

IMPACTOS DA APOSENTADORIA NA VIDA DO SUJEITO IDOSO E FATORES BIOPSIKOSSOCIAIS

Autoras: Lauranery de Deus Moreno; Roberta Machado Alves;
Orientadora: Valesca Pinheiro de Souza.

*Universidade Potiguar (UNP) – lauranerymoreno@gmail.com
Universidade Potiguar (UNP) – robertta_alves@yahoo.com.br
Faculdades Integradas do Cruzeiro (FIC) – valescapi@gmail.com*

Resumo:

O estudo do tema aposentadoria propõe uma discussão em sua totalidade, a fim de entender toda a trajetória do sujeito até a chegada desse momento, bem como as implicações sociais e emocionais relevantes a esse período. Objetiva-se nesse artigo uma compreensão ampla acerca da aposentadoria, para isso será utilizado o olhar de diversos autores, sob diferentes perspectivas, nos âmbitos: biológico, social e psicológico. Tal artigo trata-se de uma pesquisa qualitativa, de caráter descritivo para qual foi utilizado como método a Pesquisa bibliográfica, apoiada na literatura especializada. Sabe-se sociedade supervaloriza o trabalho, o que além dos fatores que dificultam a aceitação da aposentadoria, é também um aspecto negativo, já que trata-se da saída do local de trabalho onde já se existia um vínculo antigo, o que pode afetar a sua identidade, contribuindo para a baixa autoestima além de sentimentos de incapacidade, para tanto, tentaremos através da escrita desse artigo proporcionar uma compreensão ampla acerca da aposentadoria, para isso será utilizado o olhar de diversos autores, sob diferentes perspectivas, nos âmbitos: biológico, social e psicológico.

Introdução

Os índices estatísticos mostram que o envelhecimento populacional é um fenômeno mundial, de acordo com a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNAD) do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) a população brasileira manteve a tendência de envelhecimento nos últimos anos e ganhou 4,8 milhões de idosos desde 2012, superando a marca dos 30,2 milhões em 2017. Acredita-se ainda que em 2025 existirão 32 milhões de pessoas com 60 anos ou mais, sendo o sexto país com mais pessoas idosas no mundo. Diante dessa demanda, se faz necessário estudar as diferentes particularidades encontradas nesse período, entre elas, a aposentadoria e seus impactos na vida do sujeito idoso.

O estudo do tema aposentadoria propõe uma discussão em sua totalidade, a fim de entender toda a trajetória do sujeito até a chegada desse momento, bem como as implicações sociais e emocionais relevantes a esse período. A aposentadoria pode ser um fator desencadeante de ansiedade, trata-se de um momento carregado de dúvidas, como a incerteza do futuro, bem como o enfrentamento de uma outra questão: ser considerado “velho”. Diante disso, sua identidade, como pessoa e ser social pode ficar ameaçada, tendo em vista a mudança em sua rotina, a dificuldade em realizar tarefas antes realizadas, o comprometimento de sua aparência física, queda da renda mensal, entre outros fatores que podem impactar diretamente na autoestima e motivação para dali em diante.

Cabe também que sejam estudadas e discutidas as diferenças no sentido para o sujeito

e enfrentamento dessa etapa da vida, tendo em vista a subjetividade com que é vivenciada, especialmente quando leva-se em consideração fatores pessoais, como estilo de vida, contexto familiar, fatores culturais, sociais e econômicos. Dessa forma, objetiva-se nesse artigo uma compreensão ampla acerca da aposentadoria, para isso será utilizado o olhar de diversos autores, sob diferentes perspectivas, nos âmbitos: biológico, social e psicológico.

Metodologia

O presente artigo buscou compreender por meio de um viés biopsicossocial o contexto da aposentadoria e seus impactos no sujeito idoso, se trata de uma Pesquisa qualitativa, de caráter descritivo para qual foi utilizado como método a Pesquisa bibliográfica, apoiada na literatura especializada por meio de artigos científicos extraídos da base de dados Scielo, livros que abarcassem o tema, além de bibliotecas digitais onde foram vistas monografias e teses que dissertam sobre a temática.

De acordo com Gil “a principal vantagem da Pesquisa bibliográfica reside no fato de permitir ao instigador a cobertura de uma gama de fenômeno muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente” (2009, p. 69).

A respeito dos autores, podemos citar Celso Barroso Leite, Simone Beauvoir e Guite I. Zimerman como principais norteadores desse trabalho.

Resultados e discussões

A aposentadoria é inerente a pessoa idosa, no entanto, as formas de enfrentamento a essa conjuntura são vivenciadas de forma particular, são considerados diversos fatores para que seja visto como aspecto positivo ou negativo influenciando diretamente a qualidade de vida nessa etapa, a julgar, dinâmica familiar, preparação para a aposentadoria, se o trabalho era prazeroso ou desagradável, bem como o aspecto financeiro após aposentadoria, que de acordo com Duarte (2009) torna-se a maior preocupação nessa fase da vida, acompanhado da força física para que possa sentir-se útil e capaz de permanecer realizando suas tarefas rotineiras.

