



Percepções de trabalhadores pré-aposentados de uma instituição universitária pública acerca da aposentadoria

Perceptions of pre-retired employees of a public university about retirement

Desirée Ariane Modos Figueira¹, Maria do Carmo Lourenço Haddad¹, Raquel Gvozd¹

Objetivo: desvelar percepções de trabalhadores pré-aposentados de uma instituição universitária pública acerca da aposentadoria. **Métodos:** pesquisa qualitativa, desenvolvida com 16 pré-aposentados de uma instituição universitária pública. Dados coletados em encontros mensais, em três grupos de reflexão que discutiram aspectos relacionados à aposentadoria e analisados pela técnica de análise de conteúdo. **Resultados:** ao identificarem a aposentadoria como uma possibilidade, os pré-aposentados resgataram o significado do trabalho, refletiram sobre as mudanças de vida que a aposentadoria pode acarretar e sinalizaram a necessidade de estratégias para vivência da aposentadoria. **Conclusão:** a aposentadoria traz à tona percepções positivas e negativas, anseios e questionamentos que reforçam a necessidade de ofertar aos trabalhadores em pré-aposentadoria a oportunidade de refletir sobre esta fase da vida e se preparar para desfrutar da pós-carreira com qualidade. **Descritores:** Aposentadoria; Trabalho; Tomada de Decisões; Planejamento.

Objective: to unveil the perceptions of pre-retired employees of a public university about retirement. **Methods:** qualitative research conducted with 16 pre-retired employees of a public university. Data were collected in monthly meetings in three focus groups that discussed aspects related to retirement and were analyzed by content analysis technique. **Results:** when identifying retirement as a possibility, pre-retired workers rescued the meaning of work, reflected on the life changes that retirement can lead and signaled the need for strategies for experiencing retirement. **Conclusion:** retirement brings up positive and negative perceptions, concerns and questions that reinforce the need to offer to pre-retired workers the opportunity to reflect on this stage of life and prepare to enjoy the post-career period with quality. **Descriptors:** Retirement; Work; Decision Making; Planning.

¹Universidade Estadual de Londrina. Londrina, PR, Brasil.

Autor correspondente: Desirée Ariane Modos Figueira
Rua Luiz Lercio, 455. Apto 1703, torre II, Terra Bonita. CEP: 86047610. Londrina, PR, Brasil. E-mail: desireefigueira@hotmail.com

Introdução

O envelhecimento populacional tem sido tema frequente de estudos, trazendo reflexões importantes que tem subsidiado a formulação de políticas que atendam às especificidades desse grupo etário, bem como o enfrentamento dos desafios socioeconômicos impostos por esse fenômeno, especialmente de ordem previdenciária⁽¹⁻²⁾.

Projeções recentes afirmam que 1,2 bilhões de pessoas terão 60 anos ou mais no ano de 2025, alcançando a marca de 2 bilhões em 2050 ou cerca de 22,0% da população^(1,3). Para a América Latina, as projeções indicam porcentagem de 18,5% de idosos no ano de 2050 e, de forma surpreendente, países como Brasil, Chile e México terão populações mais velhas que os Estados Unidos. No Brasil, no período de 1991 a 2011, a população com 65 anos ou mais dobrou e já alcançava 12,1% do total⁽³⁾.

Nesse sentido, dentre os possíveis aspectos a serem investigados sobre o envelhecimento e o seu enfrentamento, encontra-se o tema da aposentadoria, evento marcante na vida do trabalhador. Este representa presumidamente a ruptura com o trabalho sistemático e obrigatório, que consiste em importante matriz da identidade pessoal, de construção da autoimagem, autovalorização, fonte de estima e inserção social⁽⁴⁾.

O trabalho é uma ferramenta social que propicia o inter-relacionamento com o mundo, sendo que, no Ocidente, ganhou centralidade na vida dos sujeitos graças aos diversos fenômenos históricos e econômicos, dos quais certamente a emergência da sociedade industrial foi a mais influente. A partir da intensificação da industrialização, o trabalho passou a representar não somente o modo de produzir os bens de consumo e os serviços necessários à sobrevivência, ou o meio de ganhar um salário, mas também a base da construção da identidade do homem⁽⁵⁻⁷⁾.

