

# IMPACTO DA APOSENTADORIA NO COTIDIANO DO SERVIDOR PÚBLICO FEDERAL

Impact of retirement on daily lives of federal public server

Impacto de la jubilación en el cotidiano del trabajador público federal

**Marcielli Scremin**

Graduanda do curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, Brasil.  
marcielli.marci@gmail.com

**Pâmela Rodrigues Almeida**

Graduanda do curso de Terapia Ocupacional, autora - Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, Brasil.  
pamelaalmeida2007@hotmail.com

**Kayla Araújo Ximenes Aguiar Palma**

Docente do Departamento de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, Brasil.  
kaylaguiar@gmail.com

**Priscilla de Oliveira Reis Alencastro**

Terapeuta ocupacional da Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, Brasil.  
priscilla.alencastro@ufsm.br

## Resumo

Nos últimos tempos, vem acontecendo mudanças significativas no estilo de vida dos indivíduos, que refletem no processo de envelhecimento, trabalho, cotidiano e na aposentadoria. O processo de envelhecimento é multifatorial e acontece com todos os indivíduos e variam de acordo com os hábitos de vida de cada ser humano. O objetivo principal da pesquisa foi analisar os impactos da aposentadoria no cotidiano do servidor público federal. Desse modo, utilizou-se a abordagem qualitativa, sendo utilizado o questionário BOAS e uma entrevista semiestruturada. A partir desses instrumentos, realizou-se a análise e identificação de questões da aposentadoria que podem influenciar na ruptura do cotidiano. Sendo assim, foram identificadas três categorias pertinentes à pesquisa, são elas: planejamento da aposentadoria, impacto no cotidiano e ressignificação do cotidiano. A velhice vem cercada de mudanças e uma delas é a aposentadoria. Para podermos falar de aposentadoria é preciso que entendamos qual o significado do trabalho na vida dos indivíduos, que pode ser uma forma de pertencimento social e/ou fazer parte da construção da identidade social. O impacto no cotidiano em decorrência da ausência do trabalho acarretou em mudanças positivas e negativas, sendo importante salientar que o primeiro impacto percebido com a aposentadoria foi a ausência de uma rotina que antes era proporcionada pelo trabalho, cada indivíduo buscou alternativas a fim de se reestabelecer e se reconhecer em sua nova realidade que é a aposentadoria.

**Palavras-chave:** Aposentadoria; Envelhecimento; Trabalho.

524

## Abstract

In recent times, there have been significant changes in the lifestyle of individuals, which reflect in the process of aging, work, daily life and retirement. The aging process is multifactorial and happens to all individuals, and they vary according to the life habits of each human being. The main objective of the research was to analyze the impacts of retirement on the daily routine of the federal public servant. Thus, the qualitative approach was used, using the BOAS questionnaire and a semi-structured interview. From these instruments, the analysis and identification of retirement issues was carried out, which can influence the rupture of daily life. Thus, three categories relevant to research were identified: retirement planning, impact on daily life and re-signification of daily life. Old age is surrounded by change and one of them is retirement. In order to talk about retirement, we need to understand the meaning of work in individuals' lives, which can be a form of social belonging and / or part of the construction of social identity. The impact on daily life due to absence of work led to positive and negative changes, and it is important to note that the first impact perceived with retirement was the absence of a routine that was previously provided by work, each individual sought alternatives in order to reestablish and to recognize in its new reality that it is retirement.

**Keywords:** Retirement; Aging; Work.

## Resumen

En los últimos tiempos, se están produciendo cambios significativos en el estilo de vida de los individuos, que reflejan en el proceso de envejecimiento, trabajo, cotidiano y en la jubilación. El proceso de envejecimiento es multifactorial y ocurre con todos los individuos y varían de acuerdo con los hábitos de vida de cada ser humano. El objetivo principal de la investigación fue analizar los impactos de la jubilación en el cotidiano del servidor público federal. De este modo, se utilizó el abordaje cualitativo, siendo utilizado el cuestionario BOAS y una entrevista semiestruturada. A partir de esos instrumentos, se realizó el análisis e identificación de cuestiones de la jubilación que pueden influenciar en la ruptura de lo cotidiano. Siendo así, se identificaron tres categorías pertinentes a la investigación, son ellas: planificación de la jubilación, impacto en el cotidiano y resignificación del cotidiano. La vejez viene rodeada de cambios y una de ellas es la jubilación. Para poder hablar de jubilación es necesario que entendamos cuál es el significado del trabajo en la vida de los individuos, que puede ser una forma de pertenencia social y/o formar parte de la construcción de la identidad social. El impacto en el cotidiano como consecuencia de la ausencia del trabajo acarrió cambios positivos y negativos, siendo importante resaltar que el primer impacto percibido con la jubilación fue la ausencia de una rutina que antes era proporcionada por el trabajo, cada individuo buscó alternativas a fin de reestablecer y se reconocen en su nueva realidad que es la jubilación.

**Palabras clave:** Jubilación; Envejecimiento; Trabajo.

## 1 INTRODUÇÃO

A população brasileira está em uma linha crescente de envelhecimento devido ao aumento da expectativa de vida, podendo estar relacionada às mudanças no estilo de vida. A alteração sociodemográfica no Brasil e no mundo vem sendo evidenciada em muitos estudos. O envelhecimento populacional está tornando presente a longevidade. O processo de envelhecimento é multifatorial, em que o envelhecer não está ligado somente aos aspectos orgânicos, mas também considera que o indivíduo sofre influências das mudanças psíquicas e sociais. Este processo poderá ser vivenciado de diversas formas, dependendo da singularidade de cada um, as quais irão promover distintos estilos de vida. “O envelhecimento é um processo natural do desenvolvimento, que envolve alterações biológicas, socioculturais e psicológicas no organismo do sujeito” (p.10)<sup>1</sup>.

