

Un disfrutador por cada tres jubilados

Un psiquiatra gallego identifica cinco tipos de personas retiradas en un libro sobre esta etapa de la vida

ÁLVARO ALONSO
FERROL / LA VOZ

Los jubilados disfrutadores «gozan libremente de las diferentes opciones de la vida, les gusta improvisar y dejan al margen los compromisos y horarios fijos». Así se consideran el 35,3 % de los 150 encuestados por Bartolomé Freire Arteta (Narón, 72 años) para el libro *La jubilación, una nueva oportunidad* (LID editorial, 2017), con el que buscó identificar las orientaciones de esta etapa de la vida.

El siguiente grupo más numeroso es el de los atareados (29,3 %), que «continúan, por diferentes medios, su trabajo después de jubilarse o buscan otra tarea a la que dirigen gran parte de sus energías», una dedicación que «aporta estructura y sentido a sus vidas». Esta horquilla es mucho más frecuente entre los hombres con un nivel académico superior. Mientras, en tercera posición aparecen los desenfocados (15,3 %), que «no llegan a crear o no mantienen proyectos que le den un sentido propio a su jubi-

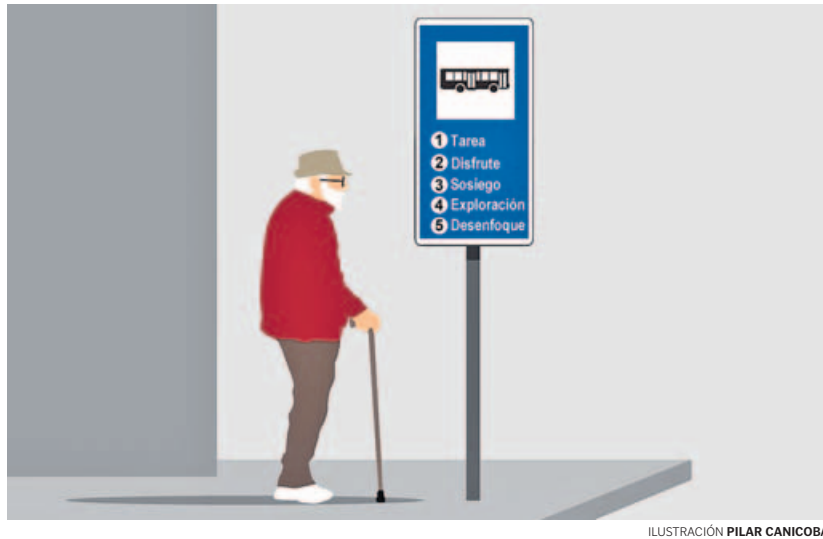


ILUSTRACIÓN PILAR CANICOBA

lación», por lo que «realizan actividades rutinarias con las que se acomodan a sus circunstancias o a expectativas y planes ajenos». Aquí entran sobre todo prejubilados forzosos.

Los dos últimos grupos los forman los exploradores (10,6 %) y los sosegados (9,3 %). Los primeros son los que afrontan esta etapa «como una oportunidad para ampliar sus horizontes», de manera que «aprenden y cambian realizando algo novedosa». En el sector menos poblado, la prioridad es «vivir una jubilación tranquila, sin tensiones y descansando», con una vida en el hogar y sin plantearse nuevas metas.

«Yo me jubilé y estuve buscando bibliografía para saber a qué me enfrentaba, qué iba a tener que cambiar para poder adaptarme a mi nueva vida. Pero me encontré con que había muy poco escrito, así que lo vi como una oportunidad para aportar algo a la comprensión psicológica de esta etapa», explica Bartolomé, psiquiatra y médico, sobre el surgimiento de la idea. En su opinión, la jubilación es «un momento en el que uno puede elegir libremente lo que quiere hacer».

«Me di cuenta, por poner un ejemplo, que algunos encuestados se avergonzaban de dedicar tiempo a jugar al golf, porque les pare-

ce una pérdida de tiempo, mientras otros gracias a este deporte tienen un motivo para levantarse cada día, conocer a gente nueva y viajar», valora el autor, que preguntó a los entrevistados, ayudado por un compañero, cómo habían vivido el paso a la jubilación, qué habían hecho y qué estaban haciendo para establecerse en esta etapa. «Descubrí que una jubilación satisfactoria no ocurre de manera espontánea», dice.

No obstante, este momento vital está, según él, en plena evolución, al tratarse de «un fenómeno social relativamente reciente en la historia de la humanidad». «Es algo novedoso que estemos



Bartolomé Freire Arteta. CRISTINA LAÍN LAFUENTE

«Es novedoso llegar a esta etapa en tan buen estado, que dure tantos años y que haya muchas alternativas»

Bartolomé Freire Arteta
Autor del libro y jubilado

llegando a la edad de jubilación en tan buen estado físico y mental; que pasemos tantos años como jubilados; y que vivamos en una sociedad que ofrece tantas alternativas estimulantes», considera Bartolomé, que cree que ahora hay más posibilidades de que la jubilación «no sea esa vida monótona y aburrida que muchas veces se ha visto y transmitido». «Puede ser una etapa muy enriquecedora en la que uno puede seguir desarrollándose como persona», concluye el autor.

