



CENTRO UNIVERSITÁRIO DR. LEÃO SAMPAIO – UNILEÃO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

THANYSE MARIANA FERREIRA GONÇALVES

**“QUANDO EU ERA GENTE”: AS IMPLICAÇÕES DA APOSENTADORIA
NA SAÚDE MENTAL DE IDOSOS.**

Juazeiro do Norte
2021

THANYSE MARIANA FERREIRA GONÇALVES

**“QUANDO EU ERA GENTE”: AS IMPLICAÇÕES DA APOSENTADORIA
NA SAÚDE MENTAL DE IDOSOS.**

Trabalho de Conclusão de Curso –
Artigo Científico, apresentado à Coordenação
do Curso de Graduação em Psicologia do
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em
cumprimento às exigências para a obtenção do
grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Me. Larissa Maria
Linard Ramalho

Juazeiro do Norte
2021

THANYSE MARIANA FERREIRA GONÇALVES

**“QUANDO EU ERA GENTE”: AS IMPLICAÇÕES DA APOSENTADORIA
NA SAÚDE MENTAL DE IDOSOS.**

Trabalho de Conclusão de Curso –
Artigo Científico, apresentado à Coordenação
do Curso de Graduação em Psicologia do
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em
cumprimento às exigências para a obtenção do
grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Me. Larissa Maria
Linard Ramalho

Aprovado em: 02/07/2021

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me. Larissa Maria Linard Ramalho
Orientadora

Prof. Me. Ítalo Emanuel Pinheiro de Lima
Avaliador

Esp. Maria Júlia Bezerra Barreira Romão
Avaliadora

“QUANDO EU ERA GENTE”: AS IMPLICAÇÕES DA APOSENTADORIA NA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS

Thanyse Mariana Ferreira Gonçalves¹
Larissa Maria Linard Ramalho²

RESUMO

Pensar a aposentadoria é também pensar as implicações trazidas pela mesma para quem a vivencia, nesta pesquisa bibliográfica foi dado enfoque a aposentadoria como processo, pensando suas consequências para a saúde mental de idosos aposentados. Buscou-se assim analisar as implicações da aposentadoria na saúde mental da pessoa idosa. Foram realizadas pesquisas nos principais bancos de dados, combinando os descritores: aposentadoria, trabalho e saúde mental, idoso. Na qual foi feita a revisão de vinte e cinco artigos científicos bem como análise. Como resultado foi obtido a aposentadoria sendo vivida cada vez mais de maneira ociosa, mostrando que a permanência no mercado de trabalho tem sido determinante de qualidade de vida para idosos aposentados. Concluiu-se que não há relação direta entre a aposentadoria e a saúde mental, sendo esta na verdade, ampliadora de outros fatores que combinados podem resultar em adoecimento psíquico, a significação que o trabalho possui na vida do sujeito, bem como a preparação ou não para a vivência da aposentadoria se mostraram determinantes para como esta será experienciada.

Palavras-chave: Aposentadoria. Envelhecimento. Saúde mental. Qualidade de vida. Trabalho.

ABSTRACT

Thinking about retirement is also thinking about the implications it brings for those who experience it. In this bibliographical research, the focus was on retirement as a process, thinking about its consequences for the mental health of retired elderly people. Thus, we sought to analyze the implications of retirement on the mental health of the elderly. Searches were carried out in the main databases, combining the descriptors: retirement, work and mental health, elderly. In which twenty-five scientific articles were reviewed as well as an analysis. As a result, retirement was obtained being lived in an idle way, showing that staying in the market has been a determinant of quality of life for retired elderly. It was concluded that there is no direct relationship between retirement and mental health, which in fact expands other factors that combined can result in mental illness, the meaning that work has in the subject's life, as well as the preparation or not for the experience of retirement proved to be decisive for how it will be experienced.

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: thanysefmg@gmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: larissaramalho@leaosampaio.edu.br

Keywords: Retirement. Aging. Mental health. Quality of life. Work.

1 INTRODUÇÃO

A população idosa tem crescido de maneira significativa nas últimas décadas, tornando-se consideravelmente maior que a de jovens. De acordo com o Índice Brasileiro de Geografia e Estatística, o número de idosos no Brasil chegou a ultrapassar trinta milhões no ano de 2017 (IBGE, 2018).

Nas últimas décadas o Brasil tem passado por mudanças demográficas decorrentes do controle de natalidade, que permitiu a diminuição de nascimentos e consequente diminuição da população jovem e aumento progressivo da quantidade de idosos. O aumento da longevidade implica também no aumento da vivência de doenças neurológicas e físicos crônicos, que requerem cuidado contínuo. A criação da Política Nacional de Saúde do Idoso (PNSI) foi de grande importância para se pensar diretrizes de promoção e preservação da saúde dessa população.

Os fatos trazidos alertam para a reflexão: com que qualidade de vida os idosos estão envelhecendo? Para responder a essa reflexão, é preciso compreender como os processos que vem com a transição de adulto para idoso, trabalhador para aposentado, implicam na saúde dos mesmos. Trazendo esse aspecto, amplia-se a percepção do que se pode ser feito com relação ao possível sofrimento vivenciado e como ele influencia na vida social, na autoestima e consequentemente na qualidade de vida desses idosos, bem como na sociedade de um modo geral, considerando o número crescente de idosos mencionado.

A aposentadoria é vista socialmente como um marco decisivo na vida do sujeito, que se concretiza ao atingir a terceira idade, no qual ele deixa de ser produtivo para o mercado de trabalho, e passa então a ser dependente do Estado e de outrem para se manter. Esta visão está ultrapassada, pois ela consiste na verdade em um processo, que acontece desde o início da vida profissional do indivíduo, e se efetiva quando este passa a receber seu benefício. Portanto, pensar a aposentadoria implica refletir alguns aspectos que envolvem a história de trabalho do sujeito, como por exemplo, as condições às quais o mesmo foi submetido, sua condição socioeconômica, cultura, histórico de saúde; todos estes fatores influenciam a forma como o trabalhador irá vivenciar sua aposentadoria quando esta for efetivada.

