

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
INSTITUTO DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM POLÍTICA SOCIAL E SERVIÇO
SOCIAL

MARINA IRENE WESCHENFELDER SMUCZEK

**O TRABALHO E A APOSENTADORIA:
Conexões estabelecidas através dos programas de preparação
para aposentadoria**

PORTO ALEGRE

2022

MARINA IRENE WESCHENFELDER SMUCZEK

**O TRABALHO E A APOSENTADORIA:
Conexões estabelecidas através dos programas de preparação
para aposentadoria**

Dissertação de mestrado apresentada ao Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul como requisito para obtenção do título de mestre do Programa de Pós-Graduação em Política Social e Serviço Social.

Orientação inicial pelo prof. Dr. Sergio Antônio Carlos (*In Memoriam*) e posterior pela profa. Dra. Dolores Sanches Wunsch.

PORTO ALEGRE

2022

BANCA EXAMINADORA

Profa. Dra. Jussara Maria Rosa Mendes (PPGPSSS/UFRGS)

Profa. Dra. Vania Beatriz Merlotti Herédia (PPGTH-UCS)

Prof. Dr. Johannes Doll (PPGEDU/UFRGS)

Ao meu filho Miguel, meu sonho realizado.

AGRADECIMENTOS

Quando era adolescente e já significava força de trabalho na lavoura de meus pais, nem nos meus melhores sonhos pensava em concluir um Mestrado Acadêmico. Essa é a história que as linhas não conseguem descrever, uma trajetória de luta e superação, vivida por uma menina que um dia resolveu “fazer algo diferente”. E isso significava romper um ciclo. Com as unhas sujas de terra, frequentava a faculdade de Serviço Social, mas ainda naquela época não compreendia o sentido do trabalho na vida, nem imaginava como seria importante para este estudo.

Na trajetória profissional, conheci profissionais incríveis, que muito me ensinaram, e não menos relevantes do que aprendi com os usuários. Usuários que se despiram por meio de suas *histórias de vida*, buscando ressignificar sua existência.

Meu agradecimento principal não poderia deixar de ser a duas pessoas. Primeiro ao meu filho Miguel, minha pessoa favorita, que sempre será minha maior motivação e aprendizado. Segundo, mas não menos importante, ao meu marido Anselmo, que em cada etapa desse processo esteve comigo, me esperando, me incentivando, me compreendendo, me ensinando sobre a força inesgotável de amor. Vocês são minha maior fonte de inspiração, se não tivessem acreditado em mim, eu não teria conseguido!

Aos meus pais, por me mostrarem sua versão do significado de trabalho desde criança.

Às minhas colegas e amigas Cíntia e Greice, que me acolheram desde o primeiro dia no PPG, com carinho, com afeto, com resiliência, caminhamos de mãos dadas em cada etapa.

Aos meus colegas e amigos Evelyn, Anderson e Maurício, que tornaram agradável e esperada cada aula, com quem ri e chorei durante este Mestrado, sem filtro.

Aos meus colegas da CORSAN, com quem convivo e compartilho um pouco das histórias, construindo memórias diárias.

Às minhas amigas Raphaela, Patrícia e Grazielle, minhas *bests* de todas as horas, com as quais crio e recrio definições de amizade a todo momento.

A todos aqueles que, no anonimato, sempre torceram por mim.

Aos professores do PPG, pela sabedoria compartilhada nas aulas.

Ao professor Sergio. Te dedico esta dissertação. Você apostou em mim desde o começo, acreditando no meu potencial, acolhendo meus anseios, e foi o principal descritor deste trabalho. Sua luz me guiou e me guia até hoje, no plano celestial. Não deu tempo de te dizer, mas um dos maiores resultados desta pesquisa aprendi contigo: aposentar-se é fazer aquilo que nos dá prazer.

Por fim, à minha orientadora Dolores, que, ao me ver órfã, me adotou e não mediu esforços para que eu concluísse este trabalho. Você não me deixou desistir, obrigada! Que esse vínculo seja permanente!

Como diz Brené Brown, “é preciso muita coragem pra ser imperfeito”.

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo geral identificar mediações existentes entre o trabalho e a aposentadoria por meio da legitimação de Programas de Preparação para Aposentadoria. Como objetivos específicos, delimitaram-se: compreender a ressignificação do sentido da vida para o homem após o desligamento do trabalho; demonstrar como a identidade profissional influencia/interfere no processo de aposentadoria; e conhecer, na perspectiva dos aposentados, os fatores trabalhados no PPA que podem facilitar o processo de aposentadoria digna. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, desenvolvida a partir de entrevistas semi-estruturadas, realizadas a partir e da técnica de história de vida, que teve como sujeitos da pesquisa trabalhadores aposentados da Companhia Riograndense de Saneamento (CORSAN) cuja aposentadoria ocorreu há 10 anos ou mais que na ocasião realizaram o PPA. A abordagem do estudo perpassou as seguintes categorias: trabalho; aposentadoria; envelhecimento; e preparação para aposentadoria. A relação empírica do estudo evidencia o sentido dessas categorias para os entrevistados nas suas vidas, a partir da compreensão de sua história, sua cultura, sua trajetória de vida e a centralidade do trabalho em todas as etapas e no presente momento. Os resultados do estudo evidenciam a representação do trabalho na vida dos sujeitos da pesquisa nas percepções sobre envelhecimento, constatando-se que não há relação direta entre aposentadoria e envelhecimento. O processo de aposentadoria está ligado a ressignificação das relações, noção de tempo, aposentadoria no tempo presente, novas atividades na vida cotidiana. Foi apontada a importância do Programa de Preparação para Aposentadoria devido às recomendações recebidas, à percepção das novas possibilidades da aposentadoria, à ressignificação da noção de tempo e ao aprendizado. Conclui-se que o PPA é uma ferramenta fundamental para a geração de um aporte para que os trabalhadores cheguem à aposentadoria preparados para usufruir deste novo ciclo da melhor forma. A relevância do estudo está em contribuir para os PPAs, uma vez que este representa um marco na vida de quem dele participa, auxiliando na identificação de muitas conexões entre trabalho e aposentadoria.

Palavras-chave: Trabalho; Aposentadoria; Preparação para Aposentadoria; Envelhecimento.

ABSTRACT

The present study aimed to identify existing mediations between work and retirement, through the legitimation of Retirement Preparation Programs; and as specific: Understand the resignification of the meaning of life for men after leaving work; demonstrate how professional identity influences/interferes with the retirement process; and knowing, from the perspective of retirees, which factors worked in the RPP that can facilitate the process of dignified retirement. This is a qualitative research, through the use of interviews and the technique of life history, which had as research subjects retired workers from Companhia Riograndense de Saneamento (CORSAN) whose retirement took place 10 years ago or more, and at the time performed the RPP. The study's approach permeated the categories: work, retirement, aging and preparation for retirement, and in the empirical relationship of the study, it shows the meaning of these categories for the interviewees in their lives, from the understanding of their history, their culture, their trajectory of life and in it the centrality of work at all stages and in the current moment of life. The results of the study show the representation of work in the lives of workers who are subjects of the research in the perceptions about aging, where it is verified that there is no direct relationship between retirement and aging; The retirement process is linked to the resignification of relationships; notion of time; retirement in the present tense; new activities in daily life and, with regard to the retirement preparation program, point out its importance due to the recommendations received, the new possibilities arising from retirement, the resignification of the notion of time and learning. It is concluded that the Preparation for Retirement - the RPP, is one of the fundamental tools in generating a contribution so that workers can reach retirement, being able to make the best use of this new cycle, as well as the relevance of the study is to contribute with RPP's , as it represents a milestone in the lives of those who participate in it and many connections can be identified between work and retirement.

Keywords: Work; Retirement; Preparation for Retirement; Aging.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Folders Programa de Preparação para Aposentadoria da CORSAN.....	73
Figura 2 – O avanço do envelhecimento da sociedade brasileira (2019).....	74
Figura 3 – Atividade de Lazer (Passeio do Cisne Branco em Porto Alegre, 2018) ...	75
Figura 4 – Atividade de integração (2017)	76
Figura 5 – Encerramento do PPA (2018)	77

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Renda Mensal dos Idosos no Brasil.....	46
Gráfico 2 – População do Brasil por sexo e idade (1980-2050)	47
Gráfico 3 – O avanço do envelhecimento da sociedade brasileira (2019)	50
Gráfico 4 – Perfil dos idosos no Brasil.....	62

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Perfil dos entrevistados	34
---	----

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CAP	Caixa de Aposentadorias e Pensões
CORSAN	Companhia Rio Grandense de Saneamento
DESAQ	Departamento de Gestão de Saúde e Qualidade de Vida da CORSAN
Funcorsan	Fundação dos Funcionários da CORSAN
IBICT	Instituto Brasileiro de Informação em Ciência e Tecnologia
OMS	Organização Mundial de Saúde
PPA	Programa de Preparação para Aposentadoria
RS	Rio Grande do Sul
SESC	Serviço Social do Comércio
UFRGS	Universidade Federal do Rio Grande do Sul

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	16
1.1 PERCURSO METODOLÓGICO	19
2 TRABALHO E ENVELHECIMENTO	29
2.1 PERFIL DOS ENTREVISTADOS	33
2.2 O TRABALHO NA VIDA DOS ENTREVISTADOS: “Foi o que direcionou a minha vida”	35
2.2.1 A representação do trabalho na vida dos trabalhadores sujeitos da pesquisa: “Trabalhava porque gostava, mesmo com as dificuldades”	36
2.2.2 Trabalho na infância: “Eu trabalhava com meu pai na agricultura, desde os 11, 12 anos”	37
2.2.3 O trabalho como sobrevivência: “A mesa era pequena”	38
2.2.4 Trabalho como satisfação: “Me trouxe conforto e satisfação”	39
2.2.5 Tempo de vida e tempo de trabalho: não viram o tempo passar	40
2.3 ENVELHECIMENTO.....	41
2.4 ENSAIOS SOBRE O ENVELHECIMENTO: O QUE DIZEM OS ENTREVISTADOS	51
2.4.1 Medo/incerteza/insegurança: “Eu fiquei mais velho...”	51
2.4.2 Fechamento de ciclos: “A velhice vem naturalmente”	52
2.4.3 Cuidado de si e das relações “Eu nunca paro, nunca deixo de aprender, viagens, outras culturas”	53
2.4.4 Distanciamento do momento atual da vida com o envelhecer	54
3 APOSENTADORIA E PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA	56
3.1 APOSENTADORIA: A VISÃO DOS ENTREVISTADOS	60
3.1.1 Ressignificar as relações: “Fico triste por ter deixado os amigos” ...	60
3.1.2 Tempo: “Larguei o meu relógio e nunca mais usei”	63
3.1.3 Aposentadoria: “Presente?”	64
3.1.4 Inserção em novas atividades: “Enquanto estava trabalhando, era aquela correria, hoje não”	65
3.2 PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA.....	67
3.3 RELATOS SOBRE O PPA: “IA ME APOSENTAR SEM TER UMA NOÇÃO DE APOSENTADORIA”	77
3.3.1 Primeiro Impacto: “Eu agreguei no PPA”	78
3.3.2 Recomendações do PPA: “Não dá pra se apegar ao sofá”	79
3.3.3 Novas possibilidades: “Abre um leque na nossa cabeça”	80
3.3.4 Noção de tempo: “Parece que minha aposentadoria foi ontem”	82
3.3.5 Aprendizado: “A gente aprendeu muita coisa”	83
CONSIDERAÇÕES FINAIS	85

REFERÊNCIAS.....	89
APÊNDICE 1 – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	96

“Aproveitar o tempo!

Mas o que é o tempo, para que eu o aproveite?

[...]

Aproveitar o tempo!

Desde que comecei a escrever passaram cinco minutos.

Aproveitei-os ou não?

Se não sei se os aproveitei, que saberei de outros minutos?”

(Álvaro de Campos)

1 INTRODUÇÃO

O ciclo natural da vida nos remete a imaginar que o trabalho é o elo que separa o homem de sua atividade laboral de sua aposentadoria. Entretanto, o significado dessa relação pode variar de acordo com as experiências e as vivências de cada ser humano. A presente dissertação busca elucidar e compreender esse processo.

Para compreender o sentido deste estudo, que versa sobre preparação para aposentadoria, será necessário abordar algumas categorias que são fundamentais nessa discussão. Destacam-se as categorias trabalho, aposentadoria, envelhecimento e preparação para aposentadoria – trazendo seu sentido na vida das pessoas. Para isso, faz-se necessário compreender a sua história, a sua cultura, a sua trajetória de vida e a centralidade do trabalho nela em todas as etapas. Assim, associamos o trabalho ao ciclo da vida, visualizando que ele esteja presente na etapa produtiva do ser humano. Além disso, para existir a preparação para aposentadoria, deve-se considerar que ela vem com uma série de planejamentos ou a falta dele, ocorrendo em uma etapa da vida em que percebemos que estamos envelhecendo ou ainda não nos demos conta disso.

Nesse sentido, é fundamental conhecer os processos vivenciados no trabalho e na aposentadoria. Nesse estudo, será tida como base a mediação do Programa de Preparação para Aposentadoria da Companhia Riograndense de Saneamento (CORSAN) e sua relevância neste contexto.

A relação com a presente temática surge da inserção como empregada pública na Companhia Riograndense de Saneamento (CORSAN) e busca contribuir também para os processos de trabalho nos quais estou inserida como Assistente Social desde 2018. Um dos primeiros programas institucionais de que me aproximei foi o Programa de Preparação para Aposentadoria (PPA), devido à minha experiência acadêmica¹ e ao meu desejo em construir mais sobre o tema.

No contexto da aposentadoria, uma das questões centrais é: qual o momento adequado para iniciar este processo de transição ou de separação da vida laboral para a vida em aposentadoria?

¹ Marina Irene Weschenfelder Smuczek é graduada em Serviço Social pela ULBRA (2004/2) e especializada em Gerontologia Social pela UFRGS (2007).

Dentre as possibilidades de processo, existem os Programas de Preparação para Aposentadoria (PPAs), que podem auxiliar a responder a essas inquietações e servir de apoio para encarar o desafio de um novo ciclo que se inicia.

O PPA da CORSAN se baseia na sensibilização com caráter informativo, visando ao desligamento profissional, de modo satisfatório, dos empregados próximos à aposentadoria. Neste momento, surgem muitos questionamentos, muitas dúvidas e incertezas; o programa visa esmiuçar essas questões e preparar os funcionários da melhor maneira possível para enfrentar esta nova etapa de vida.

A CORSAN é uma Sociedade de Economia Mista, na qual o Governo do Estado do Rio Grande do Sul é detentor de 99% de seu capital, e o percentual restante é de propriedade de oito municípios gaúchos. Ela atua em 347 municípios e atinge a vida de sete milhões de pessoas, tendo como principais compromissos a sustentabilidade da vida através da distribuição de água tratada de qualidade e o tratamento de esgoto. Enfrentam-se realidades que vão desde a mais dramática e completa exclusão social até a mais moderna tecnologia industrial no tratamento de efluentes, especialmente na indústria petroquímica e automotiva. O público interno da Companhia é formado por 5.714 empregados, que sustentam o compromisso mantido por sucessivas gestões na promoção da valorização humana e profissional, com garantias de crescimento e de qualificação, bem como aperfeiçoamento pessoal.

A CORSAN tem as seguintes diretrizes estratégicas: criar um ambiente de excelência; valorizar os acionistas; garantir a sustentabilidade; e desenvolver pessoas.² Sua missão é prestar serviços de excelência em saneamento básico nos segmentos e na área em que atua, cumprindo o seu papel social, ambiental e econômico, gerando valor às partes interessadas. A visão atualizada é manter a universalização da cobertura de água e atender 30% da população urbana com a utilização do sistema de esgotamento sanitário de modo sustentável e com a garantia da satisfação dos clientes. Para 2030, há o objetivo de ser reconhecida pela universalização dos serviços de abastecimento de água, por atender 70% da população urbana utilizando o sistema de esgotamento sanitário, pela excelência dos seus serviços e produtos e pela consolidação de novos negócios.

² Disponível em: <https://www.corsan.com.br/politicas>. Acesso em: 2 mar. 2021.

Quem trabalha na CORSAN é considerado empregado público, selecionado por meio de concurso público, no qual os interessados se inscrevem e são submetidos a uma prova eliminatória, seguida de exame psicológico e de saúde ocupacional. Muitos funcionários mantêm um vínculo duradouro com a empresa e, quando o momento do desligamento se aproxima, têm a oportunidade de realizar o PPA, cujas atividades visam proporcionar um espaço de reflexões sobre as mudanças emocionais, físicas, sociais e econômicas e sobre as mudanças ocasionadas por este novo papel dos empregados a ser desempenhado junto à família e à sociedade.

No Rio Grande do Sul, existem 317 unidades da CORSAN espalhadas, divididas em 10 Superintendências Regionais. Esta pesquisa está voltada à Região Nordeste, chamada “Surne”, composta por 54 cidades, que vão desde Bom Jesus a Arroio do Meio.

Atualmente, os cargos na empresa são divididos por nível de escolaridade, sendo eles médio, técnico e superior, com empregados que trabalham no setor operacional e administrativo, tanto na Sede quanto nas unidades, departamentos e Regionais. Na Sede, situada em Porto Alegre, há vários departamentos e superintendências funcionais, responsáveis por cada segmento da vida do trabalhador e dos processos de trabalho, englobando as diversas áreas, tais como obras, operação e manutenção, financeiro, administrativo, entre outros. O Departamento de Gestão de Saúde e Qualidade de Vida da CORSAN (DESAQ), no qual estou inserida como trabalhadora, é o setor responsável por executar o PPA de todos os empregados que estão em vias de se aposentar.

Os empregados da CORSAN têm a possibilidade de construir uma carreira dentro da empresa, que os contrata, como já referido, por meio de concurso público para cargos específicos. Quando vem se aproximando o momento do desligamento, eles têm a oportunidade de realizar o PPA.

Aposentar-se, reiniciar sua vida deixando para trás um possível legado relacionado ao trabalho, pode significar o recomeço, uma nova etapa. Embora não haja uma idade fixa ou certa para se aposentar, é inevitável associar que é o caminho para o envelhecer. Partindo do pressuposto de que o trabalho surgiu como uma forma de satisfazer nossas necessidades, frequentemente se interroga: como buscá-la na aposentadoria?

Nesta dissertação, questionamos a relação entre o trabalho e a aposentadoria e a interferência desta trajetória de trabalho no envelhecimento saudável. Mas principalmente, refletimos sobre a contribuição do PPA para que este processo ocorra de forma natural e com dignidade.

Os sujeitos pesquisados são homens que se aposentaram na empresa e realizaram o PPA ofertado no período que antecede o desligamento para a aposentadoria e foram buscados nos arquivos do Departamento. Foi escolhido o público masculino pelo fato de a empresa ser majoritariamente masculina e pela escassez de pesquisas realizadas com este público. De acordo com os dados disponibilizados pelo Departamento de Recursos Humanos, atualmente a CORSAN conta com 5.714 empregados públicos; destes, 4166 são homens e 1548 são mulheres. Ou seja, o público masculino abrange 72,91% do total.

Como objetivo geral do presente estudo, buscou-se identificar mediações existentes entre o trabalho e a aposentadoria por meio da legitimação de Programas de Preparação para Aposentadoria. Como objetivos específicos, citam -se: compreender a ressignificação do sentido da vida para o homem após o desligamento do trabalho; demonstrar como a identidade profissional influencia/interfere no processo de aposentadoria; e conhecer, na perspectiva dos aposentados, quais os fatores trabalhados no PPA que podem facilitar o processo de aposentadoria digna.

A presente dissertação está organizada em dois grandes capítulos. O primeiro aborda a questão do trabalho e do envelhecimento, fundamentando os conceitos principais. O segundo trata de aposentadoria e PPA, seguindo da mesma forma. Em ambos estarão expostos os resultados da pesquisa, na sequência dos capítulos.

Na sequência desta introdução, apresentam-se o percurso metodológico da pesquisa e o processo de exposição dos resultados.

1.1 PERCURSO METODOLÓGICO

Para a presente investigação, foi realizada uma pesquisa de natureza qualitativa, que é uma forma eficaz para a produção e a construção de modelos teóricos de inteligibilidade no estudo de sistemas que não são diretamente acessíveis. A complexidade da investigação instiga os pesquisadores a observarem

a riqueza posta pela realidade, com suas múltiplas faces, buscando uma visão empírica, associando os fatos às experiências (REY, 2015).

Visando atingir os objetivos, foi elaborado um projeto de pesquisa, realizada uma revisão bibliográfica com as categorias do estudo, seguida da pesquisa de campo e da análise de dados, retomando novamente a revisão bibliográfica.

Prates (2003) nos traz o quanto o planejamento de uma pesquisa deve ser permeado e fundamentado por valores, deve ter uma direção definida, um método, estratégias para elaboração do projeto. Assim, a escolha do tema deve fazer nos apaixonarmos, nos mobilizarmos e mergulharmos na realidade que nos acompanhará. A opção pelo tema fará com que tenhamos sucessivas aproximações com ele. Dessa maneira, vamos tornando a pesquisa interessante e relevante para a humanidade.

Segundo Gil (2002), a pesquisa é definida como o procedimento racional e sistemático, que tem como objetivo proporcionar respostas aos problemas que são propostos. Desenvolve-se um processo constituído de várias fases, desde a formulação do problema até a apresentação e discussão dos resultados.

Para Minayo (2001), a pesquisa qualitativa trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes. Isso corresponde ao espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis. A pesquisa qualitativa é criticada por seu empirismo, pela subjetividade e pelo envolvimento emocional do pesquisador.

Segundo Flick (2004), os métodos qualitativos consideram a comunicação do pesquisador em campo como parte explícita da produção de conhecimento. Com isso, sua subjetividade se torna parte do processo da pesquisa.

O problema desta pesquisa para fins de investigação é: “se o trabalho dá sentido à vida do homem, torna-o um ser social, diferencia-o dos animais, como os Programas de Preparação para Aposentadoria podem atuar como ferramentas para satisfazer suas necessidades na aposentadoria?”.

A partir disso, temos como questões norteadoras:

- Os Programas de Preparação para Aposentadoria são uma ferramenta utilizada na pré-aposentadoria para elaboração do seu Projeto de Vida.
- A relação que teve o homem com o trabalho interfere no seu desligamento, promovendo uma aposentadoria de prazer ou de sofrimento.

- Na aposentadoria, os homens que tiveram uma vida saudável encontram novas rotinas e seguem sem dificuldades.

Partindo dessas das questões orientadoras, que identificam algumas possibilidades a serem construídas a partir da pesquisa de campo, podemos verificar se, por meio das ferramentas utilizadas no Programa de Preparação para Aposentadoria (PPA) ou de um sistemático projeto de vida, os homens conseguem identificar as aspirações para seu projeto de vida futuro e atingir um envelhecimento saudável na aposentadoria.

Os sujeitos da pesquisa são trabalhadores aposentados da Companhia Riograndense de Saneamento (CORSAN) da Superintendência Nordeste do Estado (Surne), em Bento Gonçalves, superintendência de inserção da pesquisadora. Um dos critérios para a seleção dos entrevistados foi não ter relação com a pesquisadora, até porque a pesquisadora ingressou na CORSAN quando eles já estavam desligados. Amostragem foi escolhida por conveniência, de acordo com a proximidade geográfica.

O DESAQ é o setor responsável por executar o PPA de todos os empregados que estão em vias de se aposentar. Os pesquisados realizaram o PPA ofertado no período antecedente ao desligamento para a aposentadoria.

Conforme mencionado, os aposentados entrevistados foram localizados junto ao departamento responsável pela execução do PPA, englobando funcionários homens de todo o estado do Rio Grande do Sul que realizaram o PPA e se aposentaram há pelo menos 10 anos.

