

La revolución de la longevidad:

Cómo prepararse para una nueva realidad



FORO DE TEMAS DE INVERSIÓN N° 7

Este documento está dirigido exclusivamente a inversores institucionales y profesionales de la inversión, y no debe ser tomado como referencia por inversores particulares.

ISBN: 978-84-09-73835-9
Edita: Instituto Español de Analistas
Imprime: Reimpventa

PRESENTACIÓN	4
PRÓLOGO	6
La jubilación en la sociedad de la longevidad	8
Acerca de nuestro estudio sobre la longevidad	10
Sección 1 Prepararse para la longevidad: Un mapa de nuestra nueva realidad	13
Sección 2 Los cuatro pilares de la preparación para la longevidad	16
Estabilidad económica: La base que posibilita todo lo demás	16
Salud física: El catalizador de la independencia	29
Bienestar emocional: El recurso interior	32
Conexión social: El multiplicador de la longevidad	33
Sección 3 Aprovechar el dividendo de la longevidad	38
Los factores decisivos para el éxito	39
Foros Temas de Inversión	44
Colaboradores de la Fundación	45

PRESENTACIÓN

Asistimos en los últimos años a cambios sin precedentes que hacen del mundo un lugar muy distinto de aquél en que nacimos.

Muchos consideramos que algunos de esos cambios no han contribuido a mejorar nuestras vidas y que han sido, por tanto, negativos.

Sin embargo, existe un aspecto del que los seres humanos podemos enorgullecernos pues hemos sido capaces de mejorar las condiciones globales del mundo de manera que la expectativa de vida se ha incrementado, en mayor o menor medida, en todas las geografías.

Así, hoy, todos aspiramos a vivir vidas mucho más largas que nuestros antepasados, afortunados, además, como somos, de no haber padecido las lacras de los conflictos mundiales o nuestra guerra civil.

Se tratará, además, de vidas más sanas, y no de una mera supervivencia, pues la mejora de la atención sanitaria, de la calidad del agua y los alimentos y el ejercicio físico, entre otros factores, harán que la calidad de vida de los años que nos queden sea igualmente, muy superior.

Este hecho, tan inexorable como positivo, no está sin embargo exento de consecuencias, ya sea en términos económicos, financieros (cómo se mantiene una persona una persona durante un período de tiempo muy superior), sociales, culturales, políticos, sanitarios, de formación y por supuesto demográficos, entre otras muchas vertientes.

Dada la importancia de este fenómeno, los órganos de gobierno del Instituto de Analistas han decidido dedicar parte de su capacidad de análisis al fenómeno de la longevidad en sus distintos ángulos, y para ello han lanzado diversos estudios que se elaboración y publicarán durante el año 2026.

En este marco de interés coincidente, uno de nuestros patronos, FIDELITY, ha realizado un magnífico informe dedicado a "La revolución de la longevidad", que aquí prolongamos, y en que se analizan los cuatro pilares de los que depende el que seamos capaces de aprovechar, o no, la oportunidad que supone este horizonte de una mayor longevidad. Esos pilares son:

- La estabilidad económica
- La salud física
- El bienestar emocional y
- La conexión social

Todos ellos son importantes para que podamos aprovechar esa oportunidad que supone la mayor longevidad no sólo para cada uno de nosotros individualmente, sino para el conjunto de la sociedad.

Y es que, a pesar de sus muchos aspectos positivos, la longevidad viene acompañada de algunos retos y desafíos para los que debemos prepararnos pues nada sería más triste que ver malgastada esa enorme oportunidad que nos proporciona el regalo de ese precioso tiempo añadido que es casi una vida nueva.

Muchas gracias a Fidelity por darle al Instituto Español de Analistas la oportunidad de adentrarnos juntos en un tema tan trascendente de la mano de un informe tan lleno de reflexiones valiosas.

Lola Solana Campins
Presidenta del Instituto Español de Analistas

PRÓLOGO

La longevidad es uno de los mejores retos a los que puede enfrentarse la sociedad. Nos da más tiempo para aprender, conectar, contribuir y disfrutar de la vida, pero también nos obliga a replantearnos supuestos que hemos mantenido durante generaciones. El modelo tradicional de vida –formarse, trabajar y después jubilarse– ya no se ajusta a la realidad que tenemos delante. La jubilación se está redefiniendo como una etapa de la vida que puede extenderse a lo largo de treinta años o más. Por esa razón, la planificación, la preparación y el apoyo son más importantes que nunca.

En Fidelity International, todo lo que hacemos siempre ha girado en torno a ayudar a nuestros clientes a prepararse para ese futuro. Desde 1969, labramos mejores futuros financieros mediante inversiones a largo plazo, soluciones innovadoras para la jubilación y colaboraciones de confianza. En la actualidad, gestionamos alrededor de 84.000 millones de euros en activos en planes de pensiones de empleo y prestamos servicios a 1,3 millones de afiliados a través de casi 1.000 planes en todo el mundo.

Sabemos que estar preparado para la jubilación es algo más que tener ahorros. Consiste en tener la seguridad de que el dinero durará, que se podrá mantener un estilo de vida activo y conectado, y que la vida tendrá un propósito. Cuando la dimensión financiera transmite seguridad, las personas están mejor preparadas para crecer emocional y socialmente.

Nuestro estudio revela por qué es importante. Existen demasiadas personas que están insuficientemente preparadas para vivir más años. Un tercio de ellas no ha

planificado su jubilación. Menos de una de cada tres ha pensado en cómo pagar los cuidados que van a necesitar. Estos vacíos amenazan con socavar no solo la estabilidad económica, sino el bienestar en todos los sentidos.

Fidelity International ocupa una posición privilegiada para ayudar a corregir estas carencias. Avalados por décadas de experiencia internacional en inversión y jubilación, y guiados por una firme apuesta por la innovación, trabajamos con particulares, empresas e instituciones para ofrecer soluciones que son prácticas, flexibles y pensadas para una vida de 100 años. Nuestro objetivo es sencillo: dar a las personas la confianza necesaria para aprovechar al máximo su tiempo, por largo que sea.

Este informe se inscribe en esa misión. En colaboración con el Centro Nacional de Innovación para el Envejecimiento del Reino Unido, nos proponemos cuestionar viejos supuestos y arrojar luz sobre lo que puede significar una vida más larga. Espero que anime a la gente a planificar antes, a actuar con confianza y a aceptar la longevidad como una de las mayores oportunidades de la sociedad. En Fidelity International estamos orgullosos de contribuir a hacerlo posible.

Keith Metters
Presidente de Fidelity International

La jubilación en la sociedad de la longevidad

Está produciéndose una revolución silenciosa. No se trata del cambio climático, los ciclos del mercado o la inteligencia artificial. Se trata del tiempo y, concretamente, de cuánto tiempo más disponemos y de la capacidad de hacer lo que queramos con ese tiempo extra.

Por primera vez en la historia de la humanidad, las poblaciones de mayor edad crecen a un ritmo más rápido que las cohortes más jóvenes, lo que está propiciando un cambio demográfico sin precedentes en todo el mundo. En 2050, 2.100 millones de personas –casi el 22% de la población mundial– tendrán más de 60 años, y 426 millones más de 80. En cambio, hace 50 años únicamente el 8,38% de la población total tenía más de 60 años.¹

Para comprender las implicaciones de este cambio y poder ayudar mejor a nuestros clientes a aprovechar al máximo el dividendo de la longevidad, es decir, el valor económico y social que crean unas vidas más largas y saludables, Fidelity International se asoció con el Centro Nacional de Innovación para el Envejecimiento (NICA, por sus siglas en inglés) del Reino Unido para llevar a cabo una encuesta mundial en la que participaron 11.800 personas de 50 años o más.

En este informe, analizaremos en primer lugar por qué la longevidad exige un replanteamiento. En segundo lugar, compartimos los resultados de nuestro estudio, organizados en torno a los cuatro pilares de la preparación para la longevidad: estabilidad económica, salud física, bienestar emocional y conexión social, centrándonos en el pilar económico debido a su papel crucial como sostén de los demás. También abordamos formas de reducir el riesgo de longevidad. En tercer lugar, sugerimos cambios que nacen de la colaboración entre los gobiernos, la sociedad, las empresas (incluido el sector financiero) y los ciudadanos, y que pueden propiciar la transición de una sociedad envejecida a una longeva.

Las conclusiones de nuestro estudio:

Cuatro pilares que sostienen una vida más larga

La estabilidad económica, la salud física, el bienestar emocional y la conexión social son elementos cruciales de la preparación para la longevidad. Y la estabilidad económica es la base sobre la que se sustenta el resto.

La brecha de conocimientos sobre longevidad

Alrededor de dos de cada cinco mayores de 50 años tienen un déficit de preparación para la jubilación de 10 años o más comparado con la esperanza de vida media de su región. Este déficit deja a muchas personas en riesgo de quedarse sin dinero en ulteriores etapas de su vida.

Planificación y déficit de confianza

Más de un tercio no ha planificado su jubilación y solo el 15% busca asesoramiento financiero. Casi la mitad cita el dinero como su principal inquietud de cara a la jubilación, aunque el optimismo aumenta tras la jubilación (68%, frente al 56% antes de la jubilación).

El reto de la reducción

El paso de la estabilidad de los salarios regulares durante la vida laboral a disponer de los ahorros durante la jubilación es un concepto complejo para las personas. Alrededor del 36% de las personas próximas a la jubilación no están seguras de si su dinero durará, y solo el 23% ha planeado fuentes de ingresos.

Una nueva definición del trabajo

El modelo tradicional de tres etapas “formarse-trabajar-jubilarse” está desapareciendo. Aproximadamente la mitad de los mayores de 50 años espera trabajar más tiempo, sobre todo para mantenerse mental y físicamente activo (38%), más que por necesidad económica (26%).

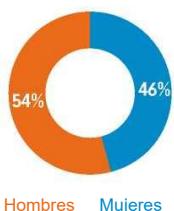
Revolución en las herencias

Los patrones de transferencia intergeneracional de la riqueza están cambiando a medida que la gente vive más. Aproximadamente la mitad de las personas que tienen previsto transmitir su patrimonio piensan hacerlo antes de morir, lo que exige nuevos planteamientos de la planificación financiera.