Sendo a aposentadoria um período de transição, é marcada por perdas e ganhos para quem a vivencia, o que desperta para quais as implicações da aposentadoria na saúde mental de idosos aposentados. Para responder a essa questão foi realizada uma pesquisa bibliográfica, nos principais bancos de dados, na qual foram selecionados artigos divulgados entre 2016 e 2021 para análise, os descritores utilizados foram aposentadoria, saúde mental, trabalho e idoso. Os artigos foram divididos por categoria, de acordo com a temática abordada, após a revisão o presente trabalho foi construído com base nas informações obtidas.

Considerando o caráter social da Psicologia, faz-se necessário pesquisar sobre as temáticas que predominam para que se possam discutir novas formas de compreender e aplicar a prática psicológica nesse contexto. Este estudo objetiva, assim, analisar as implicações do processo de aposentadoria na saúde mental da pessoa idosa, tendo como objetivos específicos apresentar a contextualização psicossocial do envelhecimento, compreender a aposentadoria enquanto processo e analisar a influência da aposentadoria na saúde mental da pessoa idosa. A seguir serão apresentados três tópicos, que correspondem a uma contextualização do envelhecimento, o segundo aborda o processo de aposentadoria, e o terceiro a análise da sua influência na saúde mental da pessoa idosa.

2 METODOLOGIA

O presente trabalho corresponde a uma pesquisa na área de ciências humanas, com caráter descritivo, abordagem de dados qualitativa através de estudo bibliográfico, que segundo Marconi e Lakatos (2017) consiste em realizar a pesquisa utilizando documentos disponíveis. Pretendeu-se aprofundar acerca da aposentadoria e sua influência na saúde mental das pessoas idosas, considerando os aspectos psicossociais da aposentadoria como base. Para fundamentação teórica foram realizadas pesquisas nos principais bancos de dados disponíveis – Scielo, PePsic, Google Acadêmico – utilizando combinações dos seguintes descritores: aposentadoria, trabalho e saúde mental, idoso. Foram usados como critério de inclusão dos artigos: que foram publicados nos últimos cinco anos, que utilizassem ao menos um dos descritores mencionados, que abordassem a aposentadoria.

Após a realização da pesquisa foi feita a leitura dos resumos, bem como agrupamento dos artigos em categorias, tendo como parâmetro a discussão trazida por eles. Foram organizadas assim três categorias: Processo de aposentadoria, Saúde mental do idoso, e Aspectos psicossociais do trabalho. Na categoria Processo de aposentadoria foram incluídos dez artigos, enquanto que nas categorias saúde mental do idoso e aspectos psicossociais do trabalho foram inclusos onze e cinco artigos, respectivamente. Os artigos foram tabelados para acompanhamento das leituras. Após a revisão e análise dos textos, foi feita a comparação de informações e realizada a construção deste trabalho.

3 ENVELHECIMENTO: CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRIA E CONCEITUAL

O envelhecimento tem sido pauta de debates acerca de políticas voltadas para a promoção da qualidade de vida de idosos, isso se deve ao fato de que a população idosa tem crescido de maneira desenfreada no Brasil e no mundo. O IBGE (2011) estima que em 2060 os idosos correspondam a 25,49% da população, fato que chama atenção para com que qualidade estas pessoas estão vivenciando esta fase da vida. Envelhecer é um processo natural e complexo, pois não depende apenas do aspecto biológico, mas também de outros fatores como o social, psicológico, econômico e familiar. Desse modo, é necessário atentar para a assistência que se dá a quem envelhece para que consigam envelhecer com a melhor qualidade possível (ROCHA, 2018).

De acordo com a Organização Pan-Americana de Saúde (2018), o envelhecimento vai além do desgaste biológico, representando transição de vida, fase na qual o idoso se depara com a efetivação da aposentadoria, com perdas de entes queridos, além mudanças psicológicas naturais desse processo. Há também os adoecimentos físicos que afetam o sujeito em sua totalidade, como diabetes, hipertensão, doenças pulmonares, cardíacas, depressão; todas se apresentam com maior prevalência à idade e decorrentes do estilo de vida da pessoa (OPAS, 2018). Rocha (2018) aponta que a marca que o processo de envelhecimento vai deixar no sujeito, depende também da presença ou não de patologias.

Dentre as teorias que debatem sobre o envelhecimento humano, há duas que se destacam aqui: A Teoria do Desengajamento propõe que envelhecer implica o gradual afastamento do idoso das funções que desempenhava, retirando-se de

alguns dos seus papéis sociais, de modo que a sociedade tende a não o considerar nestes papéis. A segunda é a Teoria da Continuidade, na qual se baseia na premissa de que quando o idoso se mantém ativo em alguns de seus papéis, este tende a ter maior qualidade de vida. Embora a produtividade esteja comumente ligada ao trabalho remunerado, ela se estende para além disso, se tratando de toda ação realizada pelo indivíduo que lhe traga algum benefício. Sendo assim, manter um estilo de vida ativo é um fator importante para a saúde mental de idosos, não estando necessariamente atrelada ao trabalho remunerado (PAPALIA; FELDMAN, 2018).

