

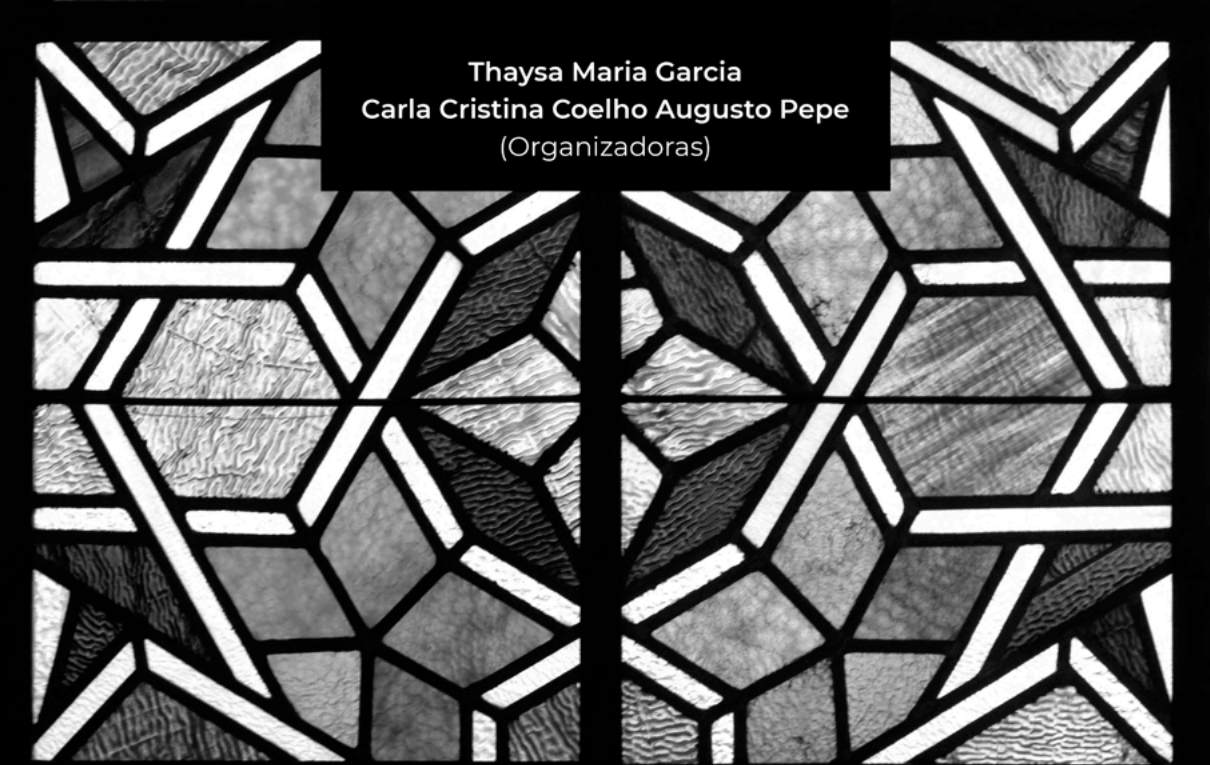
Thaysa Maria Garcia  
Carla Cristina Coelho Augusto Pepe  
(Organizadoras)

# PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA FIOCRUZ:

Uma Experiência Inovadora em Saúde do Trabalhador

**Atena**  
Editora  
Ano 2022



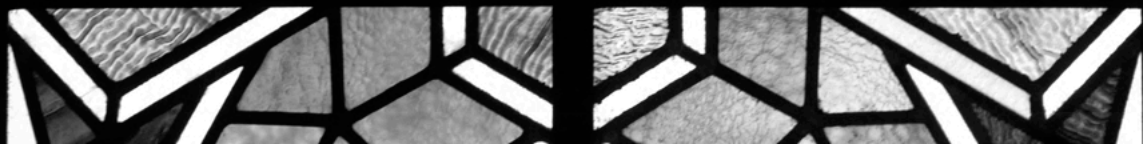


Thaysa Maria Garcia  
Carla Cristina Coelho Augusto Pepe  
(Organizadoras)

# PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA FIOCRUZ:

Uma Experiência Inovadora em Saúde do Trabalhador

**Atena**  
Editora  
Ano 2022



**Editora chefe**

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

**Editora executiva**

Natalia Oliveira

**Assistente editorial**

Flávia Roberta Barão

**Bibliotecária**

Janaina Ramos

**Projeto gráfico**

Bruno Oliveira

Camila Alves de Cremona

Daphynny Pamplona

Luiza Alves Batista

Natália Sandrini de Azevedo

**Imagem da capa**

Peter illiciev/CSS-Fiocruz/Fiocruz Imagens

**Edição de arte**

Luiza Alves Batista

2022 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do texto © 2022 Os autores

Copyright da edição © 2022 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.

Open access publication by Atena Editora



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição Creative Commons. Atribuição-Não-Comercial-Não-Derivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

**Conselho Editorial****Ciências Biológicas e da Saúde**

Profª Drª Aline Silva da Fonte Santa Rosa de Oliveira – Hospital Federal de Bonsucesso

Profª Drª Ana Beatriz Duarte Vieira – Universidade de Brasília

Profª Drª Ana Paula Peron – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília

Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás



Prof. Dr. Cirênio de Almeida Barbosa – Universidade Federal de Ouro Preto  
Profª Drª Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí  
Profª Drª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão  
Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri  
Profª Drª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina  
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília  
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina  
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira  
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Profª Drª Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco  
Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra  
Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras  
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria  
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia  
Profª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco  
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará  
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí  
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. José Aderval Aragão – Universidade Federal de Sergipe  
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Profª Drª Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás  
Profª Drª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás  
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas  
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Profª Drª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará  
Prof. Dr. Maurilio Antonio Varavallo – Universidade Federal do Tocantins  
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá  
Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados  
Profª Drª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino  
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora  
Profª Drª Sheyla Mara Silva de Oliveira – Universidade do Estado do Pará  
Profª Drª Suely Lopes de Azevedo – Universidade Federal Fluminense  
Profª Drª Vanessa da Fontoura Custódio Monteiro – Universidade do Vale do Sapucaí  
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande  
Profª Drª Welma Emídio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco



# Programa de preparação para aposentadoria Fiocruz: uma experiência inovadora em saúde do trabalhador

**Diagramação:** Camila Alves de Cremo  
**Correção:** Flávia Roberta Barão  
**Indexação:** Amanda Kelly da Costa Veiga  
**Revisão:** Os autores  
**Supervisão editorial Fiocruz:** Cláudia Lima Costa  
**Organizadoras:** Thaysa Maria Garcia  
Carla Cristina Coelho Augusto Pepe

## Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

P964 Programa de preparação para aposentadoria Fiocruz: uma experiência inovadora em saúde do trabalhador / Organizadoras Thaysa Maria Garcia, Carla Cristina Coelho Augusto Pepe. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2022.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-258-0332-6

DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.326222706>

1. Trabalhadores - Cuidados médicos. 2. Saúde. 3. Aposentadoria. I. Garcia, Thaysa Maria (Organizadora). II. Pepe, Carla Cristina Coelho Augusto (Organizadora). III. Título.

CDD 616.9803

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

**Atena Editora**

Ponta Grossa – Paraná – Brasil

Telefone: +55 (42) 3323-5493

[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)

contato@atenaeditora.com.br



**Atena**  
Editora  
Ano 2022

## DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.



## DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Atena Editora declara, para os devidos fins de direito, que: 1. A presente publicação constitui apenas transferência temporária dos direitos autorais, direito sobre a publicação, inclusive não constitui responsabilidade solidária na criação dos manuscritos publicados, nos termos previstos na Lei sobre direitos autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código Penal e no art. 927 do Código Civil; 2. Autoriza e incentiva os autores a assinarem contratos com repositórios institucionais, com fins exclusivos de divulgação da obra, desde que com o devido reconhecimento de autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial; 3. Todos os e-book são *open access*, *desta forma* não os comercializa em seu site, sites parceiros, plataformas de *e-commerce*, ou qualquer outro meio virtual ou físico, portanto, está isenta de repasses de direitos autorais aos autores; 4. Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições de ensino superior públicas, conforme recomendação da CAPES para obtenção do Qualis livro; 5. Não cede, comercializa ou autoriza a utilização dos nomes e e-mails dos autores, bem como nenhum outro dado dos mesmos, para qualquer finalidade que não o escopo da divulgação desta obra.