China consigue alcanzar la cara oculta de la Luna

Hace historia en una superficie en la que nunca se había posado un ingenio creado por el hombre

Z. A. SHANGHAI / COLPISA

«China ha abierto un nuevo capítulo en la exploración de la Luna». Así confirmó hoy la Administración Nacional de China para el Espacio que su misión a la cara oculta de nuestro satélite natural había marcado un hito. Después de abandonar su órbita lunar y tras doce minutos interminables, la sonda Chang'e 4 completó el primer alunizaje en la superficie que nunca se ve desde nuestro planeta. «Los chinos hemos logrado culminar una misión que los americanos ni siquiera se han atrevido a poner en marcha», enfatizó eufórico Zhu Menghua, profesor de la Universidad de Ciencia y Tecnología de Macao que trabaja con la Agencia Espacial China, en declaraciones a *The New York Times*.

Todo fue según lo previsto. Después de salir de su órbita, un motor en la parte inferior de la sonda se encendió para reducir su velocidad de 1,7 kilómetros por segundo a casi cero, y permitir un alunizaje vertical que no dañase ninguno de sus frágiles instrumentos. Cuando se encontraba a dos kilómetros de altura, capturó sus primeras fotografías para detectar obstáculos que podrían dar al traste con el alunizaje. A cien metros, levitó durante unos momentos para identificar el mejor lugar para posarse. Y, cuando se encontraba a solo dos metros de altura, el motor se apagó y el módulo tocó tierra con sus cuatro patas.

El aparato se posó en el lugar indicado: el cráter Von Kármán, que ha sido elegido porque es fruto de un impacto y eso ha podido dejar al descubierto el manto lunar, un hecho que facilitará estudiar eras antiguas del sistema solar y avanzar en el conocimiento sobre la formación de los planetas. Chang'e 4 también alunizó en el momento adecuado: a

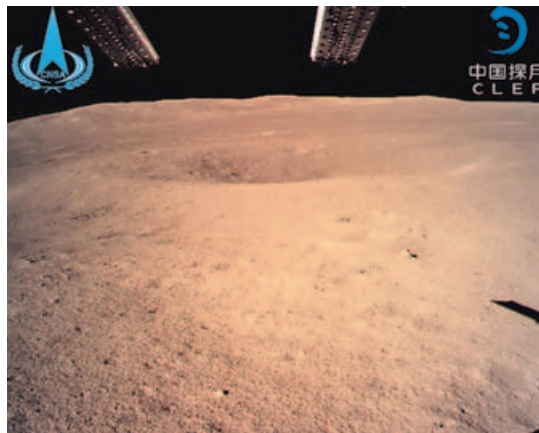


Imagen de la superficie lunar tomada por la sonda Chang'e 4. AFP

las 10.26 horas, justo al comienzo del día lunar, lo que permitirá que la sonda reciba energía solar durante las dos próximas semanas antes de pasar al modo de hibernación, que le permitirá sobrevivir durante una noche igual de prolongada.

Concluyó así la primera etapa de una misión que comenzó el

pasado día 8, cuando un cohezo Larga Marcha 3-B impulsó al Chang'e 4 al espacio, y que reviste gran complejidad porque la Luna se interpone entre la Tierra y la sonda e impide la comunicación directa. Para solucionar este problema, China lanzó el satélite Queqiao, que orbita más allá de la Luna y se encarga de rebo-

tar la señal para permitir el control de la misión. Ahora, un robot explorador deberá dedicarse a analizar la superficie y enviar los datos a la Tierra.

Aunque esa parezca la fase más sencilla, lo cierto es que fue la que no logró superar el anterior robot que China envió a la Luna. Yutu llegó en 2013 a una planicie de la cara visible a bordo del Chang'e 3 y, después de protagonizar un alunizaje exitoso, se averió durante el segundo día lunar y dejó de responder a las órdenes enviadas desde la Tierra cuando apenas se había movido 40 metros del lugar en el que se posó.

En esta ocasión, la dificultad es mayor porque, a diferencia de lo que sucede en la cara que se ve desde nuestro planeta, la oculta tiene una orografía más accidentada. La zona en la que se desplegará el robot está rodeada por montañas de hasta 10.000 metros de altura. No obstante, el nuevo robot es más ligero (40 kilos) y resistente y, según los científicos chinos, puede adaptarse mejor a la peligrosa superficie lunar.