A aposentadoria é um marco de alteração na dinâmica familiar e social do indivíduo, trazendo como consequências a mudança dos hábitos de quem se aposenta e daqueles que com ele convive, sendo então uma etapa da vida que necessita de preparação e organização.” (AGUIAR, 2014, p.18)

No tocante ao biológico, sabe-se que com as transformações do corpo surgem algumas debilitações na saúde, o que está diretamente atrelado a mudança de hábitos já que não mais se consegue realizar as atividades de costume. A respeito dessas mudanças, Zimerman (2007) cita como impactos na aparência: manchas escuras na pele, bochechas enrugadas, flacidez da pele, ombros arredondados e encurvamento da postura e diminuição da produção de novas células e impactos na fisiologia: a perda de neurônios do cérebro, metabolismo mais lento, digestão mais complicada, aumento da fadiga e insônia, olfato e paladar reduzido, diminuição da visão e audição e maior fragilidade óssea, o que pode aumentar inclusive o risco de quedas.

Perracini (2005) pontua como principais fatores de risco para as quedas: danos no equilíbrio, marcha, cognição, visão e força muscular; A World Health Organization – WHO (2004) complementa essas condições levando também em consideração: o histórico de quedas, o fato de morar sozinho, uso de medicamentos, condições de saúde (doenças

circulatórias, pulmonares, artrite, depressão, incontinência), sedentarismo, medo de cair, nutrição inadequada, entre outros.

Para Beauvoir, “é uma surpresa, um assombro, perceber- se velho. O espelho mostra o que os outros percebem, mas a pessoa reluta em aceitar a mudança em si própria. Dessa forma, velho é sempre o outro [...]” (1990, p. 35).

Além do biológico, outros importantes fatores a serem estudados e compreendidos são o psicológico e o social do sujeito idoso diante desse período, inicialmente pela visão estigmatizada que liga a aposentadoria a invalidez, já que ao se aposentar o sujeito passa pelo confronto ao vazio que advém das horas que antes eram dedicadas ao trabalho, o que contribui para baixa autoconfiança, além da perda das relações sociais com colegas de trabalho, preocupações acerca de seu futuro e das suas finanças e recusa em se colocar como aposentado.

O trabalho determinava os compromissos, horários e rotina. O afastamento do trabalho faz com que o tempo livre não esteja mais relacionado com o conjunto de atividades diárias que faziam parte da sua vida. Há necessidade de mudança de hábitos cotidianos. Haverá diminuição no círculo de amizades ligadas ao trabalho, mas, por outro lado, uma convivência mais intensa com a família, que poderá ser harmônica ou conflituosa (KUNZLER, 2009, p.69).

Zimmerman (2007) traz que o envelhecimento pode acarretar ao idoso dificuldade em se adaptar a novos papéis e as mudanças rápidas, falta de motivação para viver e planejar o futuro, alterações psíquicas, necessidade e trabalhar perdas orgânicas, afetivas e sociais, distorção e baixa autoestima. Diante disso, a autora pontua cinco fatores que alteram o novo status de ser velho, sendo eles: crises de identidade, mudança de papéis, aposentadoria, perdas diversas e diminuição dos contatos sociais.

De acordo com um estudo realizado em 2013 pelo Institute of Economic Affairs (IEA) há uma melhora na saúde logo depois da aposentadoria, mas a médio e longo prazo ocorre um declínio significativo no organismo desses indivíduos. Ainda de acordo com o estudo, a aposentadoria pode elevar em 40% as chances de desenvolver depressão, bem como 60% no aparecimento de algum problema físico.

Segundo Marques e Euzeby (2005) o trabalho é assim como o nome, um dos aspectos mais importantes da identidade individual, sendo que o sucesso e a satisfação no trabalho reafirmam quem o sujeito é, além de propiciar o reconhecimento social. Segundo estes mesmos autores, “em nossa cultura, o papel profissional é um dos pilares fundamentais da autoestima, identidade e senso de utilidade (p.2)”.

Para Duarte (2009), esperar pela aposentadoria diz respeito a esperar por um futuro financeiro incerto que, se soma as instabilidades trazidas pela pré-aposentadoria. Para o idoso, ficam as dúvidas já que não se sabe se terá a opção de permanecer no trabalho, por outro lado, não se sabe se terá condições físicas de manter-se em atividade e, dessa forma, a aposentadoria é encarada como uma esfera de desconfiança com relação aos seus direitos de cidadão.

O afastamento do trabalho pode causar efeitos desastrosos aos idosos. Efeitos estes, psicológicos, pois muitas pessoas se sentem perdidas, não sabendo o que fazer; domésticos, devido à presença permanente do aposentado em casa, podendo

perturbar a rotina da mesma; e familiares, pois o contato maior com os familiares pode provocar ou agravar conflitos. Estudos revelaram que somente 5% dos aposentados se adaptam às novas condições de vida, exercendo alguma atividade, praticando passatempos ou desfrutando o lazer do tempo livre (LEITE, 1993, p. 98).