A velhice vem carregada de conceitos e preconceitos, assim como, a aposentadoria está estigmatizada por uma sociedade onde é enaltecido o trabalhador ativo, o sujeito que convive em sociedade e tem o trabalho como pertencimento social. “Na sociedade capitalista em que vivemos, o aposentado, muitas vezes, tende a ser relacionado a valores negativos, como inútil, velho e incapaz” (p.529)<sup>2</sup>.

Todo indivíduo possui um cotidiano e este é definido pelas ações vivenciadas que são a base para as nossas condutas durante a vida humana, e também é influenciado pelo contexto cultural no qual a pessoa está inserida. Marangoni e Mangabeira<sup>3</sup> afirmam que, o trabalho apresenta significado distinto para cada indivíduo, seja no âmbito social, pessoal, familiar, etc. Diante do exposto as autoras salientam que o trabalho possibilita ao indivíduo constituir uma rede de relações sociais e trocas na vida cotidiana. O trabalho faz parte do cotidiano e é através dele que o indivíduo formará, na maioria das vezes, sua identidade social, ou seja, o indivíduo é identificado e reconhecido socialmente pelo seu trabalho, e é por meio da atividade laboral que o mesmo sente-se pertencer ao núcleo social no qual está inserido. Para Rodrigues *et al.*<sup>4</sup>, a teoria da atividade aborda sobre a relação do papel desempenhado socialmente e a imagem do sujeito onde ambos estão relacionados diretamente, e com a chegada da velhice os papéis sociais que eram desempenhados por estes sujeitos modificam-se e pode-se então dar espaço para novas ocupações e se apropriar de novos papéis.

As transformações e evoluções da sociedade se dão a partir do que o trabalhador produz e ao depara-se com a ruptura do cotidiano em virtude da aposentadoria, o mesmo

poderá vivenciar impactos negativos ou positivos em sua vida. Essa ideia vai de encontro com a teoria do desengajamento explicada por Rodrigues *et al.*<sup>4</sup>, a qual pode acontecer de forma voluntária e satisfatória pelo indivíduo, ou ainda pode ser um processo funcional para a sociedade, onde o sujeito mais velho abre espaço para trabalhadores mais jovens.

Refletindo as questões inerentes à aposentadoria, é possível perceber que há outros fatores que influenciam neste processo, como: o envelhecimento, o significado do trabalho para o sujeito, de que modo é o cotidiano deste indivíduo frente a esse processo, como ele se sentiu e de que maneira ele se percebeu em sua nova condição. Pensando sobre o que compõe a aposentadoria, a pesquisa teve como objetivos específicos identificar se: A aposentadoria foi planejada? Como compreende o significado do termo cotidiano? Houve mudanças no mesmo? Quais seus novos papéis sociais (se houver novos)?

Nesse sentido, esta pesquisa busca compreender o impacto da aposentadoria no cotidiano do servidor público federal e pensar em possíveis estratégias a fim de minimizar as possíveis mudanças que podem ou não ocorrer após a aposentadoria.

## 2 MÉTODO

526

A presente pesquisa utilizou-se de uma abordagem qualitativa de características descritivas, que visam “compreender essa realidade que os números indicam, mas não revelam” (p.525)<sup>5</sup>. O objetivo enquanto pesquisa é descritivo, pois “a grande contribuição das pesquisas descritivas é proporcionar novas visões sobre uma realidade já conhecida” (p.749)<sup>6</sup>

A amostra deste estudo foi composta por 6 (seis) servidores públicos federais aposentados de uma universidade pública, localizada na região central do estado do Rio Grande do Sul. Como critérios de inclusão para esse estudo foram considerados servidores públicos (docentes ou técnicos-administrativos) com aposentadoria do tipo compulsória ou voluntária, utilizando-se como critério de exclusão para este estudo os servidores aposentados por invalidez.

Os instrumentos utilizados para realização deste estudo foram o questionário BOAS (*Brazil Old Age Schedule*) e entrevista semiestruturada desenvolvida pelas autoras. Veras e Dutra<sup>7</sup> explicam que o BOAS é estruturada como um questionário funcional multidimensional desenvolvido para a população idosa, composto por nove seções, o mesmo tem sido utilizado em muitos estudos com populações idosas, tanto em sua concepção

original ou ainda adaptado a outros instrumentos de coleta de dados. Neste estudo foi utilizada somente a seção I (um) do questionário BOAS, na qual foi possível obter as informações gerais e aspectos sociodemográficos dos entrevistados.

Além de uma entrevista semiestruturada composta por 04 (quatro) questões subjetivas construídas pelas pesquisadoras, para que fosse possível compreender de uma forma integral qual o impacto da aposentadoria para o público alvo. Questionou-se o que cada sujeito entendia por cotidiano, se a aposentadoria foi planejada ou não, como eles percebiam o seu cotidiano atualmente e quais mudanças ocorreram no mesmo com a aposentadoria.

Conceitua-se a entrevista semiestruturada:

[...] está focalizada em um assunto sobre o qual confeccionamos um roteiro com perguntas principais, complementadas por outras questões inerentes às circunstâncias momentâneas à entrevista [...] esse tipo de entrevista pode fazer emergir informações de forma mais livre e as respostas não estão condicionadas a uma padronização de alternativas (Manzini<sup>8</sup> apud Manzini<sup>9</sup>, p.2).