Assim, ao final de um vínculo empregatício, há o impacto do enfrentamento da aposentadoria, quan-

do o indivíduo vivencia o encerramento de uma rotina estabelecida por anos, a cessação dos relacionamentos com colegas de trabalho, a ausência das horas diárias dedicadas ao labor; passando a experimentar as horas livres para outras atividades, o alargamento do tempo para o relacionamento conjugal e/ou familiar, e maior contato com o âmbito doméstico⁽⁸⁾.

Observa-se que a representação social da aposentadoria está atrelada à construção feita pelos sujeitos nas diferentes sociedades, dado que aquelas que dignificam as pessoas mais velhas tendem a proporcionar melhores condições de ajustamento a essa nova fase.

Todas as mudanças vivenciadas vão exigir reconstrução em termos de autoimagem e socialização, pois, em tese, a aposentadoria deveria ser o auge do bem-estar psicossocial, a maior recompensa pelos anos de trabalho, o desfrutar do lazer e do tempo livre. Entretanto, para muitos trabalhadores, ela representa um período conturbado da vida, principalmente ao se considerar que aos olhos da sociedade produtiva, a aposentadoria associa-se à pejoração física e fisiológica do envelhecimento como um período de decadência, contraposto pela concepção social da valorização do belo, forte, jovem e saudável^(4,9).

Desta forma, o conflito entre ser a aposentadoria uma ruptura ou uma continuidade talvez represente a contradição entre o desejo do descompromisso e o medo de perder-se, de não se reconhecer ao deixar de realizar as atividades que fez rotineiramente nos últimos anos. Surge então um sentimento por vezes, não suportável, conseqüente da ruptura da identidade gerada pela aposentadoria⁽⁴⁾.

Portanto, a pré-aposentadoria parece ser um momento propício para reflexões e planejamentos sobre a própria identidade, as expectativas e prioridades para o futuro do sujeito⁽¹⁰⁾, pois é neste momento da vida que muitos trabalhadores enfrentam os maiores obstáculos e indecisões que, por vezes, causam apreensões e incertezas quanto ao futuro próximo.

Diante de tais considerações, o objetivo deste

estudo foi desvelar percepções de trabalhadores pré-aposentados de uma instituição universitária pública acerca da aposentadoria.

Métodos

Trata-se de pesquisa qualitativa, desenvolvida em uma instituição universitária pública, localizada no sul do Brasil, que possui aproximadamente 5.061 servidores, sendo 3.404 técnicos administrativos e 1.657 docentes.

Nesta instituição, foi implantado em 2011 um Programa de Preparação para a Aposentadoria, composto por duas etapas. A primeira etapa contempla um ciclo de cinco palestras, que abordam os seguintes temas: vivências e sentimentos na pré-aposentadoria, legislação previdenciária, economia doméstica, cidadania e aspectos de saúde na pré-aposentadoria. Na segunda etapa, formam-se grupos de reflexão, sendo este um momento de maior aproximação entre os participantes, com abordagem de assuntos diversos que promovem discussões e reflexões que possam contribuir para o enfrentamento dos sentimentos que surgem na fase que precede à aposentadoria.

A presente pesquisa contou com pré-aposentados que participaram do ciclo de palestras instrucionais do Programa de Preparação para a Aposentadoria, em 2011, e aceitaram participar voluntariamente dos grupos de reflexão sobre a aposentadoria que aconteceram em 2012.

Nesta etapa, 20 pré-aposentados se inscreveram para participar, formando-se três grupos. No primeiro participaram oito pré-aposentados, no segundo foram cinco participantes e no terceiro, sete. Quatro participantes foram excluídos do estudo, pois compareceram em apenas um encontro, totalizando uma população de 16 trabalhadores.

