

Desafios e possibilidades do idoso na aposentadoria: explorando atividades na terceira idade

Roseli Muniz Campos¹; 0009-0006-5748-4132

Daniele Ribeiro do Val de Oliveira Lima Santa Bárbara¹; 0000-0002-1947-0905

1 – UniFOA, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, RJ.

rosellimuniz@hotmail.com

Resumo: Esse artigo evidencia algumas reflexões desenvolvidas em um Trabalho de Conclusão de Curso, que teve como um de seus objetivos pensar o envelhecimento numa perspectiva biopsicossocial e entender como a experiência da terceira idade, para quem chega à aposentadoria, pode deixar de ser vista como fim da vida produtiva

- gerando ansiedade, estresse, isolamento - e ser encarada como uma oportunidade para o desenvolvimento pessoal e a realização de atividades que antes não eram possíveis devido às responsabilidades profissionais e familiares, ou mesmo, ainda sendo uma fase em que o trabalho se ressignifica. Para tanto, foi preciso discutirmos a intergeracionalidade, o etarismo, os atravessamentos de classe, etnia e gênero na população idosa, assim como, o lugar tensionado entre a produtividade e a improdutividade que a pessoa idosa tem na sociedade capitalista. Esse estudo foi desenvolvido a partir de pesquisa bibliográfica, com revisão de literatura e análise de documentos e dados que tratam do envelhecimento, do seu significado e dos seus desafios contemporâneos, reconhecendo que o envelhecimento populacional é um fenômeno mundial. Considerando a legislação brasileira na proteção à pessoa idosa, cujo marco é a Lei 10741/2003, a defesa de seus direitos é uma conquista muito recente, mas de significativos avanços. E a responsabilidade por essa garantia de direitos é compartilhada entre família, comunidade, sociedade e poder público, com ênfase na oferta de políticas sociais que assegurem à pessoa idosa, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária. E é nesse cenário das políticas sociais voltadas à pessoa idosa que o trabalho do assistente social se inscreve, justificando a necessidade dos profissionais angariarem base teórico-metodológica, técnico-operativa e ético-política na condução de processos de trabalho que viabilizem acesso aos seus direitos.

Palavras-chave: Estatuto da Pessoa Idosa. Envelhecimento. Terceira Idade. Aposentadoria. Intergeracionalidade.

INTRODUÇÃO

A terceira idade refere-se à fase da vida que se inicia geralmente após os 60 anos, uma etapa marcada por novas possibilidades e desafios. Este conceito surgiu como uma resposta às transformações demográficas e sociais, especialmente com o aumento da expectativa de vida e o crescimento da população idosa. Ao longo do século XX, a sociedade começou a reavaliar os papéis e as contribuições dos indivíduos mais velhos, promovendo uma visão mais positiva e inclusiva do envelhecimento (RAMOS; CIPOLLI; LOPES, 2021).

A lógica da produtividade desempenha um papel crucial na diferenciação entre os termos velho e idoso. A sociedade moderna, que valoriza a produtividade e o consumo, tende a marginalizar aqueles que são percebidos como incapazes de contribuir economicamente. Assim, ser velho é frequentemente associado à improdutividade e à dependência, reforçando estereótipos negativos. Em contraste, o conceito de idoso permite a possibilidade de continuar contribuindo de maneiras significativas, seja através de trabalho remunerado, voluntariado, ou outras formas de participação ativa na comunidade (PEREIRA; SOUZA, 2023).

O termo "velho" e "velhice" carregam conotações negativas, muitas vezes associadas à decadência física e mental. Por outro lado, "idoso" e "terceira idade" são termos que sugerem respeito e valorização. Essa mudança linguística é parte de um esforço mais amplo para combater o ageísmo e promover uma imagem mais positiva do envelhecimento. A terceira idade é, portanto, uma fase de reinvenção e redescoberta, onde os indivíduos são encorajados a continuar contribuindo para a sociedade de maneira significativa (COSTA et al., 2023). A terceira idade não é apenas uma fase cronológica, mas um estágio da vida em que se espera que os indivíduos permaneçam ativos, saudáveis e engajados. A pessoa idosa chega à terceira idade, um termo que carrega conotações de vitalidade e participação contínua na sociedade. O velho chega à velhice, uma categoria que tradicionalmente está associada à decadência e à marginalização.

A mudança na percepção do envelhecimento e a emergência do conceito de

terceiridade não são apenas reflexos de avanços médicos e econômicos, mas também de uma evolução cultural. A sociedade moderna busca integrar todas as faixas etárias em um tecido social coeso, onde cada etapa da vida é valorizada. O idoso, na terceira idade, não é visto como alguém que chegou ao fim da linha, mas como um indivíduo com potencial para viver plenamente, aproveitando a sabedoria acumulada e explorando novas possibilidades.