A globalização, os avanços da tecnologia, bem como a urbanização, influenciam a vida dos idosos, pois com esse movimento as gerações tendem a viver separadas, uma vez que uma parcela significativa dos idosos tem pouco conhecimento e acessibilidade sobre a tecnologia, apresentando dificuldade em acompanhar as rápidas mudanças. Antunes e Abreu (2017) apresentam em seu trabalho a relação entre o estilo de vida ativo e a qualidade de vida, chamando atenção para a importância do fortalecimento das relações sociais, bem como do sentimento de utilidade advindo do conhecimento das novas tecnologias. De modo que, para os idosos que possuem acesso e conhecimento aos meios de tecnologia, há maior possibilidade de manter relações mais próximas com os seus familiares e amigos.

O uso da tecnologia não se limita ao lazer, fazendo-se necessário pensar como esta afeta a vida daqueles que a utilizam. Com a exigência pela produtividade desenfreada defendida pelo neoliberalismo e os avanços tecnológicos, cada vez mais se espera do sujeito que este corresponda com a lógica neoliberal, de modo que o desgaste, anteriormente citado como consequente do envelhecimento, pode significar para o idoso certa dificuldade em acompanhar essas exigências, bem como sua retirada do mercado de trabalho. Há a necessidade de que o idoso tenha serventia para a lógica capitalista, sendo visto como decadente quando afastado de seu trabalho e a ele não sendo atribuído valor algum àquilo que lhe é possível contribuir socialmente (URBAN, 2018).

O autor acima citado levanta ainda crítica a respeito da indústria da “não idade”, que tem voltado seus investimentos no sentido de criar produtos e movimentos que promovem jovialidade, negando as marcas físicas e psicológicas trazidas pela idade e reforçando a lógica neoliberal. Há dessa maneira, sujeitos que

se dedicam a manterem-se jovens em aparência, que não correspondem com sua idade, mas que permitem a seus corpos, mesmo fragilizados, atenderem às exigências físicas socialmente impostas. Ao invés de se criticar a exigência exagerada por produtividade pregada pelo capitalismo, o que se é criticado é o envelhecimento, processo natural da vida (URBAN, 2018).

A velhice é comumente associada a doenças, dependências e morte, de modo que a ideia de empreendedor de si passou a ser usada como mecanismo do neoliberalismo para responsabilizar ou culpabilizar os sujeitos pela forma como envelhecem. O movimento de cuidado em excesso com o corpo faz com que as pessoas não sejam vistas como velhas, uma vez que existe a preservação da aparência jovial, mas como capazes de manterem-se ativas, produzindo e consumindo. O interesse desse movimento está voltado para a docilização dos corpos de modo que, tornando-se modelo, padroniza quais os idosos que podem manter-se no mercado (AZEVEDO; CONCONE, 2020). A exigência de uma imagem jovem, apesar do envelhecimento ser um processo natural da vida, é pauta necessária de estudo, pois cria estereótipos e regras sociais implícitas, que não permitem ao indivíduo a liberdade de vivenciar seu envelhecimento, buscando meios de negá-lo (HERDY, 2020).

Por se tratar de um processo vital, envelhecer implica modificações para além do biológico, afetando também o psicológico e o social, essas modificações podem ser vivenciadas de maneira positiva ou negativa a depender do contexto de vida no qual o sujeito está inserido (HERDY, 2020). Em complemento a isso Rocha (2018) afirma que do ponto de vista psicológico, as implicações do envelhecimento dependerão de fatores socioculturais, genéticos, e de personalidade dos sujeitos. Esse processo implica, comumente, no desacelerar da pessoa idosa, que já não possui o mesmo desempenho físico e cognitivo de antes, fazendo com que esta se veja diante de novas vivências, como por exemplo, a aposentadoria (ROCHA, 2018). Considerando o conteúdo trazido, será discutida no próximo tópico como a aposentadoria é vivenciada pelos sujeitos enquanto processo, levantando as consequências que essa transição passa para a vida do sujeito.

4 TRABALHO E APOSENTADORIA: VIVÊNCIA OU SOBREVIVÊNCIA?

4.1 TRABALHO ENQUANTO SIGNIFICANTE

O discurso de que o trabalho dignifica o homem é usado socialmente desde os primórdios, sendo introjetado e contribuindo para a significação do papel central do trabalho na vida das pessoas. Trabalhar é então afirmação de valor social, como confirma a visão neoliberal de produção associada a valores, trazida no tópico anterior. O processo de significação do trabalho ocorre de maneira interpessoal, é através da atividade que o sujeito significa. A atividade se constitui, por sua vez, de modo subjetivo e objetivo, o primeiro por meio da significação que o sujeito dá ao trabalho, e o segundo por meio da produção de produtos (BENDASSOLLI; COELHO-LIMA, 2015). Vargas (2016) apresenta, em seu estudo, o trabalho como tendo duas dimensões: o ofício e o mediador social, sendo assim responsável por inscrever o sujeito no meio social, à medida que também o traz rendimento.

Pochmann (2020) elenca três momentos importantes na história do trabalho: o primeiro teve a base do trabalho como sendo agrário, o segundo marcou a mudança rural para urbana, já o terceiro demarca a estruturação da industrialização, que permanece como base até a atualidade. Em nível nacional, a base da estruturação econômica foi agropecuária, até que a sociedade industrial obteve desenvolvimento e a primeira passou por declínio. A criação da legislação trabalhista foi importante para que se criasse um modelo econômico. Após os acontecimentos políticos de 2017 no Brasil, os trabalhos informais aumentaram, se tendo como resultado o aumento dos trabalhos informais, nos quais não há garantias de direitos, dentre eles, a agricultura.

Para entender a relação homem-trabalho é necessário pensar que significados o trabalho possui na vida do trabalhador. Como foi trazido, o trabalho pode ser associado a diferentes significados, em seu estudo com cortadores de cana, Boas (2017) obteve como resultado o trabalho associado a: falta de oportunidade de estudar, condição social, esforço físico, sobrevivência, determinante de dignidade, conquista pessoal, obrigação e sofrimento. Além disso, como significado positivo do trabalho está a identificação com pessoas da mesma classe social. Fato importante é que todos os participantes da pesquisa são naturais da zona rural, vendo esta categoria de trabalho como a única possível.

