

## **EDUCAÇÃO PARA APOSENTADORIA: INTERVENÇÃO BREVE COM SERVIDORES VINCULADOS A UNIDADE SIASS/INSS-AL – RELATO DE EXPERIÊNCIA.**

Danielle Guedes Souza<sup>1</sup>; Rosiane Passos de Moraes Machado<sup>2</sup>; Vanessa de Almeida Pinto Monteiro<sup>3</sup>; Rosana Hoffman Câmara<sup>4</sup>.

(1) Autor: Departamento de Polícia Federal. E-mail: [danielle.dgs@dpf.gov.br](mailto:danielle.dgs@dpf.gov.br)

(2) Co-Autor: Departamento de Polícia Federal. E-mail: [rosiane.rpm@dpf.gov.br](mailto:rosiane.rpm@dpf.gov.br)

(3) Co-Autor: Instituto Nacional da Seguridade Social. E-mail: [vanessa.monteiro@inss.gov.br](mailto:vanessa.monteiro@inss.gov.br)

(4) Orientador: Universidade de Brasília. E-mail: [rosanainep@gmail.com](mailto:rosanainep@gmail.com)

### **Introdução**

A aposentadoria é uma fase de transição na vida do (a) trabalhador (a) que implica fundamentalmente em mudanças e tem uma relação objetiva com o trabalho e o envelhecimento, considerando que a atividade laborativa perpassa os vários ciclos da vida do indivíduo culminando com o ciclo da velhice para a maioria.

A Organização Mundial de Saúde, de caráter internacional, vinculada a ONU, possui como uma de suas responsabilidades as questões de saúde e segurança das pessoas idosas. No final dos anos 90, a OMS baseada no conceito ampliado de saúde substituiu o conceito de envelhecimento saudável pelo de envelhecimento ativo, definido como a “otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas”. (OPAS, 2005)

Esta etapa pode ainda despertar sensações antagônicas, onde de um lado a aposentadoria pode ser compreendida como liberdade, prêmio, possibilidades de realizar atividades de lazer e por outro lado pode ser visualizada como inutilidade, falta de produtividade, dependência e vivenciada com crise. Estes aspectos também foram considerados por França (Educação para Aposentadoria), quando descreve que a aposentadoria por ser vivenciada de forma heterogênea entre os trabalhadores.

Como afirma Nacarato (1996):

(...) a aposentadoria, que durante a vida profissional podia ser considerada um objetivo, agora pode representar perda como do *status* social para a

condição de inativo, perda do padrão de vida, além do tédio ocasionado pela dificuldade de administrar o tempo livre.

Na construção de um Programa de Preparação para Aposentadoria (PPA), devem-se considerar vários aspectos que podem comprometer uma organização favorável sob os aspectos externos e individuais para este período da vida. Assim, é necessário avaliar as questões financeiras, destacando os pontos importantes como o autoconhecimento, o autocontrole, a educação e organização do orçamento familiar, como referenciado por Pimenta (2012) objetivando uma autonomia e independência. É relevante ainda, evidenciar o lazer, as relações familiares e conjugais, hábitos de vida saudáveis, além dos cuidados em fortalecer a redes sociais primárias e secundárias, pois como evidenciado por Costa e Malaquias (2012), o indivíduo deve ser o protagonista de sua vida e das relações sociais e este aspecto é primordial na aposentadoria. Diante destes aspectos, deve-se direcionar a atenção na construção desta trajetória para este período da vida, conduzindo ao entendimento da relevância em considerar o futuro, e os PPAs são objetos essenciais nesta conquista.

O aumento da expectativa de vida da população brasileira aliada ao crescimento do número de servidores públicos pré-aposentados tem consolidado uma enorme demanda por programas de educação para aposentadoria. No Brasil, as principais normas direcionadas ao envelhecimento ativo da população estão previstas na Política Nacional do Idoso (Lei 8.842/1994), na Política Nacional de Saúde do Idoso (Ministério da Saúde, Portaria 1.395/1999) e no Estatuto do Idoso (Lei 10.741/2003).

A Política Nacional do Idoso em seu art. 10, inciso IV, alínea c e o Estatuto do Idoso, art. 28, inciso II, prevêm que o poder público desenvolva programas de preparação para aposentadoria dos trabalhadores em órgãos públicos e privados, com antecedência mínima de um ano. A Política de Atenção à Saúde e Segurança do Servidor Público Federal – PASS, criada pelo governo brasileiro, através do Ministério do Planejamento Orçamento e Gestão, prevê orientações de promoção à saúde do trabalhador. Na Seção I da Portaria SRH nº 1.261, parágrafo XV estabelece a importância de incentivar a implantação de Programas de Preparação à Aposentadoria – PPA como forma de evitar danos à saúde mental do servidor e diminuir o sofrimento psíquico em razão do seu afastamento do trabalho. (FRANÇA, 2012)

Assim, é fácil compreender a relevância de Programas de Preparação para Aposentadoria (PPA) e que requer atenção tanto dos empregados quanto dos empregadores, uma vez que estas ações geram efeitos favoráveis em vários seguimentos. Este fato, também foi considerado por Muniz (1997) que afirmou que ao desenvolverem um Programa de Preparação para Aposentadoria (PPA) as organizações fazem um duplo investimento: para os empregados que estão se aposentando sentirem-se valorizados e manter um bom desempenho e para os demais empregados que observam o cuidado e respeito que as organizações têm pelas pessoas, fortalecendo as relações de trabalho.