Temos que ter cuidado, porém, com a difusão de pensamentos que tendem a enfatizar a experiência do envelhecimento como algo universal e homogêneo, pois o envelhecimento é um processo multifacetado que envolve mudanças biológicas, psicológicas e sociais ao longo do tempo. As desigualdades enfrentadas ao longo da vida não desaparecem na velhice; pelo contrário, muitas vezes são exacerbadas. A compreensão do envelhecimento precisa, assim, ser contextualizada dentro das estruturas sociais e culturais que moldam as experiências individuais e coletivas (COSTA et al., 2022). Políticas públicas devem ser desenhadas de forma a considerar essas diferenças, promovendo a equidade e a inclusão. A pesquisa e o debate acadêmico sobre o tema devem expandir nosso entendimento das melhores práticas para apoiar um envelhecimento digno, afinal, todas as pessoas idosas podem ser produtivas após a aposentadoria? Essa foi a questão norteadora desse estudo, motivado pela própria experiência de uma das autoras, uma pessoa idosa.

MÉTODOS

O presente estudo empregou a revisão bibliográfica como método principal para a coleta de dados, utilizando a exploração de bases de dados que contêm uma vasta gama de pesquisas e literatura pertinentes ao assunto em questão. A pesquisa bibliográfica, reconhecida como a ferramenta principal, facilitou o acesso a estudos acadêmicos de acesso público, englobando fontes como volumes, ensaios, teses e monografias, entre outras fontes. Com uma clara ênfase na coleta de dados de natureza qualitativa, nosso enfoque metodológico visou principalmente à caracterização dos atributos de um fenômeno específico, direcionando esforços para a compreensão de sua essência e manifestação.

Fazer pesquisa bibliográfica é um desafio, principalmente com o vasto universo de acessos possibilitados pela tecnologia e pelo mundo digital. Assim, fomos aos poucos identificando textos e artigos científicos mais próximos aos objetivos do trabalho, tendo como norte a questão central elaborada. Definir os textos a serem usados também não foi tarefa fácil, e optamos por aqueles que, como fontes secundárias, já apresentavam sistematizações de ideias interessantes para nosso trabalho. Dados do último Censo do IBGE (2022) também contribuíram como indicadores importantes para o debate.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O envelhecimento nos traz desafios em diferentes dimensões da vida. Individualmente, por nos desafiar a ver nosso corpo se fragilizar, nossas forças diminuírem e algumas limitações físicas se imporem. Ainda, afeta nosso psicológico e nos exige lidar com a perda de algumas capacidades, com o etarismo, com a própria eminência da finitude. Coletivamente, ao envelhecermos nos deparamos com mudanças na forma como interagimos socialmente, seja no âmbito familiar ou comunitário. Rotina, lazer, trabalho, muita coisa muda. Além de processo natural, entendido numa perspectiva biológica, envelhecer é também um processo social, pois como envelhecemos dirá muito sobre a velhice que podemos ter. E a velhice como construto social e cultural tem outras facetas que precisam ser reconhecidas.

Dados do último Censo do IBGE (2022) mostram que 14,7% da população total do Brasil é de pessoas idosas, e a expectativa de vida avançou, chegando a uma média de 77 anos. Segundo projeções do IBGE o Brasil chegará ao ano de 2040 com aproximadamente 25% da sua população sendo constituída por pessoas idosas. E cabe indagarmos: o Estado Brasileiro está se preparando para o envelhecimento desse povo?

Precisamos considerar a diversidade do território brasileiro, que particulariza regionalmente o envelhecimento. O Censo de 2022 do IBGE mostra que as regiões Sudeste – com destaque para o Rio de Janeiro - e Sul – com destaque ao Rio Grande do Sul - têm as maiores proporções de idosos (pouco mais de 17%

cada uma). Isso pode ocorrer por serem regiões mais desenvolvidas economicamente que talvez ofereçam melhores e maiores recursos protetivos, mas sem deixarem de viver contradições sociais extremas. No outro ponto, a região Norte é a menos envelhecidas, com cerca de 10% de sua população com 60 anos ou mais. Mulheres são maioria em todas as faixas etárias, o que sugere políticas específicas por gênero, e com atenção às mulheres idosas. Quase 9% das pessoas idosas no país são mulheres, e cerca 7% são homens.