É importante salientar que assim como há diferentes tipos de trabalho, há também diferentes condições deste trabalho formal e informal, por exemplo, tem características diferentes, e por isso assumem significações diferentes também.

Bendassolli e Coelho-Lima (2015) abordam em seu estudo o trabalho formal como marcado por garantias, direitos, enquanto o trabalho informal é marcado por redução de custos, atentando para o caráter depreciativo das condições da realização das atividades laborais. Evidenciou que o significado não está no trabalho, mas é constituído a partir dele, apontando para o que resulta dessa relação homem-trabalho.

Sendo o trabalho constituinte de identidade dos sujeitos, para muitos, deixar de trabalhar significa despersonalizar-se, fazendo com que não se reconheçam sem o seu trabalho. Para evitar esse fenômeno, as pessoas acabam por procurar outros campos de atuação, campos estes que permitam flexibilidade e adaptação às suas condições físicas e cognitivas enquanto idoso (FONTOURA; DOLL; OLIVEIRA, 2015). Partindo do que foi abordado neste tópico, será discutido a seguir acerca da aposentadoria enquanto processo, dando enfoque a como esta vem sendo vivenciada pelos idosos brasileiros.

4.2 APOSENTADORIA

Assim como as várias fases da vida, a velhice traz ao indivíduo perdas e ganhos, podendo ser vista por muitos como um lento morrer, uma fase de inutilidade, improdutividade, na qual há o afastamento do contexto de trabalho e das relações estabelecidas neste. Papalia e Feldman (2013) afirmam que para algumas pessoas a decisão da aposentadoria é penosa, pois as coloca diante de mudanças relacionais, emocionais e financeiras. O fator socioeconômico se mostra como o que irá afetar diretamente a forma como estas irão vivenciar tal processo, isto se deve ao fato de o trabalho ser significativo para a vida do sujeito, sendo até mesmo o lazer dependente deste para acontecer. Este sentimento de inutilidade apesar de comum, tem se mostrado cada vez menos frequente nos discursos, uma vez que os idosos têm escolhido, em sua maioria, manter-se no mercado de trabalho (LIMA, 2014).

Para Fontoura, Doll e Oliveira (2015) a aposentadoria se constitui como processo dualista, pois requer de o sujeito lidar com os sentimentos e mudanças que a acompanham, isso faz com que, ao pensar a aposentadoria, seja necessário compreender também quais as possibilidades de significação que esta pode ocupar na vida de quem a vivencia.

Os autores acima citados afirmam ainda que para muitas pessoas o processo de aposentadoria ainda é compreendido pela ótica rural, na qual aposentar-se indicava que o sujeito havia perdido o controle de decisões importantes sobre si e sua família. Essa visão, porém, vem sendo ultrapassada, uma vez que hoje muitos idosos optam por continuar trabalhando de maneira remunerada durante a aposentadoria, o que contribui para que esta não seja vista como uma ruptura, mas uma nova fase na vida. As diversas mudanças históricas ocorridas no entorno da aposentadoria, as lutas sindicais por melhores condições da mesma e a diminuição da idade necessária para sua efetivação, contribuíram para que esta fase passasse a ser vista como oportunidade de vivenciar novas experiências. Paralelo a isso, o aumento da população adulta e os avanços tecnológicos tornaram a aposentadoria necessária não só a nível individual, mas também para o mercado de trabalho, uma vez que este já não conseguia oferecer oportunidades a todos os trabalhadores ativos (FONTOURA; DOLL, OLIVEIRA, 2015).

Silva, Turra e Chariglione (2018) discutem em seu trabalho acerca da possibilidade da perda do trabalho decorrente da aposentadoria, que quando realizada por idade, vem atrelada a mudanças significativas no âmbito biopsicossocial deste idoso, que já não apresenta a mesma capacidade funcional, e precisa diminuir seu ritmo, pois não corresponde ao que se é exigido pelo mercado a ele. Esta possibilidade, porém, o coloca diante da indignidade de não trabalhar, como trazido anteriormente, fazendo com que este perca suas referências, e por vezes sua identidade. Os mesmos autores apontam ainda para a reflexão acerca de atividade não se limitar apenas à produção em si, mas como mantenedora do sujeito no meio sociocultural, destacando a importância da ressignificação do afastamento do trabalho e os sentimentos despertados por ele.

Como foi visto anteriormente, há algumas diferentes representações sobre a aposentadoria, que estão diretamente ligadas à como a ela será significada. Representações positivas como aposentadoria relacionada a lazer e nova oportunidade de vivências se apresentam como maioria, enquanto que para uma parcela menor de trabalhadores, representações negativas – como ficar sem vida, medo do retorno às atividades domésticas e receio da depressão – se mostram destacadas. Neste último, o trabalho geralmente é tido como central na vida da pessoa (MACÊDO; BENDASSOLLI; TORRES, 2017).

Dando enfoque aos trabalhadores informais, a Carta Magna foi o marco para a aposentadoria por idade rural, esse tipo de aposentadoria é destinado para trabalhadores rurais, e possui diferentes subtipos, são eles: empregado, contribuinte individual, trabalhador avulso e segurado especial. Este último corresponde ao trabalhador rural que tem a atividade como fonte principal de sua renda, tendo como ajudantes o próprio núcleo familiar, desse modo, esses trabalhadores tendem a começar a trabalhar logo na infância, sendo expostos por muito tempo a condições insalubres de trabalho, como radiação solar, agrotóxico, tempo de jornada de trabalho, trabalho excessivo; essas características são a razão pela qual há a diminuição da idade para aposentadoria dessa classe de trabalhadores (OLIVEIRA; SANTOS; OLIVEIRA, 2019).