Foram desenvolvidos cinco encontros entre julho e novembro de 2012, com frequência mensal, e duração de aproximadamente duas horas cada um. Estes foram coordenados por um docente com experiência profissional em dinâmica de grupo e em pesquisa so-

bre o tema aposentadoria, que também se encontrava na fase de pré-aposentadoria, e uma observadora, que registrou os dados oriundos das discussões de cada encontro em um diário de campo. Não foram utilizados equipamentos de gravação de áudio ou vídeo para a coleta de dados por se tratar de uma população vulnerável ao contexto discutido, o que poderia reprimir a participação dos pré-aposentados nas discussões.

A análise dos dados se deu pela técnica da análise de conteúdo⁽¹¹⁾. Para a ilustração das falas, foi atribuída a letra P (Participante), seguida do número correspondente a este pré-aposentado e o grupo ao qual pertenceu, a fim de preservar a identidade. Das análises dos discursos, surgiram três categorias: A aposentadoria como uma possibilidade e o resgate do significado do trabalho, Possíveis mudanças de vida acarretadas pela aposentadoria, Estratégias para a vivência da aposentadoria.

O estudo respeitou as exigências formais contidas nas normas nacionais e internacionais regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos.

Resultados

Dos 16 participantes, 14 eram do sexo feminino e dois do masculino. Destes, 13 desempenhavam cargos técnico-administrativos e três eram docentes. A idade dos participantes variou de 49 a 68 anos.

As discussões que permearam os cinco encontros dos grupos possibilitaram identificar que os participantes se encontravam em momentos distintos frente à aposentadoria. Verificou-se que esta se constituiu em um momento difícil de escolhas e decisões, pois enquanto alguns trabalhadores a encaram como circunstância conveniente, outros a veem como um momento conflituoso.

A partir das discussões dos grupos de reflexão sobre a aposentadoria, surgiram três categorias: A aposentadoria como uma possibilidade e o resgate do significado do trabalho, Possíveis mudanças de vida acarretadas pela aposentadoria e Estratégias para a vivência da aposentadoria.

A aposentadoria como uma possibilidade e o resgate do significado do trabalho

As explanações dos pré-aposentados revelaram a diversidade de sentimentos que os permeiam no momento em que se deparam com a possibilidade da aposentadoria, pois para alguns esta representa uma fase de questionamentos e incertezas, enquanto outros a veem como uma oportunidade de desfrutar a vida. *Estou decidida que quero aposentar* (P4, G2). *Levei um susto quando vi que já posso aposentar, tem hora que tenho muita vontade de parar, e tem hora que tenho medo e penso: e depois?* (P1, G1). *Com isso dá para curtir os netos, a família* (P3, G2). *Acho que chegou o momento de curtir a vida com saúde* (P4, G2).

Diante da proximidade percebida da aposentadoria, os participantes começaram a assimilar o significado do trabalho. Para alguns, este se configura em fonte de prazer e realização, para outros pode representar uma rotina exaustiva e estressante. *Aqui na Universidade encontrei um lar, e gosto do que faço. Já posso me aposentar, acho que vou esperar ser expulso* (P8, G1). *Percebo que durante minhas férias, sinto falta do meu trabalho* (P1, G1). *Não gosto do que faço, por isso não me prendo ao meu trabalho. É um trabalho rotineiro* (P7, G1). *Penso no trabalho como uma tese, chega uma hora que acabou, não tem mais o que fazer* (P9, G3). *Já trabalhei bastante, dei minha contribuição. Enfrento muito problema no trabalho* (P3, G2). *Me faz sofrer a competição que existe no trabalho* (P1, G1).

O trabalho, como estruturante de toda uma vida, condiciona as atividades do indivíduo, que precisa organizar seu cotidiano de acordo com as exigências da carga horária de trabalho. Tal cobrança foi explicitada com descontentamento por alguns participantes, devido às privações decorrentes do trabalho, sendo este um condicionante para optar pela aposentadoria. *O tempo que gasto com o trabalho, deslocamento, não permite que eu faça outras coisas que gostaria, acabo abrindo mão de coisas prazerosas* (P10, G3). *Não tenho opção de viajar agora, se quiser tenho que ficar pagando horas para isso ser possível, são coisas como estas que perdemos na vida por falta de tempo* (P4, G2).

