

Envelhecimento humano e aposentadoria: percepções de pessoas idosas

Envelhecimento humano e aposentadoria: percepções de pessoas idosas

Eloísa Maldaner Kuhn¹, Christianne Leduc Bastos Antunes²

Resumo

O envelhecimento humano é um processo inerente ao ser humano. Sabe-se que a aposentadoria é um direito adquirido do trabalhador e que, por vezes, coincide com a terceira idade. Adaptar-se a esses dois fatores pode ser difícil e consequentemente, causar impactos na vida do indivíduo. Assim, o presente estudo tem por objetivo compreender como a aposentadoria e o envelhecimento impactam na vida das pessoas idosas e como elas significam e se adaptam a essas questões. A pesquisa foi realizada por meio de um estudo de campo, baseado em um método quanti-quali, que possibilitou analisar os dados trazidos para os fatores em questão. Participaram 10 pessoas idosas, com idade entre 60 e 70 anos. Foram realizadas entrevistas individuais, em março e abril de 2023. Os dados foram gravados, transcritos e submetidos à análise de conteúdo de Bardin, na qual emergiram três categorias temáticas: impactos da aposentadoria na vida das pessoas idosas; vivência dos aposentados no processo de envelhecimento e angústias do envelhecer em aposentados. Dessa forma, conclui-se que a aposentadoria é vista principalmente, a partir dos seus aspectos financeiros e o envelhecer está associado ao processo de um envelhecimento ativo. Verificou-se que a maioria dos participantes possui atividade laboral pós-aposentadoria. Em relação às angústias, há uma preocupação com a velhice voltada para uma possível necessidade de dependência em virtude das perdas físicas e o medo de não estarem sãos mentalmente no futuro.

Palavras-chave: Aposentadoria. Envelhecimento Humano. Pessoa Idosa.

Abstract

Human aging is an inherent process in human beings. It is known that retirement is a worker's acquired right and, at times, coincides with old age. Adapting to these two factors can be challenging and consequently have impacts on an individual's life. Thus, the present study aims to understand how retirement and aging impact the lives of elderly individuals and how they perceive and adapt to these issues. The research was conducted through a field study, based on a



¹Docente do curso De Psicologia da Universidade de Passo Fundo, Passo Fundo, Brasil. ²Doutoranda em Envelhecimento Humano – PPGEH da Universidade de Passo Fundo, Passo Fundo, Brasil.

quantitative-qualitative method, which allowed for the analysis of data related to the factors in question. Ten elderly individuals, aged between 60 and 70 years, residing in municipalities located in the northern region of the state of Rio Grande do Sul, participated in the study. Individual interviews were conducted in March and April of 2023. The data were recorded, transcribed, and subjected to content analysis using Bardin's approach, which resulted in the emergence of three thematic categories: impacts of retirement on the lives of elderly individuals, the experience of retirees in the aging process, and anguish related to aging among retirees. Thus, it is concluded that retirement is primarily viewed from its financial aspects, and aging is associated with the process of active aging. It was found that the majority of participants engage in post-retirement work activities. Concerning the anxieties expressed, there is a preoccupation with old age related to a possible need for dependency due to physical losses and a fear of not being mentally sound in the future.

Keywords: Retirement. Human aging. Elderly individuals.

Introdução

A velhice é uma fase do ciclo vital que demanda grandes desafios adaptativos para quem a vivencia. Por vezes, pode gerar angústias, perda de autonomia e mudança de sua condição humana. Atrélada à velhice, tem-se o processo da aposentadoria, uma etapa potencialmente geradora de crise, dado ao significado do trabalho na vida do sujeito. Para muitas pessoas, o seu trabalho é a “sua vida”, faz parte de sua identidade. Muitos identificam-se inclusive através da profissão que exercem, e a partir desta mudança passam a ser “simplesmente” aposentados.

Em 1974 foi criado o Ministério da Previdência e Assistência Social, que estabelece a previdência como o seguro social garantido ao trabalhador, substituindo assim sua renda quando se perde a capacidade de trabalhar, por doença, por invalidez, desemprego, morte, maternidade, reclusão ou idade avançada (BRASIL, 2022). No Brasil, a idade da aposentadoria em 2023 para homens é de 65 anos e, para as mulheres, é de 62 anos, o que coincide com a categoria da pessoa idosa, que é a idade acima de 60 anos em países em desenvolvimento ou subdesenvolvidos, como é o caso do Brasil (OMS, 2005).

