

Percepção de servidores públicos acerca da transição para a aposentadoria

Public servants' perception of the transition to retirement

Percepción de los servidores públicos sobre la transición a la jubilación

Palmieri, Isadora Gabriella Silva;¹ Peruzzo, Hellen Emília;² Haddad, Maria do Carmo Fernandez Lourenço;³ Magnabosco, Gabriela Tavares;⁴ Marcon, Sonia Silva⁵

RESUMO

Objetivo: apreender as percepções acerca da transição para a aposentadoria em servidores públicos de uma universidade. **Método:** estudo qualitativo, incluindo servidores aposentados, à luz da Teoria das Transições de Meleis, sob o conceito condicionantes da transição: fatores que facilitam ou inibem esse processo. Utilizaram-se questões abertas para a coleta de dados, submetidas à análise de conteúdo. **Resultados:** participaram 32 aposentados, sendo a maioria do sexo feminino e aposentados de seis meses a cinco anos. Duas categorias emergiram: “Re-significando o tempo livre” na qual os participantes relataram adoção de novos hábitos, a intensificação do convívio familiar e o desligamento gradual do trabalho; e “Desilusões no caminho” que apresenta os fatores que dificultam o processo: o excesso de tempo livre, a diminuição na renda e o isolamento social. **Conclusão:** compreender tais fatores possibilita o planejamento de intervenções em saúde nas instituições que facilitem a transição.

Descritores: Aposentadoria; Acontecimentos que mudam a vida; Cuidado transicional; Enfermagem do trabalho; Empregados do governo

ABSTRACT

Objective: to apprehend the perceptions about the transition to retirement in civil servants of a university. **Method:** qualitative study, including retired civil servants, in the light of Meleis' Theory of Transitions, under the concept of transition constraints: factors that facilitate or inhibit this process. Open questions were used for data collection and submitted to content analysis. **Results:** 32 retirees participated, most of them female and retired from six months to five years. Two categories emerged: “Re-signifying free time” in which the participants reported adopting new habits, the intensification of family life and the gradual withdrawal from work; and “Disappointments along the way”, which presents the factors that hinder the process: excessive free time, reduced income and social isolation. **Conclusion:** understanding these factors makes it possible to plan health interventions in institutions that facilitate the transition.

Descriptors: Retirement; Life change events; Transitional care; Occupational health nursing; Government employees

1 Universidade Estadual de Maringá (UEL). Londrina, Paraná (PR). Brasil (BR). E-mail: isaagabriella@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2542-1488>

2 Universidade Estadual de Maringá (UEL). Londrina, Paraná (PR). Brasil (BR). E-mail: hellen_peruzzo@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0786-0447>

3 Universidade Estadual de Maringá (UEL). Londrina, Paraná (PR). Brasil (BR). E-mail: carmohaddad@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7564-8563>

4 Universidade Estadual de Maringá (UEL). Londrina, Paraná (PR). Brasil (BR). E-mail: gtmagnabosco@uem.br ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3318-6748>

5 Universidade Estadual de Maringá (UEL). Londrina, Paraná (PR). Brasil (BR). E-mail: soniasilvarmarcon@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6607-362X>

RESUMEN

Objetivo: *aprehender las percepciones sobre la transición a la jubilación en servidores públicos de una universidad. Método:* estudio cualitativo, incluyendo funcionarios jubilados, a la luz de la Teoría de las Transiciones de Meleis, bajo el concepto de restricciones de transición: factores que facilitan o inhiben este proceso. Se utilizaron preguntas abiertas para la recolección de datos, sometidas al análisis de contenido. **Resultados:** participaron 32 jubilados, la mayoría mujeres y jubilados de seis meses a cinco años. Emergieron dos categorías: “Resignificar el tiempo libre”, en la que los participantes relataron la adopción de nuevos hábitos, la intensificación de la vida familiar y el retiro paulatino del trabajo; y “Desengaños en el camino”, que presenta los factores que dificultan el proceso: exceso de tiempo libre, reducción de ingresos y aislamiento social. **Conclusión:** la comprensión de estos factores posibilita la planificación de intervenciones de salud en instituciones que faciliten la transición.

Descriptor: Jubilación; Acontecimientos que cambian la vida; Cuidado de transición; Enfermería del trabajo; Empleados de gobierno

INTRODUÇÃO

Na realidade capitalista, o trabalho é objeto de orgulho das pessoas e fornece ritmo e cronologia às etapas da vida, além disso, propicia o inter-relacionamento do sujeito com o mundo. O trabalho, portanto, constitui uma ferramenta social que contribui para a formação da identidade humana. Não é só um modo de produzir bens de consumo e garantir um proveito.¹

Na sociedade atual o trabalho influencia na maneira como os indivíduos são reconhecidos, possibilitando a realização pessoal, status econômico e social. O ser humano cresce voltando-se a qualificação profissional desde pequeno, sendo atribuído grande importância à fase de produtividade laboral.²

Sendo assim, a perda do vínculo com o emprego é um fator desencadeador de comprometimentos emocionais e sociais. A sociedade atribui valor aos que estão produzindo e, quando deixam de produzir e se afastam do ambiente laboral - seja pelo desemprego ou pela aposentadoria - perdem esse lugar socialmente ocupado, que pode prejudicar a funcionalidade do indivíduo, levando-o à vulnerabilidade biofisiológica, psicoemocional e socioeconômica, adoção de comportamentos inesperados e psicopatologias que não apresentava antes.^{3,4}