No âmbito da aposentadoria rural, os chamados segurados especiais têm a economia familiar como base, o trabalho é, nesse caso, essencial à sobrevivência (BERNARDES; PEDROSA, 2020). O benefício recebido pelo aposentado rural tem, no entanto, se mostrado insuficiente para suprir os custos de vida desses idosos, especialmente com relação à saúde, que devido às características do trabalho, geralmente é debilitada. Esse fato faz com que idosos rurais abram mão do descanso assegurado pela aposentadoria, como forma de complementar a sua renda (ROSA; AREOSA, 2019).

A permanência no mercado de trabalho na aposentadoria mostra duas faces: necessidade e satisfação, o que desperta para pensar como é encarada essa experiência para esses sujeitos, e como isso implica em sua saúde mental. A seguir, será apresentado um apanhado sobre a permanência no mercado, seguido da discussão acerca da saúde mental na aposentadoria

4.3 PERMANÊNCIA NO MERCADO DE TRABALHO

Ferraiuoli e Ferreira (2017) afirmam que vários são os fatores que fazem com que o envelhecimento seja diferente para diferentes pessoas, um deles é o estilo de vida. Os idosos que tendem a manterem-se ativos no mercado, são também aqueles que envelhecem de forma saudável e trabalhando, se sentem bem, pois associam a produtividade à juventude, não sentindo assim a aposentadoria como ruptura e perda, mas como uma nova fase. A vida ociosa se mostra um receio para os idosos

nessa fase (LADEIRA *et al.*, 2015). De modo que, quanto mais ativo o idoso for, mais qualidade de vida ele terá (MOTA; OLIVEIRA; BATISTA, 2017).

A escolha pela permanência no mercado de trabalho é influenciada por fatores intrínsecos e extrínsecos ao sujeito. Santos (2017) destaca em seu estudo quais são os principais aspectos intrínsecos e extrínsecos relacionados à permanência dos idosos no mercado de trabalho. O estudo revelou que fatores intrínsecos são mais influentes nessa decisão, sendo a necessidade de ser produtivo a que mais se destaca. Dentre os fatores extrínsecos apontados, o salário é o principal motivo. A autora elege ainda que a necessidade de permanecer no mercado de trabalho faz com que as pessoas não vivenciem a aposentadoria da maneira como haviam imaginado.

Em concordância com essa ideia, Fontoura, Doll e Oliveira (2015) afirmam que há muitos sujeitos que se mantêm no mercado de trabalho pela necessidade de remuneração, seja como forma de complementar renda, seja como garantia de seu sustento. Já para outros, a permanência no mercado se dá pelo desejo de se manter ativos, e evitar sentimentos que podem se deparar ao aposentar-se sem o preenchimento de seu tempo, como o de inutilidade, já citado durante este trabalho. Os homens se mostram mais satisfeitos com a permanência no trabalho após a aposentadoria, sendo ainda norteados pela ideia de ter a responsabilidade de prover o lar, com o trabalho tendo centralidade em sua vida. Desenvolver novas formas de satisfação pessoal se manifesta uma forma de incentivar o crescimento individual, de modo que os idosos possam lidar melhor com as mudanças sociais e familiares resultantes da aposentadoria (SANTOS, 2017).

O estudo realizado por Ribeiro *et al* (2018) evidencia que idosos que tiveram acesso a maior escolaridade, tiveram também acesso a melhores condições de trabalho, de modo que sua permanência no mercado de trabalho foi motivada pela satisfação no trabalho e pelo seu rendimento. Os autores ainda apontam que idosos que possuem baixa renda, veem a permanência no trabalho não relacionada à satisfação com a vida e ocupação, mas como necessidade. Já as pessoas com melhores condições financeiras têm o trabalho como fonte de qualidade de vida e satisfação. Em concordância com o que foi trazido, Ladeira *et al* (2017) obtiveram como resultado de seu estudo satisfação por parte de todos os entrevistados que permaneceram ativos no mercado, pois associavam sua produtividade à juventude,

de modo que mesmo vivenciando a aposentadoria não se sentiam velhos, pois permaneciam trabalhando.

Já no estudo realizado por Costa *et al* (2017) a maioria dos idosos não trabalhava, uma quantidade considerável de participantes continuava ativo no mercado em trabalhos informais, como por exemplo a agricultura. Estes aposentados mantinham essa prática pela necessidade de manutenção da renda de seus lares. O que a pesquisa revelou é que a permanência no trabalho não necessariamente é motivo de sofrimento na vida desses sujeitos, evidenciando também que ela contribui para manter a autonomia dos idosos, bem como de sua relação com o ambiente.

As informações trazidas levam a refletir em quais condições físicas e psicológicas os idosos se mantêm trabalhando, bem como considerar estes aspectos para aqueles que não trabalham mais. Como foi visto, a qualidade de vida é um dos fatores que mais se destaca na vivência da aposentadoria, sendo decisiva para a saúde ou adoecimento mental em idosos. A seguir será trazida a relação aposentadoria e saúde mental, visando discutir o adoecimento psíquico em idosos

5 IMPLICAÇÕES DA APOSENTADORIA NA SAÚDE MENTAL

Como trazido anteriormente, o processo de aposentadoria influencia muitos âmbitos da vida das pessoas, incluindo sua saúde mental. Para Silva, Albuquerque e Andrade (2019) há, porém, vários fatores que interferem na saúde mental do idoso, não se limitando apenas à vivência desse processo. A maioria dos adoecimentos físicos apresentados por idosos tem início previamente à aposentadoria, sendo associados às condições de trabalho e estilo de vida destes. Dentre os fatores de risco de adoecimento mental no processo de aposentadoria, Vargas (2016) alerta para o estilo de vida, para a qualidade de vida com que se trabalha, bem como a precariedade no trabalho.