Devido ao distanciamento social como medida preventiva contra a pandemia da Covid-19, as entrevistas foram realizadas presencialmente ou por videochamada de celular, de acordo com a preferência dos participantes.

Os critérios de inclusão para a participação do estudo são:

- Homens aposentados da CORSAN que realizaram PPA;
- Homens aposentados há 10 anos;
- Homens com mais de 60 anos;
- Homens que têm Previdência Complementar da Fundação da CORSAN;
- Homens que residem nas proximidades de Bento Gonçalves;
- Homens que aceitem participar da pesquisa;
- Homens que não tiveram contato anterior com a pesquisadora.

Para a seleção dos sujeitos, foi acessada, junto ao Departamento de Gestão de Saúde e Qualidade de Vida, a lista dos empregados que realizaram o Programa de Preparação para Aposentadoria em 2011, para identificar homens pertencentes à Superintendência escolhida de Bento Gonçalves.

Nesta listagem, identificaram-se 99 pessoas que realizaram o PPA em 2011; destes, 95 eram homens e quatro mulheres. Da Superintendência Nordeste do Estado (Surne), identificamos sete homens. Entre eles, foram escolhidos cinco homens com maior proximidade geográfica.

A partir disso, buscamos o contato deles através de “pontes” nas unidades em que trabalhavam. É interessante mencionar que os contatos iniciais, através de colegas – ou seja, as “pontes” ainda atuantes que os conheciam –, foram fundamentais para que eles aceitassem participar da pesquisa, pois concederam credibilidade ao pedido.

A pesquisa junto aos trabalhadores aposentados da CORSAN foi realizada por meio da técnica de histórias de vida. Foram realizadas entrevistas, buscando aprofundar o conteúdo para responder às perguntas. Os homens foram convidados a participar e, em concordância, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice 1), entendendo que este estudo é de fundamental relevância para todos os homens que futuramente passarão pelo processo da aposentadoria. “A história de vida é um instrumento de pesquisa que privilegia a coleta de informações contidas na vida pessoal de um ou vários informantes” (CHIZZOTTI, 2010, p. 95). “A História Oral devolve a história às pessoas em suas próprias palavras. E ao lhes dar um passado, ajuda-as também a caminhar para um futuro construído por elas mesmas” (THOMPSON, 1998, p. 337).

A fonte oral constitui uma das bases mais importantes para a obtenção de conhecimento, seja científico ou do senso comum. Toda a história se constrói a partir de narrativas de lembranças, que foram sendo investigadas e trazidas ao mundo científico ao longo dos tempos. Ela é a fonte de conservação e difusão do saber, que vai trazendo à tona a historicidade de grupos, instituições, movimentos etc.

Assim, para Queiroz (1988), a história oral engloba tudo que é narrado oralmente, como a história de alguém ou de um grupo, sendo real ou mítica. A história de vida seria o relato do informante sobre sua existência, a partir do qual ele reconstitui acontecimentos que vivenciou ao longo do tempo. É o próprio informante

quem decide o que vai relatar, enquanto o pesquisador se mantém, tanto quanto possível, silencioso.

A história de vida e os depoimentos pessoais são uma técnica fascinante. Três instrumentos deverão ser utilizados na coleta do material: o depoimento gravado; a ficha do informante; e o diário de campo. Neste último, são registrados as observações, as reflexões e os detalhes que fazem toda a diferença para o aprofundamento das questões (QUEIROZ, 1988).

A primeira distinção realizada por Becker (1993) é que a história de vida não é uma autobiografia. Entender isso é fundamental e importante para a fundamentação metodológica da história de vida. Apesar disso, o autor reconhece que a história de vida utiliza a narrativa de forma semelhante a uma autobiografia, partindo do ponto de vista do sujeito, sobretudo de uma abordagem subjetiva. Também não se trata de uma ficção, tendo em vista que, “embora os documentos de história de vida mais interessante tenham uma sensibilidade, um ritmo e uma urgência dramática que qualquer romancista adoraria conseguir” (BECKER, 1993, p. 102).

As possíveis semelhanças são também o demarcador da diferença de cada abordagem. Portanto, vejamos como cada situação deve ser apreendida, conforme as preocupações demarcadas por cada tipo de autor. Um “escritor de ficção, é claro, não se preocupa em absoluto com fatos, mas, antes, com o impacto dramático, com forma e fantasia, com a criação de um mundo simbólico e artisticamente unificado” (BECKER, 1993, p. 102). Portanto, na ficção, a narrativa não é pautada especialmente em fatos da realidade, indo além da materialidade, ligando-se ao imaginário artístico.

Já um “autor autobiográfico se propõe a explicar a sua vida para nós, se comprometendo, assim, com a manutenção de uma estreita conexão entre a história que conta com aquilo que uma investigação objetiva poderia descobrir” (BECKER, 1993, p. 102). O que se vê na autobiografia é a seleção de partes e momentos de sua história, retratando a si mesmo com elementos apenas “positivos”, deixando de lado os aspectos adversos mesmo sendo determinantes e importantes (BECKER, 1993, p. 102).

A partir das particularidades e diferenças apresentadas, captamos as propostas centrais de cada caso. Avancemos às particularidades do sociólogo que trabalha com a história de vida em sua pesquisa. A história de vida está mais ligada à condição de “terra a terra”, indo além de formas “imaginativas” e “humanísticas”.

Ela se volta especificamente ao “retrato fiel” da realidade vivenciado pelo sujeito e sua interpretação do mundo existente (BECKER, 1993, p. 102).

A partir da experiência concreta de uma vivência específica, podemos reformular nossos pressupostos e nossas hipóteses sobre um determinado assunto. Isso pode ser feito através de uma série de mecanismos, como número ideal de informantes, escolha de informantes que tomaram posições distintas frente a um determinado acontecimento, contraposição de informações obtidas a documentos oficiais etc. (DEBERT, 1986, p.142).

A história de vida não nos concebe um quadro verdadeiro de um passado ou um futuro distante. O objetivo da história de vida não é construir uma “verdade geral”, e sim registrar a experiência social através da narrativa para realizar uma interpretação da realidade vivenciada, bem como reformular nossas hipóteses e pressupostos teóricos inerentes ao estudo proposto (DEBERT, 1986).

No entanto, percebe-se que a história de vida, no processo de coleta, é sempre um conjunto de fatos narrados de fragmentos desconexos, ambíguos e incoerentes. Cabe ao pesquisador, portanto, a tarefa de compreender esses relatos, a fim de realizar uma análise dos depoimentos de forma sistemática e coerente (DEBERT, 1986). Ao utilizar a história de vida como método, o pesquisador busca apreender a realidade da vida do sujeito entrevistado, a partir do seu ponto de vista, oportunizando que este seja o protagonista de sua narrativa, de sua história.

Conforme Rezende (2020), também existe a história oral temática, que é realizada por um grupo de indivíduos sobre determinado evento vivido por todos, ou seja, apresenta perspectivas individuais de sujeitos inseridos no mesmo contexto.

Podemos afirmar que história de vida:

é um instrumento privilegiado para análise e interpretação, na medida em que incorpora experiências subjetivas mescladas a contextos sociais. Ela fornece, portanto, base consistente para o entendimento do componente histórico dos fenômenos individuais, assim como para a compreensão do componente individual dos fenômenos históricos. (PAULILO, 1999, 142-143).

Dessa forma, a entrevista foi vista como um encontro, no qual os sentimentos e as emoções vieram à tona com a reconstrução das memórias dos sujeitos entrevistados. Há uma entrega de ambas as partes, traçando uma trajetória carregada de vivências significativas, e o entrevistado, ao relatar, pode ressignificar o que ele mesmo fala, ao dar-se conta do que está em suas lembranças.

Na transcrição das entrevistas, percebemos as tremuras da voz, as pausas, os silêncios, os suspiros, as emoções e os sentimentos presentes ao utilizarmos esta técnica para a pesquisa. A história de vida tem como grande vantagem a sua riqueza de conteúdo. Os relatos de vida encantam-nos e são documentos importantes para compreender a realidade trazida pelos entrevistados, que abrirão suas portas às lembranças do passado e ao entrevistador. Ao investigar o objeto, podem surgir significações confrontantes, ou seja, nem sempre vem à tona o que é necessário ouvir e compreender. Por isso, a experiência na análise das entrevistas pode se constituir num novo conhecimento, produto da reconstituição dos fatos trazidos pelos depoentes.

Não obstante, nesse tipo de pesquisa também devem ser considerados os silêncios, os esquecimentos, as reiteraões, as linguagens não verbais e o cotejamento com fontes escritas. Tudo isso comporá os dados de análise. Contudo, a memória presente nos relatos orais não é sinônimo de História Oral. (SILVA; BARROS, 2010, p.71).

O método de história de vida participa da metodologia qualitativa biográfica, na qual o pesquisador escuta, por meio de várias entrevistas não diretivas, gravadas ou não, o relato da história de vida de alguém.

A técnica utilizada para as entrevistas foi de “tópicos guia”. Utilizamos inicialmente a ficha do informante, com os dados dos entrevistados e os tópicos guias que orientaram a entrevistas:

- Nome e idade;
- Há quantos anos está aposentado?
- Com quem reside?
- Com quantos anos iniciou o trabalho?
- Trabalhou por quanto tempo?
- Aposentou-se em qual cargo?
- Escolaridade?

Durante a entrevista, utilizaram-se os seguintes tópicos-guia:

- O que o trabalho representou na sua vida?
- Quais as contribuições do PPA para organização do seu projeto de vida em sua aposentadoria?
- Quais seus sentimentos em relação à sua aposentadoria?
- Qual a percepção do seu envelhecimento?

Por meio desse instrumento, captamos do objeto de estudo suas percepções pessoais e sentimentos que marcaram sua experiência. Segundo Chizzotti (2010), o uso da história de vida como meio de pesquisa tem uma evolução crescente, tendendo a romper com a ideologia da biografia modelar para trabalhar os trajetos pessoais com relatos práticos das relações sociais, ou seja, superar a subjetividade impressionista e constituir-se num método de dados do homem concreto. A evocação da memória para a transmissão do vivido por meio das narrativas constitui a principal matéria de estudos cujo método é a história oral de vida.

Nessa visão, a pessoa que narra sua trajetória é um interlocutor com quem se estabelece uma relação de cooperação, criando-se a possibilidade de uma relação dialogada. O procedimento fundamental da construção dos dados na história oral de vida é a entrevista, uma das etapas essenciais de projetos baseados neste método.

O tópico guia é parte vital do processo de pesquisa e necessita atenção detalhada. Por detrás de uma conversação aparentemente natural e quase casual encontrada na entrevista bem-sucedida, está um entrevistador bem-preparado. Se forem feitas perguntas inadequadas, então não apenas foi desperdiçado o tempo do entrevistado, mas também o do entrevistador. (BAUER; GASKELL; GUARESCHI, 2005, p. 66).

Os tópicos-guia, como diz o nome, serviram como um lembrete para que a entrevista fosse confortável à medida que fomos desenvolvendo os temas. O encontro com o entrevistado capta a essência dos relatos.

Para a coleta de dados, foram propostas aos entrevistados as seguintes possibilidades:

- a. Entrevistas presenciais;
- b. Entrevistas por videochamadas.

Elas foram agendadas conforme a intencionalidade dos entrevistados. Quando presencial, foram seguidos todos os procedimentos sanitários, como sua realização em local aberto e/ou arejado, distanciamento de 2 metros, uso de máscara e de álcool em gel.

Foram seguidos os seguintes procedimentos:

- a. Contato telefônico prévio com o futuro entrevistado para explicar o objetivo e os procedimentos da pesquisa e saber se aceita participar e autoriza a gravação em áudio.

- b. Marcação de dia, hora para realização da primeira entrevista e solicitação da indicação de um local de preferência para realização da entrevista.
- c. Apresentação da pesquisa no local e da necessidade de gravação. Introdução do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e leitura conjunta. Assinatura de cada uma das vias.
- d. Agradecimento e despedida após cada entrevista.

As entrevistas foram transcritas e analisadas individualmente, buscando fazer conexões entre elas. Por fim, sistematizamos as respostas e criamos um quadro para melhor visualizar as análises.

A análise dos dados coletados se baseia na análise de conteúdo, um conjunto de instrumentos de cunho metodológico em constante aperfeiçoamento, que se aplicam a discursos (conteúdos e continentes) extremamente diversificados. Segundo Bardin (2011), no âmbito da análise do conteúdo, surgiram discussões sobre suas diferentes funções. Uma delas ficou conhecida como “função heurística”, objetivando a análise do conteúdo e enriquecendo a tentativa exploratória. A outra é conhecida como função de “administração da prova”, que verifica se os achados da análise são verdadeiros ou não. Enfatizam-se as diferenças na técnica de análise do conteúdo nas abordagens qualitativa e quantitativa. Nas pesquisas qualitativas, o referencial é a presença ou a ausência de características de um dado fragmento; nos estudos quantitativos, o referencial é a frequência (dados estatísticos) com que aparecem determinadas características do conteúdo.

Para o desenvolvimento desta pesquisa, todos os aspectos éticos foram observados, e o projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética – número 45846721.9.0000.5334.

Concluído o percurso investigativo, serão apresentados os resultados obtidos. Os resultados serão apresentados em dois capítulos. No capítulo 2, abordamos o trabalho e o envelhecimento; no capítulo 3, aposentadoria e PPA. Em ambos os capítulos, iniciaremos com a contextualização teórica, posteriormente inserindo os resultados obtidos nas entrevistas, buscando elencar teoria e prática. Aos subcapítulos, foram dados títulos conforme as falas consideradas mais impactantes ao trabalho, sendo explicadas em seguida junto a uma discussão categorial.

2 TRABALHO E ENVELHECIMENTO

Neste capítulo, apresentamos, inicialmente, uma problematização sobre o trabalho e seu significado na vida do ser humano. Na sequência, abordamos o envelhecimento humano e as modificações percebidas nesse segmento, elencando uma reflexão trazida pelos entrevistados da pesquisa.

As relações entre o homem e o trabalho, ao longo do tempo, vêm se tornando cada vez mais complexas e modificando os determinantes do processo saúde *versus* doença. Com a reestruturação produtiva e as novas formas de organização do trabalho, percebe-se um incremento da produtividade e uma intensificação do trabalho. A partir disso, o ambiente de trabalho se torna um gerador de novos riscos, que resultam em maior exigência e sobrecarga para os trabalhadores de uma empresa. As mudanças se refletem em aumento do ritmo de trabalho, longas jornadas, pressão de tempo, repetitividade e monotonia de tarefas, conflitos de papéis, conflitos interpessoais, isolamento social, falta de poder de decisão e maior controle da força de trabalho.

Nos termos de Antunes (2010), o termo “classe-que-vive-do-trabalho” diz respeito à totalidade de homens e mulheres, produtivos e improdutivos, desprovidos de meios de produção, constrangidos a vender sua força de trabalho no campo e na cidade em troca de salário. Essa definição abrange o proletariado industrial e rural, os trabalhadores terceirizados, os subcontratados, os temporários, os assalariados do setor de serviços, os trabalhadores de *telemarketing* e *call centers*, além dos desempregados. O autor ressalta que o proletariado industrial é o núcleo principal, porque produz diretamente mais-valia.

Para compreender a nova forma de ser classe trabalhadora hoje, é preciso partir de uma concepção ampliada de trabalho. Ela compreende a totalidade dos assalariados, homens e mulheres que vivem da venda da sua força de trabalho, não se restringindo aos trabalhadores manuais diretos, incorporando também a totalidade do trabalho social e coletivo que vende sua força de trabalho como mercadoria em troca de salário (CODÓ; SAMPAIO; HITOMI, 2002).

Nesse contexto, as exigências do trabalho, associadas às condições individuais, podem repercutir negativamente sobre a saúde física e mental do

trabalhador. O trabalho é gerador de significações psíquicas, sustentadas pelas relações sociais que geram o equilíbrio ou o desequilíbrio psíquico do indivíduo. Nas organizações, muitos trabalhadores vivenciam algum tipo de sofrimento físico ou psíquico decorrente das atividades que desempenham. Sentimentos e emoções permeiam as relações de trabalho, pois são componentes intrínsecos à experiência humana.

Essas vivências psíquicas dos trabalhadores são mediadas por diversas situações, tais como: formas de gestão da tarefa; características do trabalho real; saberes construídos; relações sociais e profissionais; e sua história de vida. Elas interagem de forma complexa e resultam nas elaborações psíquicas de prazer-sofrimento (CODÓ; SAMPAIO; HITOMI, 2002). As vivências de prazer-sofrimento são consideradas pela psicodinâmica do trabalho como coexistentes entre si, com preponderância de uma sobre a outra em dado momento. O prazer é vivenciado quando são experimentados sentimentos de valorização e reconhecimento no trabalho. Por outro lado, o sofrimento é vivenciado quando há desgaste, que vem na forma de desânimo e descontentamento. Este é, em um primeiro momento, o limite entre a saúde e a doença, ou seja, é um processo dinâmico vinculado à organização do trabalho (DEJOURS, 1993). As exigências do emprego e os recursos mentais despendidos frente a tais exigências resultam no desequilíbrio entre esses dois fatores, podendo gerar sofrimento e, se o processo não for interrompido, desencadear o adoecimento.

Para Dejours (1993), as exigências do trabalho e da vida são uma ameaça ao próprio trabalhador, trazendo riscos de sofrimento. As relações de trabalho, dentro das organizações, frequentemente, despojam-no de sua subjetividade, excluindo o sujeito e fazendo do homem uma vítima do seu labor. Um dos mais cruéis golpes do homem que sofre com o trabalho é a frustração de suas expectativas iniciais. Isso porque a propaganda do mundo do trabalho promete felicidade e satisfação pessoal e material, porém, uma vez lá dentro, o que se tem é infelicidade e insatisfação pessoal e profissional, desencadeando o sofrimento humano nas organizações.

O trabalho deveria aparecer na própria definição do conceito de saúde, pela centralidade que ele ocupa na vida do ser humano. Ele nem sempre aparece como uma fonte de doença ou de infelicidade, ao contrário, pode ser um operador de saúde e de prazer: “o trabalho nunca é neutro em relação à saúde e favorece, seja a doença, seja a saúde” (DEJOURS, 1992, p. 33). Mendes e Wunsch (2011) apontam

que o surgimento da relação saúde e trabalho remonta à história social do trabalho ao longo do tempo, sendo ambos indissociáveis.

Diante de tantas significações do mundo do trabalho para o homem, é questionado o momento correto para romper este ciclo e o processo dessa separação, uma vez que pode trazer consequências positivas ou negativas.

Os sentidos do trabalho podem ter múltiplos significados de pessoa para pessoa, assim como a ausência dele, interferindo na sequência que a vida terá na aposentadoria.

A memória do trabalho é o sentido, é a justificativa de toda uma biografia. Quando o Sr. Amadeo fecha a história de sua vida, qual o conselho que dá? De tolerância para os velhos, tolerância mesmo para aqueles que se transviaram na juventude. Eles também trabalharam. (BOSI, 1979, p. 25).

Percebe-se, pela citação, a importância e a positividade conferidas à capacidade de trabalho e de ser trabalhador no contexto social contemporâneo. Há uma reflexão sobre o papel do trabalhador mais velho não sendo mais produtor de bens e serviços, o que introduz a questão da aposentadoria como possibilidade de ausência de trabalho e de suas implicações nas trajetórias e nos cotidianos de vida.

Com o crescimento da expectativa de vida, o homem mais velho é muitas vezes desqualificado e recebe alguns estigmas depreciativos, mas ele vem ganhando representatividade. A inter-relação entre o trabalho, a aposentadoria e a terceira idade é objeto deste estudo, dando visibilidade às estratégias de enfrentamento às alterações decorrentes do passar dos anos.

De acordo com Alves (2021), novas condições demográficas devem crescer como componente do mundo do trabalho, o que denominamos “gerontariado”. Esta é uma camada social do proletariado mais escolarizado envelhecido, que vive em situações de vida e de trabalho precário. A “nova pobreza” do precariado envelhecido é resultado de condições desiguais e indignas do mercado de trabalho para os trabalhadores adultos “mais velhos” (o espectro do desemprego) ou a invalidez por conta de problemas de saúde (o espectro da fragilidade e vulnerabilidade dos “mais velhos” e idosos).

De acordo com Codo, Sampaio e Hitomi (2002), o trabalho pode ser compreendido de formas diferentes ou até opostas. Uma delas considera o trabalho um fator que interfere em outros aspectos da vida do ser humano. O outro concebe-o como uma instituição estranha, independente do indivíduo que trabalha. Diante

dessas duas possibilidades, o autor escolhe a primeira, por considerar o trabalho como categoria central na constituição da natureza humana.

A saúde da população, é reconhecida a partir dos determinantes e condicionantes sociais, dentre eles o trabalho. Diante disso, o trabalho é fundamental, e muitos trabalhadores veem nele tanto uma possibilidade de adoecimento quanto de prazer.

O desgaste mental do trabalho ou o sofrimento psíquico indicam que cada indivíduo pode aliar as necessidades fisiológicas ao desejo de executar tarefas. É uma luta contínua, direcionada às dificuldades apresentadas no mundo do trabalho, requerendo negociações e ajustes constantes, a fim de equacionar favoravelmente desejos e possibilidades. Entretanto, quando o espaço de negociação fica bloqueado, o sofrimento psíquico se intensifica (DEJOURS, 1992).

Segundo Dejours (2007), as vivências depressivas são ocasionadas pelo sofrimento dos trabalhadores que, dominados pelo cansaço, são acometidos por um adormecimento intelectual e uma paralisia mental. Essas situações, incluindo insatisfação, insegurança e distúrbios emocionais, impulsionaram o interesse em aprofundar este estudo, para conhecer as questões relacionadas à saúde mental dos funcionários de uma empresa pública, considerando e analisando este contexto e as estratégias utilizadas para canalização do sofrimento no trabalho.

Conforme Albornoz (2008), na linguagem cotidiana, a palavra “trabalho” tem muitos significados, embora pareça compreensível como uma das formas elementares de ação dos homens, o seu conteúdo oscila. Às vezes, carregada de emoção, lembra dor, tortura, suor do rosto, fadiga. Em outras, mais que aflição e fardo, designa a operação humana de transformação da matéria natural em objeto de cultura. O homem age para sobreviver e realizar-se, criando instrumentos e, com estes, todo um novo universo cujas vinculações com a natureza, embora inegáveis, se tornam opacas.

O que definitivamente distingue o trabalho humano do esforço dos animais, embora para todos a primeira motivação possa ser a sobrevivência, é que no trabalho do homem há liberdade: posso parar de fazer o que estou fazendo, embora seja um servo possa sofrer por causa disso. Posso também fazer meu trabalho de muitas maneiras diferentes, se a máquina não o programar assim como o instinto faz com os outros animais.

Segundo Marx (2010, p. 211), o trabalho é:

antes de tudo, [...] um processo de que participam o homem e a natureza, processo em que o ser humano, com sua própria ação, impulsiona, regula e controla seu intercâmbio material com a natureza. Defronta-se com a natureza como uma das suas forças. Põe em movimento as forças naturais de seu corpo – braços e pernas, cabeça e mãos -, a fim de apropriar-se dos recursos da natureza, imprimindo-lhes forma útil à vida humana.

O trabalho enquanto categoria fundante é dialeticamente imprescindível à constituição do homem enquanto ser social, por garantir que suas necessidades sejam supridas. Conhecendo as leis da natureza, o homem a transforma e a domina. Esse processo dialético implica diretamente na transformação do homem, ou seja, há uma mudança ontológica em sua natureza, transformando-o em ser social (MARX, 2010).

Assim, Antunes (2009) esclarece que nessa, entre outras dimensões, é absolutamente imprescindível a incorporação da diferenciação entre trabalho e trabalho-mercadoria. O trabalho-mercadoria se divide em duas subcategorias: produtivo e improdutivo. Essa divisão está diretamente relacionada à função social que exerce a reprodução social. Mesmo sendo ambas as categorias relevantes à reprodução do capital, elas são ontologicamente distintas.

