

With the rapid proliferation of private pension plans following the Second World War, it was perhaps natural that 65 should be incorporated in the plans as the optimum age for the beginning of pension benefits. Naturally enough, the clear implication of this was that the individual would also retire at age 65. It was not reasonable, moreover, to consider the wishes of the individual worker; he must retire when he reached pensionable age or the pension scheme would be upset. Apart from this, a good deal of administrative bother could be avoided if individuals would simply leave quietly without the necessity of convening boards of review or devising rules for assessing the capabilities of the aging employee.

## 2. Health Aspects of Retirement

The reaction of individuals to retirement is a highly personal one. Some people find that retirement is a relief from drudgery or boredom and a welcome chance to enjoy leisure or some new and attractive activity. Others find that they are at a loss when they no longer have the daily routine of working to sustain them. The change in their life may impose great stress on some people whose role as productive workers has been interrupted, often suddenly. They may feel that life has lost its meaning. In turn, this can lead to nervousness, apathy, irritability, headaches and other problems. As one witness before your Committee noted, "Imaginary illnesses become real and real illnesses are magnified."<sup>2</sup>

The American Medical Association has stated its position clearly:

The sudden cessation of productive work and earning power often leads to physical and emotional illness and premature death.<sup>3</sup>

The Canadian Medical Association is somewhat more guarded. In its testimony before your Committee, it said:

There is some mythology in the concept of an emotional and physical state known as 'the retirement syndrome'—apathy, depression and anxiety. Generalization can be fallacious and it would be wrong to say that retirement automatically brings declining physical and mental health, yet there is the clinical evidence that some people do suffer symptoms directly connected to changes in pattern of life. There are statistics which suggest retirement is a major contributing factor in many psychological and physiological disorders.<sup>4</sup>

On the other hand, Dr. George Maddox, Director of the Center for the Study of Aging and Human Development at Duke University says that the so-called trauma of retirement is "a myth without a shred of evidence to support it."<sup>5</sup> There is thus no unanimity of view about the effects of retirement on the health of individuals. It is evident that a good many people retire because their health is poor and it is therefore not surprising that the incidence of illness among retired people is relatively high. It does seem reasonable to believe that, if people who are working cultivate interests and activities unconnected with their work, they are apt to make the transition from work to retirement without great difficulty. On the

La prolifération accélérée des régimes privés de retraite après la Seconde Guerre mondiale a amené presque naturellement à fixer cet âge comme âge optimal pour commencer à recevoir des prestations. Comme il fallait s'y attendre, les particuliers se sont mis à prendre leur retraite à cet âge. Il n'était en outre pas raisonnable de tenir compte des désirs du travailleur; celui-ci devait absolument cesser de travailler lorsqu'il avait atteint l'âge de la retraite sous peine de bouleverser tous les calculs. De plus, s'il acceptait de quitter en douceur son emploi, on évitait nombre de tracasseries administratives en s'épargnant de réunir des commissions de révision ou d'élaborer des règles permettant d'évaluer les capacités des employés vieillissants.

## 2. La santé et la retraite

Chacun réagit au phénomène de la retraite de façon bien personnelle. Les uns se sentent libérés de la grisaille et de l'ennui quotidiens et sont heureux d'avoir des loisirs ou de se lancer dans des activités nouvelles et attrayantes. Les autres, au contraire, se trouvent démunis en l'absence de leur cadre de travail habituel. Cette modification de leur rythme de vie peut être source d'un immense «stress» pour ceux dont le travail productif a été interrompu, parfois brutalement; ils ont souvent l'impression que la vie n'a plus de sens, ce qui les rend nerveux, apathiques, irritables et leur donne des maux de tête ou autres malaises. Comme l'a dit l'un des témoins au Comité: «Les maladies imaginaires deviennent alors réelles et les vraies maladies empirent.»<sup>2</sup>

L'American Medical Association a clairement pris position:

L'interruption subite de tout travail productif et rémunérateur est souvent cause de maladies physiques et psychiques, voire même d'une mort prématurée.<sup>3</sup>

L'Association médicale canadienne a pris une position plus nuancée dans son témoignage devant le Comité:

L'idée d'un état émotif et physique appelé 'syndrome du retraité', caractérisé par l'apathie, la dépression et l'anxiété, relève quelque peu du mythe. Les généralisations sont souvent erronées et il serait faux d'affirmer que prendre sa retraite entraîne automatiquement un déclin de la santé physique et mentale, mais il est médicalement établi que certaines personnes souffrent réellement de symptômes directement liés au changement de leur mode de vie. Certaines statistiques laissent penser que la mise à la retraite est l'un des principaux facteurs à l'origine de nombreux troubles de nature psychologique et physiologique.<sup>4</sup>

Le docteur George Maddox, directeur du Centre d'étude sur le vieillissement et le développement humain à l'université Duke, pense au contraire que le prétendu traumatisme de la retraite est «un mythe que ne corrobore aucun fait.»<sup>5</sup> Les avis divergent donc quant aux répercussions de la retraite sur la santé des individus. On sait bien que beaucoup prennent leur retraite pour raisons de santé et il n'est donc pas surprenant que le taux de maladie soit alors relativement élevé. Il est cependant raisonnable de penser que les personnes qui, en plus de leur travail ordinaire, se sont intéressées à autre chose, n'éprouvent aucune difficulté à faire la transition. Celles, au contraire, dont l'horizon personnel et social est entièrement