A precariedade não é medida apenas pelas condições de insalubridade no trabalho, mas também pela relação subjetiva do trabalhador com seu trabalho. A precariedade é, portanto, a combinação entre critérios objetivos do trabalho e subjetivos do trabalhador, de modo que tanto em trabalhos alienantes como nos qualificados, há a possibilidade de precariedade. Ela é resultante da desvalorização de profissões, que acabaram por resultar em hierarquias, desigualdades. Ela

decorre também da fragilização nas garantias dos direitos trabalhistas e nas condições dignas de trabalho. A autora aponta ainda que no Brasil a precariedade estava inicialmente fortemente associada a trabalhos informais, porém afirma que quando o trabalho é visto como meio de sobrevivência, a precariedade pode ser menos sentida (VARGAS, 2016).

Ferraiuoli e Ferreira (2017) alertam em seu estudo para o fato de que doenças físicas e depressão quando combinadas se tornam fator de risco para o suicídio, por isso, os cuidados com o estilo de vida e trabalho se mostram importantes para a preservação da saúde mental na aposentadoria.

É válido salientar que a aposentadoria em si não é fator de risco para o adoecimento psíquico, mas por acontecer na transição da fase adulta para idoso, acaba por coincidir com importantes reflexões acerca da vida além de vivências significativas, a somatória disso resulta em sintomas deprimidos na maioria dos idosos. O despreparo social em acolher o idoso nessa fase e considerando o despreparo mencionado ao longo do texto acerca do envelhecimento e da aposentadoria, não permitem um contexto no qual as pessoas possam envelhecer saudavelmente (ROCHA, 2018). É necessário ressaltar ainda a importância do planejamento da aposentadoria como forma de amenizar as consequências trazidas por ela, destacando o alto índice de adoecimento psíquico nessa transição (SILVA; ALBUQUERQUE; ANDRADE, 2019).

A aposentadoria em si não consiste fator de risco para a depressão em idosos, mas as suas representações e consequências para a vida do sujeito devem ser olhadas com atenção, pois elas muitas vezes apresentam-se sim como fator de risco, mas passam despercebidas por serem confundidas com as mudanças senis decorrentes do envelhecer. Daí surge a importância de ressignificar o biopsicossocial, pois através dele o sujeito consegue, diante das fragilidades com que se depara, desenvolver novas formas de viver (SILVA; TURRA; CHARIGLIONE, 2018).

O estudo realizado por Farias *et al* (2021) evidenciou que o indivíduo se manter ativo após a aposentadoria é de extrema importância para sua saúde mental, essa atividade em questão não se relaciona necessariamente ao trabalho, mas a qualquer atividade que fortaleça laços sociais e permita novas experiências ao sujeito.

5.1 ENVELHECIMENTO ATIVO POSSÍVEL

O termo envelhecimento ativo tem sido bastante utilizado para descrever como o idoso pode experienciar a velhice com qualidade de vida. Há várias formas de se vivenciar o envelhecimento ativo, como a atividades física, relações familiares e trabalhos voluntários, por exemplo. Todos os fatores são importantes para a manutenção da saúde mental (FREITAS; PY 2017).

De acordo com o Freitas e Py (2017), o bem-estar psicológico é importante para uma boa vivência da velhice. Para isso, é importante pensar quais fatores contribuem com esse bem-estar. No estudo de Forner e Alves (2020), os autores elencam que ter uma boa alimentação, realizar exercícios físicos com constância, participar de trabalhos voluntários, fortalecer os vínculos familiares das formas possíveis, ter uma frequência de participação à grupos de idosos; são fatores que podem contribuir para qualidade de vida e saúde mental da pessoa idosa. Os autores enfatizam ainda o quanto é imprescindível que a Psicologia considere o sujeito enquanto biopsicossocial, destacando, assim, a importância de mantê-lo ativo em diversos âmbitos de sua vida, reconhecendo como esses trazem benefícios, em diferentes medidas, à sua saúde mental.

Segundo Faria (2020), o envelhecimento ativo possibilita ao idoso que ele continue no mercado de trabalho, inserido no meio social e possa desfrutar de uma vida saudável. Alerta que o contexto social e cultural pode ser capaz de suprir a perda biológica, mas que para isso, é necessário que haja suporte para o idoso. Esse suporte precisa vir da sociedade, da família, da equipe multiprofissional e da própria pessoa idosa. Assim, para que haja de fato envelhecimento ativo da pessoa idosa, é necessário que antes haja suporte social para que isto ocorra.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A dinamicidade da sociedade e do mercado de trabalho implicam a necessidade de atualização constante com relação ao processo de envelhecimento e o trabalho, bem como das vivências decorrentes dela, dentre elas a aposentadoria. Há muitas pesquisas na área de Psicologia que abrangem o trabalho nas organizações, mas não tantas são as que dão enfoque às implicações que a saída desse trabalho através da aposentadoria pode ter na saúde mental do trabalhador.

Mesmo com as pesquisas encontradas, ainda há a necessidade de se pesquisar na área, uma vez que a população idosa tende a continuar crescendo no Brasil nas próximas décadas.

De acordo com as informações obtidas na pesquisa e apresentadas neste trabalho, é possível afirmar que os trabalhadores que possuem melhores condições de trabalho e qualidade de vida, tendem a experienciar de maneira mais saudável o envelhecimento e conseqüentemente a aposentadoria. Apesar de a aposentadoria tender ainda a ser vista como momento de ruptura deste trabalho, a permanência no mercado de trabalho se mostrou não só uma possibilidade, mas também como a escolha da maioria dos idosos participantes dos estudos utilizados para a construção deste.

