchos años de trabajo, en los que han acumulado experiencia, conocimientos y vínculos con colegas y estudiantes pasa a ser un momento en el que empiezan a planear su transición hacia la vida post laboral. El proceso administrativo y legal es importante ya que se debe cumplir con ciertos requisitos legales y administrativos, como solicitar su pensión, presentar documentos, cumplir con años de servicio y, en algunos casos, realizar trámites específicos según la legislación. Es fundamental que los docentes comiencen a planear su economía para la jubilación, considerando sus ahorros, pensiones, seguros y posibles fuentes de ingreso futuras. La preparación financiera es clave para garantizar una buena calidad de vida después del retiro.

La etapa previa al retiro es un proceso de preparación integral que involucra aspectos legales, económicos, emocionales y sociales. Es un momento en el que los docentes reflexionan sobre planifican su futuro y buscan cerrar esta etapa de manera positiva y satisfactoria. Asegurarse de lograr tener una calidad de vida digna, segura y sana es una tarea a conseguir previa y posterior a la jubilación de la vida laboral formal.

REFERENCIAS

Aymerich A., Planes, P. y Gras, M. E. (2010). La adaptación a la jubilación y sus fases: Afectación de los niveles de satisfacción y duración del proceso adaptativo. *Anales de Psicología*, vol. 26, núm. 1, enero, 2010, pp. 80-88. Universidad de Murcia. En línea. Consultado en febrero del 2017. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/167/16713758010.pdf>

- DOF (2024). Diario Oficial de la Federación. Ley del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado. En: Ley del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado
- DOF (2025) Diario Oficial de la Federación. Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. En: <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/CPEUM.pdf>
- Erickson (2000). El ciclo vital completado. Barcelona, España. Editorial Paidós.
- ONU (2015) Declaración Universal de Derechos Humanos. Recuperado de: http://www.un.org/es/documents/udhr/UDHR_booklet_SP_web.pdf
- Sánchez y Gutiérrez, D. (2000) Terapia familiar: modelos y técnicas. México: editorial Manual Moderno.