## DEDICATÓRIA

Este livro é dedicado aos trabalhadores e às trabalhadoras da Fundação Oswaldo Cruz pelo seu legado, pela partilha de histórias e afetos e pela caminhada ao longo de todos esses anos no *Trilhando Novos Caminhos*.



## EPÍGRAFE

*Eu já estou com o pé nessa estrada  
Qualquer dia a gente se vê  
Sei que nada será como antes amanhã  
Sei que nada será como está, amanhã ou depois de amanhã  
Resistindo na boca da noite um gosto de sol  
(Nada será como antes, Milton Nascimento e Ronaldo Ribeiro)*

Essa canção tem sido ao longo dos anos tocada no encerramento de cada edição do *Trilhando Novos Caminhos*, configurando-se afetivamente como sua canção-tema.

## PREFÁCIO

O Programa de Preparação da Aposentadoria da Fiocruz foi criado em 2010 como uma ação de saúde do trabalhador. Já no seu lançamento, quis marcar um significado pouco comum entre os tipos de programas de empresas: a aposentadoria é um direito e este está no campo da saúde. De que saúde falamos? Daquela que não é apenas individual, mas socialmente determinada.

Desde a década da 90, a aposentadoria vem sofrendo uma série de reformas no seu conjunto de legislações no nosso país, perdendo a sua garantia de dar uma condição digna a quem deixa o trabalho mais perto do final da vida. O próprio sentido do trabalho, que já era central na organização dos sujeitos na sociedade capitalista, vem se modificando na história, invadindo os lares e famílias mais recentemente com as transformações digitais e se impondo como não tendo mais um fim. Seja porque, de fato, a facilidade de hoje se trabalhar de qualquer lugar estimula a criatividade humana, seja também porque há uma dificuldade real de se aposentar pela complexidade de regras e redução dos ganhos ao final.

Aposentadoria já foi o “ócio no final da vida”; “o fazer tudo o que nunca fiz durante a vida”; “o momento de descanso e cuidado da saúde”; elementos tão comuns nos programas para a sua preparação. O PPA-Fiocruz apresenta um conjunto de ferramentas para lidar com os medos, com as dúvidas, com as inseguranças e estimula a construção de uma história singular no entrecruzamento dos contextos das políticas do nosso país, do jurídico, do cuidado da saúde, do financeiro, da família, dos amigos. Ele também incentiva a formação de redes, de encontros e acompanha os trabalhadores.

Esta publicação celebra os dez anos contando suas muitas histórias: já foi apenas para servidores e hoje se volta para os trabalhadores de todos os vínculos. Já foi inteiramente presencial, mas realizou uma edição durante a pandemia da Covid-19 digitalmente. Já foi mais voltado para as unidades do Rio de Janeiro, mas já executou edições regionais e na sua última contou com a participação de trabalhadores de toda a Fiocruz.

Vida longa ao PPA-Fiocruz e ao sentido que permaneceu em todas as suas edições: a aposentadoria é um direito do trabalhador!

Andréa da Luz<sup>1</sup>

---

1 Coordenadora-geral de Gestão de Pessoas (Cogepe/Fiocruz)

## APRESENTAÇÃO

Pensar a aposentadoria na contemporaneidade do século XXI é um grande desafio, que requer coragem e determinação. Ao mesmo tempo em que a expectativa de vida aumenta, as inseguranças e condições de subsistência parecem ir na contramão.

É nesse paradoxo que esse livro se apresenta como uma alternativa potente de pensar o processo de aposentadoria a partir das suas diversas dimensões e perspectivas, reconhecendo e convidando os trabalhadores e trabalhadoras a serem protagonistas das suas histórias, se propondo como diretriz para revisitar trajetórias e avaliar, de forma refletida e planejada, a nova jornada.

Trazar o tema da aposentadoria a partir do campo da saúde do trabalhador, além de necessário, é coerente com seus pressupostos, tendo em vista a perspectiva de cuidado, participação, promoção e vigilância em saúde no seu conceito mais ampliado, em consonância com os princípios do SUS, da dignidade e dos direitos humanos.

É uma celebração mais de 10 anos de história do Programa de Preparação para Aposentadoria, coordenado pela equipe do Núcleo de Atenção Integral à Aposentadoria da Coordenação de Saúde do Trabalhador da Fiocruz e conta com a generosa participação de pesquisadores e referências importantes sobre o tema, nas diversas *práxis*.

Esse livro concentra uma coletânea de saberes, experiências e estudos que tangenciam os vários aspectos que influenciam a tomada de decisão e acolhe as dúvidas, anseios e conflitos que atravessam o dilema da aposentadoria.

Sem desconsiderar o pragmatismo burocrático, os artigos apresentam a aposentadoria como um recomeço, exaltando a singularidade do *eu* e autonomia de *si*, *para si e por si*.; a partir das próprias histórias, anseios e necessidades, convocando a projetar o futuro, a partir do tempo presente.

Marisa Augusta de Oliveira<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Coordenadora de Saúde do Trabalhador (CST/Cogepe/Fiocruz)

## INTRODUÇÃO

Desde sua concepção, o projeto do Programa de Preparação para Aposentadoria -Fiocruz *Trilhando Novos Caminhos* (PPA-Fiocruz) já se mostrava como uma iniciativa inovadora. Era distinto daquilo que se fazia em Saúde do Trabalhador (ST) em relação aos que estavam próximos da aposentadoria e, ao mesmo tempo, distante das políticas de gestão de pessoas. Pautava o trabalhador mais velho e a aposentadoria em ST para além do prisma da invalidez. Embora já houvesse no Brasil um histórico de PPA, abordar o tema em Saúde do Trabalhador numa perspectiva de promoção de saúde e prevenção de agravos em uma organização pública complexa era algo novo.

Ao longo dos anos, uma série de fatores parece ter contribuído para condições de êxito. O programa se fortaleceu em termos teóricos e técnicos, o que lhe conferiu reconhecimento interno e externo aos muros da Fiocruz. O primeiro fator possivelmente se refere à qualidade de seu corpo de profissionais, que, em um ambiente favorável à reflexão e à produção de conhecimento, pôde se debruçar sobre um problema e buscar estratégias para lidar com ele. Do mesmo modo, o apoio institucional em permitir dedicação exclusiva da equipe também contribuiu para que houvesse investimento de tempo, estudos e refinamento de técnicas e abordagens. A capacidade de sinergia da própria organização, que conta com profissionais de diferentes áreas de conhecimento e que contribuem com o programa como *parceiros*, também foi fator de relevância nesse cenário.

O êxito se confirmava internamente à medida que a necessidade de sensibilização para divulgar e esclarecer sobre o programa diminuía e o reconhecimento público dos trabalhadores aumentava. A adesão de todas as unidades da Fiocruz em todos os cargos e perfis profissionais também demonstrava que as ações Núcleo de Atenção Integral à Aposentadoria (Naia) se estabeleciam de modo firme, especialmente em uma organização marcada pelo conhecimento e elevados níveis de escolaridade de seus trabalhadores. Externamente, o Núcleo passou a receber constantemente profissionais de outras organizações que buscavam referências para construir suas próprias ações em preparação para aposentadoria. Além disso, a participação em congressos e eventos da área evidenciavam a singularidade do PPA-Fiocruz numa perspectiva de saúde dentro de uma abordagem complexa.

Consolidado como parte da política institucional de saúde dos trabalhadores da Fiocruz, sua missão é oferecer espaço de reflexão, planejamento e cuidado para com o processo de transição para a aposentadoria e atenção integral ao trabalhador mais velho, dentro da lógica de prevenção de agravos e de promoção da saúde. Por meio de uma abordagem crítico-reflexiva e de autonomia, atua em sinergia com diversos atores institucionais e externos no sentido de promover diversidade etária harmônica e condições de trabalho e aposentadoria saudáveis e dignas aos mais velhos.