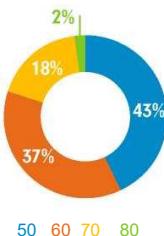
Acerca de nuestro estudio sobre la longevidad

Opinium encuestó por encargo de Fidelity International a 11.800 personas mayores de 50 años (6.500 personas próximas a la jubilación y 5.300 jubilados) en 13 lugares. La encuesta se realizó entre el 11 de agosto y el 1 de septiembre de 2025.

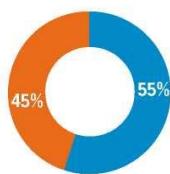
Sexo



Edad

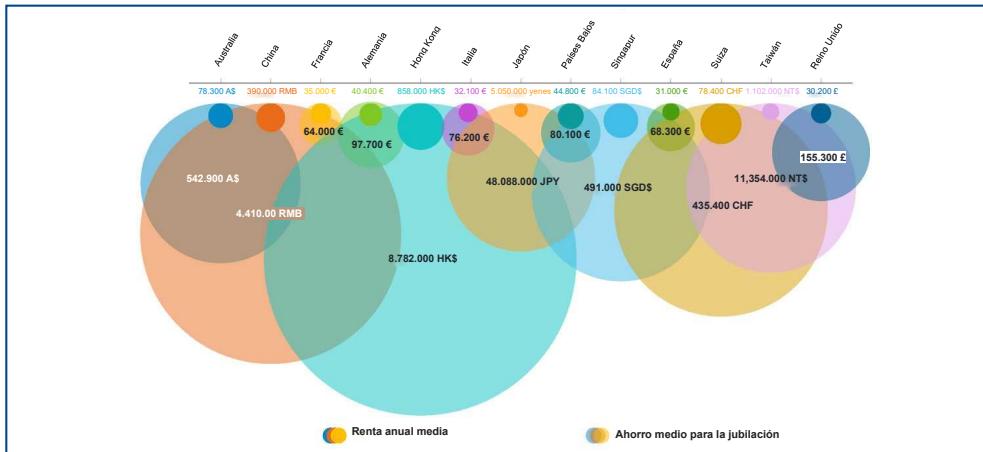


Situación laboral



Entre el 12 de agosto y el 15 de septiembre de 2025, el NICA organizó grupos de discusión con entre 10 y 12 jubilados y futuros jubilados en Alemania, Singapur y el Reino Unido. Los perfiles "Retrato de una nueva realidad" que contiene el informe describen a personas que participaron en los grupos de discusión.

Ingresos medios anuales de los encuestados frente a ahorros medios para la jubilación, por mercado.



Fuente: Fidelity International, NICA, Opinium, octubre de 2025.

Nota: El tamaño de los círculos refleja el tamaño relativo de los importes en moneda nacional cuando se convierten a dólares estadounidenses.

Imaginar un nuevo futuro

Nunca antes cinco generaciones se han encontrado simultáneamente sentadas a la misma mesa, cantando las mismas canciones (interpretadas por grupos de rockeros octogenarios) o haciendo cola en las mismas cajas del supermercado. Puede que aún no sea la norma, pero con vidas más largas, es un futuro que cada vez resulta más plausible.

La prolongación de la vida es una nueva realidad. La trayectoria ordenada que empieza en la educación, continúa en la carrera profesional y termina en la jubilación –una estructura que parecía tan permanente como universal– está cambiando de forma ante nuestros ojos.

Estos factores sugieren que debemos revisar en profundidad qué significados e impactos tiene la jubilación. Lo que plantea una sociedad longeva no es solo una cuestión demográfica, sino también de concienciación, cultura, preparación y adaptación.

La trayectoria ordenada que empieza en la educación, continúa en la carrera profesional y termina en la jubilación –una estructura que parecía tan permanente como universal– está cambiando de forma ante nuestros ojos.

Como individuos, nos estamos replanteando qué significa envejecer con sentido. Desde el punto de vista de las empresas, eso representa una oportunidad crucial –y una responsabilidad– para comprender y apoyar un cambio decisivo: ayudar a las personas a ser “relevantes en la longevidad”, es decir, relevantes para sí mismas, para sus seres queridos y para la sociedad de la que forman parte. Si empezáramos a preguntarnos “¿Quién y qué será nuestro yo del futuro?”, nos daríamos cuenta de que es algo más que una pregunta retórica formulada a nuestro yo interior: también es fundamental para la sostenibilidad futura de los sistemas de pensiones.

La respuesta puede parecer obvia: gozar de buena salud y ser autónomo, mantener relaciones positivas y desempeñar un papel activo en la sociedad. ¿Quién no lo querría para sí?

El estudio de Fidelity destaca los cuatro pilares clave que sustentan esas respuestas: el bienestar emocional y la conexión social, posibilitados por una buena salud

física y sostenidos por la estabilidad económica. Cuando la dimensión financiera está asegurada, los demás pilares son más fáciles de sostener. Cuando no lo está, toda la estructura se debilita.

Levantar esta arquitectura, que sostiene y alimenta nuestro yo futuro, es un viaje en el que se suceden las transiciones y las adaptaciones micro y macroeconómicas. Equilibrar y comprender nuestras dimensiones económica, social y física debería ser un ejercicio cotidiano que tendríamos que aprender a incorporar a nuestras vidas mucho antes.

Con un futuro más largo por delante, también disponemos de un mayor número de opciones, pero solo si empezamos a perfilarlas hoy. La longevidad representa una oportunidad sin precedentes que exige un diseño innovador. Ahora es el momento de diseñar cuidadosamente, actuar deliberadamente y hacer que este tiempo extra cuente.

Nic Palmarini

Director del Centro Nacional de Innovación
para el Envejecimiento (NICA) del Reino Unido

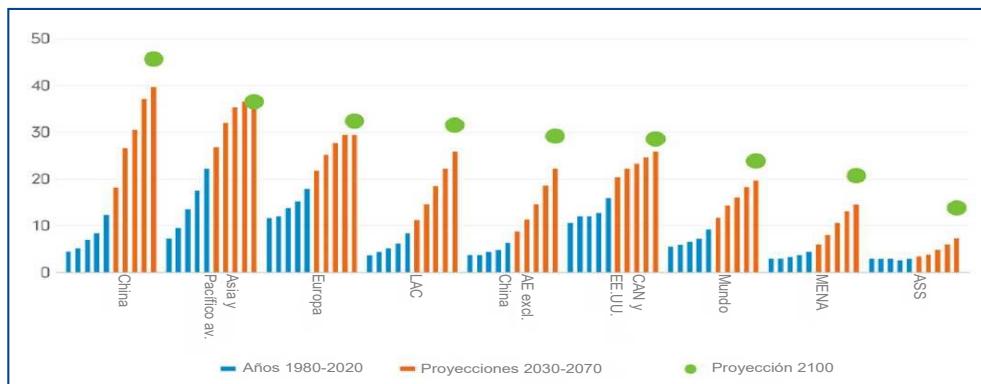
Sección 1.

Prepararse para la longevidad: Un mapa de nuestra nueva realidad

Mientras que las generaciones anteriores seguían un camino previsible, en el que la formación daba paso al trabajo y este desembocaba en la jubilación, las realidades demográficas, médicas y tecnológicas actuales exigen una nueva hoja de ruta, una que no se centre en el envejecimiento como una carga, sino en una vida más larga que abre nuevas posibilidades de trabajo satisfactorio, conexión social y avance personal.

Estamos experimentando la transformación demográfica más espectacular jamás registrada. En 2018 hubo, por primera vez, más personas mayores de 60 años que menores de cinco³. La población mundial está envejeciendo (véase el gráfico 1) y la mediana de edad pasará de unos 31 años en 2020 a 36 años en 2050⁴. Vivir hasta los 100 años es algo cada vez más frecuente.

Gráfico 1: Porcentaje de personas mayores de 65 años (% de la población total).



Fuente: Fondo Monetario Internacional, abril de 2025. Los datos se basan en las Perspectivas de población en el mundo de las Naciones Unidas y en cálculos del FMI. Nota: las barras indican la proporción de la población de más edad (65 años o más) dentro de la población total al final de la década respectiva. Las etiquetas de datos del gráfico utilizan los códigos de países de la Organización Internacional de Normalización (ISO). EA = economías avanzadas; Asia y Pacífico av. = Asia y Pacífico avanzados; AE = Asia emergente; EMMIE = economías emergentes y de renta media; excl. = excluido; LAC = Latinoamérica y Caribe; LIDCs = países de renta baja y en desarrollo; MENA = Oriente Medio y Norte de África; ASS = África subsahariana.

Curiosamente, la edad biológica también está alejándose de la cronológica. En otras palabras, nos mantenemos sanos durante más tiempo, tanto física como mentalmente. Según el Fondo Monetario Internacional, en 2022 una persona de 70 años tenía la capacidad cognitiva de una de 53 y la capacidad física de una de 56 dos décadas antes.⁵

Sin embargo, estamos lidiando con este regalo en forma de tiempo extra sin brújula ni indicaciones. ¿Cómo queremos usarlo? ¿Qué apoyo necesitamos para conseguirlo? ¿Cuándo debemos empezar a prepararnos?

En cuanto a la preparación para la longevidad, los resultados de nuestro estudio ponen de manifiesto una tensión entre las aspiraciones y la realidad.

La gente es optimista sobre el tiempo que le queda a la vista de que los avances médicos y tecnológicos son fuerzas poderosas que prolongan considerablemente la vida con buena salud. Sin embargo, las crisis sistémicas como la pandemia de COVID-19 han introducido una mayor incertidumbre, de ahí que las personas no tengan claro cómo planificar una vida más larga y, lo que es más importante, cómo van a costearla.



Las poderosas fuerzas que impulsan la revolución de la longevidad

Avances médicos y tecnológicos

Los avances de la ciencia, la medicina y la tecnología, cada vez más impulsados por la IA, están desplazando la atención desde la gestión del declive derivado de la edad hasta la prevención de las enfermedades y la prolongación de los años con buena salud, lo que reporta amplios beneficios sociales y económicos.