Portanto, dependendo da pessoa e do seu modo de ser, o trabalho pode ocupar o vazio existencial e social, constituindo-se em um modo de sublimação de necessidades frustradas, originando-se daí a sensação de que não se pode viver sem ele (MORIN, 2006). Compreende-se que um trabalho com sentido é aquele que realiza, satisfaz e estimula o sujeito para a execução das suas tarefas.

Na sequência deste capítulo, destacaremos o perfil dos entrevistados e apresentaremos os resultados relativos ao tópico-guia “O que o trabalho representou na sua vida”.

2.1 PERFIL DOS ENTREVISTADOS

O público entrevistado nesta pesquisa foi composto por trabalhadores aposentados da CORSAN. A amostra compreende cinco entrevistados do sexo masculino, que já experenciam a sua aposentadoria há mais ou menos 10 anos. Com isso, subentende-se que já tenham vivência para detalhar esse processo de novo ciclo de vida.

Os entrevistados residem na região Nordeste da CORSAN, que abarca a

Superintendência denominada “SURNE”. A aproximação ocorreu por meio do acesso aos arquivos do departamento responsável pelo Programa de Preparação para Aposentadoria da CORSAN, ao qual a pesquisadora está profissionalmente vinculada. Foram localizados oito registros dentro do perfil, destes, cinco concordaram em participar da pesquisa.

Aos cinco participantes das entrevistas, atribuíram-se os nomes de Água 1, 2, 3, 4 e 5, para representar o resultado do trabalho na CORSAN, qual seja, água potável nas torneiras da população. No Quadro 1, constam os dados dos entrevistados.

Quadro 1 - Perfil dos entrevistados

Entrevistado	Idade	Escolaridade	Composição Familiar	Tempo na CORSAN	Tempo de Aposentadoria	Ano PPA
Água 1	63	Ensino Médio	Esposa e filha	36 anos	10 anos	2011
Água 2	65	Ensino Médio	Esposa	27 anos	10 anos	2011
Água 3	72	Ensino Médio	Esposa	35 anos	12 anos	2011
Água 4	68	Ensino Médio	Esposa	24 anos	9 anos	2011
Água 5	66	Ensino Médio	Esposa	32 anos	11 anos	2011

Fonte: elaborado pela autora.

Verificaram-se semelhanças no perfil dos entrevistados, por se tratar de um público com vivências e experiências em contexto semelhante, idade aproximada e tempo inativo da CORSAN próximo.

Além dessas informações, ressaltamos que todos saíram da empresa “entusiasmados” pelo Programa de Demissão Voluntária (PDV),³ o qual beneficia empregados já aposentados pela Previdência Social. Assim, desligaram-se da CORSAN em um momento oportuno para receber um valor pensando no seu novo recomeço. Na ocasião, referiram que era economicamente interessante, proporcionando um recurso importante para reiniciar sua vida fora da CORSAN.

Aprofundando mais as questões subjetivas, verifica-se que todos possuem uma longa vida ativa na CORSAN, indicando que têm um laço estreito de permanência no mesmo local. Nesta época, percebemos as gerações mais ligadas

³ PDV na CORSAN: previsto no Acordo Coletivo de 2011.

ao *status* no trabalho. A subjetividade é caracterizada como aquilo que varia de acordo com o julgamento de cada pessoa, consistindo num tema que cada indivíduo pode interpretar da sua maneira; por isso, compreendemos que cada entrevistado terá sua ótica nas respostas das perguntas.

Quanto ao grau de escolaridade, todos realizaram concurso para o cargo de nível médio, mas não concluíram curso superior, referindo que “na época” as coisas eram mais complicadas, e o início do curso no trabalho se dava, na maioria das vezes, por questões de sobrevivência.

Os laços de família são identificados em todas as entrevistas. Todos os entrevistados residem com esposas/companheiras. A maioria deles não reside com filhos, mas ainda mantém forte vínculo com eles, tanto afetivamente como em questões de apoio financeiro. Alguns ainda realizam atividades laborais complementares ou auxiliam financeiramente com a própria aposentadoria. Como atividades complementares, citaram-se motorista em serviço de *transfer* e empresário na construção civil, realizadas para complementar a renda e manter a vida ativa. Os demais possuem várias outras atividades que os envolvem, como lavoura, atividades físicas, viagens para a praia – dois deles até mantêm residência no litoral.

Algumas semelhanças no quadro dos perfis são previsíveis, uma vez que a escolha foi feita com base em critérios pré-estabelecidos. Porém, o que realmente os diferencia é a sequência de perguntas abertas, nas quais cada um fará uma entrega pessoal de sentimentos e trajetórias pós-aposentadoria.

Na sequência, serão apresentados dados importantes obtidos a partir das falas dos entrevistados para responder aos objetivos da pesquisa, bem como para elucidar e compreender as questões orientadoras previamente estabelecidas. Ao esmiuçar as falas, percebendo o contexto subjetivo, além das pausas e dos suspiros, o material se enriquece de detalhes e emoções, sendo traçada uma linha que vai se estreitando entre pesquisador e entrevistado.

2.2 O TRABALHO NA VIDA DOS ENTREVISTADOS: “FOI O QUE DIRECIONOU A MINHA VIDA”

Após a identificação do perfil dos entrevistados, seguindo o roteiro pré-estabelecido, apresentam-se os resultados das entrevistas a partir dos tópicos-guia

previamente sinalizados para compor esta pesquisa. Inicialmente, a partir do primeiro tópico-guia, perguntamos de forma aberta “o que o trabalho representou em sua vida?”. Assim, com longos diálogos, surgiram emoções, sentimentos, pausas e falas que iam e vinham ao encontro das lembranças.

Partindo do pressuposto de que todo ser humano é único em sua essência e sua história de vida, obtivemos diferentes visões nas respostas. Algumas semelhanças podem ser identificadas, mas cada resposta foi valorizada de forma particular. “Uma história de vida não é feita para ser arquivada ou guardada numa gaveta como coisa, mas existe para transformar a cidade onde ela floresceu” (BOSI, 2015, p. 69).

Apresentaremos as respostas na visão dos entrevistados quando perguntados sobre o sentido do trabalho em suas vidas. As respostas estão organizadas nas seguintes subcategorias: direcionamento da vida; trabalho na infância; trabalho como sobrevivência; trabalho como satisfação; e tempo de trabalho.

2.2.1 A representação do trabalho na vida dos trabalhadores sujeitos da pesquisa: “Trabalhava porque gostava, mesmo com as dificuldades”

O trabalho para Água 1 foi fundamental na construção de sua história, ao referir que “foi o que direcionou a minha vida, a minha família me empurrou para o trabalho, tinha que trabalhar”. Ou seja, para ele, não havia outra possibilidade naquele momento a não ser a inserção na vida laboral. Ele conclui que “trabalhava porque gostava, mesmo com as dificuldades”, pois não há como afirmar que todos os dias eram fáceis. Muitas vezes, é das dificuldades que vêm o crescimento e a aprendizagem.

O trabalho pode direcionar a vida e as relações humanas, levando as pessoas a buscarem adaptação ao meio em que estão inseridas. O que o trabalho pode representar na direção da vida das pessoas? Muitas pausas, certamente lembranças de escolhas, dias de luta e aprendizado. A CORSAN, por atuar em todo o Estado, leva os empregados a atuarem em diferentes municípios, conforme a função ou o cargo, o que também pode influenciar no seu contexto social e familiar e na convivência.

A palavra “trabalho” é compreendida como atividade profissional, remunerada

ou não, produtiva ou criativa, exercida para determinado fim. Embora as definições de dicionários possam derivar da ideia de um trabalho fruto de acontecimentos históricos, estão intrinsecamente associadas ao discurso ideológico de suas épocas. Por isso, o sentido geracional também deve ser levado em consideração quando pensamos no sentido do trabalho na vida das pessoas.

Entendemos que os termos “sentido” e “significado” podem ser entendidos como sinônimos, porém Tolfo e Piccinini (2007) distinguem-nos, considerando o primeiro como a “representação social que a tarefa executada tem para o trabalhador” (p. 40), que se traduz pelo reconhecimento do seu trabalho para alcançar os resultados pretendidos, no sentimento de pertencimento a um grupo ou na importância de seu trabalho para toda a sociedade. Já o sentido é entendido como o valor que o trabalho possui para o indivíduo no âmbito pessoal, sua satisfação e sua autorrealização (TOLFO; PICCININI, 2007).

Quando Água 3 fala “ouço muita gente reclamar, mas eu adorava o meu trabalho, ele me dava satisfação”, percebemos que enquanto ele sentia prazer, ao lado dele havia pessoas insatisfeitas. Nesse sentido, podemos pensar na dualidade do ser humano, que é a habilidade de aliar ambas as coisas, lidar com os dois lados. Saber equilibrar crenças e convicções com as nossas experiências. Desde pequenos aprendemos a enfrentar as coisas com polaridade.

2.2.2 Trabalho na infância: “Eu trabalhava com meu pai na agricultura, desde os 11, 12 anos”

Identificamos que o trabalho na vida dos entrevistados começou muito cedo, em idade considerada aceita na época. No relato de Água 4, percebe-se influência da cultura local, com predominância italiana e alemã, sobre a iniciação na vida laboral ainda na infância. Isso também é apontado por Água 1: “no início da minha vida, como me criei no interior, comecei trabalhando na roça. Então naquela época a gente trabalhava desde 7, 8 anos de idade e já trabalhava o dia todo”.

Na área rural, era muito comum as crianças serem força de trabalho desde a infância. As mulheres trabalhavam na roça grávidas até dar à luz seus filhos; quando eles nasciam, eram carregados em cestos, os mais velhos iam cuidando dos mais novos, que, quando já tinham condições, começavam a executar trabalhos mais leves.

Água 3 também faz referência ao trabalho na roça: “eu trabalhava com meu pai na agricultura, desde os 11, 12 anos, depois na adolescência surgiu o trabalho na CORSAN”. Provavelmente foi um marco para ele e para seus pais, que tiveram o esvaziamento do ninho.

Para estudar, as crianças caminhavam longos trajetos, e o sistema de ensino foi se modificando ao longo dos anos. O acesso ao ensino era difícil, pois o Programa Nacional de Transporte Escolar (PNTE) foi criado somente em 1994, por meio da Portaria Ministerial nº 955. Com isso, contribuíram financeiramente com os municípios e organizações não-governamentais para a aquisição de veículos automotores destinados ao transporte diário dos estudantes.

O conhecimento e a sabedoria dos nossos antepassados nos mostram que a escolarização educação não era valorizada. Entretanto, com o passar dos anos, esse cenário foi se modificando, e a educação foi sendo mais valorizada e recebendo mais investimentos.

Além da perspectiva que considera o trabalho fonte de satisfação e de autorrealização para construção do sujeito e de sua missão de vida, outras abordagens atribuem conotações negativas ao trabalho. Segundo Blanch (2003), esse polo negativo está relacionado à representação de trabalho como maldição, castigo, jugo, estigma, coerção, esforço e penalidade, bem como mera função instrumental a serviço da sobrevivência material. Nas entrevistas, não percebemos o trabalho visto como castigo. Mesmo tendo roubado parte da infância dos entrevistados ou não ocorrendo como uma escolha, as falas demonstram que o trabalho ocorreu de forma natural.

2.2.3 O trabalho como sobrevivência: “A mesa era pequena”

O trabalho teve sua origem no surgimento da humanidade a partir da elaboração de ferramentas de pedra, meio pelo qual o homem começou a buscar formas de se alimentar. Desde então, ele faz parte de uma das necessidades do ser humano, ou seja, uma forma de sobrevivência e subsistência.

As transformações foram ocorrendo de forma gradativa, acompanhando a evolução dos tempos e modificando a forma do trabalho e a maneira que o homem o vê. Porém, para sobreviver, o homem sempre precisou buscar de forma ativa suprir as suas necessidades básicas, que também foram se modificando até entrar em

questões mais profundas vistas ainda hoje.

Ao ser questionado sobre o início do trabalho, Água 2 relata: “a mesa era muito pequena, e o trabalho foi um passo pra eu vencer”. Ou seja, o trabalho surgiu cedo em sua vida pela necessidade de sobrevivência, mas depois foi se modificando e oportunizando seu crescimento. O mesmo entrevistado refere que nunca ficou “parado”, sempre dando passos para seguir em frente. “Essa casa foi eu que fiz”, conta com orgulho, pois, além do trabalho formal, experienciou a construção civil e fez dela uma ferramenta para sua vida familiar.

Certamente o trabalho constituiu-se como uma das categorias mais valorizadas e que pode ser tida como um dos pilares básicos da modernidade. Pode-se mesmo dizer que o trabalho é em grande parte responsável pela emergência do mundo moderno, afinal, ele foi elevado de castigo divino à condição de instância humanizadora. Base de toda existência humana, uma das vias capazes de conduzir os homens para um estágio superior de civilização. (CABRAL FILHO, 2009, p. 71).

Com o desenvolvimento da humanidade e com a chegada da modernidade, o trabalho assume uma nova significação e tende a ser visto como elemento impulsionador de acúmulo de riqueza e da produção de alimento, contribuindo para uma suposta progressão social dos indivíduos que buscam na labuta uma realização ou afirmação social e econômica. Entretanto, não podemos esquecer importantes questões do cotidiano dos trabalhadores e romantizar o mundo do trabalho, onde a luta pela sobrevivência antecipa a satisfação pessoal.

2.2.4 Trabalho como satisfação: “Me trouxe conforto e satisfação”

Quando escolhemos uma profissão ou nos identificamos com determinadas atividades laborais, visualizamos o que nos traz satisfação de forma integral e comumente chamamos de “realização profissional”.

Conforme a fala de Água 3, “o trabalho pra mim sempre foi muito gratificante e sempre me trouxe muito conforto e satisfação”. Água 5 aponta que o trabalho na CORSAN representa realização total, econômica e profissional. Podemos questionar se essa realização econômica pode estar ligada ao capitalismo ou à própria sobrevivência no contexto em que estamos inseridos. A fala de Água 3 corrobora a ideia: “somos um povo italiano, e eu acho que você deve fazer um pé de meia”.

A satisfação no trabalho é um construto de natureza multifatorial, composto

por diferentes fatores que se inter-relacionam. Tais fatores dizem respeito a características intrínsecas ao trabalho (inerentes à execução das tarefas ou a seu ambiente laboral) e a características extrínsecas (que não podem ser controladas pelo trabalhador). Esses fatores referem-se à satisfação com a natureza do trabalho, o salário, promoções, colegas, chefia etc. (SIQUEIRA, 2008).

2.2.5 Tempo de vida e tempo de trabalho: não viram o tempo passar

Água 3 reflete em meio à entrevista: “Às vezes eu fico me perguntando, quantos anos eu fiquei trabalhando”. A noção de que o tempo passa e voa nos faz perder a noção de horas, dias e anos. Os filhos crescem, o mundo se transforma. Você trabalhou por anos e um dia se aposenta, essa é a regra até então.

Água 3 ainda refere que era muito ligado a horários e achava que não esqueceria tão fácil. Porém, no primeiro mês, já esqueceu que cumpria horário, esqueceu da CORSAN.

A memória obedece às leis que regem o imaginário. É ela quem nos dá alguma medida, tanto individual quanto coletiva, do fio do tempo, e estabelece uma consistente impressão de continuidade entre os infinitos instantes que compõem uma vida. Arrisco propor que o passado, cuja inscrição psíquica se dá através da memória, conserva o tempo em sua versão imaginária. É a memória que confere uma permanência imaginária a essa forma negativa do tempo, que é o passado. A função da memória, participante do mesmo registro psíquico do corpo e do narcisismo, é essencial para manter nosso sentimento imaginário de identidade ao longo da vida; ela funciona como garantia de que algo possa se conservar diante da passagem inexorável do tempo que conduz tudo o que existe em direção ao fim e à morte. Já o tempo como categoria abstrata do pensamento (Kant) pertence ao registro do simbólico. (KEHL, p. 123).

O tempo é relativo para cada ser humano, que vai suportando ou vivendo dia a dia. A duração implica a sensação subjetiva de indivisibilidade do movimento de nosso corpo, tanto no espaço quanto no tempo. A duração é uma espécie de ilusão, necessária para manter o sentimento de alguma continuidade em nossa existência. Ilusão, sim, porque se o movimento fosse realmente indivisível, o instante não existiria. Mas a duração – medida psicológica da vivência do tempo – não se define pela mera soma de todos os instantes.

O tempo é uma medida individual, e cada ser humano vive em outra temporalidade. Os antigos melancólicos se equivalem aos depressivos de hoje. Sofrem de um sentimento do tempo estagnado, desajustados do tempo sôfrego do

mundo capitalista (KEHL, p. 16). Por isso, a relatividade está presente nas análises sobre o tempo e o espaço que ocupamos no mundo.

Surpreende o fato de os trabalhadores aposentados desta pesquisa terem passado 10 anos de uma nova fase de suas vidas e não terem parado para refletir ou para pensar no tempo presente. Isso demonstra que o foco é continuar seguindo, e o passado relativo ao trabalho ficou guardado em uma caixa.

2.3 ENVELHECIMENTO

O envelhecimento começa no dia em que nascemos, mas será possível construir uma cultura de bem-estar em todas as fases da vida? O que significa ser velho? Quantos estereótipos criamos para isso? Questões como essas estão presentes no cotidiano da grande maioria da população.

A velhice, tal como a infância, a juventude e a idade adulta, é circunscrita como uma etapa de transformação, tanto física como biológica, emocional e sexual. A forma como cada pessoa envelhece está determinada por suas condições subjetivas, incluindo-se aí a forma como foi vivida sua história pessoal em todos os períodos da existência e também está atrelada às condições socioculturais. (CARLOS, 2003, p. 58)

Vivemos em um mundo cansado de consertar coisas, onde o descarte é mais pertinente, onde não há espaço para remodelar. Diante de diferentes realidades e situações vivenciadas nas etapas da vida, é importante criar um espaço de fortalecimento, em especial na velhice, na qual os laços e os vínculos são ainda mais fundamentais.

É preciso reconhecer o envelhecimento como um processo natural da vida. Conhecê-lo significa saber viver as limitações, posicionando-se neste novo cenário. Destaca-se que o envelhecimento nem sempre está relacionado à aposentadoria. Há pessoas que buscam o benefício muito antes de atingirem o patamar de idoso – ou seja, dos 60 anos –, mas é evidente que cada pessoa é única e compõe sua história.

Mas o que é ser idoso? Como marco legal, temos no Brasil a Constituição Federal de 1988, na qual o segmento idoso é reconhecido e tem seus primeiros direitos sociais assegurados:

Art. 6º São direitos sociais a educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o transporte, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, na forma desta Constituição. (BRASIL, 1988).

Mais tarde, vieram a Política Nacional do Idoso (PNI), instituída pela Lei nº 8.842 de 1994, e o Estatuto do Idoso, pela Lei nº 10.741 de 2003. Eles são o arcabouço legal dos direitos sociais e das políticas sociais para a população idosa.

Endossa-se que as ações para as pessoas idosas devem estar presentes nas diversas políticas setoriais, como assistência social, saúde, educação, trabalho, previdência social, habitação e urbanismo, justiça, cultura, esporte e lazer. Ainda, salienta-se a importância do Conselho do Idoso como mecanismo definidor de políticas, controlador e fiscalizador da execução. Na década de 1990, foi sancionada a Lei Federal 8.742/93, que disciplina sobre a Lei Orgânica da Assistência Social (LOAS). A LOAS traz a garantia de um salário-mínimo para idosos que não possuam renda e atendam a critérios estabelecidos. Nesse íterim, podemos pensar sobre a população idosa e seus territórios/municípios de moradia, refletindo como estão sendo atendidos, quais suas demandas. Enfim, podemos nos questionar se estas legislações estão realmente tendo aplicabilidade.

Segundo Teixeira (2021), na ciência do envelhecimento humano, apesar de ser uma área nova, a sua dimensão multidisciplinar torna-o mais complexo e disputado, dificultando consensos conceituais.

Essa tendência homogeneizante perdura até os dias atuais, seja na compreensão do envelhecimento como declínio, decadência, improdutividade, pobreza, abandono, como problema social; seja dos idosos como seres ativos, participativos, independentes, autônomos que ressignificam suas experiências e representações da velhice, projetam-se para o futuro com disposição e saúde, o que deu origem às expressões “terceira idade”, “melhor idade”, dentre outras. (TEIXEIRA, 2021, p. 2).

Dessa forma, apesar de considerarem o envelhecimento decorrente e determinado por inúmeros fatores, não conseguem superar a perspectiva do todo como soma das partes, que são integradas, funcionais e interdependentes. O percurso ou a trajetória de vida são individualizados e singularizados, mas também coletivos.

Como ressalta Beauvoir (1970, p. 26), “a gerontologia desenvolveu-se em três planos: o biológico, o psicológico e o social”. Nestes planos, ela se mantém fiel a um mesmo ponto de vista positivista. Não se trata de explicar por que acontecem os

fenômenos, mas sim de descrever suas manifestações, de maneira sistemática e com a maior exatidão possível.

[...] o envelhecimento é interpretado em ligação com teorias que explicam as causas do envelhecimento celular e o aparecimento de perturbações de saúde que, por sua vez, contribuem para a diminuição das possibilidades de sobrevivência à medida que a idade avança (SILVA, 2006; VAZ, 2008 *apud* CARVALHO, 2013, p. 4).

Portanto, o reconhecimento da heterogeneidade do envelhecer é um consenso na gerontologia contemporânea. A World Health Organization (2005, p. 6) destaca que “a perspectiva do curso de vida para o envelhecimento ativo reconhece que os mais velhos não constituem um grupo homogêneo e que a diversidade entre os indivíduos tende a aumentar com a idade”.

Uma ferramenta importante que pode auxiliar-nos em todas as etapas da vida é a nossa resiliência. Ela pode ser descrita como um fator relevante para que o idoso restabeleça ou mantenha seu nível de bem-estar mesmo perante situações adversas. Ela é revelada pela boa adaptação dos indivíduos ao seu contexto e à sua vida.

A atual abordagem do construto de resiliência permite reconhecer e potencializar recursos pessoais e interpessoais que protegem o desenvolvimento das pessoas e sua capacidade construtiva. Ele é, portanto, um instrumento fundamental para a compreensão e conquista do envelhecimento bem-sucedido e para a busca de estratégias de promoção de qualidade de vida na velhice. (COUTO, 2007, p. 36).

Dessa forma, a capacidade de cada indivíduo se adaptar às contínuas mudanças do mundo requer o equilíbrio entre a capacidade pessoal de mudar e, ao mesmo tempo, manter sua identidade.

Ao decidir sobre seu destino, o adulto, em certas sociedades, escolhe seu próprio destino; leva em consideração seu interesse a longo prazo. É possível também que ligações afetivas muito fortes o prendam a seus velhos parentes. Por outro lado, o homem idoso adquiriu com os anos qualificações que podem torná-lo muito útil. Mais complicadas que as sociedades animais, a comunidade humana primitiva tem ainda mais necessidade de um saber que só a tradição oral pode transmitir. Se, graças à sua memória, o idoso é depositário da ciência, se conserva a lembrança do passado, ele suscita o respeito. Enfim, já tem um pé no mundo dos mortos: isso lhe destina o papel de intercessor entre a terra e o além; confere-lhe, também, poderes temíveis. [...] E, muitas vezes é graças à sua memória que os idosos têm acesso a uma condição privilegiada. (BEAUVOIR, 1990, p. 55-56).

Conforme Beauvoir (1990), o homem pode fazer suas escolhas, engajar-se num projeto pessoal que siga a longo prazo, trazendo qualidade de vida a todas as etapas, mas focando aquela em que suas capacidades podem diminuir.