O programa e demais ações do Naia foram se tornando cada vez mais substanciais, desde suas temáticas até seus recursos metodológicos. O acolhimento dos trabalhadores, a escuta de suas ricas histórias de vida e de envolvimento com a instituição permitiram o amadurecimento de sua missão, a compreensão de seu público-alvo – o trabalhador mais velho – e de seu lugar estratégico, em que coloca a Saúde do Trabalhador em interface com o envelhecimento, a aposentadoria, a gestão do conhecimento, a organização e centralidade do trabalho. Diante disso, fez-se necessária a dedicação constante em relação a teorias e técnicas, daí o movimento em sistematizar e compartilhar conhecimento alinhado à missão da própria de uma organização de produção de conhecimento.

Apartir disso, a cada ano era mais evidente a necessidade do registro da metodologia e relato das experiências. No bojo da celebração dos 10 anos do PPA-Fiocruz, a equipe desenvolveu o projeto de organizar um livro sobre o histórico e a metodologia do programa e temáticas afins, sob apoio e financiamento do Programa Fiocruz Saudável<sup>1</sup>. Além do marco de celebrações de uma década de programa e de uma perspectiva de gestão do conhecimento, o livro **Programa de Preparação para Aposentadoria Fiocruz: Uma Experiência Inovadora em Saúde do Trabalhador** pretende sistematizar conhecimentos e reflexões acumuladas e ser uma ponte de diálogo com profissionais da área, pesquisadores e estudantes.

O livro, portanto, se propõe a realizar a descrição de um modelo de prática inovadora em Saúde do Trabalhador, a descrição do PPA-Fiocruz em seus aspectos históricos, teóricos e metodológicos. De tal modo, se inicia com o resgate histórico das condições que permitiram a construção do projeto do programa por parte da equipe fundadora, Nadja Moraes e Conceição Robaina. Na sequência, o programa em si é descrito pela psicóloga que atua na equipe em termos teóricos e metodológicos atualizados, haja vista o processo de aprimoramento contínuo e alinhamento à escuta do trabalhador e do contexto. Na sequência, um artigo é dedicado ao acompanhamento pós-PPA, remodelado recentemente e descrito pela equipe.

Nesse ponto vale destacar que, ao longo dos anos, a prática do Núcleo se estabelece na lógica do aprimoramento contínuo, no refinamento de técnicas e em abordagens que se alinham de forma mais adequada às condições dos trabalhadores e ao contexto em que se inserem. Seguindo a base da ST, que é a escuta do próprio trabalhador, o programa permanece se desenvolvendo, apresentando-se distinto em muitos aspectos da concepção original. Contudo, guarda em sua essência os valores norteadores da ST e da abordagem crítico-reflexiva e de autonomia. No ano de 2022, por exemplo, se consolida mais uma etapa do método, uma vez que a pandemia de Covid-19 conduziu à adaptação das práticas para um modelo *on-line*. No bojo da adversidade e da trágica crise sanitária, o Núcleo agregou à metodologia novas abordagens de atenção integral aos trabalhadores participantes do

---

<sup>1</sup> Programa com ações integradas de saúde do trabalhador, biossegurança e gestão ambiental com o objetivo de produzir saúde e sustentabilidade ambiental na Fiocruz.

PPA-Fiocruz, que serão devidamente descritas em momento oportuno.

É relevante para o leitor compreender que se procurou trazer artigos em uma linguagem acadêmica sobre as temáticas trabalhadas no programa e que são objeto de atenção do corpo técnico. Ao longo do PPA, embora tratados por pesquisadores e especialistas, os temas são trabalhados em uma linguagem mais acessível a um público que não necessariamente domina determinada área de conhecimento, embora tenha altos níveis de escolaridade formal. No programa, por exemplo, são abordados de forma dinâmica, dialógica e crítica, de modo que o grupo tenha informação de qualidade com especialistas ao mesmo tempo que seja capaz de compreender suas condições de vida e recursos, assim como estabelecer planos e projeção de futuro.

A troca de experiências é constante, o que amplia possibilidades de aprendizagem, reflexão, planejamento e apoio social e emocional. Entendemos que a vivência dos ciclos finais de trabalho e a preparação para aposentadoria envolvem diversas dimensões de saúde que não se limitam às biológicas, mas também se referem à qualidade das relações interpessoais, rede de apoio e cuidado, e inúmeros recursos capazes de produzir saúde e bem-estar. Procurou-se traduzir em uma linguagem mais técnica e acadêmica aquilo que fundamenta e compõe o fazer do PPA-Fiocruz.

Cabe destacar o papel da equipe no desenvolvimento do programa e também no livro. Além de conhecer profundamente o grupo de trabalhadores de cada edição do programa, planejar as ações e liderar as atividades com convidados externos, a equipe conduz atividades de sua *expertise* e dinâmicas, participa ativamente das discussões e do manejo do próprio grupo e oferece suporte individual aos trabalhadores. Assim, além da concepção do livro, os integrantes da equipe assinam alguns dos artigos nas respectivas áreas de atuação.

Aos artigos concebidos pelo corpo técnico, que versam diretamente sobre o programa, foram agregados os de outros especialistas e pesquisadores das diversas áreas sobre temáticas afins, que têm interface com Saúde do Trabalhador, aposentadoria e envelhecimento. A publicação traz artigos produzidos por convidados e parceiros históricos do PPA-Fiocruz, que ao longo dos anos vêm contribuindo de forma consistente, por meio de atividades as mais diversas, com informação, estímulo à reflexão, à crítica e à autonomia dos participantes, bem como para um ambiente de conhecimento, partilha e afeto, tão característico do programa.

O fortalecimento de uma equipe de Saúde do Trabalhador que desenvolve ações de promoção de saúde, cujos integrantes são da mesma organização e estão sujeitos à mesma cultura e atravessamentos que seu público-alvo, agrega à experiência do PPA uma abordagem mais próxima, que facilita a participação do trabalhador. Deste modo, na sequência, ainda no Eixo 1 do livro, trata-se do tema interdisciplinaridade, característica do Núcleo e um dos fatores de êxito no desenvolvimento de suas ações, uma vez que sua equipe é composta de forma diversa com relações horizontais de partilha e contribuição.

O artigo é assinado por Nelson Neto, assistente social que já fez parte da equipe, e por Jefferson Lee.

Finalizando o primeiro eixo, é descrita a experiência do *Diário de Trajetória*, um projeto de destaque no programa desenvolvido por profissionais da Assessoria de Comunicação da Coordenação de Gestão de Pessoas da Fiocruz, Eduardo Muller e Glauber Tiburtino. O *Diário* é construído pelos trabalhadores e pela equipe de Comunicação e compõe um dos momentos mais afetivos do programa na etapa de encerramento. Agrega em si a memória dos trabalhadores, ao passo que remonta à história institucional e serve como uma homenagem aos que dedicaram parte de suas vidas ao trabalho.

O livro segue com o segundo eixo temático *Aspectos pragmáticos da aposentadoria*, com artigos que discorrem sobre a aposentadoria, PPA e educação financeira, assinados pelas pesquisadoras de Psicologia Social e do Trabalho, Sílvia Amorim e Fabrícia Prado. Cabe destacar que, embora o programa se fundamente em referenciais de Saúde do Trabalhador, achamos relevante compreender como esse tipo de ação foi inicialmente concebida e registrada na literatura sobre preparação para aposentadoria, especialmente para nos situarmos teórica e tecnicamente e estabelecer diálogo com profissionais e pesquisadores tanto da ST quanto das demais áreas.

No terceiro eixo são discutidos temas que envolvem envelhecimento e promoção da saúde em seu sentido amplo e complexo, tal qual propõe a Organização Mundial da Saúde (OMS). Assim, o envelhecimento é tratado em seus diversos aspectos: biológico, subjetivo, social etc. O eixo se inicia com o artigo *Envelhecer nos tempos de hoje* do parceiro de longa data do PPA-Fiocruz, o psicólogo pesquisador Carlos Bizarro da Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca (ENSP-Fiocruz). O assunto é abordado em palestras e rodas de conversa com filmes e partilhas e tem sido ao longo dos anos momento de reflexão profunda.