Cambios en los estilos de vida

A medida que las personas introducen cambios en su estilo de vida que les permiten mantenerse sanas durante más tiempo, la jubilación deja de ser un punto fijo en el tiempo para convertirse en una etapa de la vida flexible y en evolución.

Crisis sistémicas

Acontecimientos como la pandemia, con las presiones inflacionistas y las perturbaciones del mercado laboral que siguieron, ponen de relieve cómo los factores externos pueden alterar rápidamente los planes y aspiraciones en materia de jubilación.

Numerosas demandas económicas

Las ayudas a los hijos, nietos y parientes mayores, junto con las interrupciones de la carrera profesional por cuidados no remunerados (especialmente en el caso de las mujeres), están ejerciendo presión sobre la seguridad financiera.

Brecha de conocimientos financieros

A medida que la jubilación se vaya haciendo más compleja, la educación financiera será esencial. La tecnología (incluida la inteligencia artificial) puede ayudar a salvar esa distancia con las directrices adecuadas y, en este sentido, el acceso a las herramientas digitales apropiadas será clave.

Sección 2

Los cuatro pilares de la preparación para la longevidad

A pesar de los drásticos cambios en la esperanza de vida, muchas personas siguen planteándose la jubilación desde supuestos anticuados. Nuestro estudio revela una desconexión persistente entre el deseo de una vida más larga y la preparación para mantenerla.

La preparación para la longevidad depende de cuatro pilares interconectados: **estabilidad económica, salud física, bienestar emocional y conexión social**. Cada pilar es esencial y las lagunas de unos pueden socavar los demás.

Entre los retos más acuciantes para la tarea de reforzar estos pilares, se encuentran la falta de planificación financiera y la escasa comprensión de las implicaciones de la longevidad, lo que hace que muchos se sientan inseguros y poco preparados para su futuro.

Estabilidad económica: la base que posibilita todo lo demás

La estabilidad económica es la piedra angular de la preparación para la longevidad. No solo posibilita el acceso a la asistencia y a mayores oportunidades sociales, sino que también apuntala el bienestar emocional y la tranquilidad.

Nuestro estudio muestra una relación directa entre la planificación financiera y la preparación general en todos los pilares (véanse los gráficos 2A y 2B). Además, la correlación es constante dentro de los países encuestados, así como entre países, y cuando se compara con otros indicadores financieros como la cantidad relativa de ahorro para la jubilación. Tal vez no resulte sorprendente que quienes han ahorrado más se sientan en general más preparados física, emocional y socialmente para la jubilación.

Entre todas las personas próximas a la jubilación encuestadas en 13 mercados que habían hecho algún plan de jubilación:

- el 83% se sentía física y emocionalmente preparado
- el 79% se sentía preparado desde el punto de vista social
- el 78% se sentía preparado económicamente

En el caso de los encuestados que no habían realizado ninguna planificación, las cifras de preparación descendieron considerablemente:

- solo el 65% se sentía preparado físicamente
- el 68% se sentía preparado emocionalmente
- el 65% se sentía preparado desde el punto de vista social
- solo el 55% se sentía preparado económicamente

Gráfico 2A: Preparación entre las personas próximas a la jubilación, con plan frente a sin plan.

Pregunta: ¿Cómo de preparado se siente para la jubilación?

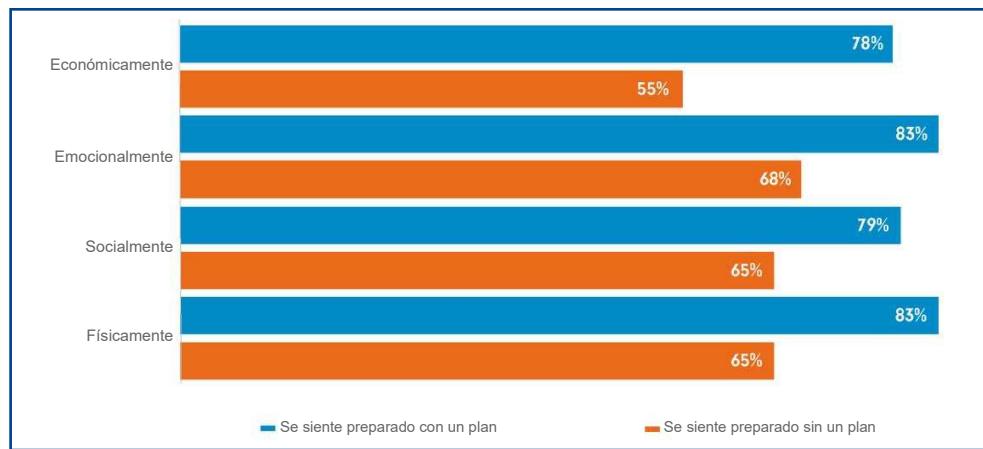
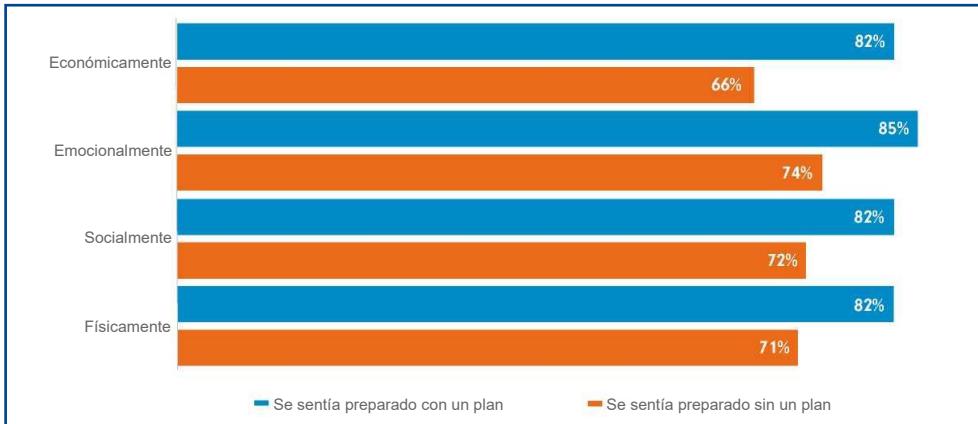


Gráfico 2B: Preparación entre los jubilados, con plan frente a sin plan

Pregunta: ¿Cómo de preparado estaba para la jubilación?



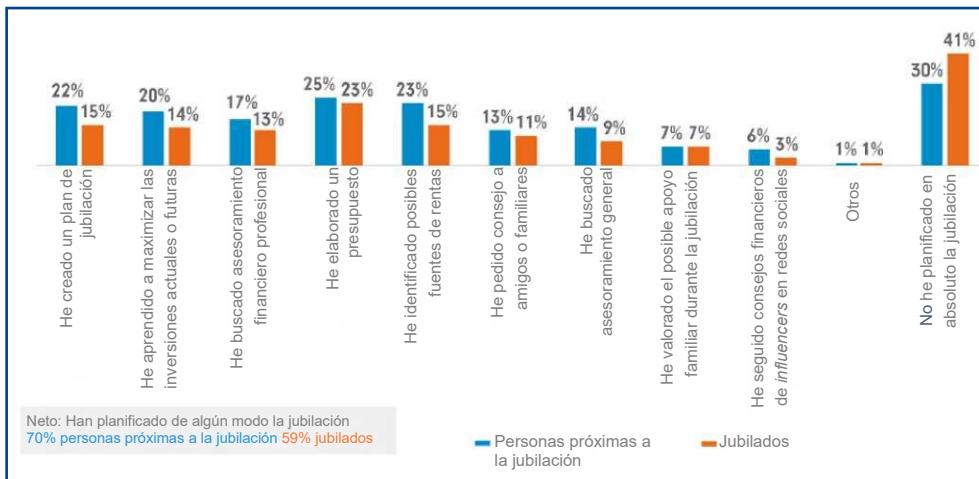
Fuente: Fidelity International, Opinium, octubre de 2025. Nota: "con plan" y "sin plan" se refiere a la planificación para la jubilación. Notas: En la encuesta se aplican las siguientes definiciones: la estabilidad económica se refiere a los ingresos y la capacidad de respuesta para cubrir las necesidades (incluidos los gastos de emergencia), gestionar los riesgos y preservar la autonomía; la salud física se refiere a la fuerza, la movilidad y la vitalidad para seguir siendo independiente; la conexión social mantiene un sentido de pertenencia y apoyo a través de las relaciones, la comunidad y otras actividades compartidas; y el bienestar emocional sostiene el propósito, la identidad y la paz mental.

La planificación financiera consiste en maximizar las opciones disponibles para llevar una vida más segura, conectada y saludable. Y aunque la mayoría de las personas mayores de 50 años afirman haber planificado de algún modo su jubilación, el 35% de los encuestados no lo ha hecho. Entre los futuros jubilados y los jubilados, una cuarta parte o menos ha preparado un presupuesto, creado un plan de jubilación o identificado posibles fuentes de ingresos durante la jubilación (véase el gráfico 3). Además, casi una quinta parte de las personas próximas a la jubilación no están al tanto, nunca han comprobado sus activos para la jubilación o simplemente no saben siquiera si tienen ahorros para la jubilación.



**Gráfico 3: Acciones de planificación de la jubilación,
personas próximas a la jubilación frente a jubilados.**

Pregunta: ¿Cuáles de las siguientes medidas ha
tomado para planificar su jubilación?



Fuente: Fidelity International, Opinium, octubre de 2025.

Brecha de conocimientos sobre longevidad

Nuestro análisis también muestra que muchas personas mayores de 50 años subestiman cuánto tiempo pueden necesitar ahorrar y para qué. La mayoría planifica para una esperanza de vida media, sin comprender los matices del riesgo de longevidad. Los ahorros para la jubilación suelen planificarse para 15 o 20 años, por lo que durarían hasta los 80-85 si se jubilan a los 65, pero muchos pueden necesitar una renta durante mucho más tiempo. Esta "brecha de conocimientos sobre longevidad" podría dar lugar a jubilaciones insuficientemente financiadas y a una mayor intranquilidad.