Segundo (FRANÇA, 2013) é relevante o investimento em ações de baixo custo e fácil implementação que fortaleçam tais políticas e proporcionem aos trabalhadores uma melhor adaptação à aposentadoria. Sendo assim, além dos programas de preparação para aposentadoria de longa duração, a realização de intervenções breves no contexto organizacional pode beneficiar trabalhadores em transição para aposentadoria. A Intervenção Breve (IB) é uma estratégia de atendimento com tempo limitado, cujo foco é a mudança de comportamento do paciente e utiliza de alguns elementos apontados como princípios ativos para sua efetividade. Esses elementos formam um acróstico, em inglês, denominado FRAMES: *Feedback, Responsibility, Advice, Menu of options, Empathy e Self-efficacy* (retroalimentação, responsabilidade, aconselhamento, menu de opções, empatia e autoeficácia). Desta forma, objetivamos com esta Intervenção Breve, contribuir para que os servidores vivenciem uma aposentadoria de forma positiva com envelhecimento ativo; Incentivar os participantes a elaboração de um projeto de vida pós-aposentadoria com construção de metas que mantenham a autoestima elevada e motivação para novas atividades e oportunidades; E favorecer a reflexão das situações, emoções e sentimentos que envolvem o evento da aposentadoria.

### **Metodologia**

Este estudo foi elaborado como trabalho final do curso de Aperfeiçoamento em Educação para Aposentadoria, promovido pela Universidade de Brasília (UnB) no ano de 2014.

A Intervenção Breve (IB), foi aplicada no formato grupal em um encontro na Unidade SIASS/INSS-AL com a duração de aproximadamente duas horas e trinta minutos.

Para a aplicação da (IB) os participantes foram selecionados de acordo com o tempo de serviço (até 5 anos para preencher os requisitos para aposentadoria) e disponibilidade. Inicialmente foi realizada a sensibilização através da abordagem direta individual às servidoras que enquadravam no perfil pré-definido e agendado o dia e a hora. Cabe salientar que uma das convidadas negou

veementemente sua participação, alegando está muito decepcionada com o serviço público e apesar de todos argumentos expostos pelas facilitadoras ela apresentou muita resistência até quando falávamos na palavra aposentadoria.

As atividades definidas foram distribuídas nas seguintes etapas: 1) apresentação do objetivo da intervenção pelas facilitadoras; 2) atividade de integração com o relato dos sonhos de aposentadoria por cada participante; 3) discussão de histórias positivas e negativas de pessoas aposentadas apresentadas pelas participantes e análise dos preditores de uma aposentadoria bem-sucedida; 4) aplicação individual da Escala de Mudança de Comportamento em Planejamento para Aposentadoria e do diagrama de recursos pessoais, afetivo-social e comunitário; 5) construção do plano de ação por cada participante e 6) avaliação de satisfação pelas participantes. O tempo estipulado para a realização de cada atividade foi de aproximadamente 20 minutos.

Participaram da Intervenção Breve (IB) sete servidores, todas do sexo feminino, na faixa etária entre 49 e 59 anos, das quais 71% possuem mais de 30 anos de tempo de serviço e destas 60% estão recebendo abono de permanência. A maioria é casada (42%), 85,7% possuem filhos e destas 66% tem filhos dependentes financeiros e 14,3% tem outros dependentes financeiros.

### **Resultados Observados**

As participantes mostraram-se receptivas à temática abordada, respondendo e interagindo ativamente sobre os aspectos discutidos. Percebeu-se que a maioria (71%) ainda não apresenta projetos concretos para a vida após aposentadoria. E esta Intervenção Breve (IB) permitiu a reflexão sobre a relevância da construção de um planejamento prévio a este momento. As integrantes da Intervenção Breve (IB) identificaram alguns aspectos que podem interferir positiva ou negativamente para uma aposentadoria bem-sucedida. Observou-se durante a ação que o aspecto financeiro é a principal barreira para uma aposentadoria saudável, apesar da conscientização da importância do cuidado com este fator preditivo. Outro tópico destacado foi a dificuldade em gerenciar o tempo, como justificativa para a não realização de hábitos saudáveis e fortalecimento da rede social e que seria resgatado com a aposentadoria. Assim esse encontro proporcionou a sensibilização das participantes de modo que puderam descobrir “que aposentadoria é um começo e não um fim”, mas que é fundamental uma preparação para esta fase desde agora. Permitiu ainda pensar “com carinho nesta nova fase que se aproxima”, colocando-se como prioridade na construção dos projetos. Desta forma sentiram-se estimuladas e “que aposentar pode ser ótimo”.