Estes instrumentos possibilitaram a análise do impacto da aposentadoria no cotidiano destes sujeitos, através da percepção do mesmo. Foi realizado contato telefônico com os servidores aposentados que se enquadraram nos critérios de inclusão citados anteriormente e identificado os que possuíram interesse em contribuir com o estudo, no qual foi agendado um encontro conforme a disponibilidade dos participantes, para o preenchimento do questionário BOAS juntamente com a entrevista semiestruturada composta por 04 (quatro) questões subjetivas, as quais foram gravadas em mp4, transcritas e analisadas.

Este projeto de pesquisa, seguiu as normas regulamentadas pela Resolução n. 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, foi registrado no Gabinete de Projetos (GAP) e submetido para análise do Comitê de Ética e Pesquisa, via Plataforma Brasil, sob aprovação com o CAAE nº 69255617.1.0000.5346, parecer nº 2.153.392. Para preservar o anonimato dos entrevistados, os fragmentos de suas falas foram codificados como: Entrevista A, Entrevista B, e assim sucessivamente. Destaca-se que a sequência alfabética seguiu a ordem de realização das entrevistas.

Dessa forma, para a análise dos dados, foi utilizada a análise textual discursiva, que garante o estudo amplificado das questões subjetivas levantadas durante as entrevistas. “Uma abordagem de análise de dados que, segue uma visão hermenêutica de reconstrução de significados com acento na perspectiva dos sujeitos envolvidos na pesquisa” (p.250)<sup>10</sup>. O conjunto das informações coletadas através da entrevista possibilitou a construção três

categorias analíticas, são elas: planejamento da aposentadoria, impacto no cotidiano e ressignificação do cotidiano.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após análise dos dados sociodemográficos coletados através do Questionário BOAS – Seção I (um) nota-se que houve o predomínio do sexo feminino sendo apenas 1 (um) homem entre os entrevistados. Destes a idade varia de 59 a 83 anos, sendo que 1 (um) dos entrevistados não informou. Cabe salientar que dos 6 (seis) entrevistados, 3 (três) possuem ensino superior e destes, 2 (dois) com doutorado, 1 (uma) participante nível primário e outras 2 (duas) com segundo grau completo. Em relação ao estado conjugal o estudo aponta 2 (duas) viúvas, 3 (três) casados e 1 (uma) nunca casou. Sendo que, 3 (três) possuem filhos, e os demais não possuem, como segue na Tabela 1.

**Tabela1:** Dados Sociodemográficos.

Entrevista	Sexo	Idade	Estado Civil	Função/ Cargo	Tempo Aposentadoria	Planejamento da Aposentadoria
A	F	-	Viúva	Tec. Administ.	≤10 anos	Não
B	F	83	Viúva	Aux. Laboratório	≤10 anos	Não
C	F	71	Casada	Tec. Enfermagem	19 anos	Não
D	F	76	Solteira	Tec. Administ.	25 anos	Não
E	F	59	Casada	Docente	4 meses	Sim
F	M	61	Casado	Docente	6 meses	Sim

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O material resultante da transcrição das entrevistas viabilizou a identificação de três principais categorias para discussão: planejamento da aposentadoria, impacto do cotidiano e ressignificação do cotidiano. Cada categoria abordou uma discussão específica ao seu tema e para integrar cada uma delas, foram inseridos trechos das entrevistas, a fim de propiciar autenticidade.

#### 3.1 Planejamento da aposentadoria

Essa categoria compreendeu se os entrevistados possuíram planejamento referente aos aspectos que integram a aposentadoria como um todo, dentre eles, reorganização do cotidiano, desvinculação com o trabalho e organização econômica. A aposentadoria por si só traz questões subjetivas e individuais, que transformam, alteram e ressignificam o indivíduo, que, outrora não realizaram uma reflexão sobre esse “futuro” que agora se torna “presente”. Sendo assim, o ser humano no processo de aposentadoria, muitas vezes, acaba por não vislumbrar suas reais necessidades para este novo ciclo da vida. “[...] Aponta-se que o planejamento para esse período deve ocorrer integrado às particularidades do contexto de vida de cada trabalhador, considerando a rede de seus vínculos laborais, afetivos e sociais” (p.256)<sup>11</sup>.

A previdência social deveria ser algo planejado e conhecido pelos trabalhadores ao longo dos anos, para não gerar um impacto econômico e psicológico no momento da aposentadoria.

Desta forma, foi possível perceber que dos 6 (seis) entrevistados, 4 (quatro) não realizaram planejamento para a aposentadoria e os outros 2 (dois) se planejaram para este momento. Identificou-se inúmeros motivos pelos quais não houve um planejamento, destaca-se:

*“[...] chegou tempos de serviço quase para me aposentar e aí me aposentei, mas não planejei.” (Entrevista B).*

*“Eu tive que sair antes pelo meu problema de coluna [...]. Não, não me planejei, só que eu percebi que eu não conseguia mais fazer, eu pensei de sair, eu não saí integral, saí proporcional.” (Entrevista C).*

*“[...] o Collor resolveu que ia fazer faxina e eu ah, quer saber, quem vai ir embora sou eu, então eu não planejei não.” (Entrevista D).*

Através dos relatos acima, pode-se perceber que os motivos que levaram estes servidores a aposentar-se são distintos e que fatores externos, como o cenário político, também influenciaram na decisão para a escolha da aposentadoria sem ter havido uma desvinculação do trabalho. Esse processo de desvinculação trata do desligamento desse trabalhador com sua atividade laboral, para que o mesmo possa se preparar para essa nova etapa da vida.