- Alrededor de dos de cada cinco personas mayores de 50 años tienen un déficit de preparación para la jubilación de 10 años o más comparado con la esperanza de vida media de su localidad, según un nuevo análisis del NICA. Este déficit deja a muchas personas en riesgo de quedarse sin dinero en ulteriores etapas de su vida.

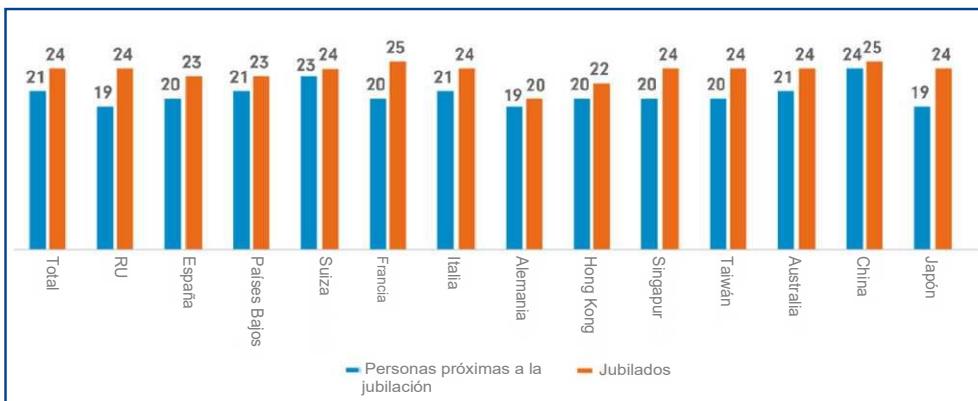
- En el caso de las parejas casadas, las probabilidades de que al menos uno de los cónyuges supere la esperanza de vida media son aún más altas debido al mayor apoyo emocional, social y económico, que también puede traducirse en una mejor salud física.⁶
- Puesto que la esperanza de vida sigue aumentando, y es probable que la esperanza de vida media mundial aumente en 4,9 años en los hombres y en 4,2 años en las mujeres entre 2022 y 2050⁷, la brecha entre la planificación de la jubilación y la realidad es cada vez mayor. Según el Pew Research Center, en 2050 se espera que 3,67 millones de personas en todo el mundo alcancen los 100 años, lo que supone multiplicar por ocho las 451.000 personas de 2015. Muchos de nosotros viviremos muy por encima de los promedios nacionales, lo que hace esencial una planificación financiera y de estilo de vida a largo plazo.
- Según un estudio del NICA, cuatro de cada cinco personas mayores de 50 años presentan un déficit de preparación de 10 años o más para vivir 100 años.
- A la inversa, algunos también pueden estar preparándose en exceso económico hablando. Según el análisis del NICA, alrededor del 4% de los encuestados mayores de 50 años está planificando jubilaciones para vivir más de 100 años con un exceso de 10 años o más.

Ahorro frente a tiempo de vida

A primera vista, las expectativas de ahorro y esperanza de vida son bastante parecidas: las personas próximas a la jubilación esperan que sus ahorros duren una media de 19 años y vivir unos 21 años de media después de jubilarse, mientras que los jubilados declaran cifras ligeramente superiores (véase el Gráfico 4).



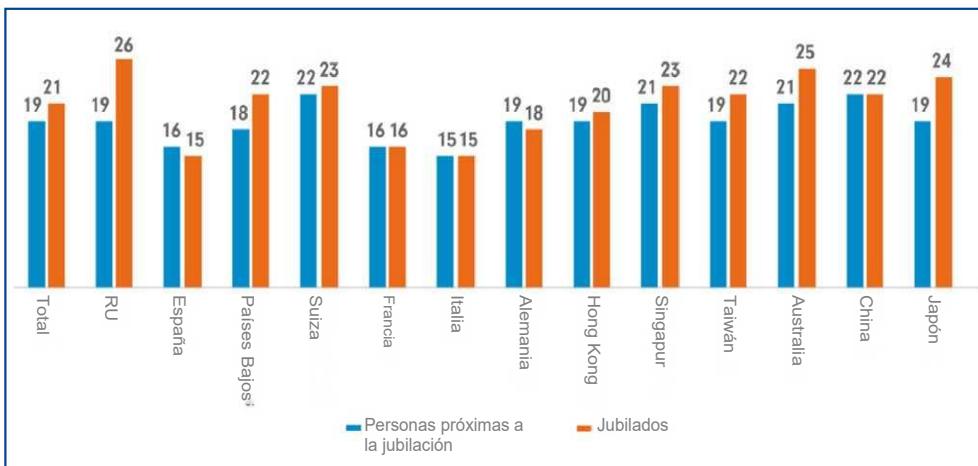
Gráfico 4: Número medio de años previstos de jubilación,
personas próximas a la jubilación frente a jubilados.



Fuente: Fidelity International, Opinium, octubre de 2025. Nota: Valor = número medio de años que cree que vivirá tras la jubilación.

Gráfico 5: Número medio de años que se espera que dure el ahorro, personas próximas a la jubilación frente a jubilados.

Pregunta: En sus planes de jubilación, ¿cuánto tiempo esperaba/ espera que durasen/duren sus ahorros para la jubilación?



Fuente: Fidelity International, Opinium, octubre de 2025. Nota: Valor = número medio de años que se espera que dure el ahorro para la jubilación.

En Asia, los encuestados tienden a dar estimaciones claras tanto del ahorro como de la esperanza de vida. Entre las personas próximas a la jubilación, solo el 9% en Singapur, el 10% en Taiwán, el 11% en Hong Kong y el 10% en China dijeron no saber cuánto les duraría el dinero. La incertidumbre sobre la duración de la vida era igual de baja.

En Europa, por el contrario, la incertidumbre es mucho mayor: entre las personas próximas a la jubilación, el 28% en el Reino Unido, el 33% en España, el 48% en los Países Bajos y el 46% en Francia afirman no saber cuánto durarán sus ahorros y alrededor de un tercio de las personas próximas a la jubilación en estos mercados tampoco conocen su esperanza de vida media. Estas diferencias podrían ser un reflejo de sus respectivos sistemas de jubilación; así, los de Asia probablemente hagan recaer una mayor responsabilidad sobre los individuos y las familias.

El dilema de la reducción

Durante su vida laboral adulta, la mayoría de la gente se acostumbra a la comodidad de un salario periódico, pero eso empieza a cambiar a medida que se acerca la jubilación. El reto que se plantea no es simplemente dejar de trabajar, sino pasar de acumular ahorros a disponer de ellos estratégicamente.

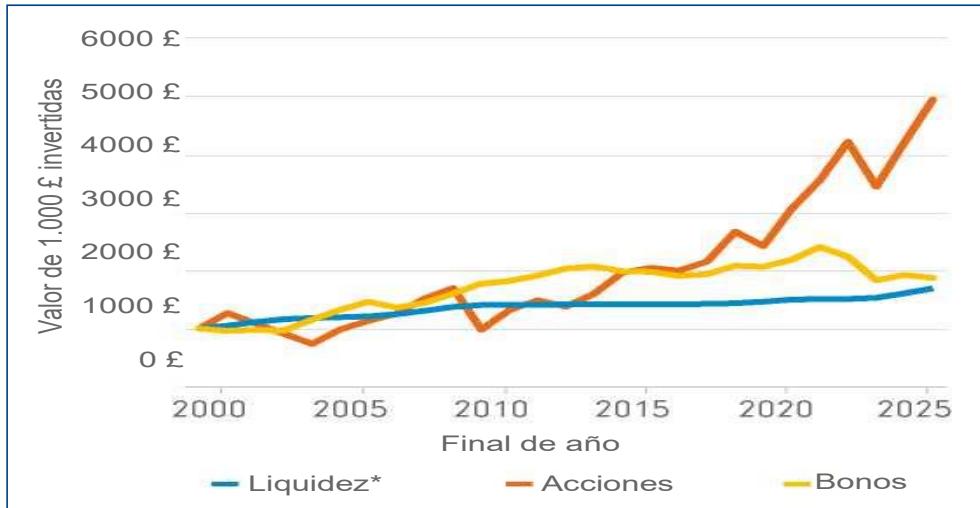
Esta nueva realidad significa que la gente tiene que tomar decisiones financieras para una jubilación que podría durar más de 30 años, sopesando el riesgo de vivir más que sus ahorros frente al riesgo de ser innecesariamente frugal y dejar de cumplir sus aspiraciones en la jubilación.

Además, los gobiernos y las empresas trasladan cada vez más a los particulares los riesgos financieros relacionados con el ahorro para la jubilación. Para las empresas, el paso de los regímenes de prestaciones definidas a los de aportaciones definidas o híbridos significa que los particulares están asumiendo más responsabilidades para garantizar que disponen de un flujo de ingresos adecuado durante la jubilación.

Por término medio, los encuestados esperaban una rentabilidad anualizada de la inversión del 4,9%. En cuanto a las inversiones, casi dos tercios de los encuestados afirman invertir en liquidez o equivalentes (véanse los Gráficos 6 y 7). En comparación, un tercio invierte en renta variable, mientras que una quinta parte tiene cierta exposición a la renta fija.



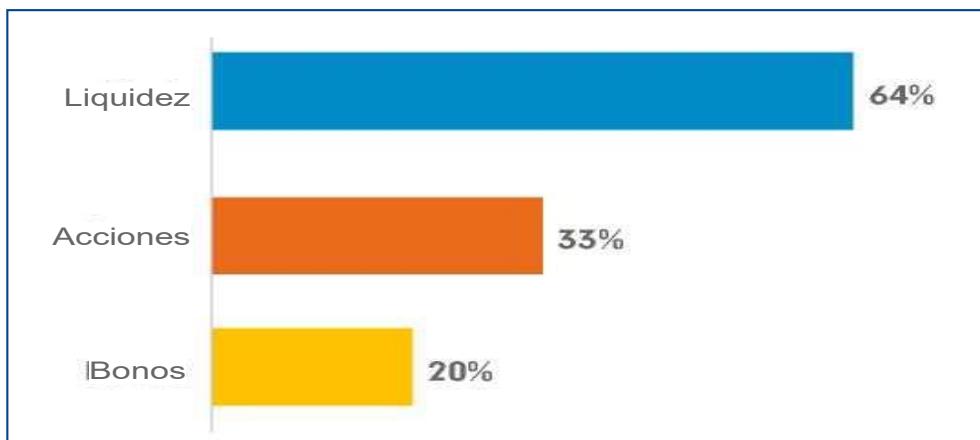
Gráfico 6: Crecimiento por clase de activo.