Posto isto, a pessoa em situação de aposentadoria e desligamento laboral passará pela transição e ruptura com o que antes era seguro e valorizado socialmente,

necessitando atribuir novos significados à própria existência. Afaf Meleis determina transição como os eventos que requerem novos padrões de resposta e que podem levar a fragilizar o indivíduo quanto à nova realidade a qual será submetido. Determina-se, por exemplo, por ocasião do nascimento do primeiro filho, o primeiro emprego, diagnóstico de uma doença crônica, entre outros.⁵

As transições são acompanhadas por diversas mudanças, implicando na reestruturação da identidade após ser afastado dos hábitos e rotinas com os quais já estava acostumado.⁵ De acordo com a Teoria das Transições, proposta pela enfermeira Afaf Meleis, a transição é a passagem de uma fase da vida para outra, de forma contínua. É um evento que depende da percepção pessoal do indivíduo que está experimentando a transição. A aposentadoria é um destes eventos, pois, o afastamento do trabalho desperta no aposentado sentimento de perda do que antes era familiar.⁶

As transições organizacionais representam aquelas determinadas por mudanças no ambiente social, político e econômico. Um dos conceitos norteadores das intervenções e cuidados de enfermagem proposto por Meleis é chamado de “Condicionantes da transição”, o qual se refere aos fatores que facilitam ou inibem que esse processo ocorra de maneira saudável, podendo eles ser pessoais, da comunidade ou da sociedade.⁷

Os pressupostos básicos que guiam as estratégias de cuidado de enfermagem às pessoas que experienciam a transição são: compreender a perspectiva daquele que está experienciando a transição e identificar os fatores que mediam os processos de transição, sejam eles individuais, ambientais ou sociais, servindo como subsídio no planejamento de ações de prevenção ou intervenção no processo de transição.⁸ Dessa forma, é necessário que a enfermagem auxilie a pessoa em processo de aposentadoria a repensar e redefinir os significados àquela fase para que a transição ocorra de maneira saudável, organizando uma nova rotina que seja prazerosa.⁴

Evidências apontam que a aposentadoria se configura como um evento de concepções singulares e de ordem subjetivas, independentemente das razões do afastamento.⁹ Verifica-se a necessidade de estudos que reconheçam fatores que influenciam na transição para a aposentadoria, visto que a literatura apresenta o trabalho e aposentadoria como fases desconexas e independentes, desconsiderando o processo de transição que os interliga.⁹ Para tanto definiu-se como objetivo do estudo: apreender as percepções acerca da transição para a aposentadoria em servidores públicos de uma universidade.

MATERIAIS E MÉTODO

O presente estudo integra o componente qualitativo de um estudo matricial de metodologia mista intitulado "Do sonho a realidade: mudanças no âmbito familiar e social, nos hábitos, comportamentos e condições de vida, saúde e doença após a aposentadoria", realizado com servidores aposentados de uma universidade pública no Noroeste do estado do Paraná. A fase qualitativa do estudo foi realizada após a investigação quantitativa, com a finalidade de aprofundar a compreensão dos resultados encontrados e a coleta dos dados ocorreu nos meses de março a julho de 2021.

Uma relação de 757 servidores aposentados nos últimos cinco anos contendo nome completo, data de nascimento, e da aposentadoria e setor de trabalho foi cedida pela Pró-Reitoria de

Recursos Humanos da universidade. O critério de incluir servidores aposentados há menos de cinco anos foi estabelecido considerando o fato de os indivíduos ainda estarem experienciando a adaptação à fase de aposentadoria. Os endereços de correio eletrônico de 617 aposentados foram obtidos com auxílio da técnica bola de neve.¹⁰ Na ocasião do primeiro contato, foi feito o convite para participar do estudo, esclarecendo os objetivos e dúvidas, e enviando o link para participação mediante a formulário digital. Deste quantitativo, um total de 217 aposentados devolveram o formulário preenchido, considera-se que o número reduzido está relacionado à diminuição do acesso ao correio eletrônico após o desligamento da universidade.

Estudos qualitativos de dados secundários podem ser valiosos por proporcionar novas perspectivas e agregar elementos que até então não tinham sido analisados. Nesse sentido, a fim de se aproximar da realidade observada e compreendera, considerou-se o levantamento de cenários acerca do social destes aposentados, compreendendo a investigação da "fala",¹¹ tornando possível reconhecer a prática dos sujeitos e auxiliar na construção de uma teoria para análise. Entende-se que poderá haver limitações no estudo visto que a investigação inicial pode não ter tido intenso aprofundamento no novo objeto de estudo.¹²

Em seguimento, estes 217 aposentados que participaram da primeira fase do estudo foram convidados a responder questões abertas de cunho qualitativo enviadas pelo endereço de correio eletrônico, mediante link para participação com resposta em formulário que permitia a resposta em formato textual. As questões abertas de aproximação e investigação, foram: "A sua vida como aposentado está como você imaginava que seria? Por quê?"; "Quais as principais mudanças que ocorreram em sua vida após você aposentar-se?", "O que você começou a fazer após aposentar-se?"; "O que você deixou de fazer quando se aposentou?"; "Quais atividades ocupam a maior parte do seu tempo no cotidiano?". Demais características dos participantes como: sexo, idade, raça/cor, renda, status conjugal e tempo

de aposentadoria foram extraídas do questionário inicial para complementar a análise.