Diante dos relatos coletados, e considerando a importância da desvinculação, as autoras<sup>3</sup> corroboram ao abordarem sobre os programas de preparação para a aposentadoria, no

qual é possível tornar menos acentuada as mudanças decorrentes dessa transição, e contribui para que o servidor consiga ampliar seu olhar a novas potencialidades. O sujeito assume uma nova posição econômica, política e social em decorrência da aposentadoria.

Dentre os participantes que obtiveram planejamento para a aposentadoria, é interessante destacar que estes apresentaram a mesma linha de raciocínio referente ao afastamento e decisão para a aposentadoria. Pode-se perceber pela fala dos entrevistados que, ao longo da construção de suas carreiras, foram identificando a necessidade da inserção de novos profissionais.

*“[...]acho que tem tanta gente se preparando pra isso, pra investir nessa área, eu já tenho uma caminhada um pouco longa, eu acho que é o momento de eu me retirar desse cenário e deixar que as pessoas assumam isso. [...] então de certa forma eu planejei isso.” (Entrevista E).*

*“[...]eu estabeleci um tempo de docência né? [...] na ação eu acho que tu tem um tempo pra ser extremamente produtivo [...] e ai fui vendo que era a minha hora de parar, para eu dar conta de outras coisas que eu quero fazer, queria fazer na vida, então eu planejei a aposentadoria[...].” (Entrevista F).*

530

Os participantes que afirmaram ter tido uma preparação para este momento da vida, salientam que a mesma foi dada de forma autônoma e que sofreu grande influência do seu tipo de atividade laboral (docência), pois segundo seus relatos, acreditam que deve haver a renovação deste mercado de trabalho. É importante salientar que dos entrevistados, 3 (três) possuem mais de 20 (vinte) anos de aposentadoria, deste modo, não participaram do programa de preparação para aposentadoria oferecido pela instituição, pois o mesmo foi implantado apenas em 2011.

O programa de preparação para a aposentadoria é um momento afim de “adotar práticas e estilos de vida mais saudáveis. “[...] Para reconstruir o projeto de vida, a curto, médio e longo prazo, priorizando os interesses e as atitudes que precisam ser consideradas para realização dos projetos pessoais e familiares” (p.22)<sup>10</sup>. Tendo em vista que, o processo de aposentadoria irá apresentar mudanças no cotidiano dos trabalhadores, foi identificado a importância de buscar compreender o impacto no cotidiano, causado pela aproximação ou

chegada do advento da aposentadoria. Mesmo a instituição oferecendo um programa de preparação para aposentadoria, os entrevistados não participaram efetivamente, apenas uma mencionou ter participado de um encontro, no qual não se sentiu à vontade.

*“[...] e não me senti bem [...] eu senti as pessoas muito pra baixo, os depoimentos, não eram coisas que me motivavam [...]”* (Entrevistada E).

### 3.2 Impacto no cotidiano

A segunda categoria abordou o impacto desta nova fase no cotidiano, a qual acarretou em mudanças negativas e/ou positivas, conforme os relatos trazidos pelos participantes. A maioria relatou que inicialmente sentiram falta da atividade laboral, pois estavam habituados a rotina exigida para a execução de suas atividades. É possível observar pelos discursos que o primeiro impacto a ser percebido com a aposentadoria é a ausência de uma rotina.

*“[...] senti falta do serviço, senti saudades do serviço (risos), mas foi me acostumando né, aí eu saía todos os dias”* (Entrevista B).

*“[...] Ah, muitas. Porque eu tinha responsabilidade, eu tinha horário pra trabalhar, eu vestia a camiseta, não matava um dia.”* (Entrevista D).

531

Segundo as autoras<sup>3</sup> a atribuição de sentidos e significados ao trabalho é um processo sociocultural e histórico, sendo importante considerar suas singularidades e expressões na vida de cada pessoa, vai para além do sentido financeiro, complementando essa ideia das autoras<sup>3</sup> sobre o sentido do trabalho, é a partir da atividade laboral que o indivíduo consegue sentir-se integrado no mundo. Boehs, *et al*<sup>13</sup> ressaltam que a falta do trabalho (em alguns casos) faz com que cada sujeito possa aprender a se (re)conhecer e reorganizar-se nesta nova etapa e então buscar novos objetivos que otimizem o seu tempo.

A ausência da atividade laboral foi percebida de diferentes formas pelos trabalhadores, os quais irão depender dos mais distintos aspectos que nortearam o sentido do trabalho para esses indivíduos. Observou-se nos relatos dos participantes, que a ausência do trabalho diário aconteceu de diferentes formas, cada um precisou encontrar distintas motivações para a ressignificação do tempo estabelecido antes da atividade laboral.

*“[...] quando terminou tudo, quase que ficou um vazio né, mas eu tive que preencher com outras coisas. [...] Muitas mesmo, olha, vou te dizer, é impressionante, a gente não tem noção [...]. Hoje eu me sinto tranquila, tranquila com a minha aposentadoria, mas no início foi difícil, é difícil. Você tem um ritmo de vida né, e sai daquilo assim ... Olha, tem que ter muito, pé no chão, não é fácil, principalmente pra quem gosta do que faz, porque faz com prazer, faz porque quer fazer [...]”.* (Entrevista D).

A autoras<sup>12</sup> dizem que vivenciar a aposentadoria significa ressignificar hábitos que até então eram adiados em virtude do trabalho e/ou também dar espaço a novos projetos. Fato este que contempla com a fala dos entrevistados, os quais construíram novas oportunidades com trabalho voluntário, social, etc. Fontoura *et al*<sup>14</sup>, explanam que a aposentadoria não será sempre considerada como um momento de descanso e lazer, por diversas vezes a necessidade financeira prevalece, fazendo assim com que o indivíduo continue a trabalhar, afim de, complementar o seu sustento.