Tratando-se da aposentadoria como um processo longo, com característica longitudinal, e não apenas um evento discreto na vida do trabalhador (FRANÇA *et al.*, 2013; ZANELLI, 2015), ela pode ser considerada como um fator de relevância na vida desses sujeitos. A aposentadoria é uma transição, e pode trazer perdas e ganhos, dependendo do contexto socioeconômico, político e cultural do país onde os aposentados vivem das retrospectivas individuais familiares na época do evento (FRANÇA, 2008, p. 6). Ao afastar-se da atividade profissional acontece, também, o corte ou ruptura do indivíduo com seu ambiente social que resultou do trabalho (ZANELLI *et al.*, 2010). Este afastamento irá afetar a identidade pessoal, nos aspectos que foram moldados através dos relacionamentos. Portanto, tanto a aposentadoria como a velhice, podem ser percebidas e até mesmo vivenciadas nos seus aspectos de perdas e ganhos (HERDY, 2020, p. 255).

No Brasil, dados divulgados pelo IBGE no ano de 2021 mostram que a população total foi estimada em 212,5 milhões de pessoas, sendo que destas, 21,6 milhões tinham 65 anos ou mais de idade, o que representa 10,2% da população. Em uma década, enquanto a população brasileira cresceu 7,6%, o número de pessoas idosas com 65 anos ou mais saltou 41,6% no mesmo período (SILVEIRA, 2022). Tais dados revelam que a população de pessoas idosas vem aumentando no país, necessitando atenção especial.

Com os atuais estudos e regulamentação dos direitos dessa faixa etária como a Política Nacional do Idoso (PNI) de Lei 8.842/94, o termo “pessoa idosa”, Lei nº 3.646, de 2019, passa a ter outra conotação, quando no passado usava-se muito o “velho” que trazia um sentido de feio, inaceitável, ruim, dependente, improdutivo (BRASIL, 2019). Camarano (2004) acredita que a pessoa idosa não pode ser reconhecida, simplesmente, devido ao processo de desenvolvimento do organismo, pois se deve também ao curso de vida social, sendo necessária uma classificação onde os indivíduos sejam considerados por diversas esferas da vida, como o trabalho, a

família, entre outros.

Nesse sentido, tendo em vista o quadro de expectativa de vida acima de 60 anos, surgiu e foi adotado pela OMS o conceito de envelhecimento ativo, durante a 2ª Assembleia sobre Envelhecimento, ocorrida em Madrid, no ano de 2002. Por envelhecimento ativo entende-se “o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança com o objetivo de melhorar a qualidade de vida na 9 medida em que as pessoas ficam mais velhas” (OMS, 2005, p.13). Vega e Bueno (2000), trazem que o pensamento sobre a faixa etária em questão passa a ser de uma atenção voltada para a qualidade de vida nos anos acrescentados pelo avanço tecnológico e da medicina, e não mais pela busca de indivíduos imortais.

Assim, justifica-se este estudo, por duas questões: as possíveis crises do envelhecer no processo do pós-aposentadoria e o crescimento demográfico. O primeiro ponto, respectivamente, se dá na importância em reconhecer esse processo a partir de percepções da realidade atual e, com isso, identificar possíveis repercussões psicológicas. O outro pelo crescente aumento da população da terceira idade e por poucos estudos brasileiros terem sido encontrados a partir da ótica da aposentadoria. Visto isso, o objetivo deste estudo é compreender como a aposentadoria e o envelhecimento impactam na vida das pessoas idosas e como elas significam e se adaptam a essas questões, considerando que tanto o fator da aposentadoria como o processo do envelhecimento são potenciais geradores de crises. É imprescindível que se possa conhecer as dificuldades e as necessidades desse período do ciclo vital, a fim de que o sujeito possa viver uma fase mais prazerosa, visto a tendência ao envelhecimento da população brasileira.

Materiais e métodos

Trata-se de uma pesquisa de campo, com abordagem quantitativa do tipo descritivo transversal. Para determinar o número de amostragem do estudo estabeleceu-se por critério de saturação teórica, totalizando em 10 participantes, escolhidos de forma convencional, tendo como critérios de inclusão: idade entre 60 e 70 anos e estar aposentado. Como critérios de exclusão: limitações cognitivas que impeçam a compreensão e participação do estudo e recusa em assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A entrevista foi composta de um instrumento semiestruturado com 8 perguntas abertas e 6 perguntas fechadas abordando características sociodemográficas e vivenciais. Foi realizado um encontro com cada participante com tempo de duração média de 20 minutos. Após, foi realizada a transcrição dos áudios na íntegra e o processamento dos dados coletados foi realizado por meio da técnica de Análise de Conteúdo, que é definida como uma análise sistemática e objetiva das comunicações, para obter evidências quantitativas ou não, que possibilite a inferência de informações correspondentes às condições da realização/recebimento dos conteúdos (BARDIN, 1977). O processo de análise de conteúdo é operacionalizado em três etapas: pré análise, exploração do material e tratamento dos resultados obtidos, inferência e interpretação. Como resultado da análise de conteúdo emergiram três categorias temáticas, sendo elas: Impactos da

aposentadoria na vida das pessoas idosas; Vivência dos aposentados ao processo de envelhecimento e Angústias do envelhecer em aposentados.