O tema do segundo artigo do eixo, *Relacionamentos afetivos e sexualidade* era constantemente abordado pelos participantes em discussões sobre família, planos de vida, saúde etc. Compreendemos que as relações afetivas e sexuais compõem as condições de saúde e bem-estar e que, apesar de estamos em um movimento de ressignificar a velhice no imaginário social, o tema ainda é negligenciado e visto como tabu nos espaços de saúde desse público. O que inicialmente era tratado de forma indireta ao abordar envelhecimento e família, por exemplo, passou a compor os módulos educativos do programa. A partir desse entendimento, convidamos o pesquisador Thiago Almeida, para assinar o artigo *Idadismo Afetivo-Sexual* e para conduzir discussão junto ao grupo de trabalhadores, tema que deve estar no programa de forma contínua.

Em seu aspecto biológico e de recursos físicos, o PPA-Fiocruz traz o saber médico ao acesso de seus participantes em palestras e diálogo, tanto na perspectiva da prevenção do adoecimento e da deterioração das condições de saúde física quanto da perspectiva do cuidado daqueles que envelhecem à nossa volta, como pais e sogros. A médica geriatra e

pesquisadora da Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca (ENSP-Fiocruz), Valéria Lino, assina o artigo que versa sobre o envelhecimento do corpo. Como desdobramento da dimensão física do envelhecer, seguem ações sobre nutrição e atividade física como formas de promover saúde e prevenir agravos com especialistas que atuam em ST na própria Fiocruz. Assim, seguindo o objetivo do livro, convidamos o educador físico Bruno Macedo e as nutricionistas Débora Oliveira e Wanessa Natividade para assinar o artigo sobre o tema.

Entende-se que também fazem parte das acepções de saúde do indivíduo suas redes de relações, sejam elas de família, trabalho, amizades etc. Nesse sentido, trazer discussões e dinâmicas sobre o assunto, que tem impacto significativo no envelhecer e na aposentadoria, se mostra como recurso valioso para a construção de planos saudáveis e harmônicos que envolvam autonomia sem desconsiderar a rede de apoio. Ainda dentro do eixo promoção da saúde e envelhecimento, a assistente social cofundadora do programa e parceira Conceição Robaina trata dos temas família e rede social no artigo *De volta ao começo: preparação para aposentadoria e família*.

No quarto eixo, são abordados temas caros ao PPA-Fiocruz, os que envolvem Saúde do Trabalhador e o envelhecer no trabalho. Afinal, por que abordar ST quando o trabalho parece não ser um elemento tão central na vida dos sujeitos? O tema Saúde do Trabalhador no PPA-Fiocruz é conduzido pela autora do artigo, Carla Pepe, sendo parte da expertise da equipe. Cabe ressaltar que, embora o tema seja tratado no grupo do PPA-Fiocruz com dinâmicas, palestras e discussões e esteja presente na concepção do próprio programa, o trabalhador mais velho e a aposentadoria ainda não se configuram plenamente como objetos da ST. Isso faz com que esse artigo em específico ocupe lugar de destaque numa discussão relevante e necessária ao campo.

Os temas *sentidos do trabalho* e *saúde mental* são conduzidos por Renata Mendes, psicóloga ergonomista da Coordenação de Saúde do Trabalhador da Fiocruz que já fez parte da equipe no Naia e que historicamente desenvolve atividades sobre os temas com os grupos de participantes. Ao longo dos anos, temas específicos que envolvem sofrimento no trabalho constantemente apareciam nas falas dos trabalhadores, nas entrevistas e nos módulos educativos. Diante da experiência com esses grupos, compreendeu-se que situações de sofrimento pareciam favorecer aposentadorias sem desejo e, conseqüentemente, com mais chances de adoecimento e insatisfação. Nos últimos anos, a pesquisadora Terezinha Martins da Unirio tem sido convidada para conduzir palestras e rodas de conversa que permitam nomear situações de sofrimento, compartilhar experiências, construir estratégias de enfrentamento coletivas e individuais e apoiar o entendimento de que aposentar como fuga do sofrimento que porventura assole o trabalhador pode colocá-lo em situação de ainda mais sofrimento. Assim, a partir da escuta dos trabalhadores, entendemos que essa é uma questão fundamental a ser tratada no programa e que também contribuimos para a construção de ambientes de trabalho mais saudáveis, especialmente quando a equipe se



coloca à disposição para pensar alternativas de mitigação do sofrimento com o trabalhador.

Ainda no eixo 4, há um artigo produzido por uma das profissionais da equipe, a psicóloga Thaysa Maria Garcia. No PPA-Fiocruz, no último módulo educativo, realiza-se uma “costura” dos temas trabalhados por meio de reflexões sobre a história de vida de cada um. Trata-se de um momento de fechamento dos conteúdos e preparação para os dias de encerramento da edição, configurando-se em uma imensa colcha tecida ao longo de toda edição e dos espaços de reflexão. A partir disso, procurou-se conceber um relato de experiência em função da particular atuação dessa profissional no PPA-Fiocruz ao longo dos anos e do acúmulo de vivências em sua prática profissional com trabalhadores mais velhos e em transição para aposentadoria. Assim, os temas que permeiam o programa são nessa ação específica alinhados numa perspectiva psicológica, que envolve as questões próprias da maturidade, sendo o artigo esse relato.

Entendendo que estabelecer estratégias de planejamento de vida e prospecção de futuro são de suma importância para a preparação para aposentadoria, aqui entendida como processo que vai desde os anos finais trabalho até sua plenitude, concebeu-se para o PPA-Fiocruz uma forma de lidar com o planejamento de modo transversal e abrangente, em que se pudesse utilizar as ferramentas de planejamento para qualquer área da vida. No programa, cada tema envolve o planejamento em alguma medida e há exercícios e atividades com especialista de uma a três vezes ao longo dos meses. O último artigo do eixo, *Projetos de vida, planejamento e aposentadoria*, concebido pela psicóloga Valéria Silva, uma parceira do PPA-Fiocruz desde sua fundação, discute o planejar e replanejar a vida.

Por fim, no eixo *política pública, trabalho e envelhecimento*, abordam-se temas que vem sendo objeto de atenção da equipe na construção de ações no programa e para além dele. Ao produzir o PPA-Fiocruz, seu corpo técnico, por princípios fundamentais, privilegia a escuta do trabalhador para desenvolver suas ações. Porém, não desconsidera o olhar atento ao contexto socioeconômico e político que permeia a vida desses trabalhadores e da própria organização. Do mesmo modo, como ideal, busca transformar suas ações em conhecimento individual e institucional relevante aos trabalhadores. Assim, temas como as novas formas de trabalho permeadas pela tecnologia e precarização, tanto do serviço público quanto do privado, reformas previdenciárias e reconfiguração do papel dos mais velhos no universo do trabalho e sua consequente ressignificação no imaginário social são alvo de reflexões, discussões e proposições.

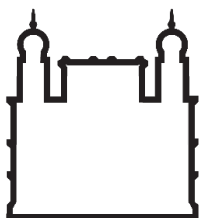
O primeiro artigo desse eixo versa sobre um tema que tem sido pautado na organização também em função do PPA-Fiocruz, o ageísmo ou etarismo. Historicamente estudado pela pesquisadora Lucia França no Brasil, o ageísmo tem sido discutido entre os trabalhadores e institucionalmente, para que sejam construídas políticas que o mitiguem e favoreçam a diversidade etária saudável. Do mesmo modo, diante da experiência da equipe, entende-se como relevante pautar de forma crítica e consistente o debate sobre

o envelhecimento e a seguridade social – tema tratado por meio do artigo concebido pela pesquisadora do Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão, Maria Tereza Pasinato.

Com uma cultura institucional forte e arraigada no ideal de saúde pública na figura majestosa de um castelo e de seu patrono Oswaldo Cruz, a Fiocruz se torna ambiente fecundo para tratar do tema, tanto na perspectiva do trabalhador quanto da organização, e de suas políticas de continuidade do seu legado. Durante o PPA-Fiocruz, percebemos como a relação profunda com a organização, tão peculiar e culturalmente rica, podia se tornar um problema na transição para a aposentadoria devido ao envolvimento e identificação com o trabalho e organização. Percebeu-se a relevância de se debruçar sobre a identidade relacionada ao trabalho e sobre se perceber como parte do legado da Fiocruz. No programa, o tema memória institucional e a retenção do conhecimento são tratados por uma das parceiras do PPA-Fiocruz, a jornalista Érica Loureiro, da Casa de Oswaldo Cruz - Fiocruz, que assina o último artigo do livro em que versa sobre os temas.