Outro aspecto identificado nas falas dos participantes refere-se ao fato do trabalho se constituir em importante forma de interação social, o que traz à

tona algumas preocupações em relação à possível perda do convívio com as amizades firmadas no ambiente de trabalho. *Sei que sentirei falta de conversar com minhas amigas do trabalho, minha maior preocupação com a aposentadoria é não ter as colegas do trabalho para desabafar sobre problemas que só converso com elas* (P4, G2).

Ao mesmo tempo, neste processo, alguns participantes permitiram que frustrações e mágoas com a instituição afluíssem como uma forma de facilitar a tomada de decisão pela aposentadoria. *Estou voltando de uma licença e parece que tudo muda, tomam o seu espaço. As coisas não vão deixar de acontecer se você não estiver lá. São coisas que acontecem que deixam a gente magoada* (P1, G1).

Ainda em relação às frustrações vivenciadas no ambiente laboral, um participante relatou o distanciamento existente atualmente entre colegas de trabalho, fragilizando o relacionamento interpessoal, sendo este um motivador para a decisão pela aposentadoria. *Hoje as pessoas ficam mais nos seus núcleos, antes éramos mais próximos* (P5, G3).

Assim, verificou-se que a proximidade da aposentadoria remete os pré-aposentados a reflexões sobre as possibilidades advindas desta nova fase da vida e a representatividade do trabalho, o que os leva a perpassar entre o desejo de aposentar ou de manter-se no mercado de trabalho.

Possíveis mudanças de vida acarretadas pela aposentadoria

Após refletirem sobre a possibilidade de aposentar, e retomar o significado do trabalho em suas vidas, os participantes demonstraram a preocupação com a necessidade de enfrentar as mudanças acarretadas pela aposentadoria. Uma das preocupações relatadas referiu-se à perda da identidade de servidor verificada na aposentadoria. *Muitos servidores não querem nem que chamem o aposentado para as confraternizações de final de ano* (P11, G1).

Outro aspecto que se destacou nas reflexões foi a visão de improdutivo atribuída ao aposentado pela sociedade e a necessidade de enfrentar o envelheci-

mento e possíveis doenças. *Não sou a mesma que entrou, estou diferente. Hoje acordei, fui me maquiar, vi que minha pálpebra está caída, desesperada falei com meu marido que eu estava envelhecendo* (P7, G1). *Existe uma cobrança da sociedade com a produtividade e rentabilidade* (P15, G3).

Neste momento de proximidade com a aposentadoria, fica evidente para os participantes a maior aproximação que terão com seus familiares, uma vez que o tempo antes dispensado ao trabalho, agora será voltado ao ambiente familiar. Este aspecto é encarado de diferentes formas, sendo positivo para alguns e negativo para outros. *Quero procurar outra casa, fazer companhia para meu marido que já está aposentado, para minha filha e minha mãe* (P12, G3). *Temos que tomar cuidado se não a família nos suga. A família tem que ter claro isso* (P13, G2).

Outra indagação que surge atrelada ao enfrentamento da aposentadoria é a necessidade de acompanhar a modernidade com as novas tecnologias, a fim de evitar ser ignorado pela sociedade. *Tenho medo desses tempos, não vou conseguir acompanhar, acho que estou ficando assim, perdido no tempo, me sinto em um quadro de demência às vezes. A demência que falei é porque não consigo acompanhar a informática, por exemplo* (P3, G2).

Estratégias para a vivência da aposentadoria

Ao se depararem com a aposentadoria, os pré-aposentados perceberam a necessidade de se planejarem para esse momento, o que requer a incorporação de estratégias de enfrentamento. *O planejamento ajuda a orientar, sei que para aposentar terei que ter planejamento para não deixar nada pendente* (P6, G3). *Quero muito me aposentar, mas preciso me preparar* (P7, G1).