As respostas foram gravadas automaticamente após o envio do formulário e os dados foram extraídos na íntegra da plataforma por uma pesquisadora treinada e com experiência em coleta de dados (inclusive online). As respostas textuais às questões abertas foram submetidas à análise de conteúdo, considerando as três etapas propostas.¹³

Na primeira etapa da análise de conteúdo ocorreu a familiarização com os dados a partir da leitura e releitura de cada uma das respostas. Posteriormente esses dados foram organizados agrupando as ideias semelhantes de forma sistemática. Em seguida as ideias foram codificadas para obter padrões recorrentes nas respostas. Na segunda etapa, foi realizada a classificação das ideias por diferenciação e agrupamento dos códigos aos temas potenciais, verificando a existência de correlação. Por fim, na terceira etapa, as categorias iniciais foram reagrupadas conforme os códigos que surgiram para a obtenção das categorias temáticas,¹³ nomeando-as: (1) Ressignificando o tempo livre; e (2) Desilusões no caminho. Dentre estas categorias, a primeira foi comparada com a literatura com relação às funções que o indivíduo assume após se aposentar e como isso contribui para sua adaptação, a segunda, contempla as dificuldades encontradas, comparando com o cenário mundial de aposentados e os fatores que influenciam na transição e adaptação. O estudo foi conduzido e estruturado com referência no COREQ (COnsolidated Criteria for REporting Qualitative research).

Todos os participantes realizaram anuência eletrônica do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, concordando e cedendo aos pesquisadores o direito de trabalhar com os dados das respostas. Foram seguidos todos os preceitos éticos disciplinados pelas resoluções 466/2012 e 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde e as Orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual - Conep/2021 com

número de CAAE: 40441920.0.0000.0104 parecer de aprovação número 4.501.184.

Trechos dos textos foram utilizadas para exemplificar as análises feitas, e, para preservar o anonimato dos participantes, estes estão identificados com o tipo de formação (T: Técnico; P: Professor), mais o número da ordem em que os formulários foram recebidos na plataforma, o sexo, a idade e o tempo de aposentadoria. Exemplo: (P12, mulher, 63 anos, aposentado há 3 anos).

RESULTADOS

Os 32 participantes do estudo tinham idade entre 53 e 70 anos (média 60 anos), sendo a maioria da cor branca, 16 docentes e 16 técnicos. O tempo de aposentadoria variou de onze meses a cinco anos. A partir dos relatos escritos destes aposentados serão apresentadas as categorias temáticas.

Ressignificando o tempo livre

Alguns aposentados mencionaram dedicar o momento da aposentadoria para executar os planos que não tinham tempo para colocar em prática quando trabalhavam, atribuindo à aposentadoria o significado de aproveitar a vida e realizar atividades que lhes trazem alegria, desenvolvendo novos hábitos.

Passo meu tempo cuidando da horta, sempre quis, mas não dava tempo, (cuidar) do jardim e, também, cozinhando e costurando. (T8, Mulher, 60 anos, aposentada há 2 anos)

Aprendi a nadar, cozinhar, e principalmente, cuido do meu lazer. (T4, homem, 67 anos, aposentado há 2 anos e 5 meses)

Depois de aposentado passei a digitalizar fotos antigas, desenvolver artes manuais e me dediquei mais à minha religiosidade. (P10, homem, 61 anos, aposentado há 2 anos e 6 meses)

A rotina após a aposentadoria é mais flexível, não exige cumprimento de extensa carga horária e com isso, aos aposentados referiram viajar com mais

frequência, para destinos turísticos ou para visitar familiares, atribuindo à aposentadoria o significado de descanso e lazer.

Agora consigo passear e viajar mais. (T6, mulher, 60 anos, aposentada a 2 anos e 6 meses)

Não fico mais longos períodos sem visitar a família que mora fora. (T2, mulher, 58 anos, aposentada há 1 ano e 6 meses)

Segundo os aposentados, um fator que facilitou a transição empregado-aposentado foi o desligamento gradual da função, ou seja, frente ao medo do desligamento abrupto, estes optam por oferecer seus serviços de forma voluntária até que se sentissem prontos para deixar a rotina de vez.

Achei que ia sofrer com a aposentadoria, mas não foi porque continuei trabalhando um tempo como voluntária no mesmo setor. Assim eu fui me desligando aos poucos da rotina e as novas rotinas foram tomando meu tempo. (T12, mulher, 65 anos, aposentada há 2 anos)

Com o trabalho voluntário as cobranças diminuem e a jornada também. Ao diminuir a carga horária de trabalho, estes conseguem se dedicar à outras atividades fora da instituição, conhecer uma nova realidade, assim, seguem em contato com a universidade, por gostarem de trabalhar, pelo significado que aquele trabalho representa, mas aos poucos expressando novos interesses.