Este projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob o número 02392818.7.0000.5342.

Resultados e discussão

Participaram do estudo 10 pessoas idosas, com idades entre 60 e 70 anos, sendo que dessas, 4 são usuárias de um grupo de Terceira Idade do Centro de Referência de Assistência Social (CRAS), e 6 do Centro de Referência e Atenção ao Idoso, localizados em cidades distintas. A figura 1 apresenta a caracterização sociodemográfica dos participantes. Em relação ao sexo, foram identificados homens (n=2) e mulheres (n=8). Nota-se que as mulheres são o público majoritário da pesquisa, mas também, de forma geral, são as que mais frequentam esses centros de referências voltados ao lazer (NASCIMENTO *et al.*, 2018).

Acerca da escolaridade evidenciou-se: analfabeto (n=1); ensino fundamental incompleto (n=3); ensino médio completo (n=3); ensino superior incompleto (n=1); ensino superior completo (n=1) e doutorado (n=1). Percebe-se, então, que o público maior é de pessoas com baixa escolaridade. Com essas informações, faz-se perceber que, especialmente no passado, a dificuldade ao acesso à educação no Brasil era maior, principalmente para o público feminino, que era limitado esse direito (PAULA *et al.*, 2016; SANTOS; MARINHO, 2016).

Em relação a ocupação antes da aposentadoria, identificaram-se as funções de agricultora e dona do lar (n=3); secretária (n=2); carpinteiro (n=1); controle de estoque (n=1); dona do lar (n=1); professor universitário (n=1); professora de ensino fundamental e médio (n=1). Um dado importante, diz respeito a continuar ou não trabalhando pós aposentadoria: um participante continua com vínculo empregatício, 11 porém com a carga horária reduzida; outros 6 participantes, se aposentaram e buscaram empregos diferentes daquelas funções exercidas antes da aposentadoria. A grande maioria das pessoas idosas aposentadas recebe valores baixos e, ano após ano, vai perdendo o seu poder aquisitivo, logo não lhes resta outra saída a não ser tentar engajar-se no mercado de trabalho formal, ou informal, se não houver uma alternativa (CAMARANO, 2004). Contudo, para além da fonte de renda há o impacto também na valorização do indivíduo, no crescimento e desenvolvimento pessoal e, principalmente, na autonomia e independência (COCKELL, 2014).

A média de idade entre os participantes é de 64,2 anos, porém, o tempo de aposentadoria dos participantes é em média de 6,7 anos. Justifica-se esses dados pelo fato de que antes da Emenda Constitucional número 103, de 2019, houve alterações na Reforma da Previdência, no qual, era válido aposentar somente por tempo de contribuição, atualmente, isso não é mais válido, precisando a idade estar de acordo com o tempo de serviço (BRASIL, Emenda Constitucional nº 123, 2023). Além dessa mudança, professores com efetivo exercício na função do magistério (não são incluídos professores do ensino superior) possuem aposentadoria especial, o que dá direito a tempo de contribuição reduzido se comparado aos demais trabalhadores

(BRASIL, 2022, p. 46). Com o direito da aposentadoria rural, trabalhadores da agricultura familiar podem se aposentar aos 55 anos, pelo artigo 48 da Lei 8.213/91, o que também justifica o fato de se aposentarem antes dos demais trabalhadores. Outro fator, diz respeito ao gênero, no qual, por lei, os homens se aposentam com mais idade em relação às mulheres (BRASIL, 2022).

Participante	Sexo	Idade	Escolaridade	Profissão antes da aposentadoria	Tempo de aposentadoria (anos)	Trabalha atualmente? Se sim, o que?
1	F	66	Ensino fundamental incompleto	Secretária na oficina mecânica do marido	6	Não
2	F	62	Analfabeta	Agricultora e dona do lar	7	Não
3	F	65	Ensino fundamental incompleto	Agricultora e dona do lar	10	Faxineira
4	F	64	Ensino Médio Completo	Agricultora e dona do lar	11	Faxineira e cuidadora de idosos
5	M	61	Ensino fundamental incompleto	Carpinteiro	1	Não, invalidez
6	F	66	Ensino Superior Completo	Secretária de consultório médico	4	Faxineira
7	F	61	Ensino médio Completo	Controle de estoque	1	Não
8	F	64	Ensino médio completo	Dona do lar	9	Sim, aula de culinária
9	M	66	PHD	Professor universitário	8 (CTPS ativa - diminuiu a carga horária)	Sim, professor universitário (com carga horária reduzida) e pesquisador
10	F	70	Ensino superior	Professora de ensino fundamental e médio	10	Sim, síndica de prédio