É importante assinalar que o envelhecimento, por ser um fato biológico e cultural, deve ser observado sob uma perspectiva histórica e socialmente contextualizada. O tratamento dispensado à velhice dependerá dos valores e da cultura de cada sociedade em particular, a partir dos quais ela construirá sua visão dessa última etapa da vida. (RODRIGUES; SOARES, 2006, p. 3)

Aos indivíduos que estão envelhecendo, estão sendo atribuídos novos papéis sociais, acompanhando as mudanças demográficas do nosso país. A velhice está cada vez mais presente em nosso meio. Assim, surgem inúmeras reflexões sobre esse novo contexto, essa nova formatação de pessoas, que inclui uma faixa etária mais idosa.

De acordo com Rodrigues e Soares (2006), a forma de conceber e viver o envelhecimento depende do contexto histórico, dos valores e do lugar que o idoso ocupa na escala classificatória dessa sociedade, que ao final será a responsável pela construção social do envelhecer e da velhice. Ou seja, a construção do significado da velhice é permeada por crenças, mitos, preconceitos e estereótipos, e ainda existem conceitos defasados que se expressam por meio de representações depreciativas do fenômeno do envelhecimento e do sujeito que envelhece, definindo o seu lugar social.

É do cenário das representações que sairão os termos e as expressões classificatórias como velho e velhote, idoso e terceira idade. Tais termos e expressões são responsáveis pela construção de uma identidade estigmatizada, que acaba por excluir do processo social os indivíduos que se encontram com sessenta anos ou mais. (RODRIGUES; SOARES, 2006, p. 7).

Estamos diante de um processo de recriação e readaptação de terminologias, que dependem dos fatores internos e externos do ser humano, da condução de sua trajetória, do seu caráter cultural, ou seja, da forma como encaramos o processo de envelhecimento. Podemos nos aproximar desse fato, a título de ilustração, quando lembramos dos idosos em nosso convívio, na nossa família, no trabalho ou na rede que frequentamos. Como os chamamos? Como os vemos? Como identificamos seu valor na sociedade e na nossa vida individual?

O Brasil, bem como vários países do mundo, está passando a um novo paradigma demográfico, marcado por diminuição do crescimento da população e mudanças na estrutura etária, que resultam no processo de envelhecimento da (CAMARANO, 2014). Percebemos, assim, crescentes estudos para entender esse processo e, de certa forma, preparar-nos para ele.

Camarano (2014) mostra que o Brasil vem enfrentando, nas últimas décadas, uma escassez de mão de obra qualificada em alguns setores. Isso também é resultado da cultura do descarte de trabalhadores envelhecidos. As empresas não se atentaram ao processo de perda de conhecimento pelo qual estão passando, já que preferem dispensar a experiência trabalhadores, na contramão do que vem acontecendo nos países desenvolvidos.

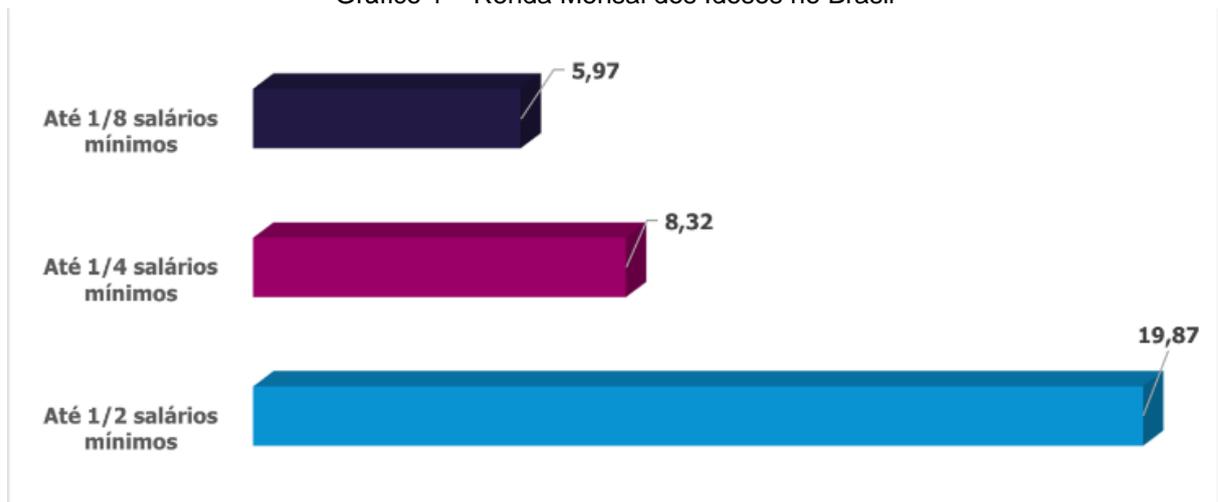
Por outro lado, conhecemos algumas empresas que ofertam a idosos empregos que podem ser sua sustentação ou complemento de renda. Esse é o caso de supermercados, que recrutam pessoas acima de 60 anos, oferecendo contratos de trabalho a esse público esquecido pela maioria dos segmentos.

Com o contexto atual, surge uma nova linguagem em oposição a antigas formas de tratamento, como “terceira idade”, “aposentadoria ativa”, entre outras. A partir da mudança de condições da aposentadoria, também muda a imagem da aposentadoria, que agora é vista como um tempo liberado das obrigações laborais a ser aproveitado. “Melhor idade”? Para quem? As novas nomenclaturas fazem emergir os problemas que surgem com a velhice, passando a fazer parte das reflexões cotidianas das famílias e das instituições.

A questão central para a ordem do capital, não é a qualidade de vida dos velhos, mas sim os gastos que o envelhecimento, principalmente dos trabalhadores poderá acarretar ao erário e a expansão capitalista. (TEIXEIRA, 2017, p. 220).

A população envelhecida pode ser distribuída em segmentos sociais. Há aqueles que necessitam de ajuda permanente do governo, aqueles que ainda representam força de trabalho e renda para sua família, a população adocida, de rua – ou seja, temos idosos em diferentes níveis. A população foco deste estudo são idosos que contam com uma renda considerada privilegiada, pois se aposentaram pela Previdência Social e pelo Fundo dos Aposentados da CORSAN. Pode-se afirmar que são diferentes da maioria da população brasileira, conforme o Gráfico 1.

Gráfico 1 – Renda Mensal dos Idosos no Brasil

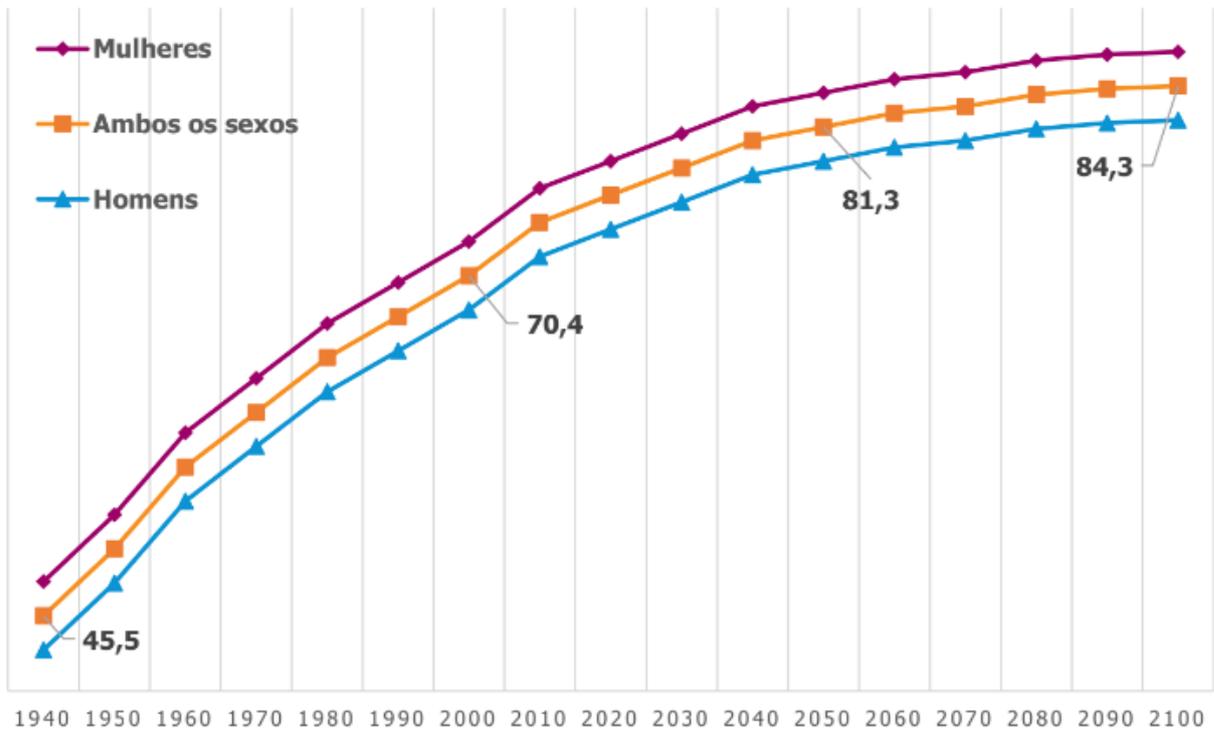


Fonte: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2015).

Em 2010, 34,16% dos idosos viviam em domicílios com renda per capita mensal de até meio salário-mínimo. A pobreza nessa faixa etária é um desafio mais grave, na medida em que aumentam os custos com tratamentos de saúde e outros cuidados.

O Brasil está se tornando um país majoritariamente de idosos, com diferentes formas de viver o envelhecimento, uma pluralidade de velhices. Será que é fácil envelhecer em uma sociedade desigual? Nossa sociedade não é estática, está em constante transformação. Por isso, há constantes mudanças nas demandas dessa parcela da população. A expectativa de vida dos brasileiros cresceu de 45,5 em 1940 para 76,6 anos de idade em 2019, de acordo com o Gráfico 2.

Gráfico 2 – População do Brasil por sexo e idade (1980-2050)



Fonte: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2015).

Não podemos generalizar o processo de envelhecimento e a velhice, uma vez que são heterogêneos até mesmo na mesma classe social. Conforme Paiva (2014), essa não é uma nova questão social, mas novas manifestações com as mudanças societárias postas pelo modelo de acumulação capitalista. Dentre elas, há a contradição entre o aumento da longevidade de um lado e o desmonte das proteções sociais conquistadas do outro. Para compreender o envelhecimento, é preciso entender o processo em sua totalidade – nas esferas de produção e reprodução de capital. Quanto maior a desigualdade social e a prevalência dos excluídos do processo produtivo formal, maior o contingente de pessoas idosas dependentes dos recursos previdenciários, saúde e assistência – o tripé da Seguridade Social (PAIVA, 2014).

A classe trabalhadora também envelhece, e sua força de trabalho muitas vezes é desvalorizada pelo capitalismo. O aumento da longevidade vem com novos desafios para o enfrentamento das expressões da questão social que incidem sobre a velhice de pessoas, grupos, classes e segmentos de classe.

Ainda há o público que se mantém trabalhando ativamente depois da aposentadoria, sendo alguns deles: I) aqueles que ainda têm importante papel social no contexto profissional e familiar; II) aqueles cuja condição econômico-financeira na

aposentadoria não foi suficiente para continuar mantendo alguns padrões; III) aqueles cuja aposentadoria é muito baixa para manter o mínimo necessário para viver.

Associamos a imagem da velhice à deterioração do corpo; para os homens aposentados, esse pode ser um fator negativo, uma vez que o entendimento do senso comum é de que os aposentados estão envelhecendo. Novamente nos deparamos com estereótipos nem sempre ligados à mídia, mas a uma cultura enraizada de preconceitos de associar o velho ao declínio e à morte:

O *status* reduzido das pessoas idosas é também devido à ênfase contemporânea na juventude, beleza, autonomia, independência e na habilidade de ser produtivo ou reprodutivo. Assim, “ser velho” assume uma conotação negativa, remetendo à perda de atributos tão valorizados pelo meio social e, simultaneamente, pelo próprio idoso. (SCHNEIDER; IRIGARAY, 2008).

Mas como determinar a idade da velhice? Isso não pode ser restrito apenas a um marco legal. Essa pode ser uma tarefa complexa, porque é difícil generalizar em relação à velhice, e há distinções significativas entre diferentes tipos de idosos e velhices. A idade é um fato pré-determinado, mas o tratamento dado aos anos depende das características da pessoa.

Uma sugestão é a definição preconizada pela Organização Mundial da Saúde, que é baseada na idade cronológica, para a qual a definição de idoso inicia aos 65 anos em países desenvolvidos e aos 60 anos em países em desenvolvimento. De acordo com o Estatuto do Idoso (BRASIL, 2003), as pessoas com idade igual ou superior a 60 anos são reconhecidas como idosas. Entretanto, alguns direitos, como a gratuidade no transporte coletivo público urbano e semiurbano, só são concedidos àqueles com mais de 65 anos. Também há o Benefício de Prestação Continuada (BPC), concedido pelo INSS a idosos com mais de 65 anos que não possuem renda e não contribuíram ao longo de sua vida laboral.

Conforme Schneider e Irigaray (2008), socialmente, pode-se inferir que a pessoa é definida como idosa a partir do momento em que deixa o mercado de trabalho, isto é, quando se aposenta e deixa de ser economicamente ativa. A sociedade atribui aos aposentados o rótulo de improdutivos e inativos. Com a aposentadoria, percebe-se um rompimento abrupto das relações sociais com outras pessoas com as quais o indivíduo conviveu durante muitos anos. Ocorre, ainda, uma

redução salarial considerável e a falta de atividades alternativas fora do ambiente de trabalho.

Esses fatores influenciam o comportamento do ser humano quando da decisão de se aposentar. Mesmo que sua idade cronológica seja baixa, sua idade de “aposentado” pode pesar e trazer limitações psicológicas se não houver uma preparação apropriada. Seguir os padrões ou estabelecer seus próprios limites pode ser desafiador.

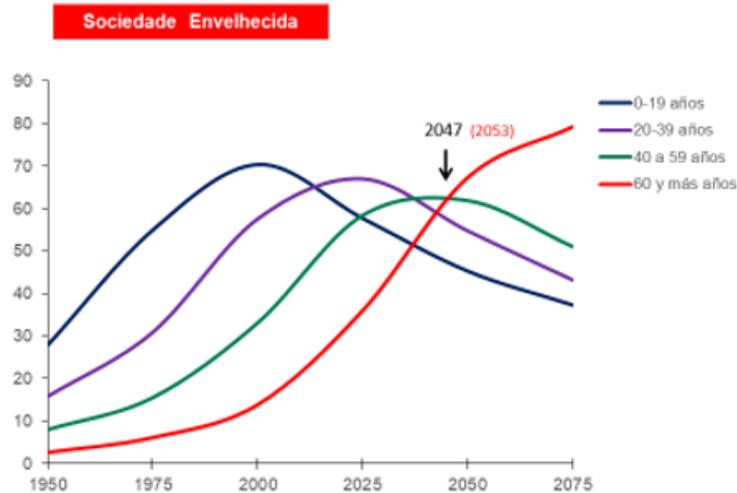
Envelhecer é um processo natural que caracteriza uma etapa da vida, que envolve mudanças físicas, psicológicas e sociais para o ser humano de forma individual e coletiva. É inevitável que uma perda progressiva de capacidades, porém o envelhecimento saudável depende de muitos fatores, incluindo atividades físicas, alimentação, lazer. Ou seja, perpassam o conceito de qualidade de vida, associado à autoestima e ao bem-estar pessoal, a capacidade funcional, o nível socioeconômico, o estado emocional, a interação social, a atividade intelectual, o autocuidado, o suporte familiar, o estado de saúde, os valores, enfim, é a união de diferentes cuidados.

Concomitantemente à aposentadoria, os efeitos do envelhecimento ficam mais latentes, podendo deixar o indivíduo mais vulnerável psicologicamente e fisicamente. O envelhecimento gera uma perda em alguns componentes físicos da capacidade funcional, como declínio em força muscular, resistência aeróbia, coordenação motora, equilíbrio, flexibilidade, dentre outras (GONÇALVES; GURJÃO; GOBBI, 2007).

É importante assinalar que o envelhecimento, por ser um fato biológico e cultural, deve ser observado sob uma perspectiva histórica e socialmente contextualizada. O tratamento dispensado à velhice dependerá dos valores e da cultura de cada sociedade em particular, a partir dos quais ela construirá sua visão dessa última etapa da vida. (RODRIGUES; SOARES. P. 3, 2006)

Conceituar velhice ou envelhecimento nos remete a pensar, inicialmente, quem é esse público hoje, sendo inevitável perceber o aumento significativo da expectativa de vida no mundo, conforme verificamos no Gráfico 3.

Gráfico 3 – O avanço do envelhecimento da sociedade brasileira (2019)



Fonte: Saad (2019, p. 29).

De acordo com Saad (2019), o Brasil deixará de ser uma sociedade jovem e passará a ser uma sociedade envelhecida. Essa mudança é impressionante e será um grande desafio.

Para a biologia, expectativa de vida é normalmente definida como a duração média de vida esperada para os membros de uma espécie, a partir do nascimento. Para a demografia, expectativa de vida é a estimativa sobre a duração média de vida de uma coorte por ocasião do nascimento (NERI, 2005, p. 85).

A partir do conceito de expectativa de vida, deparamo-nos com uma grande mudança no fenômeno da população (NERI, 2005). O segmento idoso cresce e o das crianças diminui, ou seja, há a compressão da natalidade e o aumento do corte de envelhecimento.

Conforme Heredia (1999), a queda na fecundidade (número de nascimentos) e na mortalidade (número de óbitos) produz aumento na Esperança de Vida ao Nascer, que expectativa de vida um recém-nascido, tendo em vista os níveis atuais da mortalidade.

O Brasil é um dos países da América Latina que tem experimentado um dos maiores aumentos em relação à proporção de idosos na população total, o que reflete em uma acelerada tendência de envelhecimento populacional. Com isso, surge uma escassez de mão de obra qualificada em alguns setores, resultado também da cultura do descarte de trabalhadores envelhecidos.

2.4 ENSAIOS SOBRE O ENVELHECIMENTO: O QUE DIZEM OS ENTREVISTADOS

Nas entrevistas realizadas com trabalhadores, questionamos sobre suas percepções do envelhecimento e deparamo-nos com respostas que talvez não fossem tão esperadas, ou seja, não faziam relação direta entre aposentadoria e envelhecimento. Essas respostas talvez sejam um dos principais achados desta pesquisa, fazendo repensarmos sobre nossas hipóteses preliminares, que apontavam para uma relação de evidências sobre envelhecimento e aposentadoria.

Portanto, na sequência, apresentam-se os principais resultados sobre as percepções sobre envelhecimento dos entrevistados. Categorizamos-as conforme as seguintes subcategorias: medo/incerteza/insegurança; fechamento de ciclos; cuidado de si e das relações; e distanciamento do momento atual da vida com o envelhecer.

2.4.1 Medo/incerteza/insegurança: “Eu fiquei mais velho...”

Água 1 afirma: “fico com medo de envelhecer e não poder fazer o que eu quero” e faz uma pausa. O que isso nos diz? Devemos retomar a contagem do tempo, do quanto significa o tempo para ele. O que este medo representa para ele? A falta de tempo de viver, a incerteza de quanto tempo lhe resta e a insegurança sobre o futuro.

A representação dessa reflexão remete-nos a pensar que, para ele, envelhecer é findar a sua existência. O seu tempo vai passando, e ele diz como se estivesse pensando em voz alta: “sei que estou concluindo minhas batalhas”. “Concluir batalhas” pode ter inúmeros significados, mas traduz uma vida não muito fácil, na qual ele se obrigou a vencer suas lutas diárias. Água 1 enfatiza: “eu quero viver. Enquanto eu puder me equilibrar, ando de moto, depois ando de carro”.

Para Ruschel (2001), relatos históricos nos mostram a preocupação com a chegada da velhice não é uma questão apenas do nosso tempo, assim, a análise do processo de envelhecimento e a própria velhice implicam inúmeras formas de pensá-la e vivê-la. Nas culturas primitivas, encontramos situações singulares, tendo em vista a especificidade de cada um. Atualmente, criamos um cenário em que a população idosa aumenta e vem trazendo estereótipos à nossa sociedade.

O envelhecimento bem-sucedido pode ser compreendido a partir da minimização das perdas e maximização de ganhos. Além dos aspectos individuais, são consideradas questões do meio em que o indivíduo está inserido (TEIXEIRA *et al.*, 2016). Entende-se que o idoso não é o único responsável por sua saúde e qualidade de vida, de maneira que o Estado e a comunidade possuem uma parcela de responsabilidade na manutenção de uma velhice saudável.

Na velhice, o tempo pode passar depressa. Quando percebemos a finitude, esse sentimento pode gerar angústia. As mudanças físicas, biológicas e sociais começam a ficar cada vez mais perceptíveis com o passar dos anos, tornando visíveis a vulnerabilidade e a possível perda de autonomia.

2.4.2 Fechamento de ciclos: “A velhice vem naturalmente”

Ao serem questionados quanto à sua percepção do envelhecimento, a primeira impressão dos entrevistados é a surpresa. Envelhecer? Não percebemos uma conexão dos trabalhadores aposentados com o envelhecimento, pois a aposentadoria traz uma sensação de vida nova. Esse talvez como um dos mais importantes achados da pesquisa: percebemos que o envelhecimento é um processo natural e não está intimamente ligado à aposentadoria, como as respostas vão demonstrar.

Água 2 refere “mas tu não fica [*sic*] pensando toda hora que tu vai envelhecer, senão tu não vive”. Essa frase nos remete à naturalidade com que ocorre o envelhecimento, sem a exigência de ficar se percebendo ou se questionando quando o envelhecer chegará. Isso já era apontado por Castro (2005) no livro *Envelhecer: Um encontro inesperado*. Talvez esse encontro seja tão inesperado que nem percebem sua chegada, de mansinho...

Água 3 relata: “Ah sim, isso é muito interessante. Sabes que a velhice vem então naturalmente, eu quando jovem pensava nos meus pais envelhecendo, agora estou eu aqui. A idade não me preocupa”. Embora inesperada ou até impensada, a velhice vai chegando. Nessa situação, chegam os filhos, os netos, e o tempo vai dando identidade ao ser humano.

Há o tempo físico, que é o tempo do relógio, que desliza numa velocidade uniforme; o tempo psicológico, verdadeira dimensão humana, relativo e demarcado pela experiência subjetiva dos eventos interno, que determina o

constante processo adaptativo e evolutivo, onde estão os valores, as crenças e os mitos; e o tempo social, que varia de cultura para cultura e de acordo com a época, seguindo escalas sociais que são decodificadas por determinada sociedade. No dinamismo do tempo, acontecem as relações, as trocas, os vínculos da intersubjetividade. (CASTRO, 2005, p. 25).

O tempo é subjetivo, pois ele tem dimensões diferentes para cada pessoa no espaço em que vive. As experiências, as vivências e o próprio contar do relógio vêm dando significado a cada fase, cada etapa, e não necessariamente haverá uma ruptura entre um e outro. Ainda, considera-se que ao longo da história há mudanças de valor.

Esta caminhada entre presente, passado e futuro faz com que liguemos ou não a aposentadoria à velhice e ao envelhecimento e pensemos que o lazer passa a ocupar boa parte do tempo. Entretanto, a realidade contemporânea nos mostra outra coisa: entre perdas e ganhos, há a necessidade de um reordenamento, de um novo propósito dentro de toda essa transformação.

2.4.3 Cuidado de si e das relações “Eu nunca paro, nunca deixo de aprender, viagens, outras culturas”

A rede de relações dos entrevistados aparece de alguma forma em todas as entrevistas como uma das prerrogativas para o envelhecimento saudável, o cultivo de suas raízes. Tanto as relações familiares quanto a rede de apoio são mencionadas nas entrevistas.