Em contrapartida, uma entrevistada relatou não ter sofrido impactos da aposentadoria, pois sempre buscou outras atividades a fim de manter-se ativa.

*“[...] olha elas não modificaram muito não, porque eu me aposentei e eu não fiquei assim parada no espaço, [...] eu não parei né, não fiquei parada, sempre fui e sempre tive atividade pra fazer sempre procurei isso né, pro meu bem estar [...]”* (Entrevista A)

Entre as entrevistas, pode-se observar, nos relatos dos participantes aposentados recentemente, que o tempo ocioso e a desaceleração do ritmo são citadas como mudanças no cotidiano após aposentadoria.

*“[...] eu acordo mais tarde, e, as vezes me sinto culpada em acordar tarde (risos), e eu disse assim, mas o que eu estou fazendo aqui na cama a essa hora? aí eu fico pensando, poxa vida, 37 anos da minha vida eu acordava quase de madrugada pra poder sair de casa pra pegar ônibus [...]”.* (Entrevista E).

*“[...] Maravilhoso, porque agora eu tenho um espaço que é meu eu tenho as minhas responsabilidades ainda [...] eu tenho um tempo que é meu, eu posso destinar esse tempo sem me sentir faltando em alguma conta no caso [...] hoje eu posso contemplar as coisas eu posso parar um tempo a mais e saborear no caso as coisas do tempo[...].” (Entrevista F).*

É possível identificar através dos relatos apresentados que na aposentadoria poderá surgir um período de aceitação e luto, para Barbosa e Traezel<sup>15</sup> o luto é caracterizado pela perda do pertencimento social, ou seja, crise na identidade profissional e social, ocorrendo modificações nas relações sociais. Entende-se que luto não se refere à ideia de morte, mas as variadas perdas que o indivíduo irá deparar-se ao longo do seu desenvolvimento humano (Cavalcanti *et al*)<sup>16</sup>. Apesar de ser um período de luto, cada indivíduo teve um modo de vivenciar o mesmo, trata-se de um momento duradouro e pungente, que se caracteriza pelo isolamento social, falta de interesse e atividades diferentes a que era desempenhada (<sup>16</sup> *apud* Freud<sup>17</sup>, p.89). Desta forma, foi possível perceber que os entrevistados apresentaram diferentes opiniões acerca destas vivências.

533

A partir da entrevista semiestruturada, buscou-se compreender o que os participantes entendiam por cotidiano e foi possível identificar que, 3 (três) dos entrevistados ao falarem de cotidiano referiam-se a sua rotina, 1 (uma) não soube responder e 2 (dois) trouxeram a definição de cotidiano mais próximo da literatura. Para Salles e Matsukura<sup>18</sup>, há inúmeros conceitos de cotidiano baseados em estudos de filósofos, terapeutas ocupacionais e outros autores, em que grande parte dos estudos pesquisados correlaciona o cotidiano com as atividades diárias. As autoras complementam o conceito de cotidiano, pois o mesmo não se delimita ao fazer diário, mas também a inserção no meio social. Além de considerar, como o sujeito se percebe, qual o seu papel e a sua devida importância na vida cotidiana, que está interligada com ideias já trazidas na pesquisa, pois ao aposentar-se há uma mudança significativa na vida do sujeito.

*“Pra mim cotidiano é aquilo que tu faz, tu levanta programada mas só que o dia, eu acho que o cotidiano não é bom, porque ele fica muito corriqueiro aquilo sempre a mesma coisa. [...] cotidiano é levantar, tomar café, eu não gosto do cotidiano, eu gosto mais do,*

*diversificação, um dia eu faço uma coisa, outro dia eu faço outra [...]” (Entrevista D).*

Conforme a fala supracitada, foi possível perceber que a Entrevista D relata não gostar de rotinas, deve-se salientar que há a confusão dos termos rotina e cotidiano. Todos os indivíduos possuem uma rotina, a qual está inserida no cotidiano, ambos não devem ser confundidos, pois, o termo cotidiano não deve ser limitado somente a rotina. “[...] uma forma mais geral, entendemos que como sequência de determinadas ações, ou seja, é a repetição de algo que já é estabelecido e naturalizado” (p.37)<sup>19</sup>.

Tem-se como definição de rotina uma sequência diária das atividades do dia-a-dia seguindo sempre o mesmo modo de desempenha-las. A rotina dos trabalhadores acontece há muitos anos e quando acontece a ruptura nessas atividades em decorrência da aposentadoria, os indivíduos na maioria das vezes acabam por ter uma ausência de rotina, que dependerá de cada indivíduo a maneira como será enfrentada está situação.

De acordo com Kunzler<sup>20</sup>, a vida cotidiana é o princípio de todas as condutas humanas, pois é nela que os sujeitos se apoderam das normas, regras, valores, hábitos, condutas e até preconceitos, que são na maioria das vezes transferidos pelo contexto cultural no qual estão inseridos.

É a partir do cotidiano e dos contextos os quais vivemos que realizamos nossas escolhas, nossas ações, transformações e pensamentos para tomarmos posicionamentos de acordo com nossos atos. Quando o indivíduo se aposenta, a vida cotidiana sofre rupturas significativas, passando por diversas modificações e em consequência destas mudanças a vida cotidiana e as atividades rotineiras poderão ser ressignificadas, onde a vida cotidiana e rotina ajustam-se juntas em prol do que os indivíduos acreditam que seja melhor para si.