Diante do resgate e sistematização de conhecimento relativo ao programa, bem como da contribuição de profissionais parceiros que atuam em sinergia com o Núcleo, esperamos poder partilhar nossa experiência, produzir e registrar conhecimento relevante para a Fiocruz e para além dela, contribuindo com as diversas áreas que lidam com saúde, trabalho e aposentadoria, especialmente a Saúde do Trabalhador.

Thaysa Maria Garcia  
Carla Cristina Coelho Augusto Pepe  
(Organizadoras)



Ministério da Saúde

**FIOCRUZ**

**Fundação Oswaldo Cruz**



**cogepe**

gestão de pessoas



**FIOCRUZ SAUDAVEL**

## SUMÁRIO

### PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA FIOCRUZ:

### UMA EXPERIÊNCIA INOVADORA EM SAÚDE DO TRABALHADOR


### EIXO 1: PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA DA FIOCRUZ: TRILHANDO NOVOS CAMINHOS

#### **CAPÍTULO 1..... 2**

##### TRILHANDO NOVOS CAMINHOS – AS QUESTÕES EMBRIONÁRIAS

Conceição Maria Vaz Robaina


Nadja Maria Lacerda de Moraes Freire

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.3262227061>

#### **CAPÍTULO 2..... 8**

##### TRILHANDO NOVOS CAMINHOS: UMA EXPERIÊNCIA DE PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA INVADORA EM SAÚDE DO TRABALHADOR

Thaysa Maria Garcia

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.3262227062>


#### **CAPÍTULO 3..... 30**

##### E DEPOIS DO PPA?

Thaysa Maria Garcia

Carla Cristina Coelho Augusto Pepe

Joyce Domingues da Silva Oliveira


 <https://doi.org/10.22533/at.ed.3262227063>

#### **CAPÍTULO 4..... 37**

##### AÇÕES INTERPROFISSIONAIS E A PREPARAÇÃO PARA A APOSENTADORIA

Nelson Felix Lima Neto

Jefferson Lee de Souza Ruiz


 <https://doi.org/10.22533/at.ed.3262227064>

#### **CAPÍTULO 5..... 45**

##### AS HISTÓRIAS E MEMÓRIAS DOS TRABALHADORES EM TRANSIÇÃO PARA APOSENTADORIA DA FIOCRUZ: UMA DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA DIÁRIO DE TRAJETÓRIA

Eduardo Emílio Maurell Müller Neto

Glauber Queiroz Tabosa Tiburtino

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.3262227065>


### EIXO 2: ASPECTOS PRAGMÁTICOS DA APOSENTADORIA

#### **CAPÍTULO 6..... 55**

##### APOSENTADORIA E PROGRAMAS DE PREPARAÇÃO PARA A APOSENTADORIA:

## CONCEITUAÇÕES, HISTÓRICO E DESENVOLVIMENTO


Silvia Miranda Amorim

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.3262227066>

### **CAPÍTULO 7..... 63**

#### EDUCAÇÃO FINANCEIRA, PLANEJAMENTO E APOSENTADORIA

Fabrcia Prado Simões


 <https://doi.org/10.22533/at.ed.3262227067>

## **EIXO 3: PROMOÇÃO DA SAÚDE E ENVELHECIMENTO**

### **CAPÍTULO 8..... 72**

#### ENVELHECER NOS TEMPOS DE HOJE: UMA REFLEXÃO NECESSÁRIA

Carlos Alberto Bizarro Rodrigues


 <https://doi.org/10.22533/at.ed.3262227068>

### **CAPÍTULO 9..... 85**

#### IDADISMO AFETIVOSSEXUAL NA VELHICE

Thiago de Almeida


Deusivania Vieira da Silva Falcão

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.3262227069>

### **CAPÍTULO 10..... 96**

#### DE VOLTA AO COMEÇO? PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA E FAMÍLIA

Conceição Maria Vaz Robaina

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270610>

### **CAPÍTULO 11 ..... 108**

#### O ENVELHECIMENTO E O CORPO

Valéria T. S. Lino

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270611>


### **CAPÍTULO 12..... 118**

#### NUTRIÇÃO E ATIVIDADE FÍSICA NO ENVELHECIMENTO

Bruno Macedo da Costa

Débora Kelly Oliveira das Neves

Wanessa Natividade Marinho

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270612>








## **EIXO 4: SAÚDE DO TRABALHADOR E OS CICLOS FINAIS DE TRABALHO**

### **CAPÍTULO 13..... 132**

#### SENTIDO DO TRABALHO: MATIZES DO PROCESSO DE APOSENTADORIA

Renata Mendes da Silva Pinheiro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270613>

|   |            |
|---|------------|
| <b>CAPÍTULO 14</b> .....  | <b>141</b> |
| SAÚDE DO TRABALHADOR E ENVELHECIMENTO   |            |
| Carla Cristina Coelho Augusto Pepe  |            |
|  <a href="https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270614">https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270614</a>   |            |
| <b>CAPÍTULO 15</b> .....  | <b>151</b> |
| CONSIDERAÇÕES SOBRE SAÚDE MENTAL E APOSENTADORIA  |            |
| Renata Mendes da Silva Pinheiro   |            |
|  <a href="https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270615">https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270615</a>   |            |
| <b>CAPÍTULO 16</b> .....  | <b>159</b> |
| EQUANDO HÁ ALGO ERRADO NO TRABALHO? ASSÉDIO LABORAL E APOSENTADORIA   |            |
| Terezinha Martins dos Santos Souza  |            |
|  <a href="https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270616">https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270616</a>   |            |
| <b>CAPÍTULO 17</b> .....  | <b>168</b> |
| O TRABALHADOR MAIS VELHO E AS NUANCES DA MATURIDADE   |            |
| Thaysa Maria Garcia   |            |
|  <a href="https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270617">https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270617</a>   |            |
| <b>CAPÍTULO 18</b> .....  | <b>178</b> |
| PROJETOS DE VIDA, PLANEJAMENTO E APOSENTADORIA  |            |
| Valeria Dos Santos Pinto da Silva   |            |
|  <a href="https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270618">https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270618</a>   |            |
| <b>EIXO 5: POLÍTICAS INSTITUCIONAIS E PÚBLICAS E O TRABALHADOR MAIS VELHO</b>   |            |
| <b>CAPÍTULO 19</b> .....  | <b>184</b> |
| O AGEÍSMO NAS ORGANIZAÇÕES: A REPRESENTAÇÃO NEGATIVA DO TRABALHADOR MAIS VELHO  |            |
| Lucia Helena de Freitas Pinho França  |            |
| Thaysa Maria Garcia   |            |
|  <a href="https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270619">https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270619</a> |            |
| <b>CAPÍTULO 20</b> .....  | <b>203</b> |
| ENVELHECIMENTO E SISTEMAS DE SEGURIDADE SOCIAL  |            |
| Maria Tereza de M. Pasinato   |            |
|  <a href="https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270620">https://doi.org/10.22533/at.ed.32622270620</a> |            |
| <b>CAPÍTULO 21</b> .....  | <b>208</b> |
| MEMÓRIA INSTITUCIONAL E RETENÇÃO DO CONHECIMENTO: REFLEXÕES SOBRE PERMANÊNCIA E TRANSFORMAÇÃO COM TRABALHADORES EM TRANSIÇÃO PARA A APOSENTADORIA DA FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ              |            |
| Érica de Castro Loureiro  |            |

|                                    |            |
|------------------------------------|------------|
| <b>AGRADECIMENTOS .....</b>        | <b>215</b> |
| <b>SOBRE AS ORGANIZADORAS.....</b> | <b>217</b> |

## Eixo 2: Aspectos Pragmáticos da Aposentadoria



# CAPÍTULO 6

## APOSENTADORIA E PROGRAMAS DE PREPARAÇÃO PARA A APOSENTADORIA: CONCEITUAÇÕES, HISTÓRICO E DESENVOLVIMENTO

Silvia Miranda Amorim<sup>1</sup>

Nos últimos anos, as discussões em torno da reforma da previdência, aprovada recentemente, têm gerado reflexões acerca da aposentadoria no Brasil, fortalecendo seu reconhecimento enquanto um grande momento da vida adulta e um dos principais direitos do trabalhador. Esse é um debate que, há algum tempo, tem espaço internacional, considerando o crescimento contínuo da longevidade, que faz com que as pessoas vivam muito tempo na situação de aposentadas e gera diversos desafios sociais. Trata-se de um assunto cada vez mais relevante sobre o qual a psicologia tem contribuído com a construção de teorias, pesquisas e propostas de atuação.