## Discussão

Apesar da importância dos Programas de Preparação para Aposentadoria (PPAs), eles ainda não são uma realidade para a maioria das instituições. A compreensão dos resultados apresentados na qualidade de vida nesta etapa deveria representar um incentivo para implantação pelas organizações, bem como motivação dos servidores em participar e iniciar um planejamento precocemente. Percebeu-se que mesmo existindo o Programa de Preparação para Aposentadoria na Unidade SIASS/INSS-AL a demanda e a sensibilização alcançadas são inexpressivas, o que nos faz refletir sobre a importância da Intervenção Breve (IB) como ponto inicial para a sensibilização e adesão dos servidores ao programa PPA.

Durante a intervenção realizada, constatou-se que a maioria das servidoras participantes, não apresenta um entendimento pleno da relevância deste planejamento, não representando uma prioridade neste momento atual da vida. Este aspecto é ratificado quando identificamos que 71% destas servidoras possuem mais de 30 anos de tempo de serviço e sendo que 60% estão recebendo abono de permanência, e ainda não apresentam os aspectos preditivos necessários para uma aposentadoria sem crise, mostrando-se inseguras para esse momento.

Observou-se através desta ação uma sensibilização geral entre as participantes, de forma que relataram começar a reconhecer a importância da construção precoce de um projeto de vida para a aposentadoria, bem como uma mudança de atitude no presente, em prol de uma melhor adaptação à nova realidade. Este cuidado em planejar e modificar as posturas é muito importante para diminuir os conflitos inerentes a este momento, fato também verificado por Muniz(1997), quando reconheceu que as mudanças advindas com a aposentadoria requerem uma adaptação, nem sempre atingida pela maioria das pessoas, e caso não haja esta adequação os resultados negativos deste novo período podem ser muito sérios.

Neste Contexto, as participantes demonstraram dificuldade em modificar as posturas bem como em planejar o futuro. Percebeu-se durante a ação que o aspecto econômico é o principal motivo relatado para postergar a aposentadoria, da mesma forma que observa-se a falta de organização financeira pessoal e familiar entre elas. É fundamental o entendimento que este é um momento que proporciona uma reflexão sobre os desejos e as atitudes necessárias para concretização de projetos e que estas intervenções devem acontecer de maneira continuada, pois as

transformações deverão ser construídas gradualmente proporcionando que esta trajetória aconteça de forma equilibrada. (Muniz, 1997)

Assim, este estudo permitiu observar a carência de uma preparação adequada entre os pré-aposentandos e nos fez refletir sobre a importância e eficácia da Intervenção Breve (IB) na sensibilização dos servidores e nos motivou a expandir estas ações em um momento futuro.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Lei nº 8.842, de 04 de janeiro de 1994 (1994). Dispõe sobre a Política Nacional do Idoso. In: FRANÇA, C.L. **Prevenção e promoção da saúde mental e políticas públicas sobre envelhecimento ativo e educação para aposentadoria**. In: Educação Para Aposentadoria, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº1.395, 1999. Fundamenta a ação do setor saúde na atenção integral à população idosa e àquela em processo de envelhecimento. In: FRANÇA, C.L. **Prevenção e promoção da saúde mental e políticas públicas sobre envelhecimento ativo e educação para aposentadoria**. In: Educação Para Aposentadoria, 2012.

BRASIL. Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003 (2003). Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. In: FRANÇA, C.L. **Prevenção e promoção da saúde mental e políticas públicas sobre envelhecimento ativo e educação para aposentadoria**. In: Educação Para Aposentadoria, 2012

COSTA, L.F.; MALAQUIAS, J.V. **Rede Social e Aposentadoria**. In: Educação Para Aposentadoria, 2012.

FRANÇA, C.L. **Aposentadoria: Crise ou Liberdade**. In: Educação Para Aposentadoria, 2012.

FRANÇA, C.L. **Intervenção Breve na Preparação para Aposentadoria**. *Rev. bras. orientac. prof*[online]. 2013, vol.14, n.1, pp. 99-110. ISSN 1679-3390.

NACARATO, A.E.C.B. **Stress no idoso: efeitos diferenciais da ocupação profissional**. In: M.E.N. Lipp (Org). Pesquisas sobre stress no Brasil: Saúde, ocupações e grupos de risco. Campinas: Papyrus, 1996.

MUNIZ, J.A.. **PPA: Programa de Preparação para o Amanhã**. Estudos de Psicologia: Natal, vol.2, n.1, jan./jun. 1997.

OPAS, Organização Pan-Americana da Saúde. **Envelhecimento Ativo: uma política de saúde**. Brasília: 2005.

PIMENTA, M. **Autonomia Financeira**. In: Educação Para Aposentadoria, 2012.