Os participantes atribuíram algumas perspectivas para a aposentadoria, voltadas à necessidade de estruturarem atividades para o melhor enfrentamento desta nova etapa da vida. Para tanto, houve relatos de pré-aposentados que já possuíam projetos bem definidos para serem desenvolvidos na aposentadoria e outros não haviam se planejado até o momento, porém identificaram esta necessidade. *Tenho planos de*

montar uma empresa com antigos alunos (P8, G1). *Quero me manter no meio acadêmico, mantendo uma rotina* (P5, G3). *Não vou fazer nada, porque preciso fazer algo? Não fazer nada para mim é não trabalhar fora, mas vou trabalhar em casa, cuidar da casa* (P14, G2). *Quero fazer as coisas até enjoar, como caminhar, cuidar da minha horta, fazer pijaminhas para bebê, e quando enjoar, paro e começo outra atividade. Cansei, paro!* (P1, G1). *Tenho planos de trabalhar com projetos, dar cursos, abrir um leque na organização, também gosto de trabalhar com a conservação de documentos* (P1, G1). *Penso em ter uma chácara, talvez uma floricultura* (P7, G1). *Já tenho planos para a aposentadoria. Quero ser voluntária da Igreja em uma tarde da semana, na outra quero organizar a biblioteca de uma escola que já estudei, posso ajudar meu marido a organizar uma empresa. A mulher do meu irmão teve paralisia de um lado, então pretendo ficar uma tarde com ela. Tenho vários planos, e estou determinada a parar de trabalhar* (P11, G1). *Penso em dar aula depois da aposentadoria, iniciei o mestrado pensando no futuro* (P13, G1).

Discussão

A pouca adesão dos pré-aposentados às estratégias de preparação para a aposentadoria da instituição estudada foi a maior limitação encontrada para este estudo. Acredita-se que o período que antecede a ruptura com o trabalho sistemático e obrigatório é um momento delicado, de incertezas e inseguranças, o que justificaria a delonga dos sujeitos em aderirem a esse tipo de atividade que trazem à tona reflexões sobre a aposentadoria.

Os resultados demonstravam que os pré-aposentados, ao perceberem a proximidade da aposentadoria, expressavam sentimentos e percepções que variam de acordo com a vivência e as perspectivas individuais. Ora a aposentadoria mostrou-se como uma possibilidade de curtir bons momentos com a família e amigos, ampliar os momentos de lazer, bem como voltar-se para o autocuidado, outrora, se expressou através do medo pelo futuro desconhecido de incertezas e instabilidades⁽¹²⁻¹³⁾.

O primeiro contato do grupo com o tema aposentadoria foi também a primeira aproximação de

muitos com essa realidade, logo os participantes começaram a assimilar a possibilidade de pararem de trabalhar e resgataram o significado do trabalho em suas vidas. Diante de novas percepções, o indivíduo procura motivos que embasem sua decisão diante da aposentadoria, tão logo, passam a refletir sobre aspectos que envolvem sua vida social e trabalhista, atrelados ao significado que o trabalho ocupou em toda vida, e organizam as ideias, resgatando os motivos que o levarão a aposentar-se ou a continuar trabalhando⁽¹⁴⁻¹⁵⁾.

Assim, o trabalho foi destacado pelos participantes como fonte de prazer e realização ou, ainda, como u rotina exaustiva e desgastante. Tais percepções podem estar associadas ao significado histórico do trabalho, que passou por uma evolução social, assumindo assim várias faces, e adquiriu lados distintos, como o que gera e o que consome a vida⁽¹⁶⁾.

Os participantes demonstraram preocupação com a necessidade de enfrentar as mudanças de vida resultantes da aposentadoria, pois esta representa o rompimento com a rotina trabalhista, o alcance da liberdade, como também pode indicar o início da velhice, o estigma de improdutividade, a falta de atividades diárias que geram prazer, o ócio e a exclusão social⁽¹⁷⁻¹⁸⁾.

As questões evidenciadas provocam no indivíduo um estado de preocupação, colocando-o em uma zona de desconforto, neste momento de mudanças agora enfrentado. Pode-se ainda considerar que tal inquietude seja consequência da conquista do controle sobre o tempo antes regido pelo trabalho. Considerando a necessidade que o homem tem de gerenciar o próprio tempo, e o fato dele perder esse controle com a evolução histórica do trabalho, diante da nova possibilidade de retomar o controle da vida, ele fica sem saber como agir, e tais mudanças podem tanto propiciar o crescimento quanto desencadear agravantes psicológicos, segundo os quais o trabalhador não se encontra preparado para vivenciar^(12-13,16).