Este capítulo tem como objetivo discorrer sobre a aposentadoria e os programas de preparação para a aposentadoria, com foco na perspectiva nacional. Para tanto, é apresentado um breve histórico da aposentadoria no Brasil e seu conceito enquanto fenômeno social e psicológico. Em seguida serão apresentadas as possibilidades metodológicas e a relevância do planejamento para a aposentadoria e dos

programas desenvolvidos especificamente com essa função, com referência às publicações e resultados de pesquisas dos principais autores da área. Finalmente, algumas limitações e lacunas existentes na área são pontuadas, referindo-se às necessidades e caminhos para o campo teórico e prático da aposentadoria e do envelhecimento no contexto organizacional brasileiro.

### O CONCEITO DE APOSENTADORIA NA HISTÓRIA DO BRASIL

A aposentadoria no Brasil, assim como em outros países, surge como um dos direitos fornecidos aos trabalhadores em resposta às grandes greves e reivindicações trabalhistas. A primeira lei que garantiu à aposentadoria no país data da década de 1920, inicialmente contemplando somente os ferroviários e alguns órgãos públicos, e aos poucos se estendendo para outros grupos de trabalhadores. Na década de 1930, foram criados os Institutos de Aposentadoria e Pensões (IAPs),

<sup>1</sup> Psicóloga, mestre e doutora em Psicologia. Professora do Departamento de Psicologia da Universidade Federal de Minas Gerais, e do Programa de Pós-Graduação Psicologia: Cognição e Comportamento

que regiam as aposentadorias por categorias profissionais, que em 1966 são unificados e dão origem ao Instituto Nacional de Previdência Social (INSP), substituído pelo Instituto Nacional de Seguro Social (INSS) em 1990 (WESTIN, 2019).

A aposentadoria é, portanto, um fato novo no Brasil, fruto da luta da classe operária pela proteção dos trabalhadores mais velhos (FRANÇA, 2016). Mesmo após o surgimento da aposentadoria, por muitos anos, as pessoas trabalhavam até não ter mais condições, vivendo pouco tempo com a ajuda do Estado, considerando que a expectativa de vida do brasileiro estava próxima aos 50 anos na década de 1960 (IBGE, 2016). O avanço da medicina e a adoção de estilos de vida mais saudáveis, entretanto, fizeram com que a longevidade aumentasse muito, de maneira que as pessoas passaram a viver um grande período de tempo após sua carreira principal e a vislumbrar possibilidades para o momento da aposentadoria (ZANELLI; SILVA; SOARES, 2010).

O fenômeno da longevidade gera interesse em diversas áreas de concentração, entre elas a psicologia. A aposentadoria, antes observada somente enquanto um benefício econômico, passa a ser analisada também como um fenômeno psicológico e social. Enquanto tal, tem havido um consenso entre pesquisadores nacionais e internacionais de perceber a aposentadoria enquanto um processo, não um evento único e isolado (BEER; BOWLING, 2012; ZANELLI; SILVA; SOARES, 2010). Assim como outras grandes mudanças da vida adulta, trata-se de um momento que pode ser vivenciado de maneira positiva ou negativa, percebendo ganhos como maior tempo para o lazer, os amigos e a família, além de menos responsabilidades, ou perdas como os benefícios financeiros e sociais relacionados ao trabalho (FRANÇA; VAUGHAN, 2008).

Enquanto uma sequência continuada, diversas variáveis estão envolvidas no processo da aposentadoria. Assim, os pesquisadores se interessam pelas variáveis anteriores ao momento (ex.: a idade, o gênero, as condições socioeconômicas, as questões familiares, sociais, da organização e do trabalho, além do planejamento), pelas variáveis concomitantes à aposentadoria (como o desejo ou a necessidade de se aposentar, a tomada de decisão, as possibilidades de lazer ou de trabalho) e pelas variáveis posteriores ou consequentes a ela (como o bem-estar, a satisfação e o ajuste à aposentadoria) (BOEHS *et al.*, 2017; AMORIM, FRANÇA, 2020; BEER; BOWLING, 2012).

A complexidade do processo, representada pelos inúmeros fatores associados, pode também ser percebida em nossa sociedade. Atualmente, é comum considerarmos a aposentadoria não somente enquanto o recebimento de um salário ou de um benefício governamental ou privado, mas também como a não participação na força de trabalho, a redução de horas trabalhadas ou de ganhos, a saída do emprego principal e a mudança de carreira ou de emprego em idade mais avançada (BEER; BOWLING, 2012).

As questões culturais unem-se à heterogeneidade das definições de aposentadoria e agregam maior complexidade ao fenômeno. No Brasil, diversas características trazem a aposentadoria sentidos e significados únicos. Nos estudos realizados até então, foram

encontradas representações tanto positivas, por se tratar de uma nova fase da vida repleta de oportunidades, quanto negativas, com a desvalorização social e a ociosidade (MACEDO; BENDASSOLLI; TORRES, 2017). No contexto brasileiro, a aposentadoria tem sido reconhecida enquanto um direito do trabalhador e um descanso merecido, um momento voltado para cuidados relacionados à saúde mental, ao bem-estar, à organização do tempo, às finanças e projetos, além de mudanças nos relacionamentos sociais (ANDRADE; TORRES, 2019). Ademais, os resultados ressaltam a relação de continuidade entre a aposentadoria e a inserção no mercado de trabalho no país, marcada pela preocupação com as condições econômicas futuras (SELIG; VALORE, 2010).

## PROGRAMAS DE PREPARAÇÃO PARA A APOSENTADORIA

Considerando as questões conceituais da aposentadoria e sua relevância enquanto processo da vida adulta, o planejamento para este momento tem se mostrado essencial. Trata-se de uma das primeiras etapas a serem realizadas, cuja realização tem sido significativa para a tomada de decisão assertiva, para a aquisição de recursos e, finalmente, para o alcance de bem-estar nas fases mais avançadas da vida (AMORIM; FRANÇA, 2020; YEUNG; ZHOU, 2017).

Como uma responsabilidade individual, social e organizacional (FRANÇA, *et al.*, 2017), o planejamento para a aposentadoria pode e deve ser realizado de diferentes formas e ao longo de toda a vida laboral (AMORIM; FRANÇA, 2020). No âmbito organizacional, os Programas de Preparação para a Aposentadoria (PPA) têm se destacado enquanto estratégia de apoio aos trabalhadores em fase de pré-aposentadoria (FRANÇA, 2016).

Os primeiros PPA surgiram nos EUA na década de 1950, sendo inicialmente limitados a prestar informações sobre os sistemas de aposentadoria e pensões (ZANELLI; SILVA; SOARES, 2010). No Brasil, eles tiveram início na década de 1980, em um momento de globalização e fusão em que as grandes organizações precisavam reduzir o número de trabalhadores. Consistiam basicamente em momentos de encontro curtos, pensados para transmitir informações sobre saúde, finanças, lazer e empreendedorismo aos trabalhadores, além de fornecer indenizações aos trabalhadores por parte da organização (FRANÇA, 2016). A principal crítica aos programas realizados dessa maneira, que ainda hoje são implementados, é a carência de uma reflexão mais profunda ou um acompanhamento da aposentadoria enquanto processo, que pode estimular uma decisão precipitada ou involuntária extremamente prejudicial a longo prazo.