Estou me sentindo melhor que antes. Faço minha agenda, administro minha vida sem pensar em calendário, mas ainda me dedico às atividades da Pós-Graduação como voluntária, que gosto muito. (P12, mulher, 58 anos, aposentada há 3 anos)

Estou super bem, apesar de continuar trabalhando, envolvida com os orientandos, escrevendo e sendo parecerista em revistas, eu não me afastei totalmente, mas

consigo descansar e me dedicar a outros afazeres como artesanato e fazer faxina. (P16, mulher, 65 anos, aposentado há 2 anos)

Nesse sentido, o planejamento da aposentadoria apresentou-se como um fator importante para a adaptação e uma transição saudável. Na maioria das vezes, quando há planos para o tempo livre, o desligamento laboral acontece de forma mais organizada.

Eu fui planejando o que gostaria de fazer quando me aposentasse e consegui colocar em prática. (P11, homem, 60 anos, aposentado há 2 anos e 4 meses)

Eu me sinto bem. Por enquanto não posso viajar por conta da pandemia, mas está nos meus planos. (P7, homem, 64 anos, aposentado há 2 anos)

Reestabelecer uma rotina e dedicar-se a atividades voluntárias fora da universidade também representaram uma forma de aproveitar o tempo livre, ocupando a mente e ao mesmo tempo se sentir útil e importante. Tais atitudes diminuíram as inseguranças com o futuro, proporcionaram novas perspectivas e permitem o contato social dos aposentados.

Achei que sentiria muita falta de dar aula, do contato com os alunos, mas foi tranquilo. Penso que ajudou muito eu trabalhar de forma autônoma e, também, na área de voluntariado. (P4, mulher, 60 anos, aposentada há 4 anos e 6 meses)

Estou ajudando os animais abandonados, considero essa atitude ponto fundamental para não desenvolver depressão, pois me faz muito bem e, também, estou atuando mais intensamente na Pastoral Familiar da minha igreja. (T7, homem, 59 anos, aposentado há 2 anos e 8 meses)

A família de muitos foi crescendo com o passar dos anos, os netos nascendo e os pais envelhecendo, demonstrando a necessidade de cuidados. Com isso,

principalmente entre as mulheres, a aposentadoria recebeu o significado de dedicação às necessidades familiares eminentes. Reestabelecer o convívio familiar, os cuidados com a família e com a casa foram atividades mencionadas pelos aposentados

Moro no sítio por escolha, convivo somente com pessoas que amo, realizo as tarefas diárias no meu tempo (...) agora tenho muito mais tempo para cuidar e brincar com meus netos. (T1, mulher, 61 anos, aposentada a 2 anos)

Eu me dediquei mais aos cuidados com a casa e assim consigo cuidar melhor do meu filho. (P5, mulher, 63 anos, aposentada há 3 anos)

Após a aposentadoria consegui mais tempo para cuidar da minha família, principalmente da minha mãe que têm Alzheimer, pois ela veio morar comigo. (T12, mulher, 65 anos, aposentada há 2 anos)

Desilusões no caminho

Apesar de alguns terem mencionado êxito nessa transição, na presente categoria foram incluídos relatos que demonstraram descontentamento com o cenário atual. Observou-se que os homens recém aposentados têm maiores dificuldades de desenvolver novas práticas, encontram-se entediados com o excesso de tempo livre, e acabam gastando a maior parte de seu tempo na televisão ou internet, na tentativa de buscar algum entretenimento.

Eu poderia estar melhor. Gostaria de fazer algum trabalho diferente, mas não encontrei nada que valesse a pena. (P6, homem, 63 anos, aposentado há 11 meses)

Não tenho muito o que fazer, passo a maior parte do meu tempo na TV ou no celular. (T5, homem, 63 anos, aposentado a 1 ano e 6 meses)

Também houve descontentamentos relacionados a situação econômica na aposentadoria. A mudança na renda mensal de aposentado decorrentes da

reforma da previdência fez com que estes servidores perdessem alguns benefícios que tinham, o que diminuiu a renda quando comparada ao que recebiam enquanto trabalhavam. Alguns aposentados referem que esta renda não permite satisfazer àqueles planos que tinham em mente. Isto ocorreu estritamente entre os técnicos que referiram ter renda mensal de 6 a 10 salários-mínimos e eram da raça/cor parda ou preta.

Quando eu pensava em aposentadoria achei que conseguiria viajar, por exemplo, entre outras coisas, mas agora descobri que minha renda não permite nada disso. (T3, homem, 60 anos, aposentado há 3 anos)

Minha aposentadoria não está de todo ruim, mas poderia ser melhor se tivéssemos as reposições salariais que tínhamos direito e perdemos, eu poderia aproveitar mais. (T10, homem, 62 anos, aposentado há 2 anos)

A condição de saúde do aposentado também influenciou na transição. A aposentadoria é vista por muitos como o período de “aproveitar a vida”, nesse sentido, a presença de comorbidades e/ou incapacidades graves acabam prejudicando ou impossibilitando o descanso e lazer sem preocupações, sendo assim, estes aposentados não se sentiam bem com a aposentadoria.

A aposentadoria está pior do que imaginava. Passo meu tempo todo cuidando da saúde, indo às consultas, fazendo exames, não está boa pois só me aposentei por conta desses problemas de saúde. (T15, mulher, 60 anos, aposentada há 3 anos)

O descontentamento pode estar associado à ausência de companheiro conjugal e apoio familiar, visto que outros aposentados que referiram problemas de saúde, mas, possuíam companheiros, conseguiam enxergar o momento de aposentadoria com mais positividade.