Figura 1 | Caracterização sociodemográfica dos participantes. Uma nota poderá ser adicionada a figura. Pode ser breve ou longa e conter referências se necessário. Fonte:

Impactos da aposentadoria na vida das pessoas idosas

No passado, era comum as mulheres dependerem financeiramente dos seus cônjuges, nesse sentido, é interessante observar em alguns relatos, como a aposentadoria está ancorada em um sentido de liberdade financeira, principalmente quando se diz respeito às mulheres: “Olha, tenho meu dinheiro, é pouco, mas é meu. Vem certinho todo mês. Se eu quero comprar uma coisa eu compro, se eu quero guardar na poupança eu guardo, eu acho que é uma liberdade, uma vez eu tinha que pedir pro meu marido.” (P.1); “Agora a gente tem mais meios de vida, pode comprar o que quer, tem um dinheiro certinho, é a colheita que tá sempre caindo, né.” (P. 2); “Agora é melhor porque vem dois salários sem trabalhar né” (P. 3); “Quando eu tava com meu esposo eu era muito submissa, eu tinha que ver com ele se dava pra comprar, agora se eu quero eu compro, faço parcelado.” (P. 8). O estudo de Brito *et al.* (2021) sobre aposentadoria e envelhecimento entre mulheres idosas está alinhado com essa mesma perspectiva ao observar que as mulheres do estudo trouxeram em suas falas a expressão “segurança financeira” como um ponto central da aposentadoria.

Com a aposentadoria, algumas participantes relataram ter mais tempo para o autocuidado, o que vai ao encontro do estudo realizado por Macêdo, Bendassolli e Torres (2017) acerca das representações sociais da aposentadoria, onde identificou se

representações ancoradas em maior qualidade de vida, proporcionando um período do ciclo de vida marcado por maior autonomia, diminuição de estresse e cobranças e o sentimento de êxito. Algumas falas marcadas pelo aumento da qualidade de vida: “Eu tenho tempo, agora eu tomo banho de sol, antes eu não conseguia, até a alimentação eu melhorei, eu almoçava muito nas firmas, mas começou a me fazer mal, isso mudou totalmente a minha vida” (P. 7); “Sempre quis ir morar na praia quando me aposentasse, e morei lá por 7 anos, sinto que tenho mais liberdade.” (P. 8); “Vivia anos entre 4 paredes da escola, fui diretora, a minha vontade era conhecer o mundo fora da escola, logo que me aposentei eu saía pro centro às 15h-16h, e pra mim, aquilo era novidade, não queria ver só aquele mundinho do trabalho” (P. 10).

Apesar de pontos positivos do pós-aposentadoria serem ressaltados anteriormente pelas participantes, observa-se um maior número de participantes que voltaram a trabalhar. Nesse sentido, uma participante traz que o benefício/salário recebido não cobre todas as despesas necessárias, o que pode favorecer negativamente o bem estar na aposentadoria (FRANÇA, 2008) “O aposentar é uma renda, para segurança, porque tu sabe que se não consegue trabalho, tem aquela renda, só que se for viver só da aposentadoria, não consegue, eu até pensei em ficar em casa, fazer outras coisas, não consegue fazer isso, tem que voltar a trabalhar para poder sobreviver” (P. 6).

Entende-se que a cultura capitalista tem uma conduta de reprovação às pessoas que não desempenham uma função “produtiva”, sendo assim, o aposentar é um rompimento com o trabalho e com as situações sociais permeadas por ele e evidenciam para o sujeito as mudanças nos papéis sociais que desempenha e, especialmente, a mudança na forma como são vistos pelos outros (MAGALHÃES *et al.*, 2004). Dessa forma, pode-se perceber que angústias voltadas para esse período da vida são vistas para além das finanças.

Questões relacionadas a finanças, liberdade e tempo para o autocuidado foram trazidas pelos participantes e identificadas como os impactos positivos da aposentadoria, que resultam em melhor qualidade de vida para essa população, sendo o aspecto financeiro associado a independência da mulher em relação ao marido. Em contrapartida, outra questão que foi observada é que a maior parte dos participantes voltou a trabalhar, uma participante voltou pela necessidade de suprir aspectos financeiros, já em outros, entende-se, como um desejo por socialização, proporcionado pelo ambiente do trabalho.