Com o passar do tempo, a compreensão que se consolidou foi dos PPA enquanto um momento de tomada consciência e de reflexão sobre os conflitos, desafios e oportunidades da aposentadoria, além do incentivo a novas áreas de interesses e projetos que estavam congelados (ZANELLI; SILVA; SOARES, 2010). A importância dos programas, enquanto planejamento de médio e longo prazo, foi ressaltada, inclusive, na Política Nacional do

Idoso, ao postular que “são competências dos órgãos e entidades públicos, na área de trabalho e previdência social, criar e estimular a manutenção de programas de preparação para aposentadoria nos setores público e privado com antecedência mínima de dois anos antes do afastamento” (BRASIL, 1994, n.p.).

Para contemplar todas as questões relacionadas ao momento, é importante que o PPA compreenda o planejamento de maneira ampla. Entre os domínios a serem abordados, destacam-se o planejamento financeiro, que é um dos mais conhecidos e realizados, mas também o planejamento da saúde, para manter e promover a saúde física e mental, o planejamento social, voltado à rede de suporte e de interesses, e o planejamento psicológico, relacionado a questões como a identidade, a adaptação a mudanças e o significado do trabalho (YEUNG; ZHOU, 2017). Dessa forma, os PPA mais efetivos têm sido aqueles que promovem atividades práticas e reflexivas contemplando um número maior de domínios (LEANDRO-FRANÇA *et al.*, 2016; YEUNG; ZHOU, 2017).

As possibilidades de métodos utilizados para desenvolver os PPA são diversas. Mais do que seguir um método, é importante que o programa seja adequado às necessidades e características dos participantes, da organização em que estão inseridos e da situação que estão vivenciando (FRANÇA, 2016; ZANELLI; SILVA; SOARES, 2010). Semelhante a outras ações de desenvolvimento nas organizações, a implementação de algo que faça sentido para todos, baseada em constantes avaliações, é essencial.

Sendo assim, os objetivos da intervenção, o número de encontros, os temas abordados e outras características podem ser variáveis. Para citar algumas possibilidades, Seidl, Leandro-França e Murta (2014) destacam alguns formatos de programas, tais como: i) a intervenção continuada, que se refere aos PPA que possuem um período maior de tempo, usualmente de oito a 20 encontros, com periodicidade semanal, quinzenal ou mensal; ii) a intervenção breve, que trata-se de uma ação terapêutica preventiva de curta duração, aplicada ao formato individual ou grupal com duração de aproximadamente três encontros; e iii) a ação intensiva que tem como característica a imersão em atividades de modo concentrado em alguns poucos dias. As autoras acreditam que as intervenções continuadas sejam mais frequentes no Brasil por facilitarem a ocorrência de discussões e vivências mais aprofundadas, o que também é pontuado por outros autores, que acreditam condução em grupos contínuos favoreça a aprendizagem entre os participantes (HERDY; LEIDER, ARAGÃO, 2011; ZANELLI; SILVA; SOARES, 2010).

São vários os programas brasileiros conhecidos pela obtenção de resultados positivos e consolidados, em especial os desenvolvidos pelas universidades públicas. Entre alguns exemplos, é possível citar programas como o “Aposent-Ação”, desenvolvido na Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), realizado em grupos abertos a comunidade, que se encontram para discutir temas como mudanças na vida e escolhas, trajetória profissional, relacionamentos, finanças, o ócio, projetos futuros, entre outros

(SOARES *et al.*, 2007), o “Um novo olhar sobre a aposentadoria”, supervisionado pela área de psicologia do trabalho da Universidade Federal Fluminense (UFF), que oferece programas tanto para a comunidade quanto para organizações parceiras, com base nas teorias dos grupos (HERDY; LEIDER, ARAGÃO, 2011), e o “Viva Mais!”, iniciativa da Universidade de Brasília, como uma intervenção de oito módulos informativos e vivenciais oferecidos para os servidores da universidade (MURTA *et al.*, 2014).

Realizados de maneira planejada e por meio de métodos sistematizados, os PPA já possuem eficácia comprovada. Estudos como o de Murta *et al.* (2014) e de Leandro-França *et al.* (2016) demonstram que os participantes de PPA, especialmente os de longa duração, consideram de grande valia a participação e apresentam sinais consolidados de planejamento que levam a um direcionamento mais bem definido da aposentadoria. Esses resultados corroboram com estudos nacionais, como o de Amorim e França (2020) que encontraram que o planejamento representou uma influência direta a satisfação na aposentadoria, além de ser um importante instrumento para a obtenção de recursos de saúde e financeiros necessários ao bem-estar nesta fase. Internacionalmente, Yeung, Zhou (2017) demonstraram que o planejamento se mostrou eficaz, no sentido de facilitar o processo da aposentadoria como um todo e proporcionar bem-estar a longo do tempo.

Apesar dos exemplos positivos, as investigações realizadas sobre a realidade brasileira têm demonstrado que ainda são muitas as limitações do PPA e os avanços necessários. Em um estudo com 207 gestores de organizações de todo o país, França *et al.* (2014) encontraram que apenas um quarto das organizações adotava o PPA, embora a grande maioria reconhecesse sua importância. Posteriormente, com o intuito de analisar os PPA de 35 organizações públicas brasileiras, França *et al.* (2019) concluíram que, apesar da tendência ao crescimento dos programas nos últimos anos, há falta de continuidade dos PPA, por motivos como falta de recursos, ingerência política, ou desinteresse pela temática, e que são poucos os programas que realizam uma avaliação por parte dos participantes e o acompanhamento dos mesmos após a aposentadoria.

Esses dados demonstram que entre as organizações parece haver uma falta de visão da aposentadoria, como um processo amplo composto por tomada de decisão, planejamento e ajuste literaturo (BOEHS *et al.*, 2017). Apesar de importante, o PPA deve ser compreendido com uma intervenção de caráter emergencial, já que as atividades de planejamento devem ser realizadas ao longo de toda a vida laboral. Apesar disso, são raros os profissionais de orientação ou gestores que possuem esse entendimento, sendo que em geral as empresas implementam o PPA geralmente pela obrigatoriedade imposta pela legislação, como uma atividade isolada das outras políticas organizacionais e pouco antecipada ao momento da decisão do trabalhador (ZANELLI; SILVA; SOARES, 2010).

Ao planejar e implementar o PPA, portanto, é importante que os gestores estejam sensibilizados que ele deve estar inserido em um contexto de políticas de Recursos Humanos voltadas para o envelhecimento no contexto organizacional (FRANÇA *et al.*, 2014). Entre

outras medidas importantes relacionadas ao envelhecimento nas organizações estão o combate ao preconceito relacionado à idade (ageísmo), à flexibilidade de horários e os regimes de trabalho para pré-aposentados, os treinamentos específicos às necessidades dos trabalhadores mais velhos e as adaptações ergonômicas (FRANÇA *et al.*, 2017). Assim como outras ações de diversidade organizacional, as políticas voltadas para a gestão da longevidade geram benefícios aos trabalhadores e a organização, e legitimam o compromisso da organização na composição de uma sociedade mais justa e engajada a saúde e ao desenvolvimento dos trabalhadores.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Discorrendo sobre o conceito de aposentadoria e dos programas de preparação, espera-se que este capítulo tenha demonstrado, ainda que brevemente, a relevância do investimento pessoal, gerencial, organizacional e social em ações de planejamento. Tratam-se de ações em diversos âmbitos que, quando realizadas de maneira prolongada e integrada, geram impactos relevantes à qualidade de vida e ao bem-estar dos trabalhadores mais velhos e dos aposentados.

Nosso país possui suas especificidades e muitos desafios para o cumprimento dessas ações. Os brasileiros possuem elevada propensão à sentimentos de esperança, alegria e felicidade, além de apresentar fortes vínculos familiares e sociais, que influenciam fenômenos relacionados ao planejamento e aos resultados da aposentadoria. Por outro lado, é preciso estimular a preparação financeira desde os primeiros anos de vida, em um contexto de planejamento de vida, o que é muito pouco frequente no país.