Água 2 afirma que “primeiro tem que cuidar da saúde né, sem saúde não vai a lugar nenhum”, o que demonstra uma preocupação com seu bem-estar físico também, pois sabemos que nossas relações são parte dos cuidados com nossa saúde mental. Água 5 reforça que “então a gente procura viver uma vida saudável, ter um bom relacionamento com os filhos, com a esposa”, relacionando a vida saudável aos relacionamentos afetivos.

Água 4 refere que “a pessoa envelhece mais se ela se preocupa com as coisas, com os negócios, com a família”. Porém, segue afirmando que algumas preocupações são inevitáveis. Entretanto, pensamos que podemos viver a cada instante sem ficar nos fixando em coisas, que apenas devemos viver deixando o tempo passar.

Água 3 salienta: “a idade não me preocupa. Me sinto forte. Eu acho que é

atualização. Eu nunca paro, nunca deixo de aprender, viagens, outras culturas, não posso ficar parado. E outra, saber com quem você pode contar”.

Podemos fazer uma breve menção à modernidade dos aspectos cognitivos no envelhecimento. A cognição é composta por diversos aspectos que envolvem o funcionamento mental, tais como “habilidade para expressar sentimentos, pensamentos, percepções, lembranças e raciocinar, além de estruturas complexas que envolvem pensamento e a capacidade de produzir e fornecer respostas aos estímulos externos” (LIMA NETO *et al.*, 2017, p. 754). A boa funcionalidade cognitiva dos idosos é um indicador importante de envelhecimento ativo e longevidade, pois se relaciona à capacidade de manter o foco em estímulos relevantes do ambiente.

2.4.4 Distanciamento do momento atual da vida com o envelhecer

Um dos pontos culminantes dessa pesquisa direciona-se ao objetivo de identificar os fatores importantes para os aposentados seguirem com um novo projeto de vida, mantendo uma vida saudável após seu desligamento do trabalho. Porém, não identificamos esta relação entre aposentadoria e envelhecimento na fala dos entrevistados, que não se percebem envelhecendo neste novo ciclo.

Não percebemos nas falas dos entrevistados que eles se sentem próximos do envelhecimento, mesmo passados 10 anos de sua aposentadoria. Ainda sentimos como se estivessem experimentando um novo ciclo, que, apesar de estar passando rápido, parece em constante construção. Quando o envelhecer vem naturalmente, esse encontro ocorre leve. Entretanto, devido à complexidade e às diferentes concepções da sociedade, este é um constante desafio.

O imaginário da velhice parece ser constantemente relançado pelo sujeito para o momento futuro. Poderíamos até reafirmar que pensar sobre a própria velhice é algo indesejável e que pensamentos desse tipo são rapidamente espantados, pois trazem consigo um sentimento de desesperança. É como se houvesse uma crença de que existe algum modo de viver sem envelhecer. De certa maneira, este é o desejo de todo ser presente, deixando uma série de interrogações, cujas respostas parecem vagas e imprecisas. (CASTRO, 2005, p. 45).

Não nos deveria causar espanto que as pessoas ignorem que o envelhecimento é natural. Os próprios entrevistados receberam a pergunta com surpresa, como se internamente se perguntassem “o que isso tem a ver comigo?”.

Seguir ciclos é a ordem natural, mas, como afirma Ruschel (2001), o desejo das pessoas de se manterem jovens é realidade.

Em que idade, afinal, ficamos velhos? Isso realmente importa? Para a gerontologia, o envelhecimento é um processo caracterizado por progressivas perdas que ocorrem com a passagem do tempo, mas a velhice não é estática. A finitude nos remete ao sentimento de que há um caminho que mais nos aproxima da morte do que da vida ativa; neste momento, o ser humano é tomado de medo e insegurança.

Porém, a busca pelo equilíbrio deve trilhada e polida pelo tempo. Ele passa depressa, deixando a memória afetiva da infância mais distante e preciosa, com os olhos num futuro sem limites. Já dizia Paulinho da Viola (SINAL..., 1970), “Eu também tenho algo a dizer, mas me foge à lembrança”, ilustrando de forma lúdica a menção ao tempo e às lembranças.

Como resume Água 4, em sua fala: “pode ficar como eu te falei antes, pensando que está aposentado e vou me sentar de manhã no sofá, e passar até a noite na frente da televisão. Então tu tem [sic] que ter uma atividade pra tu ter uma ocupação na cabeça e no corpo físico, não pode estar parado, esperando o tempo passar”.

Também é necessária, ao longo de suas vidas, uma rede de suporte social que, além da família, seja composta por amigos, vizinhos, prestadores de serviços domésticos – como diaristas, empregadas domésticas, cuidadores ou mesmo porteiros. Cada pessoa que compõe a rede pode desenvolver papéis diferentes, pois as necessidades das pessoas, à medida que envelhecem, também são diferentes.

Dessa forma, a construção da velhice deve ser entendida como um processo particular, conectando várias dimensões importantes para o desenvolvimento bem-sucedido.

3 APOSENTADORIA E PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA

Este capítulo está dividido em duas partes. Inicialmente, contextualizamos a aposentadoria, buscando sua história e sua evolução. Em seguida, apresentamos o Programa de Preparação para Aposentadoria (PPA), destacando o programa desenvolvido na CORSAN, no qual os sujeitos deste estudo vivenciaram a experiência do PPA. Após a fundamentação, partimos à análise das falas dos entrevistados sobre essas duas categorias, aposentadoria e preparação para aposentadoria. Utilizamos o mesmo método do capítulo anterior, ou seja, organizamos os resultados do estudo em subcategorias.

No português, aposentar-se significa etimologicamente hospedagem, abrigo nos aposentos ou nos quartos de casa. Considerando que aposento é o mesmo que quarto ou alcova, o sentido do termo nos remete à noção de abrigar-se nos aposentos, no interior da habitação. Em inglês e francês (*retired* e *retraité*), também há a noção de retirar-se, afastar-se da vida ativa. No século XVI, *retraité* significava também o lugar onde se retiravam as pessoas para escapar dos perigos da modernidade (BERND, 1996).

Na época do homem da caverna, não havia aposentadoria: as pessoas na verdade exerciam suas atividades de subsistência até pouco mais que os 20 anos e, a partir daí, começavam a ficar doentes e morriam. A expectativa de vida não passava dos 30 anos. Não tinha, na verdade, nem oportunidade para aposentadoria. Nos tempos remotos, quando havia sociedades nômades um pouco mais evoluídas, passados os anos, os mais velhos começavam a viver em tendas, isolados, criando um ou outro animal para garantir o seu sustento e ficavam ali até morrer. Outra opção para os mais velhos quando começavam a ter limitações era serem tratados junto com as crianças. Essas eram as duas opções de aposentadoria até então, nada muito agradáveis. (MINOZZO, 2015, p. 13)

Pode-se afirmar que a noção de aposentadoria é recente para a humanidade. Ela data do período da Revolução Industrial; entretanto, na história pré-industrial e até mesmo no início da humanidade, a sobrevivência e o período curto de vida já geravam reflexões sobre o momento em que os indivíduos não seriam mais ativos e o que fariam a partir daí.

A Revolução Industrial trouxe mudanças profundas no contexto do mundo do trabalho, gerando grandes transformações socioeconômicas. A partir dela, quase todos os aspectos da vida cotidiana foram influenciados de alguma forma, pois os

métodos tradicionais ou artesanais deram espaço a novos métodos de produção.

Nesse ínterim, os trabalhadores começaram a conhecer um novo sistema de produção, desde a obtenção da matéria-prima até a comercialização do produto. Isso gerou uma nova forma de produção de capital, na qual os donos dos meios de produção usam a mão de obra dos trabalhadores para obter lucro, processo que é parte do sistema capitalista vigente.

Na atualidade, tratamos de aposentadoria como algo natural, como consequência de um ciclo, porém, nem sempre foi assim. Com o aumento da expectativa de vida, esse momento da vida tem se tornado cada vez mais tardio, pois as pessoas trabalham mais, vivem mais.

Trazendo à realidade brasileira, a emergência da aposentadoria situa-se nas primeiras décadas do século XX, quando o Brasil vivencia transformações no seu modelo de desenvolvimento e inicia um processo de industrialização.

A assunção do Estado na gerência do sistema previdenciário brasileiro foi lenta e gradual. O primeiro ato governamental de intervenção nesta área ocorreu em 1923, com a promulgação da Lei Eloy Chaves, determinando a criação de uma Caixa de Aposentadorias e Pensões – CAP, para os trabalhadores das ferrovias. Entretanto, eram sociedades civis em que a ingerência do setor público era mínima, cabendo sua administração a um colegiado composto de empregados e empregadores. (BATICH, 2004, p. 33).

Sendo assim, as CAPs se expandiram para outras categorias funcionais assalariadas, chegando a serem instaladas cerca de 180 caixas de aposentadorias no Brasil. A ordem de criação desse tipo de instituição previdenciária sempre foi acompanhada e determinada pela capacidade de mobilização e reivindicação dos trabalhadores por melhores condições de trabalho na relação com o Estado. Assim, o fato de os trabalhadores de ferrovia terem inaugurado o sistema se deve mais à importância das atividades que desenvolviam para a economia nacional, baseadas na exportação de produtos primários, do que à sua capacidade de mobilização para reivindicações de natureza trabalhista. Importante destacar que a previdência para trabalhadores rurais não era cogitada, embora fossem elemento fundamental na produção do café, principal produto de exportação do país (BATICH, 2004). A aposentadoria chegou tardiamente para esse segmento de trabalhadores no Brasil, somente na década de 1960.

As instituições previdenciárias dos assalariados, por um lado, atendiam aos

interesses dos trabalhadores, dando-lhes garantias de recursos para a subsistência quando necessitavam se afastarem do trabalho. Por outro lado, respondiam também aos interesses do empresariado, atendendo uma reivindicação dos empregados, tornando a situação assalariada atraente e mais tranquila, pela obtenção de poupança destinada a investimentos em setores fundamentais para implementação do processo industrial.

A aposentadoria é um direito de todo cidadão filiado ao Regime Geral de Previdência Social, cumprida a carência exigida em suas diversas categorias: por idade, por tempo de serviço, por invalidez e aposentadoria especial.⁴ Dessa forma, o trabalhador contribui durante sua vida funcional, objetivando que, no tempo correto, possa desfrutar de seu benefício e continuar sua vida ativa.

Portanto, a preocupação com a aposentadoria no Brasil é marcada, historicamente, pela implantação da previdência social pública, desde então podemos compreender que teve início ao processo de aposentadoria no Brasil. Acreditamos que esse direito foi buscado fundamentalmente a partir das transformações no mundo do trabalho e do aumento da expectativa de vida na sociedade.

Sobre o significado da aposentadoria em si, pode-se afirmar que ela abrange momentos de ruptura e de mudanças significativas na organização familiar e social. Além da ruptura abrupta de um período totalmente organizado e voltado ao trabalho para um período de tempo livre, a aposentadoria é um marco de alteração na dinâmica familiar e social do indivíduo. Como consequência, ocorrem mudanças nos hábitos de quem se aposenta e daqueles que com ele convivem (ZANELLI; SILVA; SOARES, 2010). Ela não é uma consequência apenas do aumento da população, mas também do desenvolvimento da industrialização, do capital excedente. A aposentadoria se difere do envelhecimento. Para compreender isso melhor, é preciso conhecer a natureza do trabalho que desenvolveram e a relação com ele.

A falta de um processo de planejamento no momento de interromper o trabalho pode levar os aposentados a uma série de conflitos. Apesar disso, essa transição pode ser um leque de oportunidades, dependendo do ponto de vista do aposentado. Pode significar um novo começo ou pode trazer o sentimento de menos valia.

⁴ Disponível em: <https://www.gov.br/inss/pt-br/saiba-mais/aposentadorias>. Acesso em: 15 jan. 2022.

Entendendo que as categorias aposentadoria e trabalho não podem ser dissociadas, contextualizaremos o trabalho, que torna o homem por natureza um animal social, pois ele não pode ser privado de estar em sociedade (MARX, 2010). Além disso, abordaremos as questões relativas à aposentadoria, relacionando pontos importantes sobre o período, as dificuldades ou as vantagens do início deste novo ciclo.

O ato de se aposentar impõe conflitos permeados pelo papel central do trabalho no processo de constituição identitária dos sujeitos, especialmente na sociedade atual, que preceitua a supervalorização da produtividade e do capital. De forma simplista, o homem aposentado está na contramão do projeto social de sujeito trabalhador ao qual se condicionou durante a maior parte da vida.

Acerca da centralidade do trabalho para o homem, Marx (2010) define o trabalho como responsável pelo processo denominado de “hominização”, constituindo-se como condição básica para a emancipação humana. Por meio do trabalho, o homem modifica e transforma o mundo, ao mesmo tempo em que se transforma e se humaniza.

A aposentadoria pode ser vista como forma de liberdade, de ruptura com o trabalho e suas relações. Entretanto, esse sentimento não pode ser generalizado, pois depende da carreira e do contexto em que o trabalhador vai estar inserido. Trata-se de um recomeço, de uma reconfiguração de um cenário até o momento carregado de regras e rotinas muitas vezes inflexíveis, passando a um novo momento, podendo o homem olhar-se através de uma janela de novas possibilidades e escolher o ângulo pelo qual perceberá sua existência.

O trabalho, mesmo visto como uma necessidade para sobreviver, também gera muitos ganhos, do ponto de vista relacional e comportamental, ajustando as pessoas nos níveis de felicidade. Esta perspectiva encara a passagem à reforma como o abandono de um papel que é determinante no indivíduo, algo que necessariamente vai afetar o desempenho de outros papéis e a própria identidade pessoal de uma forma negativa. (POCINHO *et al.*, 2017, p. 7).

Após o homem receber o papel de aposentado, associado a outros papéis que já desempenha na sociedade, deverá reinventar-se e criar estratégias para permanecer sentindo-se pertencente ao meio em que vive. Muitas vezes, deverá buscar novas formas ou aprofundar algum projeto que já tenha iniciado ou, por que não, sonhado.

A aposentadoria é um direito do trabalhador. Alguns buscam na aposentadoria “o livramento de uma vida inteira de servidão”, já outros encontram dificuldades, tendo em vista que no trabalho se reconheciam enquanto seres privilegiados na produção. Enquanto para uns o trabalho dá sentido à vida, para outros é na aposentadoria que inicia uma vida nova e satisfatória.

Nessa transição entre o trabalho e a aposentadoria, muitas mudanças perpassam a vida do homem. Ademais, muitos questionamentos sobre seu projeto de vida podem assombrá-lo ou trazer-lhe novas formas de experiência.

3.1 APOSENTADORIA: A VISÃO DOS ENTREVISTADOS

Para compreender como se dá o processo de aposentadoria na visão dos aposentados participantes da pesquisa, apresentamos os principais achados. Eles foram organizados nas seguintes subcategorias: ressignificação das relações; noção de tempo; aposentadoria no tempo presente; novas atividades na vida cotidiana.

Em cada subcategoria, criamos um título a partir da fala dos entrevistados, trazendo à tona uma realidade despida e impressionante acerca das percepções e dos sentimentos sobre a aposentadoria. Essas descobertas de pesquisa trazem inquietações que os entrevistados compartilham quando do questionamento sobre os sentimentos em relação à sua aposentadoria.

3.1.1 Ressignificar as relações: “Fico triste por ter deixado os amigos”

Para engatilhar os sentimentos que “vem à cabeça” dos entrevistados quando pensam em aposentadoria, a pergunta dirigida foi “que sentimentos você tem em relação à sua aposentadoria?”. As respostas que aparecem de forma mais imediata foram das mais diversas, como “perda das amizades” e “recomeço”.

Água 1 manifestou que se “entristece por ter deixado os amigos do trabalho para trás”. De certa forma, para ele “sua nova rotina” não envolverá os mesmos “bons dias” que teve ao longo de sua vida ativa na CORSAN. Ele também refere que “os aposentados somem”, porque cada um seguirá seu curso natural da vida, seja de forma planejada ou aleatória – às vezes não é possível saber o que o futuro reserva.

Ao longo dos anos, muitas relações são construídas no ambiente de trabalho.

Sendo curtas ou duradouras, todas fazem parte de um processo longo de vivências. Os entrevistados relatam situações de colegas de trabalho com quem mantêm contato mesmo após a aposentadoria, com quem se preocupam mesmo passados 10 anos. Entretanto, há os que relatam relações que não deixaram saudades, o que pode ser entendido como natural, pois criamos afinidades com apenas algumas pessoas.

Com a nova rotina estabelecida, novas relações, com novos significados, vão se constituir. Água 4 relata que “na verdade, eu nem lembro que eu estou aposentado. Pra [sic] mim só mudou minha rotina. Na verdade, eu não lembro que estou aposentado e não lembro que eu trabalhava tanto”. A memória já não guarda mais tantas coisas do tempo do trabalho.

Podemos associar a ressignificação das relações com a Teoria do Desengajamento, formulada por Cumming e Henry, no livro *Growing Old* (1961). Ela questiona quase todos os pressupostos gerontológicos sobre os desejos em relação ao trabalho ao afirmar que as pessoas idosas desejam reduzir seus contatos sociais, sentindo-se contentes com isso.

Observam-se mudanças em qualquer processo que afaste o indivíduo do sistema social de que ele é membro. Cumming e Henry (1961) formularam, então, três quebras de paradigmas: a) mudanças na quantidade de contatos sociais (número de pessoas, número de contatos, propósitos dos contatos); b) mudanças na qualidade dos contatos, no estilo ou no padrão de interação entre os indivíduos e os outros membros do sistema; c) mudanças na personalidade do indivíduo, com a diminuição do envolvimento com outros e o aumento da preocupação consigo mesmo.

O processo do desengajamento é inevitável (DOLL, 2007). Na nossa sociedade, todos os seres humanos são únicos. As afinidades vão se transformando ao longo de nossas vivências e experiências, podendo haver rompimento de alguns vínculos e criação de outros. Quando o homem se aposenta e está num processo de envelhecimento, ele passa a perceber que o tempo que lhe resta não é mais o mesmo. Por isso, a qualidade das relações é considerada, e a energia é gasta somente onde há valor.

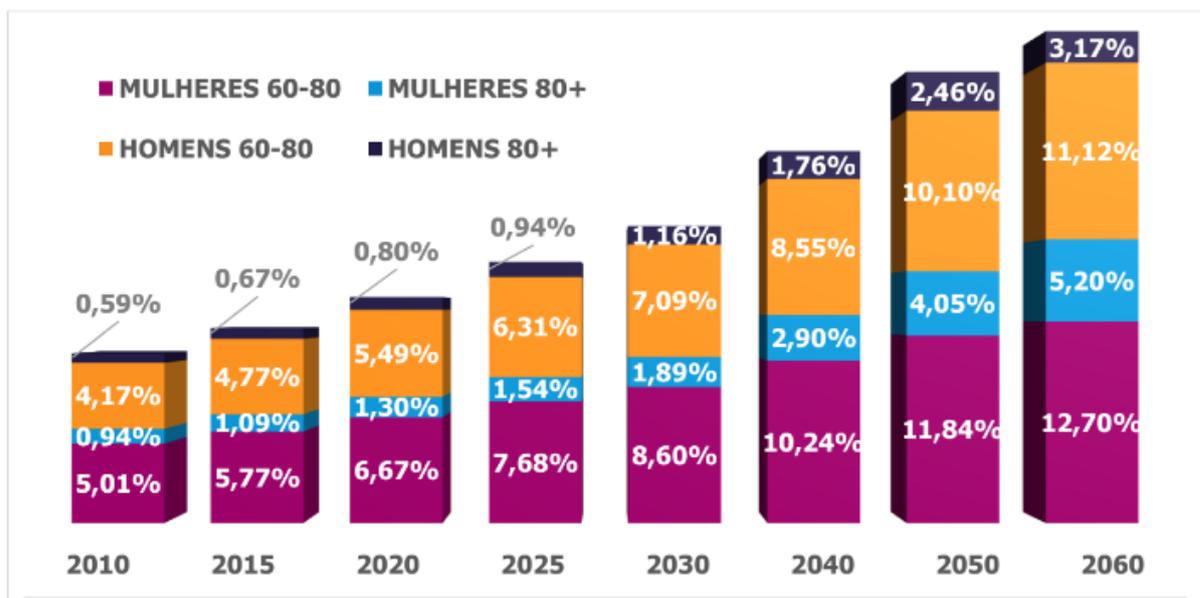
No processo de aposentadoria, o homem assume um novo papel. Ele pode reformular sua vida e permanecer em atividade, tanto nas suas relações familiares e sociais quanto na vida ativa. Observamos que ele tem a possibilidade de fazer

escolhas, pois a obrigação de produzir e gerar renda fica para trás.

Alguns relatos dos entrevistados demonstram que eles se sentiam responsáveis pela educação dos filhos, fato trazido com orgulho em alguns relatos, como o de Água 1 : “uma [das filhas] tá [sic] começando agora, faz faculdade de psicologia; a outra é advogada e já tá no caminho dela. Mas nesse tempo todo, ela tá com 33, tive que abonar [financeiramente] as coisas que ela fazia”.

Com base no Gráfico 4, percebemos que cada vez mais os idosos têm se tornado a pessoa de referência da família – ou seja, responsável pelas despesas com habitação, como aluguel, condomínio, entre outros custos.

Gráfico 4 – Perfil dos idosos no Brasil



Fonte: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2015).

A porcentagem de pessoas com mais de 60 anos que são referências na família cresceu mais de 50% entre os anos de 2001 e 2015, aumentando de 5,88% para 9,2%. Mesmo não sendo o perfil dos nossos entrevistados, é importante destacar esses dados, pois eles representam a situação de diversos idosos no Brasil.

A parcela de entrevistados desta pesquisa não se enquadra na população de idosos em vulnerabilidade social do Brasil, pois eles têm renda superior a dois salários-mínimos. Entretanto, chama a atenção o forte vínculo que existe entre pais e filhos na questão socioeconômica, que aparece nas falas como um processo natural.

3.1.2 Tempo: “Larguei o meu relógio e nunca mais usei”

Desde sempre o homem busca entender o tempo. Retomamos neste item a perda da noção de tempo, que perpassa todas as fases da vida do ser humano. No momento da aposentadoria, essa perda assume outras dimensões, como será visto a partir das falas dos entrevistados.

Água 3 refere que nunca mais olhou o relógio, ou seja, havia um sentimento de aprisionamento em relação ao horário. Largar o relógio nos remete a soltar as algemas do tempo, deixando-o apenas correr. Quanto tinha de luta nas horas do dia desse sujeito?

Conforme já referido anteriormente Água 3 se questionou “quantos anos eu fiquei trabalhando”. Quanto tempo psicológico durou seu trabalho? Não sabemos o que de fato significou isso, mas teve uma influência nas suas respostas durante a entrevista. O tempo psicológico ignora a marcação do relógio, ou seja, não pode ser mensurado, é algo interno e subjetivo. Ele pode ser influenciado por emoções e sentimentos ou pela intensidade do momento vivido.

Seguindo nessa linha, Água 5 afirma: “hoje penso que não tenho mais obrigações, estou colhendo os frutos de todos aqueles anos que me dediquei”. Parece que o trabalho era sinônimo de obrigação e que, para ele, os frutos não eram colhidos naquela época. A dedicação faz parte do trabalho e provavelmente permanece na vida de aposentado, porém voltada a outras áreas.

Para Bergson, a duração implica a sensação subjetiva de indivisibilidade do movimento de nosso corpo, tanto no espaço quanto no tempo. A duração é uma espécie de ilusão necessária para manter o sentimento de (alguma) continuidade em nossa existência; ilusão, sim, porque se o movimento fosse realmente indivisível, o instante não existiria. Mas a duração, medida psicológica da vivência do tempo, não se define pela mera soma de todos os instantes. (KEHL, 2009, p. 130).