Nesse sentido, foi observado nos discursos que a perda do convívio social e o contato com os amigos e colegas de trabalho teve efeito no cotidiano dos aposentados. O momento de aposentadoria muitas vezes é visto como uma ruptura completa com o ambiente e pessoas do trabalho, sentimento de solidão. Salienta-se que esta situação foi ainda mais agravada pela ocorrência da pandemia, a qual obrigou as pessoas, principalmente idosos a manterem-se isolados em suas casas para sua própria proteção. Aquelas mulheres que se aposentaram há mais tempo, e tiveram a aproximação com os colegas fora do contexto da universidade, em reuniões sociais referem sentir falta destes encontros.

Sinto falta pois antes da pandemia me encontrava sempre com os amigos da universidade. (T11, mulher, 64 anos, aposentada há 5 anos)

Antes da pandemia, eu conseguia marcar encontros com amigos. (P15, mulher, 57 anos, aposentada há 2 anos)

Já homens tendem a romper o vínculo com as pessoas do trabalho, reafirmando as dificuldades do gênero masculino em se adaptar à aposentadoria.

Depois que me aposentei perdi o contato com a maioria dos amigos do trabalho. (T3, homem, 60 anos, aposentado há 3 anos).

Para além dos fatores pessoais, o cenário mundial modificado pela Covid-19 foi identificado como inibidor da transição saudável, além de coagir a população pelo medo da morbimortalidade do vírus, a pandemia impôs o fechamento de áreas de lazer, piscinas, academias, saunas, shoppings, entre outros, e até mesmo o isolamento de outros membros da família como filhos e netos. Assim, os aposentados se viam com excesso de tempo, porém, poucas atividades para realizar.

Por conta da pandemia, deixei de fazer várias coisas que gostava, a maior parte do meu tempo eu passo cuidando da casa. (P14, mulher, 62 anos, aposentada há 2 anos)

Tive restrições nas atividades físicas e de lazer, então a maior parte do tempo em eletrônicos como computadores, celulares etc. (P9, mulher, 62 anos, aposentada há 2 anos e 5 meses).

Se não fosse a pandemia estaria melhor, tem dias que eu acho bom, tem dias que eu acho ruim, gostaria de ter mais atividades, excesso de tempo livre, sinto falta de atividades. (T9, mulher, 59 anos, aposentada a 1 ano e 8 meses)

Foi construído um organograma para representar os achados e explorar os fatores condicionantes da transição para a aposentadoria, segundo os relatos dos recém-aposentados da universidade pública (Figura 1).

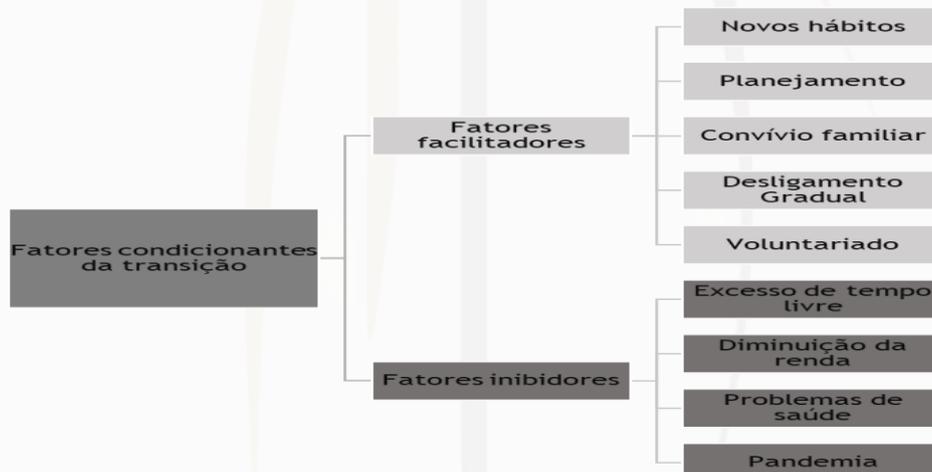


Figura 1. Fatores facilitadores e inibidores da transição para a aposentadoria entre servidores de uma universidade pública
Fonte: dados da pesquisa, 2022.

DISCUSSÃO

Estudar as diversas transições enfrentadas pelas pessoas ao longo da vida é fundamental no contexto da enfermagem, pois, os enfermeiros costumam ser os profissionais da saúde com maior envolvimento na preparação de pessoas para transições iminentes, a fim de auxiliar no processo de aprendizagem de novas habilidades e no desenvolvimento de uma transição saudável.¹⁴

No que se refere à transição para a aposentadoria, alguns dos participantes do estudo que atribuíram novos significados à fase da aposentadoria, desenvolveram novos hábitos e conseguiram encarar a transição para a aposentadoria de uma forma mais positiva. O desenvolvimento de autonomia no envelhecimento estimula práticas de independência e bem-estar.¹⁵

Colaborando com os achados, uma pesquisa acerca do bem-estar na aposentadoria identificou que as estratégias de planejamento e adaptação à aposentadoria são diversas e podem incluir o aumento das atividades de lazer para algumas pessoas, assim como, para outras, pode ser iniciando uma nova carreira como um “emprego-ponte” da transição.¹⁶ A procura por atividades de substituição, afim de criar uma nova rotina de vida e conseguir realizar novos papéis contribui diminuindo os problemas psicológicos como ansiedade que podem surgir com a aposentadoria.¹⁷