Las rentabilidades pasadas no son un indicador fiable de las rentabilidades futuras. Fuente: Refinitiv, MSCI World Index, FTSE World Government Bond Index e ICE BofA US Treasury Bill Index (G0BA), rentabilidades totales del 31.12.99 al 31.12.24. * Se utiliza el ICE BofA US Treasury Bill Index (G0BA) como sustituto de la liquidez.

Gráfico 7: Exposición de las inversiones, por clase de activo.

Pregunta: ¿Cuáles de los siguientes productos de ahorro e inversión tiene usted contratados actualmente?



Fuente: Fidelity International, Opinium, octubre de 2025.

El factor más determinante de la riqueza en la jubilación es el tiempo, en concreto, el tiempo que se deja que los ahorros se acumulen. Las aportaciones tempranas, aunque sean modestas, crean unos cimientos que crecen exponencialmente, mientras que el ahorro tardío exige tasas de rentabilidad cada vez mayores para alcanzar un objetivo concreto. Así pues, cuanto más tiempo ahorre una persona y cuanto mayor sea la cantidad que ahorra regularmente, mayor será su abanico de opciones en el momento de la jubilación.

Esto es especialmente relevante en un momento en que preocupa cada vez más si se podrá contar con la ayuda del Estado. El estancamiento o la disminución de las prestaciones de las pensiones públicas han elevado los gastos corrientes en la jubilación, incluidos los gastos relacionados con la salud. En todo el mundo, solo el 28% de las personas se sienten seguras de que su gobierno les atenderá adecuadamente en la tercera edad. En el Reino Unido, el 60% no confía en ello. En Japón, la cifra aumenta hasta el 65%. China es el único país donde la duda es notablemente menor, con un 11%.

Para reducir el riesgo de longevidad, existen básicamente cuatro opciones: gastar menos, ahorrar más, aumentar la rentabilidad de las inversiones o trabajar más tiempo.

Un propósito más allá del salario

Trabajar más tiempo –incluso a tiempo parcial– acorta el horizonte de jubilación, aumenta el ahorro y retrasa las disposiciones de dinero. A medida que se alarga la vida, la cuestión de trabajar más tiempo y de forma diferente se convierte en una realidad. Cada vez es más frecuente que las personas pasen por la educación, el trabajo y la jubilación varias veces a lo largo de su vida. Para muchos, trabajar más tiempo no es una prolongación a regañadientes, sino una oportunidad para seguir creciendo y participando (véase el gráfico 8).



En nuestra encuesta

51%

de los participantes
esperan o desean trabajar
más tiempo debido al
aumento de la longevidad

70%

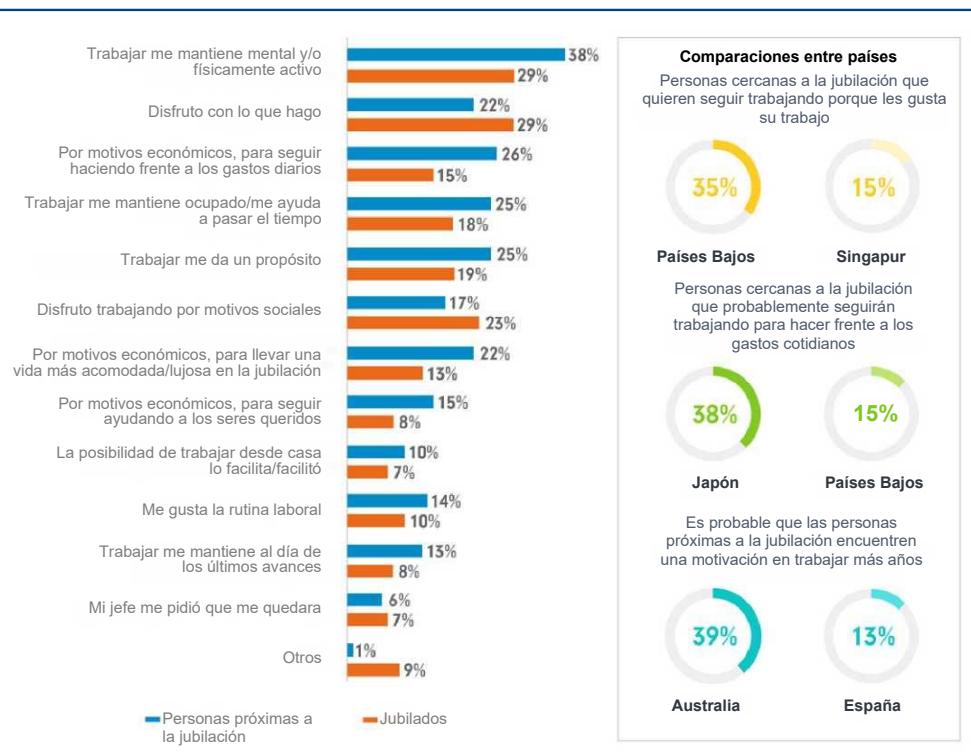
de las personas cercanas a la
jubilación quieren seguir
trabajando después de
empezar a cobrar la jubilación

89%

de los residentes de Singapur
quiere seguir trabajando. En
Taiwán, la cifra es del 87% y
en Suiza, del 79%

**Gráfico 8: Razones para seguir trabajando después
de empezar a cobrar la jubilación.**

Pregunta: ¿Por qué siguió/podría seguir trabajando?



Fuente: Fidelity International, Opinium, octubre de 2025.

Retrato de una nueva realidad

Nombre: Paul

Edad: 67

Sexo: Hombre

Situación: Futuro jubilado en el Reino Unido

Perspectivas y motivaciones:

Paul disfruta del estímulo mental que le proporciona el trabajo y no está dispuesto a dejarlo. Encuentra un propósito y una estructura en su vida laboral y asocia la jubilación con un posible estancamiento. Está deseando seguir siendo voluntario tras su jubilación.

Para Paul, mantenerse activo mentalmente es tanto un valor personal como una estrategia de protección. La demencia es un tema candente, y teme las repercusiones que podría tener y la pérdida de independencia. Ve el trabajo como una forma de mantener la vitalidad y dar un sentido a la vida cotidiana, no como una necesidad económica.

Preocupaciones y barreras:

Aunque en la actualidad goza de seguridad económica, Paul está preocupado por los imprevistos de las últimas etapas de la vida. Su mayor temor es perder el control. Le preocupa verse obligado a vender su casa para sufragar los cuidados futuros, sobre todo porque quiere legársela a sus sobrinas.

Paul teme ir a la deriva tras la jubilación, de modo que la rutina deje paso a la repetición y la falta de metas. Recela de la vida que han adoptado los compañeros jubilados, que ahora pasan la mayor parte del tiempo en el pub.

Nota: Los perfiles están tomados de los grupos de discusión organizados por el NICA entre el 12 de agosto y el 15 de septiembre de 2025. Los nombres de las personas se han cambiado para proteger su intimidad.

La longevidad y las dos etapas del ahorro para la jubilación

Además de trabajar más tiempo, las personas tienen otras dos opciones para mitigar los riesgos de longevidad: ahorrar más e invertir para optimizar los activos de jubilación. El aumento de la esperanza de vida ha incrementado el riesgo de que los individuos vivan más que sus ahorros. Al mismo tiempo, soportan una mayor carga financiera tanto en el ahorro como en la inversión para la jubilación.

Dada la complejidad, creemos que la forma en que se acumulan los activos para la jubilación determina las opciones durante la fase de disposición, lo que se conoce con el término "reducción", y viceversa. A continuación, Katie Roberts, responsable global de Soluciones para Clientes de Fidelity, responde a tres preguntas clave formuladas por los clientes y muestra cómo el riesgo de longevidad se entrelaza durante las dos etapas de acumulación y reducción.

¿Cuánto debería ahorrar?

Durante la vida laboral, muchas personas pueden fijarse un objetivo para su cartera de jubilación, por ejemplo un millón de euros. Sin embargo, el riesgo de longevidad demuestra por qué este enfoque podría ser erróneo. ¿Qué ocurre si la inflación, los movimientos del mercado o los bajos tipos de interés en el momento de la jubilación (o durante la jubilación) no proporcionan la renta mensual prevista para la jubilación?

Las dos cuestiones centrales deberían ser: cómo ahorrar teniendo en cuenta los riesgos de longevidad; y cómo debe disponerse de la cartera en la jubilación. La cuestión es la renta que la cartera de inversión puede proporcionar durante toda la vida. Enmarcar el ahorro para la jubilación de este modo conecta la acumulación y la reducción.

¿Cómo puedo invertir para la jubilación cuando hay tantas incertidumbres?

Maximizar las opciones disponibles cuando uno se jubila tiene un valor incalculable. Cuanto mayor sea el fondo de jubilación, mayor libertad de elección tendrá,

ya sea para trabajar o no trabajar, para invertir en cuidados médicos o para ayudar a sus hijos y nietos.

Por eso, creemos que las decisiones que tome para ahorrar e invertir los activos de jubilación deben ofrecerle las máximas opciones durante la fase de disposición del ahorro. Y hay que pensar en estas cosas con tiempo. Si uno espera a estar cerca de la jubilación, será demasiado tarde y muchas de sus opciones pueden dejar de estar disponibles. La jubilación también exige poner cosas en la balanza, por ejemplo, dejar una herencia menor a cambio de una mayor flexibilidad financiera en otros ámbitos. Puede que hoy no se conozcan los objetivos concretos, pero lo que es seguro es que se necesitarán recursos financieros.

¿Cómo debe reflejar mi estrategia de inversión los riesgos de la fase de reducción durante la fase de acumulación?