Vivências dos aposentados ao processo de envelhecimento

Até meados dos anos 80 predominaram trabalhos referenciados ao modelo médico e ao discurso tradicional da Gerontologia e da Psicologia do Desenvolvimento. Segundo os quais a velhice era sinônimo de doença, perdas, afastamento e disfuncionalidade. A partir daí começaram a aparecer investigações com uma definição psicológica mais nítida, parte das quais apoiada na perspectiva do curso de vida (NERI, 1995, p. 39).

Fontoura *et al.* (2015) destacam que a teoria do curso de vida (Life Course Theory) pondera a conexão entre continuidades e mudanças no percurso da vida, onde sociedade e indivíduo

interagem. A ansiedade e a impaciência são marcas da atual sociedade e, por vezes, pode haver uma incompatibilidade no ritmo da pessoa idosa, visto que esse se mostra em um ritmo um pouco mais lento (OLIVEIRA, 2002). Entre os participantes, observa-se que todos tem um desejo de não desacelerar no seu ritmo de vida, como quando relatam estarem aptos a trabalharem atualmente, afirmando-se como pessoas ativas: “Vão fazer 8 anos que eu estou na cidade e estou trabalhando como faxineira, cuidadora de idoso e até agora eu não parei né, eu gosto de estar trabalhando, não gosto de ficar parada.” (P. 4), inclusive o P. 5 que se aposentou por invalidez “Hoje eu me governo, posso me locomover e colocar ordens no meu pensamento, ser independente” (P. 5).

O sentido que o trabalho representa para cada pessoa, individualmente, e em seu contexto social, pode influenciar a forma como o aposentar vai ser vivenciado, conforme afirma Zanelli *et al.* (2010), o significado do trabalho está diretamente relacionado ao contínuo processo de socialização na sequência de um processo sócio histórico, o que constitui sua identidade, pode-se perceber na fala do professor universitário o quanto a sua identidade está arraigada com seu trabalho: “Se eu não estivesse trabalhando, eu gostaria de dar uma contribuição, como forma de responsabilidade social, até em aula de reforço como inglês ou matemática.” (P. 9); da mesma forma, se observa isso com a fala da ex-professora: “... acho que não perdi a importância porque eu faço muito voluntariado.” (P. 10).

O P. 9 continua trabalhando, porém com a carga horário reduzida, nesse sentido, com outros participantes, também é possível observar o desejo que eles têm em continuar trabalhando através do movimento de buscarem empregos e, ou atividades de lazer: “Olha, se eu for parar de trabalhar, eu vou entrar em depressão, porque não tem aquele serviço pra fazer todos os dias, no fim de semana vou lá na minha filha e já começo a limpar, eu não consigo parar quieta.” (P. 3); “Eu não posso ficar sem fazer, parece que eu sempre tenho que tá fazendo, porque se eu tô parada eu não me sinto bem.” (P. 4); “Eu queria ter continuado trabalhando se a saúde me ajudasse no caso. Me sinto diminuído, a gente olha as pessoas mais velhas e tão firmes trabalhando ainda.” (P. 5).

Em contrapartida, outros participantes preferem deixar o trabalho, conforme: “Sempre quis ir morar na praia quando me aposentar. E morei lá por 7 anos” (P. 8); “... me aposentei para não trabalhar mais...” (P. 10). Apesar de que com o tempo, P.8 e P.10 buscaram novas alternativas de trabalho. As únicas participantes que não procuraram trabalho depois de aposentar foram P.1 e P.2: “Me parece que agora eu tô mais livre, antes eu nunca podia fazer uma coisa, como ir ao aquático, que nem agora eu posso ir aonde eu quero, e quando eu tava trabalhando não, tinha os horários, né” (P. 1); “Meus filhos não querem que eu trabalhe, eu gosto de participar aqui do grupo, eu conheço bastante gente.” (P. 2). Isso, quando as condições financeiras permitirem, como afirma: “se você não trabalhar, não vai ter como sobreviver” (P. 6), ou ainda, por questões de saúde, como o P. 5 que se aposentou por invalidez.

Com o surgimento do conceito de envelhecimento ativo, o pensamento para as pessoas idosas passa a ser de maior qualidade de vida devido aos avanços da medicina e tecnologia

e não mais na busca por indivíduos imortais. Por envelhecimento ativo entende-se: “o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida na medida em que as pessoas ficam mais velhas” (OMS, 2005, p.13).

Os centros de convivência nos quais os participantes da presente pesquisa estão inseridos, possuem um papel primordial na busca por qualidade de vida na medida em que envelhecem. Tal perspectiva é corroborada com o estudo bibliográfico realizado por Dias, Souza e Manhães (2020) onde constatou-se a importância dos grupos de convivência para os idosos, evidenciando que tais ferramentas proporcionam o compartilhamento de sentimentos, despertam a autoestima e motivação para a vida. Ainda, um estudo realizado por Araújo *et al.* (2017) acerca da resiliência e velhice, demonstra que a participação em atividades socioculturais que proporcionem troca de experiências e relações interpessoais, atua como ferramenta no enfrentamento de possíveis dificuldades advindas do processo de envelhecer.