Ao longo das entrevistas, percebemos o quanto a obrigação de cumprir um horário era vista como pesada. Se não fosse, não teriam abandonado seus relógios e não fariam com tanta intensidade sobre não precisar cumprir horas. Falam com entusiasmo que agora fazem suas agendas e criam hábitos de acordo com suas afinidades. Ora, enquanto trabalhavam, não era possível ter um ambiente na serra e no litoral. Talvez não tivessem um tempo livre para cuidar de uma horta,

talvez o tempo no trabalho os sugasse tanto que não existia atividade prazerosa. Essas são escolhas de cada ser humano.

O tempo é retratado na poesia, na filosofia, na própria ciência. Ele possibilita uma melhor conjugação da passagem da vida. Paulo Esdras (2007, on-line) escreve em um poema sobre o tempo: “Relógio, despertador, cronômetro, calendário, tudo engodo para imaginarmos prendê-lo, controlá-lo”.

Também trazemos a reflexão apresentada por Monteiro (2005), inspirada na mitologia grega, a respeito das instâncias temporais, Kronos e Kairós. O tempo cronológico é o do relógio, ordenado e delimitado, “devorador de tudo o que cria” (p. 58). É um tempo repetitivo, que dificulta a criatividade, emperra a evolução e não respeita as particularidades do ser humano. Quando se está preso a essa dimensão temporal, a preocupação principal torna-se trabalhar de maneira repetitiva, na busca da aceitação social. No final da carreira, esse tempo castrador torna-se enfadonho, por não se ter mais o que fazer, coroando a existência muitas vezes com episódios depressivos. Por outro lado, a dimensão Kairós refere-se a um tempo individual, que permite e acolhe as idiosincrasias e escolhas de cada um. Se a pessoa procura viver sua própria dimensão temporal, antecipa e elabora o encontro consigo mesma, que inevitavelmente ocorrerá na velhice. O autor conclui seu pensamento criticando o julgamento do ser humano conforme classificações rígidas de tempo.

É importante abordar o ócio e o lazer, os quais podem ocorrer quando há tempo livre. Na aposentadoria, o tempo livre pode ser vivido de forma mais madura e com mais liberdade de escolha. O ócio no tempo livre pode ser ocupado por uma atividade de lazer ou pode significar apenas repouso.

Alguns conceitos de Beauvoir (1970) continuam permeando nossas discussões. A aposentadoria que é por ela definida como uma opção que introduz na vida de homens e mulheres uma descontinuidade radical. De um lado, há uma ruptura com o passado; de outro, há um novo estatuto que traz vantagens (descanso, lazer), mas também desvantagens (empobrecimento, desqualificação). Dessa forma, o ato de se aposentar representa a desvinculação do trabalho, implicando a ideia de tempo livre, de todo o tempo do mundo, de fazer o que quiser, do ócio.

3.1.3 Aposentadoria: “Presente?”

Além de um direito conquistado por meios legais (Previdência Social ou Mista/Privada), a aposentadoria também pode ser vista como um abono que retrata o término de uma vida ativa ligada à produção e à venda de mão-de-obra. Com ela, inicia-se um novo momento, o presente.

Sobre sua aposentadoria, Água 5 relata, olhando para cima: “na aposentadoria a gente colhe frutos de uma vida inteira”. O sentido de plantar, regar e colher frutos, processo natural de toda produção, leva-nos a pensar que se aposentar é um processo que traz um presente. Água 2 diz: “É um prêmio na vida”. Trabalhar por um determinado período, contribuir, passar por inúmeros processos e cruzar a linha de chegada é um prêmio sonhado por muitas pessoas.

Posteriormente, ele reforça “eu estou na esperança de melhorar agora”. Melhorar. É uma expectativa que se cria, de que as coisas vão se encaixar e melhorar na aposentadoria. É aquele “deixar pra depois” que um dia chegou, enfim, bateu à sua porta.

A aposentadoria é um tempo de travessia. O afastamento do trabalho ocasionado pela aposentadoria gera sentimentos ambíguos: crise, pela recusa em aceitar a condição de aposentado, devido à imagem estigmatizada vinculada à inatividade que tal condição confere; e liberdade, sentimento resultante da busca pelo prazer em atividades de lazer e pela concretização de planos anteriormente impossíveis de se realizarem devido ao compromisso e/ou à obrigação de trabalhar.

Da meninice à velhice, a vida é contínua mudança. Cada etapa tem um conjunto de características, interesses, possibilidades e limitações próprias. As transições ou passagens das etapas podem ser vivenciadas com crises ou rupturas. Dada a importância do trabalho, para a sociedade centrada no mercado, e suas implicações para identidade pessoal, a aposentadoria, principalmente se efetuada de modo abrupto, torna-se um momento fortemente propício a episódios amargos. Os relatos de incidência de separações conjugais, doenças severas e até suicídios nos primeiros anos ou meses de aposentadoria não são poucos (ZANELLI; SILVA, 1996, p.30).

Nossos entrevistados não corroboram com outros estudos que evidenciam a aposentadoria como um momento de crises ou de episódios abruptos, como traz Zanelli e Silva, na citação acima, percebemos claramente que eles têm sentido na aposentadoria a realização de desejos a serem realizados, e principalmente de se livrarem de suas rotinas muitas vezes exaustivas.

3.1.4 Inserção em novas atividades: “Enquanto estava trabalhando, era aquela

correria, hoje não”

Quando questionamos aos entrevistados o que mudou em suas vidas, vêm uma enxurrada de coisas que foram inseridas em suas rotinas após a aposentadoria. Começamos por Água 4:

Mudou assim, enquanto estava trabalhando, era aquela correria, hoje não. Hoje eu posso planejar várias coisas, várias situações. Se eu posso viajar, se eu posso ir pra [sic] praia ficar dois ou três meses lá, daí eu fico. Se eu quiser ficar na casa onde estou, eu fico. Se eu quiser no final de semana sair e voltar na segunda, também não tem problema, tudo é bem mais tranquilo.

Novamente, percebemos a perda da obrigatoriedade em realizar suas tarefas. Elas continuam ocupando seu tempo, mas sem relógio e sem obrigação. Ele ainda informa que sua rotina é caminhar, andar de bicicleta, ou seja, há um espaço considerável para as atividades físicas, que são tão importantes para o bem-estar físico e mental.

Isso também foi percebido durante as tentativas de agendamento das entrevistas. Todos pediram dia e hora para que pudessem estar livres de compromissos. A rotina muda, mas é inchada de alternativas à sua livre escolha, ou seja, a agenda está demarcada com atividades que são opções de vida no momento.

Água 5 foi além e abriu uma construtora, pois percebeu que não era o momento de “ficar parado”. Inseriu a nova atividade laboral na sua vida, permaneceu com ela por alguns anos e até já fechou, pois ressignificou sua rotina com atividades mais voltadas à sua vida pessoal e familiar.

[...] a aposentadoria pode se apresentar como um tempo de reconstrução de novos investimentos e de novas descobertas. [...] projetos criativos, elaborados a partir da tomada de consciência da sua situação de sujeito socialmente construído, podem lhe oportunizar um novo relacionamento com a vida e o aproveitamento desse tempo livre de que dispõe, a despeito de todas as limitações que lhe são impostas. (PY, 2004, p. 221).

O momento da aposentadoria é marcado, sobretudo, pela interrupção das atividades profissionais e pelo ingresso em um novo ciclo de vida, com muitas mudanças em relação ao período que a antecedia. Por isso, formas de reinserção no cotidiano precisam ser pensadas para que o homem se mantenha ativo,

considerando-se o tempo livre que surge com a chegada da aposentadoria.

A mudança de hábitos, a diminuição do círculo de amizades e o convívio mais intenso com a família são acontecimentos marcantes nessa etapa da vida. Em face a todas essas circunstâncias, torna-se necessário reinventar o cotidiano por meio de novas ocupações, realizando atividades para se sentirem úteis, como cursos, passeios, conversas. As alternativas de lazer devem romper com o isolamento e manter o corpo e a mente ativos, levando a um envelhecimento com otimismo e prazer.

A decisão pela aposentadoria, mais do que o afastamento do trabalho e da sua atividade habitual, subjetivamente pressupõe a escolha entre continuar exercendo alguma atividade de trabalho ou dedicar-se plenamente a outras possibilidades, preferencialmente mais prazerosas, como o lazer, o investimento em si mesmo, considerando as condições individuais de cada um. O desafio da aposentadoria está justamente em se reinventar:

Somos autores de boa parte de nossas escolhas e omissões, audácia ou acomodação, nossa esperança e fraternidade ou nossa desconfiança. Sobretudo, devemos resolver como empregamos e saboreamos nosso tempo, que é afinal sempre o tempo presente. [...] Somos transição, somos processo. E isso nos perturba. (LUFT, 2008, p. 16-17).

Nossas escolhas são percebidas ao longo de nossa vivência. Não é possível simplesmente chegar à aposentadoria e decidir ter uma vida nova. Somos vivência, somos experiência. Na aposentadoria, ocorre um novo processo, que parte do que já somos e criamos, porém, com novas possibilidades: um guarda-chuva de novas oportunidades. Embora o aposentado não tenha mais os compromissos e a obrigação com seu local de trabalho, torna-se necessário criar rotinas, buscando preencher a lacuna deixada pela sua vida funcional.

3.2 PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA

O contingente de aposentados tende a ocupar uma parcela cada vez maior da população brasileira. Com isso, observa-se uma crescente demanda na produção de conhecimento científico sobre essa realidade. Tal fato justifica o incremento do interesse de diversas áreas da ciência na produção de estudos e reflexões sobre o tema.

O ser humano, ao longo de suas vivências, está submetido a um conjunto de papéis sociais voltados ao trabalho. Com a proximidade da aposentadoria, precisamos estimular novas concepções para que sejam adquiridos novos papéis sociais. Nesta transição, surge a inclusão de uma nova rotina; com ela, surgem novas possibilidades, mas também um processo de ressignificação de toda existência.

Diante disso, apresentaremos uma ferramenta que pode contribuir para esse momento, em que se torna necessárias mudanças tanto na prática diária quanto nas aspirações mentais: os Programas de Preparação para Aposentadoria.

Os Programas de Preparação para Aposentadoria (PPAs) são programas de planejamento para aposentadoria, oferecidos a trabalhadores de todas as idades e ao longo da carreira, mais recorrentemente quando a aposentadoria está se aproximando. Entretanto, ainda são poucas as organizações brasileiras que adotam essa prática, que atualmente é mais percebida em instituições públicas, como é o caso específico do PPA foco deste estudo. Os PPAs podem ser uma conexão entre o trabalho e a aposentadoria, buscando esclarecer o processo de aposentadoria.

Como respaldo legal para o PPA, há a Política Nacional do Idoso (PNI), sob a Lei 8.842, objetivando “Criar e estimular a manutenção de programas de preparação para a aposentadoria nos setores público e privado com antecedência mínima de dois anos antes do afastamento” (BRASIL, 1994), bem como Estatuto do Idoso, prevendo que “O poder público criará e estimulará programa de Preparação dos trabalhadores para a aposentadoria com antecedência mínima de 1 (um) ano, por meio de estímulo a novos projetos sociais, conforme seus interesses, e de esclarecimento sobre os direitos sociais e de cidadania” (BRASIL, 2003).

Conforme a Política Nacional do Idoso, “é competência dos órgãos e entidades públicas na área do trabalho e previdência, criar e estimular programas de preparação para a aposentadoria tanto nos setores públicos quanto privados, iniciando-os com antecedência mínima de dois anos” (BRASIL, 1994). A partir disso, percebemos que há o estímulo do poder público à criação e à execução de programas de preparação para aposentadoria. Entretanto, na prática, não percebemos a difusão destes.

Atualmente, a maioria das pessoas não está preparada para se aposentar, pois as empresas (públicas e privadas) ainda não oferecem esse programa para seus colaboradores. A falta de planejamento pode ser vista como uma preocupação,

pois pode gerar desconfortos futuros.

Na reflexão sobre qual o lugar do trabalho na vida do homem e na sociedade, muitas podem ser as respostas. Para o homem ser ativo, é necessário estar vinculado a algum tipo de trabalho? Essa resposta pode ser muito individual, mas buscamos compreender de forma coletiva qual o sentimento frente ao termo “ativo”. Trata-se de preencher o espaço que o homem ocupava enquanto trabalhador, mas com um novo perfil, de aposentado. A atividade pode ser vista em qualquer circunstância do nosso ciclo vital.

A partir dessas considerações, a preparação para a aposentadoria torna-se essencial, na medida em que a ambiguidade de sentimentos, característicos desta nova etapa da vida, pode ter consequências em outras áreas da vida, sendo a família o principal alvo destas inadequações. Para o indivíduo, as decorrências negativas podem favorecer o adoecimento, tanto físico quanto emocional, especialmente em função das somatizações, impactando, sobretudo, na autoestima da pessoa. (SOARES *et al.*, 2007, p. 5).

Os PPAs podem identificar as expectativas em relação a esse novo ciclo que se inicia. Podem englobar algumas categorias importantes, como os significados atribuídos ao trabalho, os aspectos perceptivos sobre a aposentadoria, as vivências e as dificuldades no período pré-aposentadoria e o projeto de vida no pós-carreira. Questões que devem ser abordadas de forma que os participantes do programa reflitam, tornando o processo mais qualificado.

Nesse processo de transição, muito se fala sobre “sensação de dever cumprido”. O que isso quer dizer? O homem sente uma necessidade ou uma obrigação de deixar um legado de sua existência. Esse legado deve ser na forma de homem produtivo, ou seja, uma satisfação em relação à carreira profissional.

Percebe-se que a fase da pré-aposentadoria torna-se um momento crucial para a efetivação de planejamento e acompanhamento, visto que as experiências e conteúdos construídos ao longo da vida através da organização, dos relacionamentos estabelecidos, passam a serem fatores cruciais na forma como o indivíduo irá lidar com a aposentadoria. (JUVENAL *et al.*, 2015, p. 3)

As estratégias do PPA devem incluir a preparação das equipes interdisciplinares, a inserção de facilitadores, a sensibilização, a realização de diagnósticos, a implementação do programa, o acompanhamento e as suas avaliações constantes. A preparação para a aposentadoria pressupõe “reorientação e organização dos hábitos diários da vida”, é um processo individual, que depende

do coletivo. Isto é, a forma como os indivíduos avaliam e percebem os indicadores ambientais, socioeconômicos e políticos influencia positiva ou negativamente o planejamento para o futuro (FRANÇA, 2004).

Planejar a aposentadoria, estar preparado para possíveis adversidades nessa etapa da vida, sem dúvida, é positivo e relevante para a sobrevivência. Nesse contexto, o PPA pode promover condições mais satisfatórias aos futuros aposentados, pois ressalta os aspectos positivos e oportuniza a reflexão sobre os aspectos negativos da mudança, bem como a discussão de alternativas para lidar com eles. Os PPAs têm como intuito possibilitar melhorias na qualidade de vida, maior controle emocional, material, financeiro, familiar e de autoestima, visando ao equilíbrio emocional e social (LOPES, 2010).

Diante das alterações que afetam a vida dos trabalhadores que irão se aposentar, cada vez mais as organizações vêm se preocupando em oferecê-los espaço para se prepararem para esse processo, entendendo que ele gera uma série de ansiedades. É uma oportunidade de receber informações e de refletir sobre o pós-trabalho.

A necessidade de o aposentado sentir-se “num porto seguro” faz com que a família assuma grande significado na sua vida. O seu bem-estar depende das boas relações familiares. Por outro lado, o medo do aposentado quanto à dependência econômica, com a falta de políticas sociais que lhe garantam um envelhecimento tranquilo, traz angústia e, com esta, o sentimento de ser um encargo para a família. Nessas circunstâncias, pode-se dizer que o cidadão aposentado exerce plenamente sua cidadania quando esbarra na questão econômica. (LINARI, 2004, p. 17).

O trabalhador quando se aposenta cria uma série de expectativas para este momento – que pode ser muito aguardado tanto por ele quanto pela sua rede de relacionamentos. Por isso, percebemos a importância de um planejamento para antecipar algumas questões.

O PPA vem como uma importante ferramenta para a construção de subsídios para o homem se fortalecer e se recriar. Nesse momento, podem despertar sentimentos que talvez estivessem adormecidos ou escondidos.

No Brasil, o PPA foi iniciado pelo Serviço Social do Comércio (SESC) de São Paulo em 1970. Eram fornecidas informações sobre a questão do envelhecimento, recursos socioculturais e serviços à comunidade para os quais os aposentados podem se voltar a partir da aposentadoria (MAGNANI *et al.*, 1993).

As empresas, públicas ou privadas, quando investem em PPA, exercem uma ação de cidadania e responsabilidade social, uma vez que se trata de um justo reconhecimento a quem investiu valioso tempo de sua vida ao trabalho.

[...] para o desenvolvimento ter continuidade e para superar dificuldades biopsicossociais inerentes à velhice, o idoso precisa estar envolvido em diversas tarefas entre as quais, explícita ou implicitamente, espera-se que busque o lazer. Entre suas tarefas de desenvolvimento, está o manter relações com a própria geração e com a dos mais jovens e o envolver-se em atividades cívicas e sociais. Além disso, também, especialmente em decorrência da aposentadoria, pode preencher as tarefas exigidas recorrendo ao próprio lazer. Planejamento adequado deve equilibrar rotina e lazer na vida do idoso. (BURITI, 2006, p. 110).

O tempo do aposentado deve ser envolvido em diferentes atividades, buscando qualidade de vida tanto para o corpo físico quanto para a mente. O PPA pode ser considerado uma via de obter melhorias na qualidade de vida do futuro aposentado, ao fornecer apoio substantivo para se pensar a vida após a saída do mercado de trabalho (NETTO, 2009).

Em 1984, a CORSAN iniciou um projeto-piloto “Pré-Aposentados”, a partir de regras criadas pela Diretoria. Com elas, ao cumprirem todas as carências para a aposentadoria e optarem por permanecer na CORSAN trabalhando, deveria ser pago mensalmente à Funcorsan o valor correspondente à sua contribuição para o Fundo de Pensão mais o valor referente à contribuição da empresa. Essa situação onerava o empregado, fazendo-o pensar sobre seu desligamento profissional. A determinação, que causou controvérsia, foi revertida em favor dos empregados da CORSAN, os quais permaneceram pagando somente a contribuição mensal para o fundo de pensão.⁵

Preocupada com o público interno, a CORSAN instituiu o Programa de Preparação para Aposentadoria (PPA), com a finalidade de promover ações que permitam um desligamento profissional satisfatório. Assim, o PPA tem como objetivo proporcionar aos trabalhadores em estágio de pré-aposentadoria da Companhia um espaço de reflexão e planejamento da aposentadoria com qualidade, capacitando-os para que possam elaborar e organizar um projeto de vida para este novo período. O Programa visa também acompanhar esses empregados, atuando a nível promocional e preventivo, desenvolvendo atividades sobre mudanças interpessoais, físicas, mentais, sociais, econômicas e ocasionadas pelo enfrentamento do novo

⁵ Essas informações foram acessadas no acervo da CORSAN.

papel a ser desempenhado junto à família e à sociedade. Esse acompanhamento se dá no coletivo, durante os encontros e nos pós-PPA, quando os profissionais permanecem à disposição dos participantes, discutindo questões específicas, bem como na entrevista de desligamento.⁶

Para a divulgação do PPA, a CORSAN desenvolveu um folder sobre o programa (Figura 1), enviando o convite aos empregados por comunicado institucional. Quem deseja realizar o programa preenche uma inscrição. Posteriormente, são feitas as convocações para as datas de realização do programa, com o intuito de controlar o custo com as diárias dos participantes.

⁶ Informações da Norma de Procedimento n. 51, acessada no acervo da CORSAN.

Figura 1 – Folders Programa de Preparação para Aposentadoria da CORSAN

PPA!

Um curso a muito sonhado!
Finalmente agraciado...
Foi uma semana de construção
De uma crescente emoção!!

Palestras com temas relevantes...
Para este momento de pré-aposentadoria
Que cabe a nós, com sabedoria
Escolher atividades cativantes...

A confraternização sem Igual...
Um momento de construir amizades
A semana chega ao final

E concluímos que a união
Da Corsan com a Fundação
É o nosso projeto para uma vida inteira de amor!

Sonja Rissetti
Surcen (Junho/2017)

Não apenas se aposente de algo,
tenha algo para qual se
aposentar!
**VAMOS JUNTOS CONSTRUIR
ESTE NOVO CICLO!**



Informações e inscrições:
Corsan - Serviço Social
Roberta Silva e Maria Gabriela Mallmann
Sede
51 3215.5923
Cátiane Alves
Surmis
55 3312.6150
Gisiane Lazzaretti
Surpla
54 3313.9457
Letícia Milech
Sursul
53 3931.1308
Thiane Barcellos
Surcen
55 3218.9517
Funcorsan
Thais de Assis
Darnel Germany
51 3216.6015



Parceiras no PPA desde 1995.

**Como água...
percorrendo caminhos,
mudando direções e
construindo um novo ciclo.**



CURSO

O Programa de Preparação para a Aposentadoria – PPA é realizado pela Superintendência de Recursos Humanos – SURH e coordenado pelo DEAST/Serviço Social, em parceria com a Funcorsan.

O curso de 28 horas, divididas em 4 dias, tem como públicos empregados da Corsan com no mínimo 54 anos, com as carências preenchidas para a aposentadoria pela Previdência Social.

É permitida a participação de um familiar sem custos para o empregado.

OBJETIVOS

Proporcionar um espaço de reflexão sobre as mudanças interpessoais, físicas, mentais, sociais e econômicas do novo papel a ser desempenhado junto à família e à sociedade, como aposentado.

Estimular o planejamento da aposentadoria com qualidade, elaborando um projeto de vida para este novo período.

Promover a integração entre os empregados, e valorizá-los, reconhecendo toda sua trajetória funcional.



Aposentadoria é celebrar a experiência de quem encontrou tranquilidade planejando a vida.

Neste momento surgem muitos questionamentos, dúvidas e incertezas. A atividade proposta visa minimizar estas questões e preparar os empregados e suas famílias da melhor maneira possível para este momento.

TEMAS ABORDADOS:

Aspectos práticos, médicos, psicológicos e sociais da aposentadoria;
Relações interpessoais e familiares;
Práticas de atividades físicas;
Nutrição e qualidade de vida;
Ociosidade e dependência química;
Saúde e espiritualidade;
Trabalho voluntário;
Finanças pessoais e empreendedorismo;
Envelhecimento saudável.

ATRAVÉS DE:

Dinâmicas de integração;
Palestras;
Apresentação teatral;
Filme sobre aposentadoria e discussão sobre o mesmo;
Construção de um "projeto de vida";
Passelo por pontos turísticos de Porto Alegre;
Visitação à SEDE da FUNCORSAN;
Oficinas e outras atividades interativas.

IMPORTANTE: Não é obrigatório o desligamento do empregado após o curso.

Fonte: acervo da CORSAN.

O PPA na CORSAN foi iniciado pelos assistentes sociais, com o apoio de outros profissionais. Atualmente, ele é executado pela equipe técnica multidisciplinar (Figura 2) composta por assistentes sociais, psicólogos, técnicos de enfermagem e agentes administrativos.

Figura 2 – O avanço do envelhecimento da sociedade brasileira (2019)



Fonte: acervo da CORSAN.

Os temas abordados são aspectos legais da aposentadoria, informações sobre a aposentadoria oficial, FGTS, PIS/PASEP, Funcorsan, desligamento da empresa, ocupação do tempo livre, saúde física e mental na aposentadoria, aspectos econômicos, sociais, familiares e profissionais da aposentadoria. A duração é de cinco meses, com módulos de oito horas diárias e encontros quinzenais, totalizando 80 horas de programa (SAMPAIO; POZZOBON, 2016).

Com o tempo, percebeu-se que não havia necessidade de tantos dias para desenvolver o programa. Atualmente, ele ocorre em quatro dias, sendo três dias com trabalho em auditório e um dia de passeio (Figura 3), para mostrar aos empregados da CORSAN a importância de um espaço de lazer.