La mayoría de la gente sabe que ahorrar para la jubilación exige una cartera diversificada que incluya activos de crecimiento como acciones, inmuebles y bonos con mayores rendimientos. En cambio, la reducción del ahorro de jubilación conlleva una serie de riesgos diferentes que no son tan conocidos. Por ejemplo, una distinción es que las disposiciones de dinero durante las caídas del mercado pueden tener efectos devastadores, por lo que hay que mitigar ese riesgo. Del mismo modo, las disposiciones no tienen por qué ser una cantidad fija durante toda la jubilación. El gasto suele alcanzar su punto álgido al principio, cuando predominan los viajes y el ocio, y puede disminuir más adelante.

La trayectoria hacia la jubilación no puede basarse únicamente en la edad. Debe vincularse a factores como las necesidades de gasto, los riesgos para la salud y las responsabilidades familiares. Si el pago de la hipoteca es una prioridad, entonces el ahorro para la jubilación debe incluir activos que puedan liquidarse con flexibilidad. Si lo que preocupa es la herencia, los ahorros deben incluir activos ilíquidos a largo plazo que proporcionen crecimiento del capital. Por lo tanto, una planificación eficaz requiere flexibilidad para maximizar el tamaño del fondo lo antes posible. Una vez que se acerque a la jubilación, empiece a pensar en las disposiciones teniendo en cuenta factores como las condiciones del mercado y el estilo de vida.

Katie Roberts
Responsable global de
Soluciones para Clientes

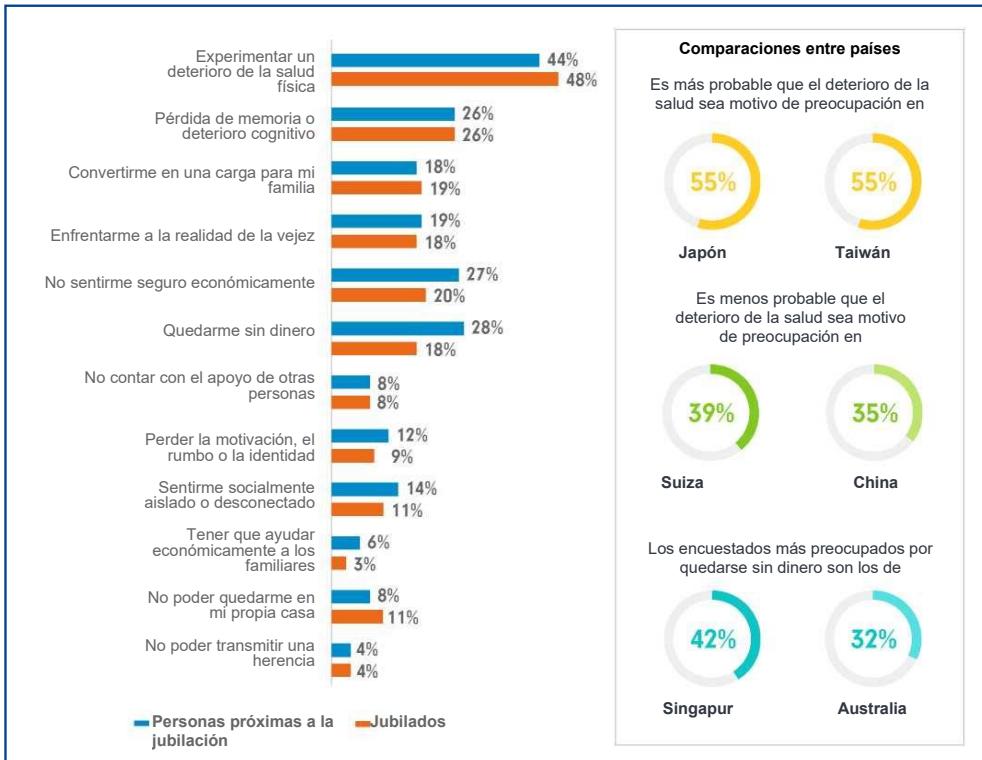
Salud física: El catalizador de la independencia

La salud física es el catalizador último de la independencia y la realización en la vejez. Determina si las personas pueden viajar, dedicarse a sus aficiones, cuidar de sus seres queridos o seguir trabajando. Casi la mitad (46%) de las personas mayores de 50 años afirma que el deterioro de su salud física es una de sus principales preocupaciones, siendo ligeramente mayor en el caso de los jubilados (véase el gráfico 9), seguido de la pérdida de memoria o el deterioro cognitivo (26%). Además, el 48% de los encuestados demanda más apoyo en materia de salud y bienestar.

La salud y la riqueza están profundamente interrelacionadas. A escala mundial, el 24% de los encuestados afirma que su mayor temor es la falta de seguridad financiera, después del deterioro físico, y el mismo porcentaje teme el riesgo de quedarse sin dinero. Existen diferencias significativas en función del lugar. En los Países Bajos, no sentirse seguro económicamente le preocupa tan solo al 13%, mientras que quedarse sin dinero es algo que preocupa al 11%. En cambio, en Singapur, el 35% destacó la inseguridad financiera y el 42% temía que su dinero no durara.

Gráfico 9: Factores que más preocupan en la jubilación, personas próximas a la jubilación frente a jubilados.

Pregunta: Pensando en la jubilación, ¿qué es lo que más le preocupa?



Fuente: Fidelity International, Opinium, octubre de 2025.

Nuestro estudio pone de relieve la relación entre la seguridad financiera y la percepción sobre la preparación desde el punto de vista de la salud. Los jubilados con ingresos más elevados tienen más probabilidades de sentirse preparados para las exigencias físicas de la vejez, mientras que los que disponen de menos recursos son más vulnerables a los imprevistos médicos y a los costes asistenciales. En Taiwán, por ejemplo, el 74% de las personas con ingresos más bajos dicen sentirse físicamente preparadas, frente al 97% de aquellas con ingresos más altos.

Retrato de una nueva realidad

Nombre: Michelle

Edad: 71

Sexo: Mujer

Situación: Jubilada en Singapur

Perspectivas y motivaciones:

Michelle se jubiló después de que un diagnóstico de cáncer se agravara, lo que la llevó a replantearse cómo quería emplear su tiempo. La salud se convirtió en una prioridad clara, lo que la animó a adoptar un estilo de vida más activo y a estructurar sus días. Ahora valora tener una rutina clara, lo que la mantiene con los pies en la tierra y le ayuda a evitar ir a la deriva a lo largo de los días.

La jubilación estaba destinada a ser una época de viajes y aficiones, y ella hizo planes en consecuencia, pero a medida que sus padres envejecían, ella asumió un papel de cuidadora que hizo que se replanteara esos sueños. Aun así, Michelle sigue profundamente ligada a la vida a través del voluntariado y las obras benéficas y encuentra un propósito en ayudar a los demás.

Preocupaciones y barreras:

La soledad y el aislamiento ocupan un discreto segundo plano en los pensamientos de Michelle. Teme volver a caer enferma, sobre todo por el dolor y la pérdida de independencia que puede conllevar. Aunque se siente segura desde un punto de vista financiero, dado que empezó a ahorrar pronto movida por los consejos de asesores financieros y planificadores de seguros, para mantener la flexibilidad y la resistencia ha seguido invirtiendo ocasionalmente en acciones y participaciones.

Agradece los esfuerzos de Singapur por promover el envejecimiento activo, desde el diseño de los parques hasta la información pública sobre nutrición y movimiento, todo lo cual le ayuda a sentirse más dueña de su bienestar.

Nota: Los perfiles están tomados de los grupos de discusión organizados por el NICA entre el 12 de agosto y el 15 de septiembre de 2025. Los nombres de las personas se han cambiado para proteger su intimidad.

Costes asistenciales: El ángulo muerto

A pesar de esta atención al bienestar físico, los costes asistenciales siguen siendo un importante ángulo muerto en la planificación de la jubilación. Durante los debates de los grupos de discusión celebrados en Singapur, Alemania y el Reino Unido para fundamentar nuestro estudio, la mayoría de los participantes divagaron cuando se les preguntó por los gastos corrientes sanitarios y asistenciales, mientras que muchos expresaron confianza en su salud y en los patrones de longevidad de su familia.

Subestimar los costes asistenciales puede acarrear consecuencias financieras devastadoras. Según datos de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) en 16 países, más de la mitad de los ingresos de una persona mayor se destina a la atención domiciliaria⁸. En Alemania, los costes de la atención domiciliaria han aumentado un 54%⁹ desde 2018, y en Singapur, un 27%.¹⁰

Bienestar emocional: El recurso interior

En el contexto de la jubilación, el bienestar emocional es la fuerza interior necesaria para afrontar uno de los cambios más profundos de la vida a medida que el trabajo pierde importancia. De todos los pilares de la jubilación, quizá sea también el más subjetivo para el individuo.

Las variaciones mundiales de nuestro estudio revelan esta complejidad: el 88% de los jubilados de China y Taiwán declararon sentirse emocionalmente preparados para la jubilación, mientras que, en Alemania e Italia, casi uno de cada tres (27%) reconoció no sentirse emocionalmente preparado. Los datos ponen de manifiesto el principal reto emocional de la jubilación: la búsqueda de sentido más allá de la identidad profesional.

La salud emocional y la financiera están profundamente interconectadas. La estabilidad emocional posibilita un juicio más claro, un gasto más prudente y una planificación a largo plazo, características necesarias para el bienestar financiero. A la inversa, estar permanentemente preocupado por lo económico puede mermar el bienestar emocional al socavar la sensación de control y el optimismo.¹¹

En Australia, el 94% de los jubilados con ahorros elevados declararon sentirse

emocionalmente preparados para la jubilación, frente a solo el 72% de los que tenían ahorros reducidos, es decir, una diferencia de confianza de 22 puntos porcentuales. Tener unos buenos cimientos emocionales respaldados por el bienestar económico posibilita la elección, un estado de salud que preserva la autonomía y la motivación que hace que la jubilación deje de ser un final para convertirse en un principio.