Existe, por vez, o estigma de que aposentado é improdutivo. Esse *status* atribuído pela sociedade

capitalista, principalmente pela classe atuante, que movimenta a economia, desmotiva os pré-aposentados que precisam encarar o envelhecimento que se aproxima ao passo que enfrentam esse período delicado, no qual são taxados de improdutos, geradores de prejuízo socioeconômicos. Ainda, existem os reais fatores fisiológicos advindos do avançar da idade, que são caracterizados pela debilidade da saúde associadas ou não das doenças crônicas e consequentes comorbidades, declínios psicomotores e cognitivos, perda progressiva da funcionalidade, caracterizada pela incapacidade de realizar as atividades com autonomia^(13,19).

Nesse aspecto, ao decorrer dos encontros, os participantes perceberam a necessidade de traçarem estratégias para vivenciar e se adaptar a aposentadoria. Aqueles trabalhadores que possuem projetos de vida bem definidos para a pós-carreira, desfrutarão de uma aposentadoria satisfatória⁽⁴⁾.

Dentro do planejamento para a aposentadoria, englobam-se o estabelecimento de relações sociais fora do ambiente de trabalho; estabilidade financeira com investimentos e reservas, inclusive para se desfrutar do tempo livre e lazer; projetos de trabalho assalariado e voluntário⁽⁴⁾. Cabe salientar que a experiência trabalhista é individual, e a pré-aposentadoria caracteriza-se como o período em que o trabalhador pode se organizar e planejar o que está por vir, e decidir a melhor hora de parar⁽⁵⁾.

Neste contexto, ressalta-se a necessidade de um planejamento para aposentadoria, com o qual o trabalhador consiga adentrar a essa nova fase sutilmente, adaptando-se ao novo, e assim expandir horizontes, vivenciar novas experiências, desenvolver um cronograma, manter-se atuante e membro da sociedade, estabelecer perspectivas de vida e bem-estar e desfrutar da aposentadoria com prazer^(5,20).

Por fim, destacam-se dois aspectos para reflexões futuras sobre esta temática. Primeiro, a necessidade de incluir nos programas de saúde ocupacional nas empresas programas de preparação para a apo-

sentadoria destinados a preparar os trabalhadores para a pós-carreira, pois quando esta começa a ser planejada antecipadamente, há maiores perspectivas de sucesso e satisfação deste momento da vida. Segundo aspecto, a necessidade de discutir nas sociedades e com os parceiros sociais a possibilidade de estabelecer um período de adaptação, após a aposentadoria, durante o qual a pessoa aposentada mantivesse uma relação com o trabalho, preparando-se, assim, para envelhecimento ativo e desligamento sucessivo.

Conclusão

Os participantes da pesquisa, ao perceberem a proximidade da aposentadoria, resgataram os significados do trabalho para a subjetividade de cada indivíduo, trazendo à tona valores da família, a necessidade pela busca da qualidade de vida, que caracterizaram a ambivalência do desejo de aposentar-se ou não. Logo, refletiram sobre mudanças de vida advindas da pós-carreira, como determinantes de um futuro incerto. Por fim, traçaram estratégias para o enfrentamento desse ciclo da vida, como o estabelecimento de novas relações sociais e aporte financeiro.

As percepções relacionadas à aposentadoria se distinguiram, pois estiveram diretamente relacionadas à vivência trabalhista construída na sua individualidade. Assim, a subjetividade das experiências implicam sobremaneira os significados e as estratégias reflexivas para o enfrentamento dessa nova fase.

Colaborações

Figueira DAM e Haddad MCL contribuíram na análise e interpretação dos dados, redação do artigo e aprovação da versão final. Gvozd R contribuiu na concepção do projeto, análise e interpretação dos dados, redação do artigo e aprovação da versão final.