O controle sobre os horários da jornada de trabalho a exigência física e a flexibilidade torna o trabalho voluntário após aposentadoria mais satisfatório,¹⁸ e à medida que vão se acostumando com a rotina em casa, começam a se sentir mais confortáveis com a transição para a aposentadoria priorizando a conexão com o conjugue, a família e os amigos.^{15, 18} Isso pode ser justificado pois o ser humano é um ser social que busca pertencimento à uma sociedade, nesse sentido, permanecer no trabalho mesmo após aposentado, como voluntário, significa não ter retornos monetários, mas obter satisfação pela participação de um grupo, contato social e o sentimento de utilidade.^{19, 20}

Cabe considerar que o estudo foi realizado com pessoas de escolaridade e renda maiores que a maioria da população do país - renda mensal média de R\$ 2.659,00 e somente 20% da população consegue concluir ensino superior.²¹ Diante disso, outras populações de aposentados tendem a atribuir significados diferentes ao trabalho após a aposentadoria. Para exemplificar, estudo realizado com a população de aposentados do Sudeste do país identificou que a maioria dos aposentados que permanecem trabalhando são referência no faturamento da unidade familiar. Estes apresentam baixa renda de aposentadoria mensal, menor que a anterior à aposentadoria, aproximadamente um salário-mínimo e meio, dessa forma, seguem trabalhando para complementar a renda e garantir o sustento familiar.²² Nestes casos a aposentadoria não tem significado de descanso ou aproveitar a vida.

O período de júbilo pode ser reconfortante e um alívio para àqueles que tinham um trabalho muito exigente que acabava interferindo na vida familiar.¹⁵ O fortalecimento das relações sociais na fase de transição está relacionado com melhor ajuste à aposentadoria e menores índices de depressão.²³ Aprimorar e ampliar as relações com membros da família, e, a proximidade, acaba por intensificar o envolvimento em atividades e tarefas domésticas, bem como, atividades direcionadas ao cuidado dos membros da família.¹⁹

Apesar de ser considerado satisfatório pelos aposentados do estudo, há que se considerar que ser cuidador nesta faixa etária apresenta suas próprias fragilidades. Culturalmente, no Brasil, existe o valor de se responsabilizar pelo cuidado dos familiares. Entretanto, mesmo que os cuidadores expressem satisfação pelo papel desempenhado, eles estão sujeitos a inúmeros fatores estressantes, decorrente da falta de preparo e da forma como esse papel repercute nas responsabilidades diárias.²⁴

Os discursos dos homens apresentaram maiores descontentamentos com a aposentadoria e dificuldades na adaptação. Socialmente o homem é

caracterizado como o provedor familiar, e acaba se expondo a trabalhos desgastantes que muitas vezes dificulta o convívio familiar. Entretanto, na aposentadoria o papel social do homem se altera, e há a ruptura da própria identificação, ocupando um lugar indefinido ao deixar de cumprir os papéis de homem e trabalhador.²⁵

A falta de contato social com amigos e o afastamento dos colegas de trabalho foi mencionado como um fator negativo da aposentadoria, principalmente no contexto da pandemia. No momento de aposentadoria, o indivíduo é exposto à muito estresse, há uma virada no curso da vida e a interrupção no contato diário com os amigos do trabalho. Este é um fator que prejudica o bem-estar do aposentado, dificulta a adaptação e está associado ao aumento dos índices de problemas psicológicos como a depressão e a ansiedade, e conseqüentemente a insatisfação com o período de aposentadoria.^{18, 23}

Além disso, as condições financeiras após a aposentadoria podem dificultar a adaptação. No presente estudo foi mencionado a diminuição da renda após a aposentadoria e a dificuldade de manter o mesmo padrão de vida e realizar os planos que tinham em mente. Este resultado corrobora com o de um estudo realizado na China, o qual elucida, entre outros aspectos, que as pensões públicas oferecem apenas um nível mínimo salarial aos inscritos gerando preocupações com o futuro na aposentadoria e descontentamentos.²⁶ Cenário parecido foi encontrado na Eslovênia, onde a pensão paga pelo Estado é significativamente inferior ao rendimento anterior do trabalhador.¹⁶

Nesse sentido, a preparação para a aposentadoria e o planejamento financeiro, embora não seja acessível para grande parcela da população, pode minimizar estes problemas, visto que os sistemas públicos não serão capazes de garantir a qualidade de vida na aposentadoria.²⁶⁻²⁸ Logo, é importante investir em programas de planejamento para a aposentadoria de forma a facilitar a transição do aposentado para a nova realidade, fazendo com que o mesmo

disponha de recursos intrínsecos para a adaptação à nova rotina, respondendo às mudanças com menor sofrimento e mais otimismo, assim, vivendo melhor e por mais tempo.²⁹