Conexión social: El multiplicador de la longevidad

La disposición social y las redes de apoyo son fundamentales para el bienestar humano y la longevidad, según el Estudio sobre el Desarrollo Adulto de Harvard. La calidad de las relaciones en la mediana edad predice la satisfacción vital a los 80 años con más fuerza que los marcadores de salud tradicionales. El aislamiento social y la soledad aumentan el riesgo de mortalidad en un 26-32%, porcentaje comparable al tabaquismo o la obesidad.¹²

Aunque los recursos financieros crean oportunidades para las interacciones sociales, un contacto sostenido requiere una implicación activa. El contacto social también amplifica los beneficios de otras dimensiones de la jubilación: en los mayores socialmente activos, la incidencia de las necesidades de cuidados a largo plazo se reduce a la mitad y la aparición de demencia es un tercio más baja.

Un ejemplo son los programas de salones comunitarios de Japón, que son clubes de barrio respaldados por el Estado en los que los mayores se apoyan mutuamente para mantener la salud, la motivación y la red social.

Los programas llegaron al 86,5 % de los municipios, según datos de 2017 de la Organización Mundial de la Salud, lo que demuestra que el contacto social sistemático genera dividendos sanitarios cuantificables al tiempo que reduce los costes sanitarios. En EE.UU., el aislamiento social está relacionado con un gasto adicional de 6.700 millones de dólares anuales en Medicare¹³, mientras que el coste económico de la soledad en el Reino Unido oscila entre 1.700 y 6.000 libras por persona.¹⁴

La disposición social sigue siendo la dimensión más subestimada de la planificación de la jubilación.

Retrato de una nueva realidad

Nombre: Joanne

Edad: 70

Sexo: Mujer

Situación: Jubilada en el Reino Unido

Perspectivas y motivaciones:

Joanne es una solucionadora de problemas nata que prosperó en su carrera científica. Se jubiló anticipadamente para cuidar de su madre y desde entonces ha luchado por volver a su campo profesional. Aunque todavía espera volver a dedicarse a esta profesión, cree que tanto su edad como el ritmo de cambio del sector se interponen en su camino. Los procedimientos anticuados, la pérdida de confianza y la percepción de que su tiempo ha pasado pesan mucho.

A pesar de estos contratiempos, Joanne mantiene su determinación. Trabaja como voluntaria con regularidad, se mantiene físicamente activa y se ha comprometido a envejecer bien en sus propios términos. Hace poco fue abuela, un momento que volvió a centrar su atención en la familia, aunque ahora vive en el extranjero.

Preocupaciones y barreras:

Joanne siempre supo que su pensión sería modesta, pero se siente muy contrariada por el hecho de que el trabajo a tiempo parcial al final de su carrera redujo el cálculo final de su salario. La falta de transparencia en torno a las pensiones y a los cambios en las políticas ha hecho que se sienta defraudada por el sistema.

Sin embargo, sus mayores temores no son económicos. Le preocupan el deterioro del tejido social, el aumento de la delincuencia, la reducción de la vigilancia policial y el comportamiento antisocial en su comunidad. Estas preocupaciones se unen a la sensación de haber perdido oportunidades en su vida.

Nota: Los perfiles están tomados de los grupos de discusión organizados por el NICA entre el 12 de agosto y el 15 de septiembre de 2025. Los nombres de las personas se han cambiado para proteger su intimidad.

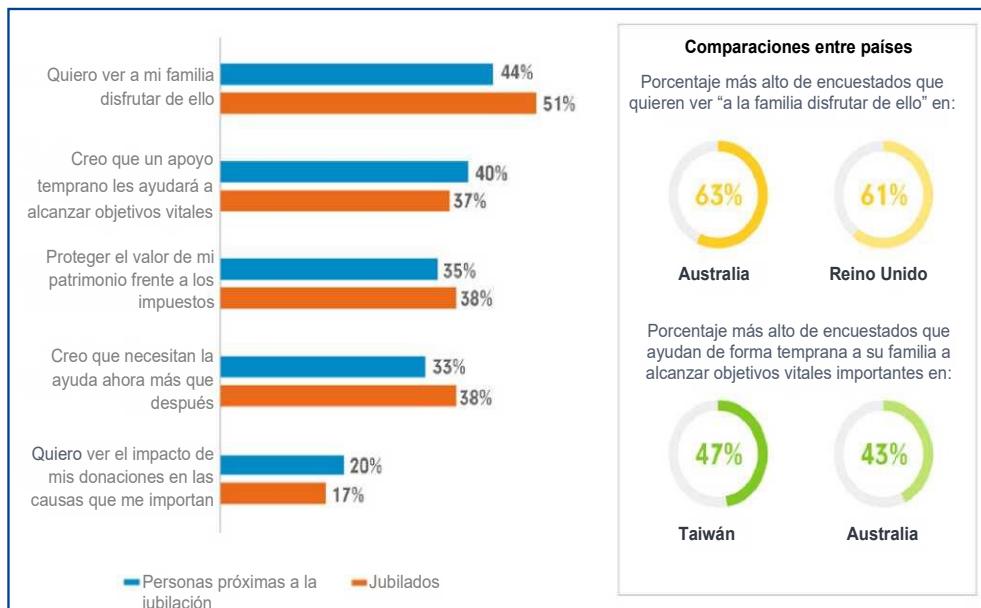
Revolución en las herencias: Legar en vida

La herencia no es solo riqueza. Está profundamente ligada a las relaciones y a la conexión social. Una vida más larga permite disponer de más tiempo para influir directamente en la vida de los demás, lo que a veces hace que prime el impacto en vida sobre la herencia tradicional tras la muerte.

En todo el mundo, casi la mitad de los encuestados esperan transmitir su patrimonio a lo largo de su vida. Para muchos, la aspiración máxima es ver cómo su dinero marca la diferencia en la vida de sus seres queridos (véase el gráfico 10). Casi dos tercios preferirían jubilarse con menos dinero, pero rodeados de los seres queridos a los que han ayudado.

A medida que la gente vive más años, se está redefiniendo la cómoda noción de herencia, es decir, el patrimonio que se transfiere tras la muerte.

**Gráfico 10: Razones para transmitir el patrimonio en vida,
personas próximas a la jubilación frente a jubilados.**



Fuente: Fidelity International, Opinium, octubre de 2025..

Los modelos tradicionales asumen que la riqueza fluye de los progenitores fallecidos a unos hijos de entre 30 y 40 años que prosperan y están labrándose una carrera profesional. Sin embargo, para una pareja actual de 65 años, hay un 89% de probabilidades de que uno de los miembros viva hasta los 85 años, y un 45% de probabilidades de que uno sobreviva al menos hasta los 95 años en el Reino Unido, según cálculos de la Oficina de Estadísticas Nacionales basados en los datos del Censo de 2021. En el momento de la transferencia de la riqueza, es posible que los hijos de esta pareja ya se estén acercando a la jubilación cuando por fin les llegue ese patrimonio.

A medida que la gente vive más, no es raro ver cómo la riqueza se transfiere de los centenarios a los septuagenarios, de los muy ancianos a los simplemente ancianos, o se salta por completo a los hijos para ayudar a los nietos. La longevidad es un factor que lleva a más personas a transmitir su riqueza mientras aún viven. En lugar de considerar la herencia como un acontecimiento post mortem único, las familias se inclinan ahora por estrategias de "transferencia escalonada del patrimonio", moviendo los activos cuando es necesario y apropiado.

Retrato de una nueva realidad

Nombre: Kurt

Edad: 66

Sexo: Hombre

Situación: Jubilado en Alemania

Perspectivas y motivaciones:

Kurt afronta la jubilación con una mentalidad abierta y optimista. Tras años de trabajo por turnos y ocasiones sociales perdidas, ahora llena su tiempo con senderismo, viajes en grupo y tertulias periódicas con amigos y antiguos compañeros. Con su mujer a punto de jubilarse, planean viajar más, algo que él ve como una recompensa a sus décadas de trabajo.

Vive sin preocupaciones innecesarias, prefiere tomarse la vida como viene. Económicamente, se siente seguro. La suma de su pensión estatal y la de la empresa le permite mantener su estilo de vida y ayudar ocasionalmente a sus hijos. No se preocupa por llevar un presupuesto estricto, ni trata activamente de gastar su riqueza. Simplemente lo está disfrutando, y si sobra algo, será para sus hijos.

Preocupaciones y barreras:

Kurt arrastra algunas preocupaciones cotidianas, pero las experiencias pasadas han conformado su enfoque de la planificación. Tras gestionar las complejidades de la herencia de su padre y ser testigo de la tensión que causaba entre los miembros de la familia, adoptó un enfoque proactivo. Formalizó un testamento vital hace más de una década y lo actualiza periódicamente para evitar la incertidumbre.

Se siente afortunado por haber encontrado un bungalow de alquiler que satisface sus necesidades cambiantes, casualmente reformado y adecuado a su edad, y que ahora es un hogar ideal a largo plazo. No tiene planes de mudarse.

Nota: Los perfiles están tomados de los grupos de discusión organizados por el NICA entre el 12 de agosto y el 15 de septiembre de 2025. Los nombres de las personas se han cambiado para proteger su intimidad.

Sección 3

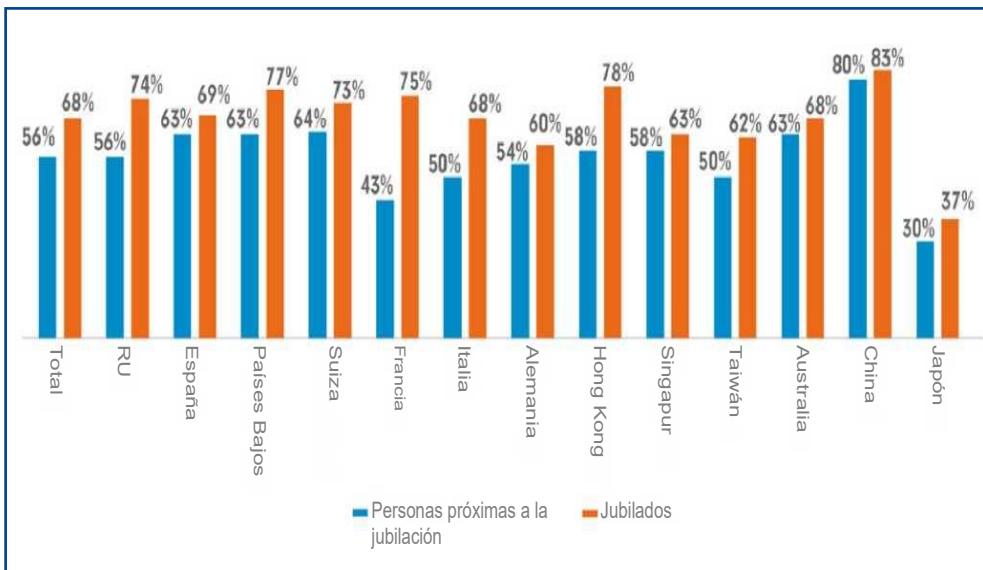
Aprovechar el dividendo de la longevidad

Durante la mayor parte de la historia moderna, la sociedad estaba diseñada para los jóvenes. Los sistemas educativos absorbían a un gran número de niños, los mercados laborales asumían décadas de trabajo a tiempo completo y la jubilación era algo al final de la vida que no ocupaba muchos pensamientos. Ese modelo reflejaba una pirámide de población en expansión: ancha en la base y estrecha en la cúspide. Sin embargo, hoy en día la pirámide tiene una base más estrecha, con unas tasas de fertilidad en descenso¹⁵. Los grupos demográficos de mayor crecimiento son las poblaciones de más edad.