Figura 3 – Atividade de Lazer (Passeio do Cisne Branco em Porto Alegre, 2018)



Fonte: acervo da CORSAN.

Os temas abordados permanecem os mesmos e são abordados por diferentes palestrantes. As falas abordam aspectos psicológicos, de saúde, sociais, previdenciários e financeiros da aposentadoria, bem como dinâmicas de grupo, oficinas, discussão de filme, atividade física e lúdica (passeios e teatro) e atividade dirigida (projeto de vida). Houve a inclusão de uma peça teatral que traz a realidade do envelhecimento e da aposentadoria de forma lúdica e com bom-humor.

Ao final do Programa, os pré-aposentados elaboram um planejamento denominado “Projeto de Vida”, no qual traçam seus planos futuros e o legado que desejam deixar. Os participantes participam de várias atividades de integração em grupo (Figura 4), com os quais constroem novas possibilidades e descobrem ideias escondidas em seus pensamentos.

Figura 4 – Atividade de integração (2017)



Fonte: acervo da CORSAN.

Quanto às avaliações dos participantes do PPA, conforme registros dos arquivos do DESAQ, percebemos que elas vêm carregadas de emoção e sentimento. São quatro dias intensos em um programa que constrói e desconstrói um planejamento para um novo ciclo, que muitos talvez ainda não tivessem se dado conta que estaria prestes a acontecer. Além disso, muitas são as descobertas que acontecem durante o programa, casais se redescobrem, criam planos, visualizam possibilidades.

Seguem algumas frases retiradas dos registros das avaliações dos participantes do último PPA, em 2019:

Muito bom, ótimo para esclarecer muitas dúvidas e informações de que a aposentadoria não é a morte e sim o reencontro de si mesmo, pois os funcionários devem aproveitar enquanto trabalham.

Eu não tenho palavras para dizer o quanto foi tão significativa esta preparação para a aposentadoria. Nota 1.000. Vocês estão de parabéns!

Parabenizo a CORSAN e a Fundação por proporcionar este maravilhoso evento a seus funcionários e famílias, pois são poucas empresas que fazem este tipo de preparação, o qual foi muito proveitoso e com certeza será muito útil a seus funcionários e família. Obrigada.

A Figura 5 registra o momento de finalização do encontro.

Figura 5 – Encerramento do PPA (2018)



Fonte: acervo da CORSAN.

A participação no PPA pode significar uma “virada de chave” para os participantes. Após a imersão em diversos assuntos e a visualização de tantas possibilidades, aposentar-se pode criar outro sentido. Essa é a pretensão do programa, mostrar aos futuros aposentados um universo de novas expectativas, por meio da construção e da reconstrução deste novo ciclo.

3.3 RELATOS SOBRE O PPA: “IA ME APOSENTAR SEM TER UMA NOÇÃO DE APOSENTADORIA”

Nesta seção, aprofundaremos com os entrevistados os impactos gerados a partir de suas lembranças sobre a participação no Programa de Preparação para

Aposentadoria da CORSAN. O questionamento aos entrevistados iniciou a partir da pergunta guia: “o que você lembra sobre o Programa de Preparação para Aposentadoria da CORSAN?”. Com ela, buscamos saber as contribuições do PPA para sua organização e seu projeto de vida.

Afinal de contas, o que é “preparar-se”? Podemos pensar que se relaciona à liberdade, a um senso de liberdade interna. Muitas pessoas desejam se aposentar, mas sentem que não podem tomar esta decisão sem que ocorra redução em sua renda mensal. Outros, apesar de terem adquirido o direito, prefeririam continuar trabalhando, mas sentem-se, por alguma razão, forçados a deixar a casa. Enfim, esses são dois exemplos claros de falta de liberdade interna para tomar uma decisão, seja ela qual for.

A decisão de se aposentar envolve múltiplos fatores – econômicos, afetivos, sociais, familiares. Por isso, aqueles que se aposentam percebem a necessidade de reorganizar seu tempo, replanejar o orçamento, redesenhar o convívio em família e, por que não, (re)descobrir velhos talentos.

Quando questionamos as contribuições do PPA ao projeto de vida pós-aposentadoria, as respostas foram positivas quanto à eficiência do programa, quando temos por objetivo a orientação de dar sequência a sua existência. As seguintes subcategorias foram percebidas: primeiro impacto da aposentadoria; recomendações recebidas no PPA; novas possibilidades; noção de tempo; e aprendizado.

3.3.1 Primeiro Impacto: “Eu agreguei no PPA”

Para lembrarem como foi o PPA na CORSAN em 2011 – ou seja, passados 10 anos da aposentadoria –, os entrevistados tiveram que buscar em suas memórias as questões que marcaram sua preparação.

Água 2 diz “Até hoje eu comento com o pessoal que, pra mim [*sic*], foi muito bom, [*senão*] eu ia me aposentar sem ter uma noção de aposentadoria”. É provável que, até a realização do PPA, poucas eram as pessoas se viam nesta condição de aposentados, não se percebiam e não tinham traçado um planejamento, como percebemos nas respostas seguintes.

As primeiras conclusões já mostram suas percepções com o experiência dos 10 anos de aposentadoria: “você tem que pensar desde o início de quando você

começa trabalhar” (Água 4). O processo pode vir carregado de surpresas, algumas das mudanças podem até ser previstas, mas muitas podem surgir livremente. Água 1 afirma “eu agreguei no PPA”, percebendo que este teve contribuições para sua vida.

França *et al.* (2013) demonstraram que planejar com antecedência é um requisito fundamental para uma aposentadoria bem-sucedida. Além de promover atitudes positivas, quando em comparação com aqueles que não se planejaram, traçar o planejamento aumenta a satisfação com diversos aspectos da aposentadoria: autonomia, reconhecimentos de direitos, segurança, dignidade, bem-estar e saúde.

Para Zanelli, Silva e Soares (2010), a expectativa para se aposentar tem relação com o sentido que o trabalho desempenha na vida do sujeito. Sendo assim, os aspectos psicossociais do trabalho têm importância sobre o processo de aposentadoria. Na análise de Bressan *et al.* (2013), somam-se a esse fator as condições satisfatórias de saúde física, psicológica, atividades de lazer e social, relacionamento familiar e laços de amizades. Esses são mecanismos importantes, pois influenciam na qualidade de vida dos aposentados.

Embora a preparação para a aposentadoria ocorra de forma coletiva, as percepções e as vivências são individuais. Por isso, identificamos diferentes situações na vida dos aposentados. Há aqueles que permanecem com algum vínculo empregatício, outros que se dedicam a atividades voluntárias, e os que se ocupam com a família, o lazer etc.

3.3.2 Recomendações do PPA: “Não dá pra se apegar ao sofá”

Uma das etapas do PPA que chamou a atenção de 100% dos entrevistados foi a questão de permanecer “em movimento”. A exibição do filme *A Poltrona* (2002) é um momento marcante e comentado por todos os participantes, por trazer à tona a história de um homem que se aposenta e fica sentado em uma poltrona vendo a vida passar até chegar a sua morte.

Água 4 refere que “se tu acolher [*sic*] um pouquinho de cada palestra que escuta e pôr em prática na tua vida, depois de aposentado, você vai levar uma vida um pouco melhor. Como dizia um pra nós [*sic*], ‘ah, vou me aposentar e vou ficar em casa sentado no sofá assistindo televisão”. Nesse sentido, Água 5 afirma: “O que

chamou muita atenção é que a gente não pode ficar parado, sentado numa poltrona esperando a vida passar”. Água 1 reforça esse pensamento: “nos ensinaram muita coisa que eu não tinha noção, né, de quando a gente se aposenta e não fica de pijama em casa. No momento que tu sentar [sic] de pijama na frente da TV da sala tu não levanta mais e morre. Então, a primeira coisa é não usar o pijama e ficar em casa”. Água 2 relembra o que foi marcante: “Das recomendações de não se apegar muito ao sofá”. Todos têm uma forte lembrança do filme que os ensina a importância de se manterem ativos de alguma forma, vivendo o momento presente.

Água 1 ainda reforça sobre as orientações importantes: “O PPA me ajudou, que é pra [sic] colaborar em casa. Eu não fazia comida, então já me ajudou nisso também”. Até nas mínimas atividades do dia a dia, o PPA impactou a vida dos entrevistados.

Segundo Carneiro, Alvez e Silva (2021), em estudo realizado com servidores aposentados do Instituto Federal de Educação de Tocantins, os itens mais importantes de serem abordados no PPA, conforme as respostas dos participantes, são: planejamento financeiro; legislação específica sobre aposentadoria; entretenimento e qualidade de vida; atividades ocupacionais remuneradas após aposentadoria; empreendedorismo e apoio; promoção da saúde; projetos de vida para velhice e voltados para servidores com deficiência; e voluntariado. Destaca-se que, com a aposentadoria, muitos trabalhadores sofrem redução de seus salários, seguida pelo aumento de gastos com a saúde e pelas transições que acompanham essa fase da vida, como a saída dos filhos de casa, a diminuição da rede de contatos sociais e os ajustes com a ocupação do tempo livre.

Com os relatos, percebemos que, no planejamento da aposentadoria, as instituições devem incorporar a complexidade dos elementos relacionadas ao envelhecimento, fomentando ações intergeracionais, e promover reflexões que contribuem para que os futuros aposentados percebam a aposentadoria como um processo natural. Quanto mais cedo se derem conta da importância dessa preparação, mais tranquilo será o processo.

3.3.3 Novas possibilidades: “Abre um leque na nossa cabeça”

O PPA pode incentivar as pessoas a buscarem novas opções para sua rotina, seu dia a dia, pois ao ocuparem seu tempo, mesmo sem visualizar o tempo

cronológico/horário, haverá demanda para novas atividades e novo planejamento. Quem estiver preparado, pode encontrar um mar de possibilidades, o que dependerá da preparação.

Conforme afirma Água 2, “eles abrem um leque, né”. Esse leque pode ressignificar muitas coisas e trazer à tona novos projetos, por que não? Ele segue: “mas tem que ter as condições também”. As condições a que se refere dizem respeito ao longo processo sob o qual o homem foi se organizando para a aposentadoria.

Não nos cabe definir quando deve ter início essa preparação, mas Água 4 ressalta: “você tem que pensar desde o início de quando você começa trabalhar”. Ou seja, saúde, cuidados pessoais, rede familiar, além da questão econômica, todas essas questões devem ser pensadas desde cedo.

A partir de algumas falas, percebemos que os projetos de vida foram construídos ao longo do tempo – muitos após a própria aposentadoria mesmo. Água 1 afirma que “queria viajar”, “faço trabalho voluntário”, “*transfer*”; quando questionamos “temos muitos projetos, né?”, ele responde: “mas essa consciência eu adquiri no PPA”.

Podemos identificar duas vertentes antagônicas sobre a aposentadoria: a liberdade e o vazio. Ambas são desenvolvidas subjetivamente a partir da situação em que o indivíduo se encontra diante desse evento aguardado. A aposentadoria como um tempo de liberdade, de novas conquistas e de desenvolvimento pessoal tece a visão construtiva de encarar e gerenciar a mudança. No entanto, pode ser relacionada a uma fase de tensão e ansiedade sobre lidar com a sensação de vazio existencial e solidão, de enfraquecimento do sentido da vida, de sentimentos de inutilidade e autodesvalorização, emergindo assim a visão restritiva (ZANELLI; SILVA; SOARES, 2010; ZANELLI, 2012). Ainda que seja uma mudança voluntária e planejada na maioria das vezes, vivenciá-la perpassa por expectativas e incertezas sobre o futuro, a identidade, o ajustamento dos padrões relacionais sociais e familiares, bem como sobre o preenchimento do tempo livre, agregando sentido à vida, e o abandono da rotina de longos anos da vida produtiva. Desse modo, verifica-se a necessidade de (re)pensar e (re)definir os projetos de futuro, de encontrar novas fontes de satisfação, autoestima, desenvolvimento pessoal e, para alguns, de subsistência; portanto, a preparação é fundamental.

Para Neri (2012), não investirmos tempo para planejamento pode ocasionar a

perda de foco, o desperdício de energias e a falta de referências para se reorientar frente a pressões e incertezas impostas pelo desafio de envelhecer condignamente. Assim, o planejamento sempre volta ao foco quando o assunto é envelhecer com sabedoria.

A falta da participação em um programa de preparação para aposentadoria pode culminar na redução da qualidade de vida do servidor que sentirá profundamente o corte repentino de sua condição de trabalhador e cidadão participativo. É comum em alguns casos ocorrer separações conjugais, uso e abuso de álcool, depressão, ansiedade, estresse, dificuldades de relacionamento com amigos e familiares, levando ao isolamento e doenças mais severas. (COLOMBO, 2020, p. 17).

Colombo (2020), em pesquisa realizada com os servidores do Tribunal de Justiça de São Paulo, encontra resultados positivos sobre uma experiência de PPA que surgiu a partir de um projeto grupal com servidores em fase de aposentadoria.

A existência dos Programas de Preparação para Aposentadoria nas empresas públicas está cada vez mais comum. Eles se apresentam como uma importante ferramenta na vida do trabalhador que está prestes a se aposentar, gerando mais qualidade de vida aos futuros aposentados.

3.3.4 Noção de tempo: “Parece que minha aposentadoria foi ontem”

A questão do tempo sempre é retomada ao longo das falas dos entrevistados. Observam-se a relativização do tempo presente, a memória do tempo passado e a expectativa do que ainda resta no tempo futuro. Passados 10 anos de aposentadoria, Água 3 afirma: “Parece que minha aposentadoria foi ontem! Passou tão depressa... E a preparação me ajudou. O tempo passa voando”. Do tempo, só temos o presente nas mãos.

O tempo é uma construção social. Toda ordem social é marcada, à sua maneira, pelo controle do tempo; essa talvez seja a face mais invisível e mais onipresente do poder. O tempo, “tecido da nossa vida” no dizer de Antonio Candido, é também a condição ontológica do psiquismo. A qualidade que define o psíquico não é espacial, é temporal; daí a dificuldade dos neurocientistas em localizar, no tecido cerebral, o inconsciente freudiano. A inclusão da dimensão temporal, sob a forma subjetiva da espera de satisfação, marca a origem do sujeito psíquico. (KEHL, p. 105).

O tempo é instituído, para cada sujeito, no intervalo entre a tensão de necessidade e a satisfação. Entretanto, a satisfação de necessidades depende inteiramente de que alguém queira se ocupar dele, apresentando-se como o tempo que separa a demanda do outro da possibilidade de resposta do sujeito (KEHL, 2009).

Há que se considerar que a aposentadoria, podendo ocorrer por diversos motivos e em diferentes etapas do ciclo vital, pode disparar várias possibilidades de percursos, como a retomada do trabalho, o desenvolvimento de outras atividades (remuneradas ou não), até mesmo a ausência de planejamento pós-carreira (ZANELLI; SILVA; SOARES, 2010). As metamorfoses que ocorrem com os homens no ciclo da vida ativa podem ser percebidas também no período pós-aposentadoria, quando eles trazem as inúmeras mudanças que realizaram em suas rotinas para permanecer em movimento.

Como ressalta Água 3, “Sabes que cada cabeça é uma sentença, mas eu olho para trás e lembro do que deixei. Eu sempre pensei em ter uma vida tranquila após aposentadoria, mas também não ficar parado, fazer alguma coisa. E assim, tá [sic] sendo bem tranquilo”. A frase demonstra a satisfação sobre o que trouxe o tempo de aposentadoria: após um longo preparo, tudo está sendo como ele desejou.

3.3.5 Aprendizado: “A gente aprendeu muita coisa”

“A gente aprendeu muita coisa, se aprende muita coisa, pra mim [sic], foi fantástico, muito bom. É uma preparação pra gente se aposentar e não ficar parado”. Água 5 traz o aprendizado do PPA como norteador para aposentadoria, vinculando-o à sua vida ativa.

O homem está em constante aprendizado e desenvolvimento, não importando a idade ou a fase que está vivendo.

[...] não é aquele que aborda o mundo por meio de hábitos cristalizados, mas o que consegue permanecer sempre em processo de aprendizagem. O processo de aprendizagem permanente pode, então, igualmente, ser dito de desaprendizagem permanente. Em sentido último, aprender é experimentar incessantemente, é fugir ao controle da representação. É também, nesse mesmo sentido, impedir que a aprendizagem forme hábitos cristalizados. (KASTRUP, 1999, p. 151).

Dessa forma, ao participar do PPA, é necessário realizar um trabalho de planejamento para enfrentar o novo, não importando como ele seja. Nesse sentido, a transição para a aposentadoria pode ser facilitada quando os indivíduos são preparados para este momento. É possível orientar a pessoa para novas possibilidades de ação, que não se esgotam com o fim de uma carreira (ZANELLI; SILVA; SOARES, 2010).

O PPA é uma oportunidade que as empresas públicas ou privadas têm de oferecer informações e adotar práticas e estilos de vida mais saudáveis. É também o momento para reconstruir o projeto de vida, a curto, médio e longo prazo, priorizando os interesses e as atitudes para realização dos projetos pessoais, familiares e, por que não, profissionais. Sua importância é evidenciada tanto no âmbito público quanto no privado, tratando-se de um processo que abre novas oportunidades de vida percebidas e vivenciadas de diferentes formas (SOARES *et al.*, 2007).

A partir dos resultados da implantação de PPA em diversas empresas nos últimos 20 anos, concluíram que os programas atingem positivamente a autoestima dos funcionários, diminuindo conflitos, incrementando a imagem institucional junto ao público interno e a boa visibilidade na comunidade. Com autoestima elevada, a redução de problemas psicológicos da aposentadoria ameniza suas consequências médicas, como problemas sexuais e de saúde, depressão, hipertensão e estresse, entre outros (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DAS ENTIDADES FECHADAS DE PREVIDÊNCIA COMPLEMENTAR, 2007 *apud* DONADELLI, 2016, p. 25).

Não se preparar ou não estar aberto a novas aprendizagens no período pós-aposentadoria pode trazer inúmeros prejuízos aos homens. Com isso, as mudanças na rotina podem ser positivas e trazer mais qualidade de vida ou, pelo contrário, podem gerar transtornos, causando desconfortos e até doenças psicossociais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após a finalização deste estudo, percebemos que seu objeto não se esgotou, tendo em vista a relevância das categorias estudadas e dos resultados. O trabalho, desde o início da humanidade, teve o objetivo de prover e foi se modificando ao longo do tempo. Não vivemos em um mundo estático. Por isso, acompanhamos as transformações, as crises, as revoluções, sendo elas de diferentes ordens. Dia após dia, visualizamos o desenvolvimento de novos ciclos da vida.

Dentre as inúmeras transformações do mundo do trabalho e do contexto experienciado pelos trabalhadores, enfrenta-se uma série de lutas coletivas e individuais tanto para o crescimento e o desenvolvimento quanto para a própria sobrevivência. No contexto do trabalho na Revolução Industrial, foi identificada a necessidade da aposentadoria. A partir disso, muitas situações foram vivenciadas desde sua criação até a formatação do modelo que temos hoje. O Programa de Preparação para Aposentadoria surge como uma ferramenta de suporte, para que os trabalhadores possam chegar até a aposentadoria usufruindo desse novo ciclo da melhor forma.

Seguindo na linha do ciclo, sabemos que o envelhecimento é uma condição natural que surge com a passagem do tempo. Assim, em um primeiro entendimento, ele acontece no pós-aposentadoria; entretanto, nem sempre é entendido como consequência desse período.

Com base nisso, o objetivo principal deste estudo foi identificar as mediações existentes entre o trabalho e a aposentadoria, por meio da legitimação dos Programas de Preparação para Aposentadoria, e construir possibilidades a partir das descobertas realizadas. Muitas foram as contribuições recebidas a partir da consulta aos materiais, do caminho percorrido antes, durante e depois das entrevistas realizadas, das análises que iam e vinham, e muitas foram as desconstruções para chegar até o resultado esperado. Nem sempre o resultado é o esperado, pois esse é o ponto culminante de uma pesquisa, descobrir e fazer sentido de tantas aspirações pretendidas.

Uma vez que a metodologia deste trabalho – qual seja, a pesquisa qualitativa – foi escolhida buscando transpor a subjetividade por meio da técnica de histórias de vida, pudemos ouvir de forma sensível as respostas dadas aos tópicos-guia que nos orientaram. Os sujeitos da pesquisa atenderam de forma especial ao convite e

corresponderam às expectativas, abrindo as portas de suas vidas, o que contribuiu para a pesquisa atual, motivando os futuros participantes de PPAs. Não foi à toa que esta pesquisa foi escolhida, e isso justifica grande parte dos resultados obtidos.

Destaca-se, inicialmente, a discussão do sentido do trabalho, que tem significados diferentes e peculiares a cada pessoa, mas de certa forma marca o início de uma trajetória. Esse percurso é determinante para a visão que cada um tem da representação do trabalho em sua vida. Seja por obrigação, por necessidade ou por livre escolha, o trabalho pode gerar prazer, sofrimento ou ambos em momentos distintos de uma carreira, como evidenciado pelas falas dos entrevistados. Percebemos que há uma demonstração do quanto ele foi fundamental em suas vidas, mas que não foi suficiente, e sim parte da existência.

Observamos também que o trabalho não remunerado não é considerado pelos entrevistados, por exemplo, quando tratam de atividades de lida no campo como um momento lazer. Percebemos que o trabalho é como cada um o vê. Para algumas pessoas, pode até ser pesada a realização de algumas tarefas, enquanto para alguns é um “passatempo”.

A questão cultural também aparece nas entrevistas, quando abordam a iniciação precoce, naturalizada nas famílias do interior, e a obrigação de “fazer um pé de meia”.

Além disso, o tempo foi, sem dúvidas, algo que chamou muita atenção tanto nas entrevistas quanto nas pesquisas bibliográficas, sobre o quanto que ele é relativo e subjetivo. Para alguns, trabalhar significava estar preso a um relógio, a uma obrigatoriedade de cumprir horário, “bater ponto”. Por outro lado, é interessante que a maioria dos sujeitos afirmou não ver o tempo passar. Muitos inclusive se perguntavam, ao longo da entrevista, “onde foi parar o tempo?”, pois já havia se passado 10 anos desde a aposentadoria.

Nesse sentido, analisamos a temática do envelhecimento quando da proximidade de parar de trabalhar. Um dos principais achados foi a falta de relação estabelecida entre parar de trabalhar, aposentar-se e envelhecer. Ao receberem a pergunta sobre o que pensam sobre seu envelhecimento, as expressões foram de surpresa. Como se pensassem: “por que ela está me perguntando sobre envelhecimento?”. Porém, na sequência, sentíamos que uma reflexão era plantada ali.

Diante das falas dos entrevistados, associadas à pesquisa realizada,

podemos afirmar que, para um envelhecimento de qualidade, são necessários alguns fatores baseados em uma vida ativa, como a realização de atividades físicas, cuidados com a saúde e uma rede de relações para uma vida equilibrada.

Na sequência, questionamos sobre aposentadoria, o que nos trouxe diversas falas representativas sobre o sentimento do pós-aposentadoria. Muitos pararam para pensar e, talvez pela primeira vez, permitiram-se refletir sobre esse tempo novo que estão experienciando. Além disso, pararam para pensar sobre quanto tempo trabalharam e sobre como está acontecendo essa passagem do tempo atual. Percebemos que todos mantêm uma vida ativa no pós-aposentadoria, tanto nas atividades de lazer, físicas, envolvimento com a comunidade e até em uma nova atividade profissional. Referem a importância das relações familiares e a saudade dos colegas de trabalho, demonstrando que os vínculos sempre fazem parte do cotidiano.