O IBGE não aferiu dados específicos sobre renda da população idosa. Mas podemos indicar que cerca de 2,4 milhões de pessoas idosas recebem o Benefício de Prestação Continuada (BPC), dados de 2023 do Governo Federal. Quanto a aposentadoria, o Brasil, dados também de 2023, tem cerca de 37 milhões de aposentados e pensionistas, e 64% desse público recebem apenas um salário mínimo. O envelhecimento no Brasil tem um importante recorte de renda. E justamente nessa fase da vida, as despesas e recursos financeiros devem estar equilibrados, com forte presença do Estado via políticas públicas para a proteção social da pessoa idosa.

O mercado de trabalho é um componente central na discussão sobre a produtividade dos idosos. Historicamente, o trabalho tem sido uma das principais formas de participação social e econômica. A produtividade e a improdutividade dos idosos são frequentemente utilizadas para avaliar seu valor e papel na sociedade. Talvez possamos falar de um paradoxo do envelhecimento, que está situado entre a valorização positiva da imagem da pessoa idosa e sua exploração continuada da força de trabalho e da capacidade de consumo.

Como nos chama a atenção Tavares (2020) o trabalho, como categoria fundante das relações sociais capitalistas, não se apresenta como ativo dinâmico no desenvolvido da vida das pessoas, mas como exploração. Para a autora, a manutenção da sociedade depende do trabalho e, se este não for realizado, inviabiliza a própria existência da humanidade. Contudo, pondera sobre um importante paradoxo do trabalho na vida das pessoas idosas, pois “o tempo de vida que lhes fora alargado pela qualidade de vida é, agora, justificativa para

aumentar o seu tempo de trabalho, o que equivale à supressão da qualidade que parecem ter conquistado” (Tavares, 2020: p.149). O envelhecimento dos que vivem do trabalho, como Tavares (2020) se refere as pessoas idosas trabalhadoras, não está seguro se considerarmos o contexto político e econômico do capitalismo e justificativa de sua crise para as progressivas revisões da proteção social e previdenciária. Como nos alerta essa mesma autora, a experiência da aposentadoria não será vivida por todos, seja por inelegibilidade, ou por morrerem antes.

Mas aqueles que chegam à aposentadoria não ficam isentos de desafios e ameaças. Ao chegar na aposentadoria, o que representa uma transição importante na vida dos indivíduos, a pessoa idosa se depara com alguns cenários.

Tradicionalmente vista como um período de descanso após anos de contribuição laboral, a aposentadoria pode ser uma oportunidade para novos tipos de engajamento social. Um momento para descansar, viver outras experiências de lazer e cultura, ficar mais voltado para a família. A aposentadoria pode proporcionar tempo livre para atividades de voluntariado, que podem contribuir com um envelhecimento saudável. Por outro lado, a aposentadoria pode levar a uma redução na atividade física e mental, potencialmente acelerando o processo de envelhecimento. Este evento marca uma transição significativa na vida de um indivíduo, trazendo mudanças nas rotinas diárias, na identidade ocupacional e nas fontes de renda. Assim, muitas pessoas já aposentadas a continuar trabalhando de alguma forma, seja em empregos formais, informais, em atividades voluntárias ou empreendendo. Esse fenômeno, conhecido como “aposentadoria ativa”, reflete uma nova compreensão das capacidades e desejos dos idosos.

Entretanto, a relação entre envelhecimento e aposentadoria é complexa e multifacetada. Para entender plenamente a questão do mercado de trabalho e aposentadoria em relação aos idosos, é importante considerar a diversidade dessa população. Idosos de diferentes origens sociais, culturais e econômicas enfrentam desafios distintos. (SILVA; EULÁLIO, 2022).

Escorsim (2021) faz uma crítica contundente a exploração da classe trabalhadora no capitalismo e como isso afeta a fase do envelhecimento, pois a “situação de classe perpassa a condição de existência, e não permite que seja vislumbrada de modo uniforme e homogêneo (p.429)”. Para a autora, “o contexto político e econômico incide diretamente no modo como se vive e como se envelhece (2021:430).

Apesar do nosso foco de análise ter recortado a condição da pessoa idosa aposentada, não podemos deixar de referenciar a problematização acerca da diversidade do envelhecimento e, conseqüentemente, o atravessamento de classe nesta condição. Várias pessoas idosas sequer chegarão à aposentadoria, para sobreviverem dependerão da assistência social. Ou ainda se aposentam como tão pouco salário que precisam retornar ao mercado de trabalho, por vezes de forma informal e desprotegida. A dinâmica societária sob a égide do capital é vivida de forma diferente pelas pessoas idosas.