### **3.3 Ressignificação do cotidiano**

Em relação às rupturas percebidas no cotidiano após a aposentadoria, muitos trouxeram sobre como conseguiram se reinventar ou apresentaram dificuldades em ressignificar o seu cotidiano. Pensando no que foi predito, a última categorização foi nomeada ressignificação do cotidiano. “[...] a aposentadoria traz consigo o recomeço e a necessidade de reestruturação da própria identidade e de seus novos papéis que são desempenhados.”

(p.586)<sup>21</sup>. Deste modo, se fez necessário repensar e reorganizar o cotidiano para que os “trabalhadores” agora aposentados sigam como indivíduos ativos e pertencentes em seu meio social, evitando assim, o isolamento e o sentimento de inutilidade.

A aposentadoria e o excesso de tempo livre, como afirmam Souza *et al*<sup>22</sup>, podem gerar situações que proporcione uma diminuição da satisfação pela vida, causando, muitas vezes, maior vulnerabilidade em relação a saúde. No que diz respeito a categoria ressignificação do cotidiano, é importante salientar que muitas vezes o trabalho voluntário ou social, facilitou a ressignificação do cotidiano logo após a aposentadoria. Segundo Witt<sup>23</sup> em seu livro Sociologia, aponta em sua pesquisa que 70% das pessoas que se consideravam aposentados, exerciam alguma atividade, não porque necessitavam complementar sua renda financeira, mas sim porque queriam.

*“[...] sempre fiz alguma coisa né, e eu trabalhei e até agora trabalho muito com trabalho social”. (Entrevista A).*

*“[...] se tu faz uma visita, se tu trabalha voluntária, se tu faz tuas coisas dentro de casa, se tu consegue fazer um enxovalzinho de um nenê”. (Entrevista C).*

*“[...] eu tenho trabalhos manuais dentro de casa, eu faço trabalhos de tricô”. (Entrevista D).*

535

Nesse período, alguns aposentados ressignificaram seu cotidiano com atividades de voluntariado, que proporcionou benefícios para qualidade de vida dos indivíduos. A atividade voluntária está relacionada com a Teoria da Atividade, a qual de acordo com Rodrigues *et al*.<sup>4</sup>, surgiu na década de 80 nos Estados Unidos e visa o desenvolvimento de atividades do tipo não formal, objetivando a qualidade de vida das pessoas idosas.

Apesar do que foi citado anteriormente, é importante considerar que muitos, não conseguiram preencher as lacunas e sofreram mais com a ressignificação do cotidiano. Os participantes A, C e D relataram que os seus cotidianos foram ressignificados com a inclusão dos trabalhos voluntários.

O pertencimento social de forma ativa, o sentir-se contribuinte para a sociedade, sem ter um vínculo empregatício e todas as atribuições do trabalhador, nem sempre suprem as expectativas das pessoas. Isso acaba por corroborar com os resultados encontrados, vale ainda

ressaltar, que há alternativas para ressignificar seu cotidiano, além do trabalho voluntário. Na amostra pesquisada cabe destacar a participação em grupos de convivência.

*“[...] sempre estar em contato com o grupo duas a três vezes na semana, fazendo ginástica, dança com coreografias”. (Entrevista A).*

*“[...] vou pro centro, faço serviço de casa, vou pro centro, vou na ginástica, vou na hidro, eu não paro (risos).” (Entrevista B).*

*“[...] tenho atividade no sindicato, que eu to sempre envolvida, eu tenho minhas hidrogenásticas.” (Entrevista D).*

Autores salientam que, “O avanço da idade e a chegada da aposentadoria têm mobilizado os idosos a explorarem outros campos de desejos, anseios, projetos antes adormecidos, além de compartilharem suas experiências e saberes” (p.822)<sup>24</sup>. Conforme as autoras<sup>24</sup>, a busca por esses grupos, integram a melhoria da qualidade física e mental, por meio de atividades físicas, podendo também ampliar as ações de lazer e desenvoltura de outras atividades.

Na categoria impacto no cotidiano, o Entrevistado F relatou que agora ele tem um tempo para contemplar as coisas que antes eram apenas vistas, considerando a aposentadoria como liberdade para fazer o que tem prazer, sendo qualquer coisa que faça sentido, e proporcione prazer em realizar, priorizando o que deixou em segundo plano. Em uma perspectiva positiva,

*[...] a aposentadoria pode vir a representar maior disponibilidade para o lazer ou para realizar atividades que foram postergadas durante longo tempo, em função das rotinas do trabalho. Nessa transição, ela pode representar oportunidades para o desenvolvimento pessoal, desde que sejam descobertas as potencialidades e fontes de prazer [...] (p.39)<sup>25</sup>.*

A Entrevistada E traçou projetos e metas a serem realizadas após a aposentadoria, entretanto não conseguiu colocar as ideias exacerbadas em prática, ou ainda a não desvinculação do trabalho (pois continuou a contribuir com a instituição) acentuou o sentimento de ansiedade e angústia. Conforme<sup>25</sup> a ausência da atividade decorrente da aposentadoria pode gerar perda do sentido da vida, a não desvinculação com a atividade laboral poderá acarretar o sentimento de perda e desamparo, dificultando a estabilidade emocional.