Neste sentido, alguns indivíduos escolhem dar continuidade à vida ativa através da permanência no trabalho, outros, passam a encontrar alternativas de engajamento social que repercutem na satisfação para viver. De modo geral, quebra-se o estigma vinculado à velhice, de que esta seria apenas a etapa relacionada à finitude e inutilidade dos indivíduos.

Angústias do envelhecer em aposentados

A aposentadoria e a velhice são, muitas vezes, confundidas como sinônimos, mas na verdade, são períodos da vida que se encontram e caminham de forma paralela na medida que acontecem (HERDY, 2020). De acordo com a mesma autora, ainda hoje, no século XXI, encontra-se significativa resistência de alguns indivíduos, tanto para o encontro com a aposentadoria como para deparar-se com o processo de envelhecimento. Nas próximas falas transcritas, nota-se certa preocupação em relação à velhice, como uma possível necessidade de dependência em virtude das perdas físicas e o medo de não estarem sãos mentalmente: "Eu penso que se eu ficar velha, quero ficar com a mente lúcida e feliz como eu sempre tô... Eu quero ocupar minha cabeça. Tem uma mulher aqui que era enfermeira, era vice-prefeita e aí eu penso: tomara que a gente não fique assim... (mulher tem Alzheimer)." (P. 3); "Eu preciso cuidar da mãe que está sempre lá precisando de ajuda e eu penso: "será que eu também vou estar assim", vou precisar disso e aquilo..." (P. 4); "A gente não sabe o que o futuro tem nos reservado lá na frente. Hoje eu me governo, posso me locomover e colocar ordens no meu pensamento, ser independente e a gente observa aos arredores chega um tempo que os filhos calçam o pé, tem uns que administram pelo certo e outros pelo errado, então isso me preocupa bastante... me preocupo como será quando eu for velho." (P. 5); "Logo que me aposentei eu comecei a fazer unha, com medo de ficar doente" (P. 7); "Quero envelhecer com saúde e sem "mesquinhas" na cabeça..." (P. 8). Esse receio que foi observado em relação a dependência pode ser confirmado conforme Kreuz e Franco (2017), quando trazem em seus estudos que o processo de envelhecimento pode diminuir a capacidade de adaptação dos indivíduos, ampliando sua suscetibilidade e vulnerabilidade, tornando-se mais comum a

sobreposição da doença – o que, por consequência, culmina na fragilização e dependência do paciente. Os participantes não se retratam como velhos, mas sim, como algo que ainda está por vir. Nesse sentido, o movimento de buscar alguma atividade, tanto de lazer, como em um trabalho pode conotar um sentido de extensão de vida ativa devido aos receios de perda de autonomia, e de sua condição humana em relação à velhice. Essa busca por atividades fica mais explícita com a fala do professor universitário que relata que um conhecido se aposentou com 91 anos de idade e tinha “um cérebro fantástico”: “Acho que isso é o que faz a pessoa ter longevidade, e essa é uma das razões pelas quais eu faço essas sessões de pilates e hidroginástica.” (P. 9), da mesma forma, essa preocupação é percebida com a fala: “hoje a velhice tá muito boa, pra quem se dispõem a se movimentar, fazer alguma coisa, não ficar parada acomodada, senão, tu vai envelhecer de verdade. E o que é esse envelhecer de verdade? Acho que é se acomodar e aí o corpo e o organismo param.” (P. 6). Outro ponto importante para destacar é que as perdas de membros da família são normais durante o curso da vida, mas podem se tornar mais frequentes conforme o sujeito vai envelhecendo. É na velhice que o sujeito começa a viver simbolicamente algumas perdas. O sujeito fica de frente com a sua finitude, com processos de perdas e lutos, constatando, assim, um futuro que finda com a morte. Isso gera a necessidade de olhar para o agora, pois há uma apreensão do que o espera no futuro (COCENTINO; VIANA, 2011). É interessante notar a clareza que a participante expressa sua percepção sobre o envelhecer e em como a família é participante dessas vivências, sendo um processo natural da vida e que se deve adaptar e aceitar: “Só de cuidar dos pais tu sabe que o processo é esse né, então tem que viver cada dia.” (P. 1). Portanto, evidencia-se uma preocupação em relação ao processo do envelhecimento no sentido de perdas físicas e a possível necessidade de dependência de um terceiro no futuro. Ao trazerem a velhice como uma fase que ainda está por vir e que remete a esses aspectos negativos, compreende-se que a busca por qualidade de vida é uma forma de extensão da vida ativa. Essa é uma fase que se aproxima de mais perdas tanto da família quanto de amigos próximos, então, pode haver uma resistência mais clara no processo de adaptação e aceitação à nova fase.