Assim, ações organizacionais são essenciais. Estas devem possibilitar não apenas uma saída consciente do mercado de trabalho, como também o acompanhamento e a possibilidade da continuidade no trabalho em um ambiente de trabalho justo, diverso e adequado aos trabalhadores mais velhos. Para tanto, os gestores em todos os níveis organizacionais devem estar conscientes da importância dessas ações na vida dos trabalhadores e comprometidos com os impactos sociais que tais ações representam.

Apesar da relevância das práticas organizacionais, elas não são o suficiente no contexto brasileiro. Vivenciamos condições em que muitos sequer têm acesso a uma aposentadoria digna, tornando o PPA um privilégio de poucos. Considerando que a maioria das pessoas se aposentam com pouco ou nenhum planejamento ou permanecem trabalhando por necessidades financeiras e responsabilidades pessoais ou familiares são necessárias estratégias mais abrangentes, contemplando diversos tipos de trabalhadores, especialmente os que possuem menos acesso aos direitos trabalhistas e ao planejamento ao longo da vida. As políticas governamentais devem garantir o planejamento e o benefício da aposentadoria como um direito, e não como algo a ser conquistado individualmente.

Com tais considerações, reitera-se a necessidade de avaliar incessantemente as especificidades das organizações e dos trabalhadores brasileiros. Profissionais, gestores

e sociedade devem permanecer em constante reflexão sobre o assunto, aperfeiçoando a implementação dos projetos já existentes e de outras ações de maneira responsável e crítica, a fim de proporcionar ao máximo benefícios à população de trabalhadores mais velhos e aposentados do país.

## REFERÊNCIAS

AMORIM, Sílvia Miranda; FRANÇA, Lucia Helena de Freitas Pinho. Health, financial and social resources as mediators to the relationship between planning and satisfaction in retirement. **Current Psychology**, Switzerland, 20 jun. 2020. DOI: 10.1007/s12144-020-00836-8.

ANDRADE, Laura; TORRES, Cláudio. Retirement and Meaning Attribution: A study with Active Workers in Brazil. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v.3 6, e3652, 02 set. de 2020. DOI: 10.1590/0102.3772e3652.

BEER, Terry A.; BOWLING, Nathan A. Variations on a Retirement Theme: Conceptual and Operational Definitions of Retirement. In: WANG, Mo. **The Oxford Handbook of Retirement**. New York: Oxford University Press, 2013. p. 42-55.

BOEHS, Samantha de Toledo Martins et al. Revisão da literatura latino-americana sobre aposentadoria e trabalho: perspectivas psicológicas. **Revista Psicologia, Organizações e Trabalho**, Brasília, v.17, n.1, p. 54-61, mar./ 2017. DOI: 10.17652/rpot/2017.1.11598.

BRASIL. Lei no 8.842, de 4 de janeiro de 1994. Política Nacional do Idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, 5 jan. 1994.

FRANÇA, Lucia Helena F. P. *et al.* A percepção dos gestores brasileiros sobre os programas de preparação para a aposentadoria. **Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento**, v. 19, n. 3, 2014.

FRANÇA, Lucia Helena de Freitas Pinho *et al.* Análise dos Programas de Preparação para Aposentadoria (PPA) desenvolvidos por instituições públicas brasileiras. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 22, n. 1, p. 59-80, 2019.

FRANÇA, Lucia Helena de Freitas Pinho. Programas de preparação para a aposentadoria: Diagnóstico e estratégias para implantação. In: MENDONÇA, Helenides; FERREIRA, Maria Cristina; NEIVA, Elaine R., **Análise e diagnóstico organizacional**. São Paulo: Vetor, p. 319-347, 2016.

FRANÇA, Lucia Helena de Freitas Pinho *et al.* Aging in Brazil and Portugal and its impact on the organizational context. In: NEIVA, E. R.; TORRES, C. V.; MENDONÇA, H. **Organizational psychology and evidence-based management**. Cham: Springer, p. 81-101, 2017.

FRANCA, Lucia Helena de Freitas Pinho; VAUGHAN, Graham. Ganhos e perdas: atitudes dos executivos brasileiros e neozelandeses frente à aposentadoria. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 13, n. 2, p. 207-216, Jun./ 2008. DOI: 0.1590/S1413-73722008000200002.

HERDY, Janes Santos; LEIDER, Ana Carolina; ARAGÃO, Juliana Souza. Aposentadoria: Um Olhar diferenciado para um novo momento de vida. In: VERTHEIN, Marilene A. R.; BRAGA, Maudeth Py; VERGNE, Celso Moraes, **Multifaces das Práticas em Psicologia do Trabalho: Impasses e Criação**. Niterói: EdUFF, 2011. p. 109-126.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Tábua completa de mortalidade para o Brasil - 2015: breve análise da evolução da mortalidade no Brasil**. Brasília, 2016.

LEANDRO-FRANÇA, Cristineide *et al.* Effects of three types of retirement preparation program: A qualitative study of civil servants in Brazil. **Educational Gerontology**, Londres, v. 42, n. 6, p. 388-400, 06 abr. 2016. DOI: 10.1080/03601277.2016.1139969.

MACÊDO, Luciani Soares Silva; BENDASSOLLI, Pedro F.; TORRES, Tatiana de Lucena. Representações sociais da aposentadoria e intenção de continuar trabalhando. **Psicologia & Sociedade**, Belo Horizonte, v. 29, 2017. DOI: 10.1590/1807-0310/2017v29i145010.

MURTA, Sheila Giardini *et al.* Preparação para a aposentadoria: implantação e avaliação do Programa Viva Mais! **Psicologia, Reflexão e Crítica**, Porto Alegre, v. 27, n. 1, p. 01-09, março de 2014. DOI: 10.1590/S0102-79722014000100001.

SEIDL, Juliana; LEANDRO-FRANÇA, Cristineide; MURTA, Sheila. Formatos de programas de preparação para a aposentadoria. In: \_\_\_\_\_. **Educação para a Aposentadoria: Promoção de Saúde e Desenvolvimento na Administração Pública Federal**. Brasília: CEAD/FUB, p. 69-94, 2014.

SELIG, Gabrielle Ana; VALORE, Luciana Albanese. Imagens da aposentadoria no discurso de pré-aposentados: subsídios para a orientação profissional. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, v. 13, n. 1, p. 73-87, 2010. DOI: 10.11606/issn.1981-0490.v13i1p73-87

SOARES, Dulce Helena Penna *et al.* Aposenta-ação: programa de preparação para aposentadoria. **Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento**, v. 12, 2007.

WESTIN, Ricardo. Primeira lei da Previdência, de 1923, permitia aposentadoria aos 50 anos. **Agência Senado**. Brasília, 03 jun. 2019. Disponível em <https://www12.senado.leg.br/noticias/especiais/arquivo-s/primeira-lei-da-previdencia-de-1923-permitia-aposentadoria-aos-50-anos>.

YEUNG, Dannii Y.; ZHOU, Xiaoyu. Planning for retirement: Longitudinal effect on retirement resources and post-retirement well-being. **Frontiers in Psychology**, v. 8, p. 1300, 2017. DOI: 10.3389/fpsyg.2017.01300.

ZANELLI, José Carlos; SILVA, Narbal; SOARES, Dulce Helena Penna. **Orientação para aposentadoria nas organizações de trabalho**: construção de projetos para o pós-carreira. Porto Alegre: Artmed Editora, 2009.




# PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA FIOCRUZ:

Uma Experiência Inovadora em Saúde do Trabalhador

[www.arenaeditora.com.br](http://www.arenaeditora.com.br) 


[contato@arenaeditora.com.br](mailto:contato@arenaeditora.com.br) 

[@arenaeditora](https://www.instagram.com/arenaeditora) 

[www.facebook.com/arenaeditora.com.br](https://www.facebook.com/arenaeditora.com.br) 

# PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA FIOCRUZ:

Uma Experiência Inovadora em Saúde do Trabalhador

[www.atenaeeditora.com.br](http://www.atenaeeditora.com.br) 

[contato@atenaeeditora.com.br](mailto:contato@atenaeeditora.com.br) 

[@atenaeeditora](https://www.instagram.com/atenaeeditora) 

[www.facebook.com/atenaeeditora.com.br](https://www.facebook.com/atenaeeditora.com.br) 