Quanto à participação no PPA, notamos, a partir dos relatos dos entrevistados, que o programa teve papel fundamental na vida deles. Nesse sentido, o PPA foi um desvendar, um conhecer e um esmiuçar. Além de toda a parte exploratória de orientações, ele permite que os participantes conheçam melhor a si mesmos e aos demais participantes, trocando suas histórias e compartilhando seus planejamentos. Durante os dias do PPA, os participantes construíram seus projetos de vida pós-aposentadoria, alguns criados no “calor da emoção”, outros retomando sonhos antigos ou reacendendo talentos. Certamente, o sentimento até o último dia que participam das atividades do PPA abre inúmeras possibilidades para dar andamento ao ciclo da vida.

As recomendações da equipe executora do PPA foram lembradas pelos participantes ao longo das entrevistas. O fato de manterem uma vida ativa foi ressaltado em vários momentos. Mesmo vendo o tempo passar, não percebemos uma preocupação com ele na maioria dos entrevistados, como se houvesse chegado um momento em que as tarefas do dia a dia deixam de ser obrigações e passam a ser realizadas de forma prazerosa.

Quando um entrevistado diz que “até esquece que é aposentado”, sentimos a leveza de sua fala. Mesmo que haja a necessidade do autocuidado, a naturalidade com que encaram as mudanças de ciclo são positivas. Até nas adversidades, a ativação da resiliência torna os processos mais tranquilos.

A relevância deste estudo pôde ser comprovada, e ele poderá contribuir para

o programa institucional da CORSAN e de outros PPAs existentes, pois certamente eles são um marco na vida de quem deles participa. Além de os estudos nesta área serem escassos, observa-se que poucas empresas adotam programas dessa natureza para seus trabalhadores, sendo mais executados em empresas da esfera pública.

O objetivo desta dissertação foi cumprido, uma vez que inúmeras mediações e conexões puderam ser estabelecidas entre trabalho e aposentadoria. Percebemos que, no pós-aposentadoria, existem inúmeras possibilidades de ressignificação da existência a partir da história de vida de cada sujeito. Podemos afirmar que o PPA é uma ferramenta de extrema importância, que pode orientar, guiar e até propor novos caminhos para a vida das pessoas que por ele passam.

Como mencionado anteriormente, a proposta deste estudo deve ser aprofundada, dando maior visibilidade aos Programas de Preparação para Aposentadoria. Com isso, mais instituições poderão adotar essa ferramenta capaz de dar mais qualidade de vida aos futuros aposentados. Lembrando que esta dissertação foi voltada ao setor público, mas os PPAs podem expandir-se em empresas de todas as naturezas, para todos os trabalhadores.

Aos futuros aposentados, se eu pudesse dar um conselho, seria “faça aquilo que lhe traz satisfação e prazer”.

Por fim, destaco minha satisfação em concluir esta dissertação após um longo caminho percorrido de luta e resistência, mas de um aprendizado imensurável. Não é apenas um Mestrado, é parte da minha história de vida.

REFERÊNCIAS

- ALVES, Giovanni. O Trabalho Envelhecido: As contradições metabólicas do capital no século XXI. São Paulo: Marília, 2021.
- ANTUNES, Ricardo. **Os sentidos do trabalho**: ensaio sobre a afirmação e a negação do trabalho. São Paulo: Boitempo, 2009.
- ANTUNES, Ricardo; SILVA, Maria Aparecida Moraes. **O avesso do trabalho**. Volume I. São Paulo: Expressão Popular, 2010.
- A POLTRONA. Roteiro e direção de António Moreira. Produção de Ademir Silva, António Moreira e Valdemir Milani. Co-Produção de Araucária Produções Artísticas. Curitiba, 2002.
- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DAS ENTIDADES FECHADAS DE PREVIDÊNCIA COMPLEMENTAR (ABRAPP). Os riscos da transição para aposentadoria. **Fundos de Pensão**, n. 287, ano XXII, p. 37-40, set. 2003.
- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011
- BATICH, Mariana. Previdência do trabalhador: uma trajetória inesperada. **São Paulo em Perspectiva**, v. 18, n. 3, p. 33-40, 2004.
- BATICH, Mariana. Previdência do trabalhador: uma trajetória inesperada. **São Paulo em Perspectiva**, v. 18, n. 3, p. 33-40, 2004.
- BAUER, Martin W.; GASKELL, George; GUARESCHI, Pedrinho. **Pesquisa Qualitativa com Texto, Imagem e Som**. 4. Ed. Petrópolis: Vozes, 2005.
- BEAUVOIR, Simone de. **A velhice**. Rio de Janeiro: Ed. Nova Fronteira S.A., 1990.
- BEAUVOIR, Simone de. **Moral da Ambigüidade**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1970.
- BECKER, Howard S. A história de vida e o mosaico científico. *In: Métodos de Pesquisa em Ciências Sociais*. São Paulo: HUCITEC, 1993.
- BERND, Zilá. Da arte de viver mais frouxo. **Zero Hora**, Porto Alegre, 9 de dezembro de 1996, p. 21.
- BLANCH, Josep M. Trabajar en la 89odernidade industrial. *In: Teoría de las relaciones laborales*: fundamentos. Barcelona: UOC. 2003.
- BOSI, Ecléa. Memória e Sociedade: Lembranças de Velhos. 18. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2015.
- BOSI, Ecléa. **Memória e Sociedade**: lembranças de velhos. São Paulo: TAQ, 1979.
- BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília, DF:

Presidência da República, 1988.

BRASIL. Estatuto do Idoso. **Lei nº10.741, de 1 de outubro de 2003**. Dispõe sobre o estatuto do idoso e das outras providências. Brasília: Senado Federal, 2003.

BRASIL. Lei nº 8.842, de 4 de janeiro de 1994. Dispõe sobre a política nacional do idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. Brasília, DF: Presidência da República, 1994.

BRESSAN, Maria Alice L. C.; MAFRA, Simone C. T.; FRANÇA, Lucia Helena F. P.; MELO, Mônica S. S.; LORETTO, Maria das Dôres S. Bem-estar na aposentadoria: o que isto significa para os servidores públicos federais? **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 16, n. 2, p. 259-72, 2013.

BURITI, Marcelo de Almeida. Lazer e Envelhecimento. *In*: WITTER, Geraldina Porto (Org.). **Envelhecimento**: referenciais teóricos e pesquisas. Campinas: Alínea, 2006.

CABRAL FILHO, Severino. Modernização e trabalho: as dores do progresso. *In*: **A cidade revelada**: Campina Grande em imagens e história (1930-1950). Campina Grande: EDUFPG, 2009.

CAMARANO, Ana Amélia. **Novo Regime Demográfico**: uma nova relação entre população e desenvolvimento? Rio de Janeiro: IPEA, 2014.

CARLOS, Sérgio Antonio. **Sexualidade e Amor na Velhice**. Estud. Interdiscip. Envelhec. Porto Alegre, v.5, p. 57-80, 2003.

CARNEIRO, Maria de Fátima; ALVES, Vicente Paulo; SILVA, Henrique S. Aposentadoria e planejamento para vida pós-trabalho: um estudo com servidores de um Instituto Federal de Educação. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 4, n. 1, p. e200235, 2021.

CASTRO, Odair Perugini de. **Envelhecer**: Um Encontro Inesperado? Sapucaia do Sul: Notadez Informação Ltda., 2001.

CHIZZOTTI, Antonio. **Pesquisa em Ciências Humanas e Sociais**. São Paulo: Editora Cortez, 2010.

CODO, Wanderley. SAMPAIO, José J. C.; HITOMI, Alberto H. **Indivíduo, trabalho e sofrimento**: uma abordagem interdisciplinar. Petrópolis: Vozes, 2002.

COLOMBO, Maristela. O uso do tatadrama como possibilidade de transformação na preparação para a aposentadoria. **Revista Brasileira de Psicodrama**, v. 28, n. 1, p. 16-24, 2020.

COUTO, Maria Clara Pinheiro de Paula. Fatores de risco e de proteção na promoção de resiliência no envelhecimento. 2007. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2007.

CUMMING, Elaine; HENRY, William E. **Growing Old**: the process of disengagement. New York: Basic Books, 1961.

DEBERT, Guita. Problemas relativos à utilização da história de vida e história oral. *In: CARDOSO, Ruth (Ogr.). A aventura antropológica: teoria e pesquisa.* Rio de Janeiro: Zahar, 1986.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho:** estudo de psicopatologia do trabalho. São Paulo: Cortez-Oboré, 1992.

DEJOURS, Christophe. A psicodinâmica do trabalho na pós-modernidade. *In: MENDES, Ana M.; CRUZ, Suzana C.; FACAS, Emílio P. (Org.). Diálogos em psicodinâmica do trabalho.* Brasília: Paralelo 15, 2007.

DEJOURS, Christophe. **O indivíduo na organização:** dimensões esquecidas. São Paulo: Atlas, 1993.

DOLL, Johannes. ATIVIDADE, DESENGAJAMENTO, MODERNIZAÇÃO: teorias sociológicas clássicas sobre o envelhecimento. **Estudos Interdisciplinares Sobre o Envelhecimento**, v. 12, p. 7-33, 2007.

DONADELLI, Paula Secomandi. Programa de Preparação para Aposentadoria com servidores da Prefeitura Municipal de Limeira/SP: intervenção com exercícios físicos e dinâmicas em grupo. 2016. Tese (Doutorado em Ciências da Motricidade) – Instituto de Biocências, Universidade Estadual de São Paulo, São Paulo, 2016.

ESDRAS, Paulo. O Tempo. **Overmundo**, Brumado, 19 out. 2007. Disponível em: <http://www.overmundo.com.br/banco/o-tempo-poesia-1>. Acesso em: 15 dez. 2021.

FLICK, Uwe. **Uma introdução à pesquisa qualitativa.** 2. ed. Porto Alegre: Bookman, 2004.

FRANÇA, Lucia Helena F. P. **Attitudes towards retirement:** A cross-cultural study between New Zealand and Brazilian executives. 2004. Thesis (Doctorate in Philosophy) – Department of Psychology, University of Auckland, New Zealand, 2004.

FRANÇA, Lucia Helena F. P. *et al.* 2014. A Percepção dos gestores brasileiros sobre os Programas de Preparação para Aposentadoria. **Estudos Interdisciplinares Sobre o Envelhecimento**, v. 19, n. 3, 2014.

FRANÇA, Lucia Helena F. P. Preparação Para a Reforma: Responsabilidade Individual e Colectiva. **Psychologica**, n. 53, p. 47-66, 2010.

FRANÇA, Lucia Helena F. P.; MENEZES, Gustavo S.; BENDASSOLLI, Pedro F.; MACEDO, Luciani S. S. Aposentar-se ou continuar trabalhando? O que influencia essa decisão? **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 33, n. 3, p. 548-563, 2013.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4 ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GONÇALVES, Raquel; GURJÃO, André Luiz D.; GOBBI, Sebastião. O. Efeito de oito semanas do treinamento de força na flexibilidade de idosos. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 9, n. 2, p. 145-153, 2007.

HEREDIA, Olga Colliet. Características Demográficas da Terceira Idade na América Latina e no Brasil. **Revista Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, v. 2, p. 7-21, 1999.

INTITUTO BRASILEIRO DE **GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Séries Históricas e Estatísticas**. Famílias e Domicílios. Pessoas de referência da família, por grupos de idade. 2001 a 2015. Rio de Janeiro: IBGE, 2015. Disponível em: <https://serieestatisticas.ibge.gov.br/series.aspx?no=6&op=0&vcodigo=FED311&t=pessoas-referencia-familia-grupos-idade>. Acesso em: 5 fev. 2022.

JUVENAL, Vanessa Bezerra da Silva; VIANA, Débora Najda de Medeiros; VASCONCELOS, Tatiana Cristina; SANTOS, Joselito. Trabalho e Aposentadoria: Percepção de Professores Em Situação de Pré-Aposentadoria. **Ciência & Desenvolvimento**, v. 8, n. 1, 2015.

KASTRUP, Virginia. Novas tecnologias cognitivas: o obstáculo e a invenção. In: PELLANDA, Nize Maria C.; PELLANDA, Eduardo C. (Org.). **Ciberespaço: um hipertexto com Pierre Lévy**. Porto Alegre: Artes e Ofícios, 2000.

KEHL, Rita Maria. **O tempo e o cão**. São Paulo, Boitempo Editorial, 2009.

LIMA NETO, A. V. *et al.* Estimulação em idosos institucionalizados: efeitos da prática de 127 atividades cognitivas. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, 9(3), 753-759, 2017.

LINARI, Juliana Aparecida. **Programa Pré-aposentadoria: o recomeço de uma nova vida – crise ou oportunidade? O caso CESP**. 2004. Dissertação (Mestrado em Gerontologia) – Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2004.

LOPES, M. **Aposentadoria: PPA – Programa de Preparação para Aposentadoria – cultive essa semente**. 2010. Dissertação (Especialização em Gestão de Pessoas) – Pontifícia Universidade Católica de Goiás, 2010.

LUFT, Lya. **Perdas & ganhos**. 33. ed. Rio de Janeiro: Record, 2008.

MAGNANI, L. A. C. *et al.* **Programas de Preparo para a Aposentadoria (PPA): sua importância e necessidade na sociedade brasileira contemporânea**. Curitiba: Faculdade de Direito de Curitiba, 1993.

MARX, Karl. **O capital: crítica da economia política**. Livro I. Volume I. 27 ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2010.

MENDES, Jussara Maria Rosa and WUNSCH, Dolores Sanches. Serviço Social e a saúde do trabalhador: uma dispersa demanda. *Serv. Soc. Soc.* [online]. 2011, n.107, pp.461-481

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). **Pesquisa Social: teoria, método e criatividade**. 18. ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

MINOZZO, Leandro. **Não se aposente**. Caminhos para uma Aposentadoria Fracassada. Porto Alegre: Alternativa, 2015.

MONTEIRO, Pedro P. Somos velhos porque o tempo não pára. *In*: CORTE, Beltrina; MERCADANTE, Elisabeth F.; ARCURI, Irene G. (Orgs.). **Velhice, envelhecimento e complex(idade)**. São Paulo: Vetor, 2005.

MORIN, E. O perigo da satisfação. **Revista da Escola de Administração – UFRGS**, ano 4, p. 14-24, 2006.

NERI, Aguinaldo A. O Envelhecimento no Universo do Trabalho - Desafios e Oportunidades Depois dos 50 Anos. *In*: BARROS JUNIOR, Juarez C. (Org.). **Empreendedorismo, Trabalho e Qualidade de Vida na Terceira Idade**. 2. ed. São Paulo: Editora Edicon, 2012.

NERI, Anita Liberalesso. **Palavras-chave em Gerontologia**. São Paulo: Alínea, 2005.

NETTO, Juliana Pereira. **Preparação para a aposentadoria: você já pensou nisso?** São Paulo: Editora LTR, 2009.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Constituição da Organização Mundial da Saúde. **Documentos básicos**. Suplemento da 45. ed. Outubro de 2006.

PAIVA, Sálvea de Oliveira Campelo. **Envelhecimento como expressão da questão social**: elementos para pensar e propor uma gerontologia social crítica. São Paulo: Editora Cortez, 2014.

PAULILO, Maria Angela Silveira. A Pesquisa Qualitativa e a história de vida. **Serviço Social Revista**, v. 2. n. 2, p. 125-48, jul./dez. 1999.

POCINHO, Ricardo *et al.* 2018. Bem-Estar Psicológico Na Reforma: A Importância Da Preparação Dos Trabalhadores Para a Transição. **Revista Lusófona de Educação**, v. 37, n. 37, 2018.

PRATES, Jane Cruz. O Planejamento da Pesquisa Social. **Temporalis**, v. 4, n. 7, p. 123-143, jan./jul. 2003.

PY, Lígia. **Tempo de envelhecer**: percursos e dimensões psicossociais. Rio de Janeiro: Nau Editora, 2004.

QUEIROZ, Maria Isaura de. Relatos Orais: do indizível ao dizível. *In*: SIMSON, Olga de Moraes (Org.). **Experimentos com história de vida Itália/Brasil**. São Paulo: R.T., 1988.

QUEIROZ, Maria Isaura. **Variações sobre a técnica de gravador no registro de informação viva**. 2. ed. São Paulo: CERU; FFLCH/USP, 1983.

REY, F. G. **Pesquisa qualitativa e subjetividade**: os processos de construção da informação. São Paulo: Cengage Learning, 2015.

REZENDE, Eliana. História Oral: o que é? para que serve? como se faz? **ER Consultoria**, 2017. Disponível em: <https://eliana-rezende.com.br/historia-oral-o-que-e-para-que-serve-como-se-faz/>. Acesso em: 06 mar. 2021.

RODRIGUES, Lizete S.; SOARES, Geraldo Antonio. A. Velho, Idoso E Terceira Idade na Sociedade Contemporânea. **Revista Ágora**, Vitória, n. 4, p. 1-29, 2006.

RUSCHEL, Angela Ester Raquel. **O Velho**: Estranho sujeito no espelho. Sapucaia do Sul: Notadez Informação Ltda., 2001.

SAAD, Paulo. Desafios de envelhecer no século XXI e as políticas públicas. *In*: CONFERÊNCIA ESTADUAL DA PESSOA IDOSA, 6., 2019, Porto Alegre. **Anais [...]**. Porto Alegre: Conselho Estadual da Pessoa Idosa, 2019. Tema: Desafio de envelhecer no século XXI e as políticas públicas.

SAMPAIO, Fátima R. B.; POZZOBON, Rosana. Preparação para Aposentadoria: Relato de Experiência da CORSAN. *In*: PAZZIM, Tanise A.; PUGA, Débora S. C. S. (Orgs.). **Preparação para aposentadoria: conceitos e práticas**. Curitiba: Editora CRV, 2016.

SCHNEIDER, Rodolfo Herberto; IRIGARAY, Tatiana Quarti. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 25, n. 4, p. 585-593, out./dez. 2008.

SILVA, V. P.; BARROS, D. D. Método história oral de vida. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, São Paulo, v. 21, n. 1, p. 68-73, jan./abr. 2010.

SINAL Fechado. Intérprete: Paulinho da Viola. Compositor: Paulinho da Viola. *In*: FOI UM rio que passou em minha vida. Intérprete: Paulinho da Viola. São Paulo: EMI Music Brasil, 1970.

SIQUEIRA, M.M.M. Satisfação no trabalho. *In*: **Medidas do comportamento organizacional**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

SOARES, Dulce Helena Penna *et al.* Aposenta-Ação: Programa de Preparação Para Aposentadoria. **Estudos Interdisciplinares Sobre o Envelhecimento**, v. 12, p. 143-161, 2007.

TEIXEIRA, Solange M. Envelhecimento em contexto de superexploração e contrarreformas. **Serviço Social & Sociedade**, n. 142, p. 447-466, 2021.

TEIXEIRA, Solange M. *et al.* Da velhice estigmatizada à dignidade na existência madura: novas perspectivas do envelhecer na contemporaneidade. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 16, n. 2, p. 469-487, 2016.

TEIXEIRA, Solange M. Melhor Idade para quem? As novas terminologias para designação da velhice. *In*: **Envelhecimento da Sociabilidade do Capital**. Campinas: Papel Social, 2017.

THOMPSON, Paul. **A voz do passado**. Tradução de Lólio Lorenço de Oliveira. São Paulo: Paz e Terra, 1998.

TOLFO, S. R.; PICCININI, V. Sentidos e significados do trabalho: explorando conceitos, variáveis e estudos empíricos brasileiros. **Psicologia & Sociedade**, v. 19, n. 1, p. 38-46, 2007.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Envelhecimento ativo**: uma política de saúde. Tradução: Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.

ZANELLI, José Carlos. Processos psicossociais, bem-estar e estresse na aposentadoria. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v. 12, n. 3, p. 329-340, 2012.

ZANELLI, José Carlos; SILVA, Narbal. **Programa de Preparação para Aposentadoria**. Florianópolis: Editora Insular, 1996.

ZANELLI, José Carlos; SILVA, Narbal; SOARES, Dulce Helena P. **Orientação para aposentadoria nas organizações de trabalho**: construção de projetos para o pós-carreira. Porto Alegre: Artmed, 2010.

APÊNDICE 1 – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado a participar de uma pesquisa intitulada A Conexão entre o Trabalho e a Aposentadoria através dos Programas de Preparação para Aposentadoria, conduzida pela assistente social Marina Irene Weschenfelder Smuczek, mestranda do Programa de Pós-Graduação em Política Social e Serviço Social da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Essa pesquisa tem como objetivo identificar as mediações entre o trabalho e a aposentadoria através dos Programas de Preparação para Aposentadoria (PPAs).

Será utilizada a técnica da história de vida para realização das entrevistas, que ocorrerão por videochamada, podendo ocorrer em mais etapas, sendo que não há um tempo determinado, uma vez que o entrevistado poderá falar livremente sobre o tema abordado. Mediante autorização dos participantes, as entrevistas serão gravadas e transcritas, mantendo o sigilo das informações prestadas.

A pessoa pesquisada terá direito de interromper a entrevista a qualquer momento e não mais participar da referida pesquisa. Caso algum participante sinta-se muito incomodada a partir da realização da entrevista, a entrevistadora estará à disposição para que seja trabalhado esse incômodo.

Sobre os riscos que essa pesquisa pode oferecer, é importante informar que serão mínimos, podendo ocorrer desconforto com alguma pergunta ou durante as suas respostas. Se considerarmos que isso está afetando de alguma forma, interromperemos de imediato a entrevista, providenciando ajuda para sanar esse desconforto.

O consentimento de participação na pesquisa não retira os direitos previstos nos termos da Lei (artigos 927 a 954 da Lei 10.406/2002 e Resolução CNS no 510 de 2016 e Resolução 466/2012), mantendo a possibilidade de indenização.

As informações obtidas na coleta de dados serão utilizadas apenas para o presente estudo, e após serão guardadas pelo período de cinco anos, no Instituto de Psicologia da UFRGS, sala 300, no 4º andar, sendo, depois, destruídas. Os resultados desse estudo serão utilizados para fins acadêmicos e também haverá uma devolutiva ao Departamento da Gestão da Saúde e Qualidade de Vida da CORSAN, responsável pela execução do PPA, sendo garantido o completo anonimato das participantes.

A participação não é obrigatória e, a qualquer momento, poder-se-á desistir de participar e retirar seu consentimento. Isso não acarretará prejuízo, e qualquer informação já concedida não será utilizada, sem prejuízo para a pesquisa ou para a participante. Não existe custo a quem participar da pesquisa.

Como voluntário desse estudo, você terá a garantia de receber todos os esclarecimentos e qualquer dúvida relacionada a ele, o que poderá ser feito pelo pesquisador responsável Prof. Dr. Sergio Antonio Carlos, através do telefone (51)33084283 ou pelo e-mail sacarlos@ufgrs.com.br, e pela mestrandia A.S. Marina Irene Weschenfelder Smuczek via e-mail: assistentesocialmarina@gmail.com e pelo telefone (51)997527022. Os contatos do Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (CEP-PSICO) são (51)3308-5066 ou (51)3308-5698, e o endereço é Rua Ramiro Barcelos, 2600, Porto Alegre/RS.

Eu, _____, informo que fui orientado dos objetivos da pesquisa de maneira clara e detalhada, e concordo em participar desta.

Declaro que também fui informado da garantia, a qualquer etapa do estudo, de receber esclarecimentos com a mestrandia responsável, de qualquer dúvida sobre os assuntos relacionados a esta pesquisa, e de que minha participação é voluntária, gratuita e terei a liberdade de retirar o meu consentimento, a qualquer momento, e deixar de participar do estudo, sem que isso me traga prejuízo de qualquer natureza. Dá-se garantia de que não serei identificado quando da divulgação dos resultados e que as informações serão utilizadas somente para fins científicos da presente pesquisa. Declaro que recebi cópia deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, ficando a outra via com a pesquisadora.

Porto Alegre, ____ de _____ de 2021.

Assinatura do participante: _____

Assinatura da mestrandia responsável: _____

Assinatura do professor orientador da pesquisa: _____