CONCLUSÕES

A forma como o Estado, o mercado, a sociedade e as famílias lidam com as pessoas idosas revela muito sobre os valores e estruturas sociais vigentes. Políticas de inclusão e valorização dos idosos no mercado de trabalho e na sua aposentadoria são essenciais para promover um envelhecimento produtivo. Mesmo as pessoas idosas que não conseguem sua vinculação social via direito previdenciário, mas via assistência social, podem contribuir com a dinâmica da sociedade se respeitadas em seus direitos fundamentais.

O preconceito contra a idade, também conhecido como ageísmo, idadismo ou etarismo, precisa ser combatido para permitir que os idosos possam ser protagonistas de suas vidas. O apoio familiar e comunitário é igualmente crucial para que as pessoas idosas se sintam valorizadas e integradas.

A contribuição das pessoas idosas para a sociedade vai além da esfera econômica. A transmissão de conhecimentos, valores e tradições culturais é um aspecto vital do envelhecimento produtivo. A intergeracionalidade, ou a interação

entre diferentes gerações, pode ser enriquecida pela participação ativa dos idosos. Projetos comunitários, mentorias e outras formas de engajamento podem aproveitar o potencial dos idosos para beneficiar a sociedade como um todo.

Entre os desafios enfrentados pelos idosos na aposentadoria, a saúde se destaca como uma preocupação central. Com o avanço da idade, há um aumento na prevalência de doenças crônicas, que podem limitar a mobilidade e a independência.

A aposentadoria também pode desencadear sentimentos de solidão e isolamento social, especialmente para aqueles que viveram uma vida socialmente ativa durante o período de trabalho. A perda de colegas e a redução das interações sociais podem afetar negativamente a saúde mental dos idosos. Incentivar a participação em atividades comunitárias, clubes de idosos e grupos de apoio pode ajudar a mitigar esses sentimentos, promovendo um senso de pertencimento e conexão social. As atividades sociais não apenas proporcionam interação, mas também estimulam a mente e ajudam a manter as habilidades cognitivas.

Com este trabalho avaliamos ser possível o desenvolvimento de ações que promovam o protagonismo e a produtividade da pessoa idosa aposentada na vida social, com sua contribuição direta na constituição de uma sociedade mais justa e humana. Inclusive, como assistente sociais, nos espaços ocupacionais que podemos ocupar não faltará terreno para nele inscrevermos propostas efetivas de viabilização de direitos da pessoa idosa.

E temos com isso um compromisso muito importante: o trabalho nessa fase da vida tem que ser prazer, valor, não exploração. Tem que ser espontâneo, ativo e promissor, não gerador de lucro e mais valia para o sistema. Tavares (2020) nos fez pensar sobre o quanto o trabalho no capitalismo nos destrói ou ao invés de nos emancipar. Portanto, pensemos a produtividade na terceira idade como liberdade, não como labor que somente extrai a mais valia.

REFERÊNCIAS

SILVA, Edivan Gonçalves da; EULÁLIO, Maria do Carmo. Resiliência para uma velhice bem-sucedida: mecanismos sociais e recursos pessoais de proteção. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 42, p. e234261, 2022.

Revista Katálisis, Florianópolis, v. 23, n. 1, p. 143-151, jan./abr. 2020.

TAVARES, Maria Augusta. **Envelhecimento e trabalho na sociedade capitalista**.

OLIVEIRA, Luana Cristina; MARQUES, Natiele Marques. O impacto da aposentadoria do idoso. In: **X Mostra Integrada de Iniciação Científica**. 2020.

PEREIRA, A. C. E. S.; SOUZA, J. O. Envelhecimento humano: uma análise sobre as possibilidades de ressignificação frente à aposentadoria. In: **Congresso de Ensino Pesquisa e Extensão-CONEP**. 2023.

RAMOS, Silvana; CIPOLLI, Gabriela; LOPES, Andrea. Significados de aposentadoria e perfil socioeconômico: características de aposentados associados ao sindicato nacional dos aposentados, pensionistas e idosos da força sindical. **Trabalho (En) Cena**. V. 6, p. e021020-e021020, 2021.

SILVA, Edivan Gonçalves da; EULALIO, Maria do Carmo. Resiliência para uma velhice bem-sucedida: mecanismos sociais e recursos pessoais de proteção. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v.42, p. e234261, 2022.

TAVARES, Maria Augusta. **Envelhecimento e trabalho na sociedade capitalista**. *Revista Katálisis*, Florianópolis, v.23, n.1, p. 143-151, jan./abr. 2020.