Referências

1. World Health Organization. Towards policy for health and ageing [Internet]. 2016 [cited 2016 Apr 30]. Available from: http://www.who.int/ageing/publications/alc_fs_ageing_policy.pdf
2. Center for Strategic and International Studies. Latin America's Aging Challenge [Internet]. 2009 [cited 2016 Apr 30]. Available from: http://csis.org/files/media/csis/pubs/090324_gai_english.pdf
3. Presidência da República (BR). Secretaria de Direitos Humanos. Secretaria Nacional de Promoção Defesa dos Direitos Humanos. Dados sobre o envelhecimento no Brasil [Internet]. 2016 [citado 2016 abr 30]. Disponível em: <http://www.sdh.gov.br/assuntos/pessoa-idosa/dados-estatisticos/DadosobreoenvelhecimentoNoBrasil.pdf>
4. Selig GA, Valore LA. Imagens da aposentadoria no discurso de pré-aposentados: subsídios para a orientação profissional. *Cad Psicol Soc Trab*. 2010; 13(1):73-87.
5. Araújo LP. Aposentadoria como proposta de qualificação para uma vida saudável. *Rev Incelências*. 2011; 2(2):63-77.
6. Bendassolli PF. Crítica às apropriações psicológicas do trabalho. *Psicol Soc*. 2011; 23(1):75-84.
7. Zanelli JC, Silva N, Soares DH. Orientação para aposentadoria nas organizações de trabalho: construção de projetos para o pós-carreira. *Rev Psicol Org Trab* [Internet]. 2010 [citado 2015 ago 20]; 10(2):177-81. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/rpot/article/view/22217/20156>
8. Moura GA, Souza LK. Autoimagem, socialização, tempo livre e lazer: quatro desafios à velhice. *Textos Contextos*. 2012; 11(1):172-83.
9. Oliveira JC. O dia seguinte da aposentadoria: sonhos e realidade. In: Barros Júnior JC, organizador. *Empreendedorismo, trabalho e qualidade de vida na terceira idade*. São Paulo: Edicon; 2009. p.283-93.

10. Barbosa TM, Traesel ES. Pré-aposentadoria: um desafio a ser enfrentado. *Barbaroi* [Internet]. 2013 [citado 2015 ago 29]; 38:215-34. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/barbaroi/n38/n38a12.pdf>
11. Bardin L. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70; 2010.
12. Bressan MALC, Mafra SCT, França LHFP, Melo MSS, Loretto MDS. Bem-estar na aposentadoria: o que isto significa para os servidores públicos federais. *Rev Bras Geriatr Gerontol*. 2013; 16(2):259-72.
13. Debetir E. Aposentadoria oportunidade de realizar projetos e/ou momento de crise? *Rev Carreiras Pessoas*. 2011; 1(2):43-67.
14. França LHFP, Menezes GS, Bendassolli PF, Macedo LSS. Aposentar-se ou continuar trabalhando? O que influencia essa decisão? *Psicol Ciênc Prof*. 2013; 33(3):548-63.
15. Meneses RMV, Silva RTS, Carvalho RFD, Santos APDOBS, Almeida JAVD, Medeiros ATND. Educational actions for the elderly. *Rev Rene*. 2013; 14(2):417-27.
16. Martins JCOM, Aquino CAB, Sabóia IBS, Pinheiro AG. De Kairós a Kronos: metamorfoses do trabalho na linha do tempo. *Cad Psicol Soc Trab* [Internet]. 2012 [citado 2015 ago 29]; 15(2):219-28. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cpst/v15n2/v15n2a05.pdf>.
17. Panozzo EAL, Monteiro JK. Aposentadoria e saúde mental: uma revisão de literatura. *Cad Psicol Soc Trab* [Internet]. 2013 [citado 2015 ago 29]; 16(2):199-209. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cpst/v16n2/a05v16n2.pdf>.
18. Rebouças M, Matos RM, Ramos LR, Cecílio LCO. O que há de novo em ser velho. *Saúde Soc*. 2013; 22(4):1226-35.
19. Santos VB, Tura LFR, Arruda AMS. As representações sociais de "pessoa velha" construída por idosos. *Saúde Soc*. 2013; 22(1):138-47.
20. França LHFP, Menezes GS, Siqueira AR. Planejamento para aposentadoria: a visão dos garis. *Rev Bras Geriatr Gerontol*. 2012; 15(4):733-45.