

Envelhecimento e a Preparação para a Aposentadoria e a cessação do Trabalho



Andressa Vicente Lima

Esta reflexão surgiu a partir dos conhecimentos adquiridos no Curso Fragilidades na Velhice (PUC-SP) e base para o projeto Preparação para Aposentadoria e Cessação do Trabalho. Seu objetivo principal é aplicar no cotidiano esse aprendizado, de forma a agregar ainda mais conhecimento sobre o envelhecimento e também replicá-lo, e a melhor forma encontrada foi aplicá-lo no trabalho como assistente social, agrupando ao projeto de trabalho do Serviço Social em uma empresa.

A motivação para o enfoque vem acontecendo ao longo dos últimos cinco anos, nos quais as experiências no âmbito profissional apontaram para a necessidade de pensar a preparação das pessoas dentro dos ambientes corporativos para a velhice e cessação do trabalho, sem a interrupção abrupta causada pelas adversidades da vida.

Na verdade, a cultura de preparar o indivíduo para o curso natural do envelhecimento e adversidades da vida - com as fragilidades e vulnerabilidades que podem acometer em qualquer fase - deveria fazer parte da educação desde a família, passando pelo ambiente escolar e ir se aperfeiçoando ao longo da vida. No entanto, a Velhice é um tema sempre atual, mas que muita gente evita discutir.

No Brasil vemos uma trajetória histórica que a lógica capitalista transformou a velhice e o velho em sinônimo de algo ruim, negativo, principalmente associando ao adoecimento e incapacidade. Entretanto, aos poucos, é possível ver que os estudos nos últimos anos seguem um movimento de esclarecer e desmistificar o envelhecimento, considerando suas características, fragilidades, vulnerabilidades, mas também toda a parte positiva e possibilidades dessa fase da vida.

Quando falamos em velhice várias coisas podem vir à mente, e diversos fatores podem influenciar. É preciso cautela para não cometer o erro de significar a velhice olhando apenas um de seus aspectos, geralmente pelo olhar da saúde, que na verdade é pela sua ausência e agravos.

Envelhecimento e Velhice na Contemporaneidade

De forma breve podemos dizer que o Brasil tem nos registros de sua história as consequências do regime escravagista, com todas as mazelas que pode gerar, e a desvalorização da pessoa velha e negra, que já não produzia ou servia ao trabalho como os mais jovens. Ao longo da história, a construção política do país, seus regimes de governo, geraram divisão da sociedade entre os que detêm os meios de produção, bens, riqueza e aqueles que precisam vender sua força de trabalho para sustento e sobrevivência. Então, aquele que é considerado velho para produzir permanece sendo desvalorizado, mas a partir de então sem tanta distinção da cor da pele, embora negros e descendentes sejam mais excluídos.

De modo amplo verifica-se que, ainda hoje, a educação no Brasil não tem foco em preparar o indivíduo para entender que o processo de envelhecimento é inerente ao homem, e assim deve-se buscar a melhor forma de manter o processo de vida saudável, prazeroso e minimizar as dificuldades e limitações que podem surgir ou se agravar ao longo da vida, principalmente na velhice.

Hoje podemos ainda dizer que se prioriza o que produz mais capital, que aumenta a riqueza daqueles que já a detêm, vende-se a imagem que valor só tem quem é jovem, belo e produtivo, incitando que esse seja o modelo a ser atingido.

Preparação para o Envelhecimento, Cessação do Trabalho e Aposentadoria

No âmbito do trabalho, crescemos sabendo que será necessário trabalhar para subsistência, mas nem sempre há o preparo para o momento de parar e iniciar a fase da aposentadoria. O regime de previdência no Brasil é contributivo, ou seja, para adquiri-lo é necessário ao longo da vida adulta contribuir com parte da renda adquirida, conforme as regras estabelecidas na legislação, para usufruir após anos de trabalho.

Considerando que muitos passam a maior parte da vida trabalhando e não são preparados para pensar e planejar o momento de parar, a aposentadoria ou cessação do trabalho não acontece de forma tranquila. A aposentadoria

também pode ocorrer antes da pessoa chegar à velhice, e nem sempre preparada para novos projetos, trabalhos ou mudança na rotina.