Conclusão

Compreende-se que tanto a velhice quanto a aposentadoria são fases que caminham paralelamente, são vivenciadas de maneira singular e por vezes, geradoras de angústias. O estudo apresenta a percepção de aposentados sobre o processo de envelhecer em pessoas de 60 a 70 anos usuários de grupos de terceira idade. A pesquisa desenvolveu-se a partir de três categorias temáticas, os quais os objetivos foram alcançados. Entende-se que essa pesquisa pode sofrer limitações, ao passo que o significado do trabalho se dá de forma subjetiva, sendo, portanto, necessárias mais buscas voltadas ao motivo de continuar ou não trabalhando após a aposentadoria. De modo geral, os participantes por já fazerem parte de grupos sociais para a terceira idade, demonstram a escolha em dar continuidade à vida ativa o que vai repercutir em satisfação para viver, indo além das relações habituais de trabalho. A realização desta pesquisa propiciou uma expansão desta temática. Tendo em vista o aumento da expectativa de vida no

Brasil, é essencial compreender como as pessoas estão olhando e vivenciando este fenômeno. O campo afetivo é uma alteração muito significativa nesta fase da vida. Sinais físicos implícitos e queixas subjetivas podem evidenciar uma carência em ser escutado. É importante ouvir mais, escutar nas entrelinhas, para além do que é dito.

Referências

- ARAÚJO, Ludgleydson Fernandes de; SILVA, Rayfran José Sousa; SANTOS, José Victor de Oliveira. Resiliência e Velhice: um estudo comparativo entre idosos de diferentes níveis socioeconômicos. *Revista Kairós – Gerontologia*, São Paulo, v. 20, n. 1, p. 389-407, mar. 2017.
- BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. 3. ed. Lisboa: Edições 70, 2004.
- BRASIL. Emenda Constitucional nº 103, de 12 de novembro de 2019. Altera o sistema de previdência social e estabelece regras de transição e disposições transitórias. *Diário Oficial da República Federativa do Brasil*, Brasília, DF, 12 nov. 2023. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao/Emendas/Emc/emc103.htm. Acesso em: 23 mai. 2023.
- BRASIL. Estatuto da pessoa idosa: lei federal 3.646, de 2019. Brasília, DF: Secretaria Especial dos Direitos Humanos, 2019.
- BRASIL. Lei Nº 8.213, de 24 de julho de 1991. Dispõe sobre os Planos de Benefícios da Previdência Social e dá outras providências. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 24 jul. 1991.
- BRASIL. Ministério do Trabalho e Previdência. Os 100 anos da Previdência Social. Brasília, DF: Ministério do Trabalho e Previdência, 2022.
- BRITO, Jhêssica Paula de; ARAÚJO, Ludgleydson Fernandes de; BELO, Raquel Pereira. Aposentadoria e Envelhecimento: Estudo das Representações Sociais entre Mulheres Idosas. *Psicología desde el Caribe, Parnaíba*, vol. 38, n. 2, p. 238-255, ago. 2021.
- CAMARANO, Ana Amélia. Os novos idosos brasileiros. Muito além dos 60? Rio de Janeiro: IPEA, 2004.
- COCENTINO, Jamille Mamed Bomfim; VIANA, Terezinha de Camargo. A velhice e a morte: reflexões sobre o processo de luto. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, p. 591-599, mai. 2011.
- Cockell, Fernanda Flávia. Idosos aposentados no mercado de trabalho informal. *Psicologia & Sociedade*, São Paulo, v. 26, n. 2, p. 461-471, ago. 2014.
- DIAS, Sebastião Duarte; SOUZA, Cristina de Fátima de Oliveira Brum A. de; MANHÃES, Fernanda Castro. Percepção de idosos sobre os grupos de convivência: uma revisão bibliográfica. In: ISTOÉ, Rosalee Santos Crespo; MANHÃES, Fernanda Castro; SOUZA, Carlos Henrique Medeiros de. *Envelhecimento humano, inovação e criatividade - Diálogos interdisciplinares*. Campos dos Goytacazes, Rio de Janeiro: Brasil Multicultural Editora, p. 294-304, 2020.
- FONTOURA, Danielle dos Santos; DOLL, Johannes; OLIVEIRA, Saulo. O desafio de aposentar-se no mundo contemporâneo. *Educação & Realidade*, Porto Alegre, v. 40, n. 1, p. 53-79, mar. 2015.
- FRANÇA, Cristineide L.; MURTA, Sheila Giardini; NEGREIROS, João Luís; PEDRALHO, Marina; CARVALHEDO, Rochelly. Intervenção breve na preparação para aposentadoria. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 99-110, jun. 2013.
- FRANÇA, Lucia Helena de Freitas Pinho; MENEZES, Gustavo Silva; BENDASSOLLI, P. F; MACEDO, LUCIANI SOARES SILVA. Aposentar-se ou continuar trabalhando? O que influencia essa decisão? *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 33, n. 3, p. 548-563, abr. 2013.
- FRANÇA, Lucia. *O desafio da aposentadoria*. 1. ed. Rio de Janeiro: Rocco, 2008. HERDY, Jane Santos. (2020). *Envelhecimento: Aposentadoria e Velhice – Fases da Vida*. GIGAPP Estudos: Grupo de Investigación en Gobierno, Administración y Políticas Públicas. [Rio de Janeiro], v. 7, n. 152, p. 242-260, fev. 2020.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. População cresce, mas número de pessoas com menos de 30 anos cai 5,4% de 2012 a 2021. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br>. Acesso em: 20 mai. 2023.
- KREUZ, Giovana; FRANCO, Maria Helena Pereira. O luto do idoso diante das perdas da doença e do envelhecimento - Revisão Sistemática de Literatura. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, Rio de Janeiro, v. 69, n. 2, p. 168-186, jun. 2017.
- MACÊDO, Luciane Soares Silva; BENDASSOLLI, Pedro; TORRES, Tatiana de Lucena. Representações sociais da aposentadoria e intenção de continuar trabalhando. *Psicologia & Sociedade*, Natal, v. 29, n. 1, out. 2017.
- MAGALHÃES, Mauro de Oliveira; KRIEGER, Daniela Valle; VIVIAN, Aline Groff; STRALIOTTO, Marcia Carvalho; POETA, Maslowa Pereira. Padrões de ajustamento na aposentadoria. *Aletheia, Canoas*, n. 19, p. 57-68, jun. 2004.
- NASCIMENTO, Edirlane Soares do; FERNANDES, Juliêta Lopes; MOURA, Thaís Norberta Bezerra de; SANTIAGO, Maria Luci Esteves. Atividades de lazer e seus conteúdos culturais em centros de convivência e fortalecimento de vínculos. *Licere*, Belo Horizonte, v. 22, n. 2, jun. 2019.
- NERI, Anita Liberalesso (org.). *Psicologia do envelhecimento: temas selecionados na perspectiva do curso de vida*. Campinas: Papyrus, p. 73-110, 1995.
- OLIVEIRA, Rita de Cassia. Velhice: teorias, conceitos e preconceitos. Sesc - Serviço Social do Comércio. São Paulo, v. 12, n. 25, p. 37-52, ago. 2002.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. Brasília:

PAULA, Chanthelly L. M. de; SANTOS, Everson V. de L.; MAIA, Paula C. G. G. S.; FILHO, Petrônio S. G.; SOUSA, Milena N. A. de. Qualidade de vida de idosos participantes de um grupo de convivência no município de São Mamede –PB. *Revista Brasileira de Educação e Saúde*, Pombal, Paraíba, v. 6, n. 2, p. 01-07, abr. 2016.

SANTOS, Priscila Mari dos; MARINHO, Alcyane. Grupos de convivência para idosos como espaços de lazer (também) para homens: o olhar dos coordenadores em Florianópolis (SC). *Motrivivência*, Florianópolis, v. 28, n. 47, p. 128-144, mai. 2016.

SENADO FEDERAL. Reforma da Previdência cria contribuição mínima para trabalhadores do campo. Agência Senado, Brasília, 07 de maio de 2023. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2019/05/07/reforma-da-previdencia-cria-contribuicao-minima-para-trabalhadores-do-campo>. Acesso em: 15 de maio de 2023.

VEGA, José Luis; MARTÍNEZ, Belén Bueno. *Desarrollo adulto y envejecimiento*. 1. ed. Madrid: Síntesis, 2000.

SILVEIRA, Daniel. País passa a ter mais de 10% da população formada por idosos com 65 anos ou mais de idade, diz IBGE. *G1*, Rio de Janeiro, 22 set. 2022. Disponível em: Acesso em 05 de nov de 2022.

ZANELLI, José Carlos; SILVA, Narbal; SOARES, Dulce Helena Penna. *Orientação para Aposentadoria nas Organizações de Trabalho: construção de projetos para o pós-carreira*. 1. ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.

ZANELLI, José Carlos. Aposentadoria e pós-carreira. In: BENDASSOLLI, Pedro; ANDRADE, Jairo Eduardo Borges (Eds.), *Dicionário de psicologia do trabalho e das organizações*. 1. ed. São Paulo: Casa do psicólogo, p. 59-68, 2015.