Atinente a isso, a Política Nacional do Idoso instituída pela Lei n. 8.842, de 4 de janeiro de 1994, atualmente representada pela Lei nº 14.423, de 2022, dispõe que as ações governamentais devem voltar-se para a implementação, criação e estímulo de programas de preparação para a aposentadoria. Estes, devem incentivar novos projetos sociais, esclarecimento dos direitos, tanto nos setores públicos, como no privado. Tais programas devem anteceder minimamente dois anos do afastamento laboral.³⁰ Contudo, poucas organizações adotam esse tipo de programa, sendo que, muitas ainda não estão preparadas para desenvolvê-lo e outras não apresentam vontade política suficiente ou um gestor que desperte essa iniciativa.²⁹

Apesar da transição ser um evento que é comumente atribuído ao enfermeiro, é importante que haja um trabalho multidisciplinar entre os membros da equipe de saúde para que haja continuidade do cuidado, gerenciamento dos fatores ambientais e envolvimento do paciente, a fim de garantir o acompanhamento do indivíduo e oportunidades para esclarecimentos e auxílio.³¹

Este estudo suscita estudos futuros com faixas socioeconômicas diferentes, para que possa compreender se há diferenças do significado e possibilidades da aposentadoria em decorrência da situação social e econômica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os aposentados do estudo tiveram que realizar mudanças na rotina para conseguir passar pela transição e se adaptar ao período de aposentadoria. Aqueles que referem essa transição de forma positiva, já conseguiram reestruturar a rotina e a própria identidade para a vida de aposentado, destinando o tempo que antes era ocupado pelo trabalho às atividades das quais sentem prazer em fazê-las, ficar com a família ou até mesmo trabalhar em uma

carga horária menor. Outros, ainda sentem dificuldade em estabelecer novos hábitos e têm como inibidores desse processo fatores como a pandemia, o isolamento social, a presença de doenças e diminuição da renda mensal.

Sendo assim, cabe destacar que para a transição da aposentadoria acontecer de forma saudável, irá depender de fatores pessoais, socioeconômicos, da comunidade e inclusive políticos como a implementação de programas onde profissionais de saúde preparem e auxiliem os aposentados a se reorganizar para esta e outras transições que ocorrem no decorrer da vida.

Nesse sentido, os resultados reforçam a importância de compreender tais fatores que facilitam ou inibem a transição, possibilitando ao profissional enfermeiro e outros profissionais da saúde realizar o planejamento de intervenções de saúde específicas à essa fase de transição.

Este estudo limita-se por ter sido realizado com uma população específica: servidores públicos. Compreende-se que estas constatações não devem ser generalizadas a outros modelos empregatícios, sugerindo novos estudos para comparação entre as percepções nos demais cenários.

AGRADECIMENTOS

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.

REFERÊNCIAS

1 Oliveira IC, Megier ER, Halberstadt BMK, Beck CLC, Santos JLG, Soder RM. Retirement Planning of college professors: an integrative review. *Rev. bras. geriatr. gerontol.* (Online). 2021;24(1):e200286. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562021024.200286>

2 Krawulski E, Boehs STM, Cruz KO, Medina PF. Voluntary teaching in retirement: a transition between work and non-work. *Psicol. teor. prá.* 2017;19(1):55-66. DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/1980-6906/psicologia.v19n1p67-78>

3 Hoffmann, CD, Zille LP. Centralidade do trabalho, aposentadoria e seus desdobramentos biopsicossociais, *Revista Reuna.* 2017;22(1):83-102. DOI: <http://dx.doi.org/10.21714/2179-8834/2017v22n1p83-102>

4 Silva, MN, Cavaco, C. Percepções da velhice e transição para a aposentadoria de pessoas adultas mais velhas. *Práxis Educativa.* 2023;18:e21348. DOI: <https://doi.org/10.5212/praxeduc.v.18.21348.051>

5 Meleis AI, Sawyer LM, Im EO, Messias DKH, Schumacher K. Experiencing Transitions: An Emerging Middle-Range Theory. *Adv. nurs. sci.* 2000;23(1):12-28. DOI: <http://dx.doi.org/10.1097/00012272-200009000-00006>

6 Chick N, Meleis AI. Transitions: A Nursing Concern. In: Chinn, PT (org). *Nursing research methodology.* Boulder, CO: Aspen Publication; 1986. p. 237-57. Available from: <https://core.ac.uk/download/pdf/76379712.pdf>

7 Meleis AI. *Transitions Theory: Middle range and situation specific theories in nursing research and practice.* New York (US): Springer; 2010.

8 Zagonel IPS. O cuidado humano transicional na trajetória de enfermagem. *Rev. latinoam. enferm.* (Online). 1999;7(3):25-32. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-11691999000300005>

9 Silva IGP, Marquete VF, Lino IGT, Batista VC, Magnabosco G, Haddad MCFL, et al. Factors associated with quality of life in retirement: a systematic review. *Rev. bras. med. trab.* 2022;20(4) DOI: <https://doi.org/10.47626/1679-4435-2022-876>

10 Ribeiro JP, Maliszewski LS, Martins EDSL. Técnica de amostragem “bola de neve virtual” na captação de participantes em pesquisas científicas. *J. nurs. health.* 2024;14(1):e1426636. DOI: <https://doi.org/10.15210/jonah.v14i1.26636>