Não é nosso intuito abordar situações de aposentadoria por invalidez, por exemplo, que ocorre devido a algum agravo que impede a realização de atividade laboral, pois nesse caso o motivo da aposentadoria seria um impeditivo para outras atividades da vida diária e provavelmente não permita planejamentos para esse momento. Nem tampouco pensar na interrupção devido a desemprego, uma vez que também leva a pessoa a buscar alternativas de sobrevivência e renda, e o foco em voltar para o mercado de trabalho, e não parar de trabalhar.

Entendemos que preparar o indivíduo para a cessação do trabalho engloba vários fatores - um processo que deve ser realizado ao longo da vida laborativa - preferencialmente alguns anos antes da aposentadoria ocorrer, e abordar diversos temas que contribuem como o planejamento e os projetos de vida. Neste sentido é projetar a realização de atividades prazerosas; acrescentar ou iniciar o que não conseguiu devido a rotina de trabalho; aprender novas profissões, mas sem aquela exigência da rotina, da realização do trabalho para obter a renda e sobrevivência.

Consideramos importante que o projeto de preparação para a aposentadoria e cessação do trabalho seja construído usando uma metodologia que considere as características do público alvo, da área de atuação da empresa, para que as atividades realizadas sejam realmente atrativas, eficazes e úteis. Inicialmente, palestras em grupos pequenos e de curta duração podem ter melhor efeito que orientações muito longas, ou em grandes grupos, nos quais as participações ficam limitadas, ou os participantes não se sentem à vontade para questionamentos.

Por que pensar na preparação para a aposentadoria?

Quando tive a oportunidade de trocar o trabalho como assistente social de uma Unidade Básica de Saúde para o trabalho na área de Recursos Humanos de uma empresa pública de transporte, logo vieram questionamentos internos, dúvidas, receios. Além da pergunta - É o que quero para minha vida profissional? E veio o pensamento - Qual o trabalho vou ter que realizar?; - Estou preparada para o trabalho que esperam que eu desenvolva?

Foi necessária a observação do perfil do público que seria atendido pelo Serviço Social da empresa e quais as maiores demandas ao atendimento social. O perfil era de público majoritariamente masculino, a maior parte acima dos 50 anos de idade e muitos já aposentados, e com mais de 30 anos de trabalho na mesma empresa. Os restantes eram 'sobreviventes' da história da empresa que passou por transição, com a redução do quadro para cerca de 2 mil funcionários, que antes chegava a ter em torno de 26 mil pessoas. Só essa transição já era um fato relevante para pensarmos em projetos referentes aos impactos das mudanças que tinham ocorrido.

Entretanto, também foi possível notar a identificação com o trabalho realizado, os discursos valorizando o que reconheciam de bom, vantajoso, em trabalhar

nessa empresa, e também um benefício considerado como muito importante e que chegou a ser motivo para alguns não solicitarem aposentadoria, ou pararem de trabalhar: Plano de Saúde.

Neste caso fica claro que preparar os trabalhadores para a cessação do trabalho, ou aposentadoria, é muito mais do que pensar ações para ocupar o espaço que era dedicado ao trabalho, mas sim pensar nas mudanças de todos os aspectos importantes como o impacto financeiro, como manter cuidados de saúde e qualidade de vida, principalmente na fase da velhice. Questões como solidão, como será quando morrer (funeral), o não sofrimento ao fim da vida podem ser temas importantes que também geram preocupação e necessidade de discussão para melhor preparar o indivíduo para essas situações futuras.

Um projeto de preparação para a aposentadoria deve prever um espaço diferenciado, propício à reflexão, e partir de temas que fazem sentido para o público alvo, entre eles: sobre o trabalho que exercem; o período de vida que estão vivendo com suas possibilidades e fragilidades - geralmente com a velhice se aproximando; refletir sobre projetos de vida a construir, seu planejamento antes e pós-aposentadoria.

Pensar sobre temas mais pessoais e subjetivos também é importante, e que podem ter grande significado na vida dos trabalhadores, influenciando suas escolhas, projetos e desempenho de atividades. Temas como: perdas de entes queridos (seja animal de estimação ou pessoa querida); adaptação às mudanças na configuração familiar - divórcio, viuvez, compartilhar moradia com outros familiares - entre outras questões, podem contribuir não só para a aposentadoria, mas para o preparo da melhor velhice que aquela pessoa pode desejar para si.