*“[...] eu tenho projetos eu tenho objetivos, mas se tu me perguntar nesse momento agora, eu estou um pouco perdida.” (Entrevista E).*

A Entrevistada E relatou passar por um período de transição conturbado, por mais que tenha conseguido fazer o planejamento da aposentadoria, esse momento não está sendo como o idealizado, apresentando dificuldades para se reorganizar e ressignificar o cotidiano. Esse relato se contrapõe ao do Entrevistado F, ambos estavam em um período de transição, aposentados pela mesma atividade laboral, e os mesmos se planejaram para a aposentadoria, entretanto é notória a diferença de ressignificação do cotidiano dada por cada um deles. O cotidiano só apresentará outro sentido aos aposentados a partir do momento que os mesmos consigam perceber as outras potencialidades existentes em si, ou seja, que eles consigam se reinventar, para então fazer o mesmo com o seu cotidiano.

#### 4 CONCLUSÃO

Diante do exposto, foi percebido que este estudo trouxe muitas reflexões acerca da aposentadoria. No decorrer da pesquisa foi possível notar que a maioria dos entrevistados não teve um planejamento para a aposentadoria, ao mesmo tempo compreende-se que, os motivos que levaram os participantes a requererem sua aposentadoria foram diversos. Deste modo, pode-se considerar que a falta de planejamento, bem como as diferentes motivações para a aposentadoria ocorreram de forma subjetiva a cada indivíduo, interferindo no modo de enfrentamento da nova fase.

Destaca-se a importância da desvinculação do trabalho para tornar o momento da aposentadoria menos impactante, pois ao pensar nesse processo identificou-se que a maioria dos entrevistados não realizou esse preparo/planejamento. Percebeu-se que o impacto no cotidiano em decorrência da ausência do trabalho, acarretou em mudanças positivas e negativas, sendo importante salientar que o primeiro impacto a ser percebido com a aposentadoria foi a ausência de uma rotina que antes era proporcionada pelo trabalho.

Nessa direção, compreendeu-se que a forma negativa de vivenciar a aposentadoria se deu em virtude do não planejamento da mesma e do significado que o trabalho teve na vida do sujeito. Com essa perspectiva refletiu-se sobre a relevância dos projetos de vida que sejam significativos, não só no final, mas no decorrer de suas carreiras, o que proporcionaria menor

impacto no cotidiano. Essa ideia vai de encontro com que <sup>11</sup> *apud* França<sup>26</sup> abordaram em sua pesquisa.

França refere que a promoção de saúde das pessoas em transição para a aposentadoria deve estar fundamentada em um modelo integrativo de prevenção ao surgimento de transtornos e de promoção de competências, levando-se em conta os recursos de ordem individual, psicossocial e organizacional (p250)<sup>26</sup>.

Os projetos de vida poderão ser enriquecedores, pois ajudarão a viabilizar os novos objetivos, a serem realizados, sendo um facilitador de planejamentos a serem traçados e realizados no pós-carreira.

O aposentado apresenta dificuldade de compreender a nova realidade, podendo a longo prazo reinventar seu cotidiano, buscando outros papéis sociais nesse período e construindo novas oportunidades. Notou-se que os sujeitos que possuíam maior dificuldade nessa ressignificação sofreram mais. Campos<sup>27</sup> em seu artigo sobre aposentadoria e resiliência, trouxe sobre o significado do termo resiliência que se define pela capacidade do indivíduo em adaptar-se e regenerar-se após situações difíceis. Sendo possível então de relacionar com a aposentadoria, que para alguns como citado anteriormente, tornou-se ou um momento de prazer ou de sofrimento, mas essa percepção dependeu de cada sujeito, considerando que são seres singulares que carregam consigo vivências que os (trans) formaram.

Essa reflexão ampliou o olhar para se pensar que a aposentadoria está inclusa em outro processo que está ocorrendo de forma dinâmica e progressiva, o envelhecimento. Esse é um processo em que o sujeito se deparou com variáveis modificações, seja no sentido orgânico, psicológico ou social, e foi a partir de suas vivências que este indivíduo desenvolveu a capacidade de adaptar-se a estas mudanças, seja de forma positiva ou negativa. Segundo a autora<sup>27</sup> ao longo da vida aprende-se a lidar com as nuances advindas de suas vivências e conseguir ser resiliente é um desafio constante. Finaliza-se a reflexão considerando que, para o sujeito conseguir obter uma melhor qualidade de vida na aposentadoria, se faz necessário que o mesmo, se aproprie da resiliência para então conseguir ressignificar esse cotidiano que agora se apresenta modificado. Salienta-se, a importância de futuros estudos a fim de aprofundar a temática trazida no artigo.