- 11 Minayo MCS, Sanches O. Quantitativo-qualitativo: oposição ou complementaridade? *Cad. Saúde Pública* (Online). 1993;9(3):239-62. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X1993000300002>
- 12 Yadav D. Criteria for Good Qualitative Research: A Comprehensive Review. *The Asia-Pacific Education Researcher*. 2022;31:679-89. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40299-021-00619-0>
- 13 Bardin, L. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70; 2016.
- 14 Lindmark U, Bulow PH, Martensson J, Ronning H. The use of the concept of transition in different disciplines within health and social welfare: an integrative literature review, *Nurs. open*. 2019;6(3):664-75. DOI: <https://doi.org/10.1002/nop2.249>
- 15 Gvzod R, Rossaneis MA, Matsuda LM, Figueira DAM, Altimari LR, Haddad MCFL. Resources related to welfare in retirement of employees of a public university institution. *Ciênc. cuid. saúde*. 2019;18(4):e45487. DOI: <https://doi.org/10.4025/ciencuidsaude.v18i4.45487>
- 16 Bratun U, Asaba E. Experiences and motives of retirement-aged workers during the first wave of COVID-19 in Slovenia: “This was the first time in 40 years that I really saw spring”. *J. aging stud*. 2021;(58). DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2021.10.0954>
- 17 Sohler L, Van Ootegem L, Verhofstadt E. Well-Being During the Transition from Work to Retirement. *J.happiness stud*. 2021;22:263-86. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00228-6>
- 18 Handayani A, Kuncaro J. The anxiety in facing retirement for Indonesian National Army Soldiers. *Sains Humanika*. 2021;13:1-6. DOI: <https://doi.org/10.11113/sh.v13n2-3.1906>
- 19 Antunes MH, Moré CLOO. Repercussões da aposentadoria na dinâmica relacional das redes sociais significativas de aposentados. *Rev. bras. orientac. prof*. 2020;21(1): 95-106. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbop/v21n1/a09v21n1.pdf>
- 20 Gamelli CE, Oltramari AP. Voluntariado e formação da identidade: reflexões a partir da Psicodinâmica do Trabalho. *Rev. psicol. organ. trab*. 2020;20(1):956-62. DOI: <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2020.1.16884>
- 21 Instituto Brasileiro de Geografia E Estatística (IBGE). *Estudos e Pesquisas, Informação Demográfica e socioeconômica, Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira*. Rio de Janeiro; 2022. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2101979>
- 22 Barreto MC, Costa TMT, Bastos Filho RA, Moraes LP. Participação de aposentados no mercado de trabalho: uma análise comparada entre os estados da região sudeste, Brasil. *HOLOS*. 2020;36(3):e9505. DOI: <http://dx.doi.org/10.15628/holos.2020.9505>
- 23 Kail BL, Carr DC. Structural social support and changes in depression during the retirement transition “I get by with a little help from my friends”. *J. gerontol. Ser. B, Psychol. sci. soc. sci*. 2020;75(9):2040-9. DOI: <https://doi.org/10.1093/geronb/gbz126>
- 24 Silva JV, Reis RD, Orlandi FS. Impacto da sobrecarga em cuidadores informais de pessoas idosas. *Enfermagem Brasil*. 2023;22(1). DOI: <https://doi.org/10.33233/eb.v22i1.5228>
- 25 Góis ECP, Santos JVO, Araújo LF. Representações sociais sobre a velhice masculina: abordagens de homens idosos participantes de grupo de convivência, *Rev. Subj. (Online)*. 2020;20(1esp):e9140. DOI:

<http://dx.doi.org/10.5020/23590777.rs.v20iEsp1.e9140>

Recebido em: 26/04/2023
Aceito em: 07/06/2024
Publicado em: 21/06/2024

26 Niu G, Zhou Y, Gan H. Financial literacy and retirement preparation in China. *Pacific-Basin Finance Journal*. 2020;(59). DOI: <https://doi.org/10.1016/j.pacfin.2020.101262>

27 Tomar S, Baker HK, Kumar S, Hoffmann AOI. Psychological determinants of retirement financial planning behavior. *Journal of Business Research*. 2021;133:432-49. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2021.05.007>

27. Topa G, Lunceford G, Boyatzis RR. Financial Planning for retirement: A psychosocial perspective. *Psychol*. 2018. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02338>

28. França LHFP, Leite SV, Simões FP, Garcia T, Ataliba P. Análise dos Programas de Preparação para Aposentadoria (PPA) desenvolvidos por instituições públicas brasileiras. *Revista Kairós-Gerontologia*. 2019;22(1):59-80. DOI: <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2019v22i1p59-80>.

29 França LHFP, Leite SV, Simões FP, Garcia T, Ataliba P. Análise dos Programas de Preparação para Aposentadoria (PPA) desenvolvidos por instituições públicas brasileiras. *Revista Kairós-Gerontologia*. 2019;22(1):59-80. DOI: <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2019v22i1p59-80>

30 Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Lei nº 14.423, de 2022. Altera a Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, para substituir, em toda a Lei, as expressões "idoso" e "idosos" pelas expressões "pessoa idosa" e "pessoas idosas", respectivamente. 2022. *Diário Oficial da União*. 22 jul 2022;Seção 1: 1-3. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/diarios/1194259389/dou-secao-1-25-07-2022-pg-1>

31 Meleis AI. Facilitating and managing transitions: an imperative for quality care. *Investig. enferm.* 2019;21(1). DOI: <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.ie21-1.famt>