Pandemia e outros imprevistos

Quando falamos na importância de se preparar e planejar algo futuro temos que ter a clareza que lidar com imprevistos devem fazer parte e construir o pensamento de criar novas alternativas se necessário. A pandemia, assim como outros aspectos que atingem o nível mundial, traz mudanças bruscas para a sociedade, mas também aprendizado. A geração que vive 2020, em sua grande maioria, está aprendendo a reinventar-se, a adaptar-se às mudanças e a sobreviver aos seus impactos.

No Brasil, especificamente, a economia gerou mudanças significativas na vida de todos, com a medida de proteção do isolamento social muitos perderam seu trabalho, ou tiveram que deixar de exercê-lo, e com isso o impacto no orçamento do lar, a família ficou mais tempo dentro de casa, e precisou buscar atividades para fazer nesse tempo. Esse reinventar da rotina diária, buscar o que fazer e ver que ao longo dos dias o que era novidade deixa de ser tão atrativo, o que parecia férias e descanso torna-se cansativo e desafiador, se assemelha à parada brusca do trabalho pela aposentadoria.

Faz pensar que é ainda mais importante preparar os trabalhadores, para esse momento, esse aprender a reinventar, a pensar possibilidades, criar projetos. A pandemia ensinou que mudanças abruptas podem não ser tão bem recebidas

e causar ainda mais transtorno ou prejuízo para a pessoa. As mudanças na rotina de todos, trabalho desgastante para uns, isolamento e solidão para outros, aumento da violência doméstica, perdas, luto, entre outras questões tem impacto na saúde mental, e para os quais se agrava é necessário buscar tratamento.



Construir um trabalho pensando em unir a fase do envelhecimento, as mudanças para a cessação do trabalho, é pensar na melhor forma de manter a pessoa saudável, com a saúde física e mental preservada, que a cada adequação necessária seja menos dolorosa possível e com o mínimo de prejuízo para todos os aspectos da sua vida.

Considerações

Há muito ainda a conhecer e aprimorar sobre o processo de envelhecimento. Entretanto, estudar sobre o tema e algumas peculiaridades da velhice, como ela é vista hoje na sociedade que vivemos, já ampliou meu olhar tanto para as questões pessoais quanto para atuação profissional.

Instigou a conhecer ainda mais formas de bem envelhecer e, especialmente, contribuir profissionalmente para que outras pessoas possam também ter acesso a mais conhecimento e melhores formas de envelhecer; buscar realização e bem-estar em qualquer fase da vida; diminuir prejuízos em diversos aspectos de sua vida na velhice.

Conhecer as fragilidades e vulnerabilidades da velhice está auxiliando na construção de um projeto de trabalho, no qual é possível: levar conhecimento e desmistificar o envelhecimento; pensar formas de contribuir para que mais pessoas busquem extrair o que há de melhor; lidar com as adversidades dessa fase da vida.

Esta reflexão configura-se como um esboço do conhecimento que o Curso Fragilidades da Velhice permitiu, diante do momento vivido, e o início do interesse por essa área de estudo, pessoal e profissionalmente.

Referências

FRANÇA, L. H. de F. P., Leite, S. V., Simões, F. P., Garcia, T., & Ataliba, P. Análise dos Programas de Preparação para Aposentadoria (PPA) desenvolvidos por instituições públicas brasileiras. *Revista Kairós-Gerontologia*, 22(1), 59-80, 2019. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP.

FRANÇA, L. *Preparação para a aposentadoria: Desafios a Enfrentar*. Disponível em: <<http://www.luciafranca.com/PDF/Aposentadoria%20Article%20Portugues.pdf>> Acesso em 11/07/2020.

GROEN, H. *Tentativa de Fazer Algo da Vida*. Tradução Mariangela Guimarães. 1. ed. São Paulo: Planeta, 2016.

HUBERMAN, L. *A História da Riqueza do Homem*. 13ª ed. – Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1977.

Data de recebimento: 25/11/2020; Data de aceite: 18/12/2020

Andressa Vicente Lima – Assistente Social (UniFMU). Especialização Gestão em Políticas Públicas, Inclusão e Diversidade Social. Atuação de RH empresarial; na assistência social em UBS, Centro de Acolhida e Programas de Inclusão Social. Trabalho escrito para o curso de extensão Fragilidades na Velhice: Gerontologia Social e Atendimento pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC- SP) no primeiro semestre de 2020. E-mail: asvantos@yahoo.com.br