Observou-se que não há relação direta entre a aposentadoria e o adoecimento mental de idosos aposentados, mas evidenciou que a combinação da aposentadoria com os demais fatores comuns ao envelhecimento, pode acarretar sim em adoecimentos, sendo o mais comum a depressão. O envelhecimento ativo se mostra como possibilidade de viver a aposentadoria de maneira saudável, permitindo que o sujeito mantenha em sua vida aspectos que antes faziam parte de seu trabalho. Envelhecer torna-se ruim para o mesmo quando tem como base a ideia neoliberal de produção e manutenção da juventude.

Concluindo, é necessário afirmar que o preparo para aposentadoria é uma forma de amenizar as conseqüências negativas possíveis decorrentes da mesma, pois permite que ela seja vivenciada de maneira gradativa como todo processo. Para que essa preparação seja efetiva, é necessário que o sujeito consiga identificar como deseja vivenciar sua velhice, podendo pensar essa experiência psicologicamente, socialmente e financeiramente. O papel da psicologia, além de auxiliar na preparação para aposentadoria nas organizações, é promover também conhecimento acerca do envelhecimento ativo aos trabalhadores, para que estes conheçam as diferentes possibilidades que lhes são possíveis para viver os processos psicossociais que antes vivenciavam através do trabalho. Por fim, imprescindível reforçar cada vez mais o conceito de aposentadoria enquanto processo que constitui parte da vida, e não como a espera pelo momento de morrer.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, M. C.; ABREU, V. As novas tecnologias na promoção do envelhecimento bem-sucedido. **Ens. Tecnol. R.**, Londrina, v. 1, n. 1, p. 3-15, Jan./ Jun. 2017. Disponível em: <<https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/51142/1/As%20novas%20tecnologias%20na%20promo%c3%a7%c3%a3o%20do%20envelhecimento%20bem-sucedido.pdf>>. Acesso em: 18 abr. 2021.

AZEVEDO, C.D., CONCONE, M.H.V.B. Longevidade e mercado: considerações sobre o velho e o empreendedor de si. **Mais60 – Estudos sobre Envelhecimento**, São Paulo, v. 31, n. 78, p. 87-99, Dez. 2020. Disponível em: <https://www.sescsp.org.br/online/artigo/15005_LONGEVIVER+E+MERCADO+CONSIDERACOES+SOBRE+O+VELHO+EMPREENDEDOR+DE+SI>. Acesso em:

BENDASSOLLI, P. F, COELHO-LIMA, F. Psicologia e trabalho informal: a perspectiva dos processos de significação. **Psicol. Soc.**, Belo Horizonte, v. 27, n. 2, p. 383-393, Ago. 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-71822015000200383&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 29 mar. 2021.

BERNARDES, RosieneBorges Reis; PEDROSA, Jussara. **A aposentadoria por idade rural**. 2020. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Direito) – Curso de Direito, Universidade de Uberaba, Uberaba. 2020. Disponível em: <<https://repositorio.uniube.br/handle/123456789/1288>>. Acesso em:

BOAS, L.F.V. A representação social do trabalho sob a perspectiva de trabalhadores do corte de cana. **Revista Labor**, Fortaleza, v. 1, n. 17, p. 92-109, Jan./ Jun. 2017. Disponível em: <www.periodicos.ufc.br/labor/article/view/11887>. Acesso em:

COSTA, I.P. *et al.* Qualidade de vida de idosos e sua relação com o trabalho. **Rev. Gaúcha Enferm.**, Porto Alegre, v. 39, e2017-0213, 2018. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472018000100440&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 12 abr 2021.

FARIA, Maria Cristina. Florescimento e boas práticas de envelhecimento ativo na comunidade. *In*: ANICA, Aurizia; SOUSA, Carolina de. **Envelhecimento Ativo e Educação (II)**. Portugal: Universidade do Algarve, 2020, p. 41-53. *E-book*.

FARIAS, N. O. *et al.* Aspectos cognitivos da pessoa idosa na aposentadoria: uma revisão sistemática. **Revista Eletrônica Acervo da Saúde**, v. 13, n. 2, p. 1-10, Fev. 2021. Disponível em:

<https://www.researchgate.net/publication/349290535_Aspectos_cognitivos_da_pessoa_idosa_na_aposentadoria_uma_revisao_sistemica_Cognitive_aspects_of_the_elderly_person_in_retirement_a_systematic_review_Aspectos_cognitivos_de_la_persona_mayor_en_la_jub>. Acesso em:

FERRAIUOLI, C; FERREIRA, S. O outro lado da “melhor idade”: depressão e suicídio em idosos. **Persp. online: hum. & sociais aplicada**, Campos dos Goytacazes, v. 18, n. 7, p. 43-53, 2017. Disponível em: <https://ojs3.perspectivasonline.com.br/humanas-sociais_e_aplicadas/article/view/821>. Acesso em:

FONTOURA, D.S; DOLL, J.; OLIVEIRA, S.N. O desafio de aposentar-se no mundo contemporâneo. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 40, n. 1, p. 53-79, Jan./Mar. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-62362015000100053&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 4 abr 2021.

FORNER, F.C; ALVES, C.F. Uma revisão de literatura sobre os fatores que contribuem para o envelhecimento ativo na atualidade. **Revista Universo Psi**, Taquara, v. 1, n. 1, p. 150-

174, 2020. Disponível em: <<https://seer.faccat.br/index.php/psi/article/view/1344>>. Acesso em:

FREITAS, Elizabeth Viana de; PY, Lígia. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. 4 ed – [Reimpr.]. – Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017.