## Referências

1. Radünz L. **O envelhecimento na contemporaneidade: subjetividade, corporeidade e reflexões a partir do campo psicanalítico.** [tese] Rio Grande do Sul: Unijuí; 2015.
2. Pinto LCS; Alves SCA. **A atuação da psicologia nos programas de preparação para aposentadoria.** *Estud. interdiscipl. envelhec.*, Porto Alegre, 2014; 19(2):525-548.
3. Marangoni JFC; Mangabeira JA. **Política integrada de atenção à saúde do servidor público do Distrito Federal: o programa de preparação para o período pós-carreira.** *Rev Bras Med Trab.*2014;12(1):8-15.
4. Rodrigues NC; Rauth J; Terra LN. **Gerontologia Social** [recurso eletrônico]. 2.ed. rev. e atual.- Dados Eletrônicos. – Porto Alegre: EDIPUCRS, 2016.112p. Disponível em: <[https://books.google.com.br/books?id=tYGqDAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=pt-BR&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.br/books?id=tYGqDAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=pt-BR&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)> Acesso em: 18 de janeiro de 2018.
5. Taquette SR. **Análise de Dados de Pesquisa Qualitativa em Saúde.** *Investigação Qualitativa em Saúde.* 2016, v.2: 524-533.
6. Augusto 2013 Augusto CA; Souza JP; Dellagnelo EHL; Cario SAF. **Pesquisa qualitativa: rigor metodológico no tratamento da teoria dos custos de transação em artigos apresentados nos congressos da Sober (2207-2011).** Piracicaba-SP,2013; 51(4): 745-764.
7. Veras e Dutra 2008. Veras R; Sidney D. **Perfil do idoso brasileiro: questionário boas.** Rio de Janeiro: UERJ, UnATI, 2008.
8. Manzini EJ. **Entrevista semi-estruturada: análise de objetivos e de roteiros.** In: Anais do seminário internacional sobre pesquisa e estudos qualitativos, 2, 2004, Bauru. A pesquisa qualitativa em debate. Bauru: USC, 2004. CD-ROOM. ISBN:85-98623-01-6. 10p.
9. Manzini EJ. **A entrevista na pesquisa social.** Didática, São Paulo. 1990/1991; v. 26/27, p. 149-158.
10. Medeiros e Amorim 2017. Medeiros EA; Amorim GCC. **Análise textual discursiva: dispositivo de dados qualitativos para a pesquisa em educação.** *Laplage em Revista (Sorocaba).* 2017; 3(3):247-260.
11. Antunes e Moré 2016. Antunes MH; Moré CLOO. **Aposentadoria, saúde do idoso e saúde do trabalhador: Revisão integrativa da produção brasileira.** *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho,*2016; 16(3): 248-258.
12. Donadelli PS. **Programa de preparação para aposentadoria com servidores da prefeitura municipal de Limeira/SP: intervenção com exercícios físicos e dinâmicas em grupo.** [tese]. São Paulo: Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro. Rio Claro; 2016.
13. Boehs 2017. Boehs STM; Medina PF; Bardagi MP; Luna IN; Silva N. **Revisão da literatura latino-americana sobre aposentadoria e trabalho: Perspectivas psicológicas.** *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho.* 2017; 17(1): 54-61.

14. Fontoura DS; Doll J; Oliveira SN. **Aposentadoria: escolhas diferentes, caminhos divergentes.** XXXVIII Encontro da ANPAD. 2014. Rio de Janeiro/RJ – 13 a 17 de setembro. Acesso em 18 de janeiro de 2018.
15. Barbosa TM; Traesel ES. **Pré-aposentadoria: um desafio a ser enfrentado.** *Barbarói*, Santa Cruz do Su.2013. 38(2):216-234.
16. Cavalcanti AKS; Sameczuk ML; Bonfim T. **O conceito psicanalítico do luto: uma perspectiva a partir de Freud e Klein.** *Psicólogo informação*. São Paulo. 2013. 17(17):88-105.
17. Freud S. Luto e Melancolia (1917 [1915]). In:\_\_\_\_\_. **A história do Movimento Psicanalítico**, Artigos sobre a Metapsicologia e outros trabalhos (1914/1916). Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud. vol. XIV, Rio de Janeiro: Imago, 1996. p. 245-263.
18. Salles MM; Matsukura TS. **Estudo de revisão sistemática sobre o uso do conceito de cotidiano no campo da terapia ocupacional no Brasil.** *Cad. Ter. Ocup. UFSCar*. São Carlos. 2013.21(2):265-273.
19. Jesus DA; Germano J. **A importância do planejamento e da rotina na educação infantil.** In: II jornada de didática e I seminário de pesquisa do cemad, 2013, PR- Londrina. Didática e Práticas de Ensino na Educação Básica. ISBN 978-85-7846-211-6.
20. Kunzler RB. **A resignificação da vida cotidiana a partir da aposentadoria e do envelhecimento.** [tese]. Porto Alegre: Pontifícia – Universidade Católica do Rio Grande do Sul; 2009.
21. Machado CNC; Lucas MG. **Aposentadoria: como professores vivenciam este momento?** *ReCaPe Revista de Carreiras e Pessoas*. São Paulo. 2017. 7(2):576-588.
22. Souza LM; Lautert L; Hilleshein EF. **Qualidade de vida e trabalho voluntário em idosos.** *Rev. Esc. Enferm. USP*. 2011; 45(3):665-71.
23. Witt J. **Sociologia.** 3ª ed. série A. Mcgraw Hill Brasil editora. 2015.
24. Wichmann FMA; Couto AN; Areosa SVC; Montañés MCM. **Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde.** *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, Rio de Janeiro. 2013; 16(4):821-832.
25. Panozzo EAL. **Percepções de aposentados da serra gaúcha em relação à desvinculação total do trabalho.** [tese]. São Leopoldo: Universidade do Vale do Rio dos Sinos, Programa de Pós-Graduação em Psicologia; 2012.
26. França, CL. **Prevenção e promoção da saúde mental, políticas públicas sobre envelhecimento ativo e educação para aposentadoria.** In: Murta SG; França LC; Seidl J. *Programas de educação para aposentadoria: Como planejar, implementar e avaliar.* Novo Hamburgo, RS: Sinopsys; 2014, p. 22-36.

27. Campos DAM. **Resiliência e preparação para aposentadoria: um estudo com trabalhadores participantes de um programa pós-carreira.** [tese]. São Paulo: Universidade de Taubaté, Instituto Básico de Humanidades; 2017.

---

**Contribuição dos autores:** Marcielli Scremin e Pâmela Rodrigues Almeida conceberam a pesquisa e realizaram as revisões. Kayla Araújo Ximenes Aguiar Palma e Priscilla de Oliveira Reis Alencastro orientaram a pesquisa e realizaram as revisões.

Submetido em: 20/01/2018

Aceito em: 22/05/2018

Publicado em: 31/07/2018