El reto –y la oportunidad– reside en cómo reconfigurar una sociedad diseñada para los jóvenes por otra que también atienda a la longevidad. A medida que la gente vive más años, las fronteras tradicionales entre trabajo y jubilación se difuminan. Este cambio no es un reto que haya que temer. El dividendo de la longevidad puede materializarse mediante innovaciones en las políticas públicas, las empresas, la sanidad y los servicios financieros. Afortunadamente, nuestro estudio muestra que la mayoría de la gente no afronta la jubilación con miedo y que el optimismo aumenta con la experiencia, ya que el 56% de los futuros jubilados y el 68% de los jubilados son optimistas sobre cómo será su vida cuando dejen de trabajar. Esto sugiere que, con el apoyo adecuado, las personas pueden esperar períodos de jubilación más largos con confianza.

Gráfico 11: Perspectivas sobre la vida durante la jubilación (% de respuestas muy positivas o ligeramente positivas).

Pregunta: Pensando en la jubilación,
¿cuál de las siguientes afirmaciones refleja sus perspectivas?



Fuente: Fidelity International, Opinium, octubre de 2025.

Los factores decisivos para el éxito

Las soluciones más eficaces para una sociedad longeva serán las que integren los cambios estructurales en ámbitos como la sanidad, la asistencia y la innovación en productos y servicios en toda una serie de sectores, incluidos los servicios financieros y la tecnología. Además, la orientación y el apoyo personalizados, junto con las iniciativas de fomento de la seguridad, pueden promover la confianza tanto en los sistemas públicos como en las instituciones financieras.

La planificación de la jubilación consiste en reconocer que la seguridad financiera está interrelacionada con el bienestar emocional, la conexión social y la salud física. Este enfoque integral requerirá la colaboración de los gobiernos, las comunidades, las empresas (incluido el sector financiero) y los propios individuos.

Creemos que existe un conjunto de factores clave de éxito para liberar todo el potencial del dividendo de la longevidad. Cada uno de ellos es esencial para ayudar a las personas a prosperar en jubilaciones más largas y para que las empresas y los responsables políticos puedan responder eficazmente al cambio demográfico.

Abordar pronto la preocupación económica

Ayudar a la gente a planificar puede reducir la incertidumbre y el estrés. Una orientación y una educación financieras tempranas permiten a las personas tomar decisiones con conocimiento de causa, reforzar su capacidad de adaptación y confiar en que sus recursos serán duraderos. También necesitan información clara y accesible sobre su situación financiera y las opciones disponibles, y estar preparados para variar el rumbo si cambian las circunstancias o los planes. Combinado con un asesoramiento simplificado y práctico, las personas están en mejores condiciones de tomar decisiones informadas con confianza.

Promover la innovación tecnológica

Las plataformas digitales, las orientaciones basadas en la inteligencia artificial y las herramientas personalizadas están facilitando a las personas el acceso a la información, la modelización de escenarios y la toma de decisiones seguras sobre su futuro. La tecnología colma las lagunas en materia de conocimientos financieros, favorece el bienestar y fomenta las conexiones, lo que permite a las personas tomar las riendas de su longevidad. Para las empresas, invertir en tecnología de forma que se gestionen eficazmente los riesgos asociados significa llegar a más personas, prestar un apoyo a medida e impulsar la eficiencia.

Dar prioridad a la salud y la asistencia

Es esencial abordar las preocupaciones en torno al bienestar y la autonomía. Si se pone el foco en la salud y los cuidados y se ayuda a la gente a planificarlos, eliminamos las principales incertidumbres y capacitamos a las personas para mantener su independencia y calidad de vida. Esto no solo beneficia a los individuos, sino que también reduce la presión sobre los sistemas públicos y las familias.

Confianza en los sistemas e instituciones públicas

La confianza en el apoyo estatal y en las entidades financieras es vital. Una comunicación transparente, unos productos fiables y una orientación accesible ayudan a recuperar la confianza y fomentan las interacciones. También es esencial una normativa estatal sobre pensiones previsible y estable, ya que los ciudadanos necesitan tener la seguridad de que el marco que sustenta su jubilación no cambiará de forma inesperada, lo que les permitirá planificar con mayor certidumbre y tranquilidad. Cuando las personas confían en los sistemas y las entidades que las apoyan, es más probable que busquen ayuda, sigan consejos y participen en la planificación de su futuro.

Apoyar el bienestar integral

Las intervenciones oportunas en los cuatro pilares –financiero, físico, emocional y social– marcan la diferencia. Un enfoque integral permite a las personas disfrutar de una vida más larga, sana y conectada. Para la sociedad, esto significa una población más adaptable, participativa y productiva.

Una vida más larga no es una mera estadística. Es una oportunidad de crear las condiciones para que la gente viva bien y disfrute de jubilaciones más satisfactorias. Las entidades y los responsables políticos que adopten la longevidad con sensatez no solo ayudarán a las personas a lograr seguridad y objetivos, sino que también crearán una sociedad más rica, más sana y más cohesionada que la anterior.

REFERENCIAS

Salvo que se indique lo contrario, todos los datos de este informe proceden de estudios realizados por el Centro Nacional de Innovación para el Envejecimiento del Reino Unido o Fidelity.

¹ Naciones Unidas, Departamento de Asuntos Económicos y Sociales, División de Población (2024). Perspectivas de población en el mundo 2024, edición en línea.

² "Is care affordable for older people?", OCDE, 2024.

³ "For the first time ever, there are more people over 65 than under 5", Foro Económico Mundial, 19 de marzo de 2019.

⁴ Neil Ruiz, Luis Noe-Bustamante, Nadya Saber, "Coming of Age", Fondo Monetario Internacional, marzo de 2020.

⁵ "The Rise of the Silver Economy: Global Implications of Population Aging", Fondo Monetario Internacional, abril de 2025.

⁶ Laura L. Carstensen, "A Long Bright Future: Happiness, Health, and Financial Security in an Age of Increased Longevity", PublicAffairs, 27 de septiembre de 2011.

⁷ "Global Burden of Disease Study (GBD) 2021", Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME), 16 de mayo de 2024.

⁸ "Is care affordable for older people", OCDE, 29 de octubre de 2024.

⁹ Volker Witting, "German nursing homes see cost for care explode", Deutsche Welle, 8 de febrero de 2025. Deutsche Welle.

¹⁰ Melissa Gail Sing, "Long-term care costs: What S\$2,952 a month covers (Hint: It's not just healthy food)", Singapore Life, 2025.

¹¹ Laura L. Carstensen, "A Long Bright Future: Happiness, Health, and Financial Security in an Age of Increased Longevity", PublicAffairs, 27 de septiembre de 2011.

¹² Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). Loneliness and Social Isolation as Risk Factors for Mortality: A Meta-Analytic Review. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 227-237.

¹³ Lynda Flowers, Ari Houser, Claire Noel-Miller, AARP Public Policy Institute, Jonathan Shaw, Jay Bhattacharya, Lena Schoemaker, Stanford University y Monica Farid, Harvard University, "Medicare Spends More on Socially Isolated Older Adults", AARP, 27 de noviembre de 2017.

¹⁴ David McDaid, Annette Bauer y A-La Park, "Making the economic case for investing in actions to prevent and/or tackle loneliness: a systematic review", London School of Economics and Political Science, septiembre de 2017.

¹⁵ Populationpyramid.net, basado en datos de las Naciones Unidas, 2024.

FOROS SOBRE TEMAS DE INVERSIÓN

- Nº 1. Las grandes tendencias de inversión: el impacto de la demografía.
- Nº 2. Longevidad y cambios en el ahorro y la inversión.
- Nº 3. El papel del cambio climático en la macroeconomía y la asignación de activos.
- Nº 4. Una visión de la banca actual a través del coste de capital y sus determinantes.
- Nº 5. Perspectivas de macroeconomía global. Las cuatro Ds y el retorno de la inflación.
- Nº 6. Perspectivas de macroeconomía global: La carrera hacia la neutralidad en emisiones.
- Nº 7. La revolución de la longevidad: Cómo prepararse para una nueva realidad.

COLABORADORES DE LA FUNDACIÓN DEL INSTITUTO ESPAÑOL DE ANALISTAS

BANCO SANTANDER, S.A.

LA CAIXA

BANCO SABADELL

FIDELITY INTERNATIONAL

BOLSAS Y MERCADOS ESPAÑOLES

INDRA

URÍA MENÉNDEZ

ACS

EY

FUNDACIÓN MUTUA MADRILEÑA

KPMG

JB CAPITAL

IKEA IBÉRICA, S.A.U

ACCIONA

MOEVE

UNICAJA

DIVINA PASTORA SEGUROS

MARKET PORTFOLIO AM

SOLUNION

J&A GARRIGUES, S.L.

DELOITTE

INSTITUTO CAJASOL

CECA

ORGANON

FINALBION

FLUIDRA

GVC GAESCO

FINREG360

ALANTRA

GRUPO INSUR

FUNDACIÓN ICO

CÍRCULO DE EMPRESARIOS