HERDY, J.S. Envelhecimento: aposentadoria e velhice – fases da vida. **GIGAPP EstudosWorkingPapers**, v. 7, n. 152, p. 242-260, Abr. 2020. Disponível em: <www.gigapp.org/ewp/index.php/GIGAPP-EWP/article/view/184>. Acesso em:

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Sinopse do censo demográfico 2010**. Rio de Janeiro, 2011. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv49230.pdf>>. Acesso em: 12 abr 2021

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Trata da estimativa do IBGE quanto ao número de idosos em 2050**. 2018. Disponível em: <<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>>. Acesso em: 05 out 2020.

LADEIRA, M. M, *et al.* Significado do trabalho para o idoso: um estudo exploratório. **Revista Vianna Sapiens**, Juiz de Fora, v. 8, n. 1, p. 71-102. Jan./Jun. 2017. Disponível em: <<https://viannasapiens.com.br/revista/article/view/216>>. Acesso em:

LIMA, Anna Karenyna Guedes de Moraes. “**PARECER MORRER**”: **sentidos de trabalho e aposentadoria para professores do ensino superior**. 2014. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande. 2014. Disponível em: <dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/bitstream/123456789/3952/1/PDF%20-%20Anna%20Karenyna%20Guedes%20de%20Moraes%20Lima.pdf>. Acesso em:

MACEDO, L.S.S.; BENDASSOLLI, P.; TORRES, T.L. Representações sociais da aposentadoria e intenção de continuar trabalhando. **Psicologia & Sociedade**, v. 29, e. 145010, 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/psoc/a/fBtVK7r8m7LYp8gTcm57Y6B/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em:

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Metodologia do trabalho científico**. 8 ed. São Paulo: Atlas, 2017.

MOTA, R.S.M; OLIVEIRA, M.L.M.C; BATISTA, E.C. Qualidade de vida na velhice: uma reflexão teórica. **Revista Communitas**, v. 1, n. 1, p. 47-61, Jan./Jun. 2017. Disponível em: <<https://periodicos.ufac.br/index.php/COMMUNITAS/article/view/1122>>. Acesso em:

OLIVEIRA, A.C.S; SANTOS, R.R.R.; OLIVEIRA, T.S.S. Aposentadoria por idade do trabalho rural e aposentadoria híbrida: o princípio da igualdade entre áreas rurais e urbanas. **Revista de Direito do Trabalho, Processo do Trabalho e Direito da Seguridade Social**, v. 1, n. 2, p. 1-13, Dez. 2019. Disponível em: <<https://revista.laborjuris.com.br/laborjuris/article/view/28>>. Acesso em:

OPAS – ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. **Informativos sobre envelhecimento no mundo**. 2018. Disponível em: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5661:folha-informativa-envelhecimento-e-saude&Itemid=820>. Acesso em: 12 abr 2021.

PAPALIA, Diane; FELDMAN, Ruth Duskin. **Desenvolvimento Humano**. 12. ed. Porto Alegre: **AMGH**, 2013.

POCHMANN, M. Tendências estruturais do mundo do trabalho no Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 89-99, Jan. 2020. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232020000100089&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 22 maio 2020.

RIBEIRO, P.C.C. *et al.* Permanência no mercado de trabalho e satisfação com a vida na velhice. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 8, p. 2683-2692, Ago. 2018. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232018000802683&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 03 abr 2021.

ROCHA, Jorge Afonso da. **O envelhecimento humano e seus aspectos psicossociais**. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Faculdade Rolim de Moura, Rondônia. 2018. Disponível em: <revistafarol.com.br/index.php/farol/article/view/113>. Acesso em:

ROSA, D.L.F.; AREOSA, S.V.C. Aposentadoria rural e a reforma da previdência: possíveis impactos para os idosos no campo. *In*: SEMINÁRIO INTERNACIONAL: DEMANDAS SOCIAIS E POLÍTICAS PÚBLICAS NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA, 6; MOSTRA INTERNACIONAL DE TRABALHOS CIENTÍFICOS, 12, 2019, Santa Cruz do Sul. **Anais [...]**. Santa Cruz do Sul: Universidade de Santa Cruz do Sul, 2019, p. 1-15.

SANTOS, Janine Xavier dos. **Aposentados que trabalham: fatores intrínsecos e extrínsecos relacionados ao trabalho e o olhar da Terapia Ocupacional**. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Terapia Ocupacional) – Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2017. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/3916?locale=pt_BR>. Acesso em: 28 março 2021.

SILVA, B.P.; ALBUQUERQUE, B.T.S.C., ANDRADE, L.A.S. Desligamento por aposentadoria: um estudo acerca dos aspectos psicológicos do aposentado. **Cadernos de Graduação – Ciências Humanas e Sociais**, Sergipe, v. 5, n. 2, p. 147-166, Mar. 2019. Disponível em: <<https://periodicos.set.edu.br/cadernohumanas/article/view/5807>>. Acesso em: 18 maio 2021.

SILVA, M.M.; TURRA, V; CHARIGLIONE, I.P.F.S. Idoso, depressão e aposentadoria: Uma revisão sistemática da literatura. **Rev. Psicol. IMED**, Passo Fundo, v. 10, n. 2, p. 119-136, Dec. 2018. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-50272018000200009&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 21 abril 2021.

URBAN, A. Velhice (envelhecimento) e dissociação-valor: linhas gerais para uma teoria crítica da velhice e do envelhecimento na sociedade produtora de mercadorias. **Obeco**, Lisboa, 2018. Disponível em: <http://www.obeco-online.org/andreas_urban1.pdf>. Acesso em: 21 abril 2021.

VARGAS, F.B. Trabalho, emprego, precariedade: dimensões conceituais em debate. **Cad. CRH**, Salvador, v. 29, n. 77, p. 313-331, Mai./Ago. 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-49792016000200313&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 13 abr 2021.