Papalia (2006, p. 584) alerta que “pelo fato de a depressão poder acelerar os declínios físicos do envelhecimento, um diagnóstico preciso, a prevenção e o tratamento adequado podem ajudar pessoas idosas a viverem mais tempo e a permanecerem mais ativa”.

Leite (1993) afirma ainda que a melhor forma de preparar-se para a aposentadoria é se afastando gradualmente do ambiente de trabalho, dessa forma, o idoso cria condições para se adaptar mental e psicologicamente, construindo novos hábitos, acostumando-se à estar mais e casa, ao mesmo tempo em que a família assimila a presença do idoso aposentado em casa em dias e horários não habituais.

Conclusões

A partir da escrita desse artigo, torna-se possível inferir que a sociedade supervaloriza o trabalho, o que além dos fatores que dificultam a aceitação da aposentadoria, é também um aspecto negativo, já que trata-se da saída do local de trabalho onde já se existia um vínculo antigo, o que pode afetar a sua identidade, contribuindo para a baixa autoestima além de sentimentos de incapacidade. O trabalho é considerado um dos maiores marcadores na construção da identidade individual, uma vez que propicia o engajamento com o mundo externo e a definição de si próprio a partir dos papéis sociais que desempenha.

A reinserção no mercado seja de forma autônoma ou com novo contrato de trabalho pode ser tido como meio de ressignificação, desde que essa seja a vontade do idoso, tendo em vista que, com a aposentadoria a renda mensal é prejudicada e pode fazer com que o idoso passe a depender financeiramente da família, o que acaba sendo uma das maiores preocupações e um fator que contribui para o despertar da crença de que o idoso passa a ser um “peso” para os parentes já que a partir desse marcador o idoso passa a ter um convívio mais extenso com a família.

Diante do exposto, sabe-se que para que esse período não seja vivenciado de forma negativa, o idoso precisaria dispor de um planejamento para a chegada desse momento, podendo ser alguma realização pessoal que fora adiada até essa etapa até um maior tempo para dedicar-se a atividades que desempenha com prazer.

Referências

AGUIAR, Virgínia Maria de. Um estudo teórico sobre as consequências da aposentadoria para o indivíduo na terceira idade. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Católica de Brasília. Brasília, 2014. Disponível em: <https://repositorio.ucb.br/jspui/bitstream/10869/5480/5/Virginia%20Maria%20de%20Aguiar%20Silva.pdf> Acessado em: 27 de Junho de 2018.

BEAUVOIR, Simone. A velhice. Rio de Janeiro: Nova Fronteira. 1990.

BRASIL, Ministério da Saúde. Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017. Agência IBGE Notícias. Estatísticas sociais, 2018. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017.html> Acessado em: 26 de Junho de 2018.

DUARTE, Camila Vianna. Expectativas diante da aposentadoria: um estudo de acompanhamento em momento de transição. Rev. bras. orientac. prof [online]. 2009, vol.10, n.1 [citado 2018-06-28], pp. 45-54 . Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902009000100007&lng=pt&nrm=iso. ISSN 1984-7270.

LEITE, Celso Barroso. O século da aposentadoria. São Paulo: LTr, 1993.

GIL, Antonio Carlos. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6.ed. São Paulo: Atlas, 2008.

KUNZLER, Rosilaine Brasil. A ressignificação da vida cotidiana a partir da aposentadoria e do envelhecimento. Tese de Doutorado. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Rio grande do Sul, 2009. Disponível em: <http://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/5159/1/000411382-Texto%2BCompleto-0.pdf> Acessado em: 28 de Junho de 2018.

MARQUES, Rosa Maria. EUZEBY, Alain. Um regime único de aposentadoria no Brasil: pontos para reflexão. Nova econ. [online]. 2005, vol.15, n.3, pp.11-29. ISSN 0103-6351. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-63512005000300001 Acessado em: 06 de Julho de 2018.

PAPALIA, Diane E. FELDMAN, Ruth Duskin. OLDS, Sally Wendkos. Desenvolvimento humano. 8. ed. Rio Grande do Sul: Artmed, 2006.

PERRACINI, Monica Rodrigues. Desafios da prevenção e do manejo de quedas em idosos. BIS, Bol. Inst. Saúde (Impr.) [online]. 2009, n.47, pp. 45-48. ISSN 1518-1812. Disponível em: http://periodicos.ses.sp.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-18122009000200012&lng=pt&nrm=iss Acessado em: 30 de Junho de 2018.

SAHLGREN, Gabriel. Trabalhos mais longos, vida mais saudável. Institute of Economic Affairs. [online]. 2013, n.04. Disponível em: <https://translate.google.com.br/translate?hl=pt-BR&sl=en&u=https://iea.org.uk/in-the-media/media-coverage/retirement-can-lead-to-depression-and-illness&prev=search> Acessado em: 06 de Julho de 2018.

ZIMERMAN, Guite I. Velhice: aspectos biopsicossociais. Porto Alegre: Artmed, 2007.