

HUMANAS E SOCIAIS

V.9 • N.3 • 2022 • Fluxo Contínuo

ISSN Digital: 2316-3801

ISSN Impresso: 2316-3348

DOI: 10.17564/2316-3801.2022v9n3p441-452



APOSENTADORIA E PROJETO DE VIDA APÓS APOSENTADORIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE CONSTRUÇÃO DE PROJETO DE VIDA APÓS-APOSENTADORIA

RETIREMENT AND LIFE AFTER RETIREMENT PROJECT: AN INTEGRATIVE REVIEW OF AFTER-RETIREMENT LIFE PROJECT CONSTRUCTION

PROYECTO DE JUBILACIÓN Y VIDA DESPUÉS DE LA JUBILACIÓN: UNA REVISIÓN INTEGRADORA DE LA CONSTRUCCIÓN DEL PROYECTO DE VIDA DESPUÉS DE LA JUBILACIÓN

Maria de Fátima Carvalho Carneiro¹

Henrique Salmazo da Silva²

RESUMO

O presente estudo, objetivou analisar por meio de uma revisão integrativa da literatura, a produção científica de artigos sobre programas de preparação para aposentadoria e de projeto de vida após aposentadoria no Brasil, nos últimos dez anos, publicados na base de dados no Portal de Periódicos - CAPES; Pubmed e Scielo. O delineamento dos artigos analisados usou da abordagem qualitativa, utilizando-se questionários, entrevistas semiestruturadas, e focalizada, escalas, análise de conteúdo, dentre outros instrumentos. Os resultados encontrados mostram que os programas têm sido importante facilitador nas tomadas de decisão e na conscientização da necessidade de planejamento de um projeto de vida voltado para uma aposentadoria ativa no pós-carreira. A presente revisão integrativa evidenciou que os programas de preparação, de orientação e de planejamento para a aposentadoria favorecem a criação de projetos futuros, contudo, abordam essa questão de construção de projeto de vida após aposentadoria ou pós- carreira, ainda de forma insuficiente.

PALAVRAS-CHAVE

Aposentadoria. Programa. Projeto de Vida

ABSTRACT

The present study aimed to analyze, through an integrative review of the literature, the scientific production of articles on retirement preparation programs and life after retirement projects in Brazil in the last ten years, published in the database of the Portal of Periodicals - CAPES; Pubmed and Scielo. The design of the analyzed articles used qualitative approach, using questionnaires, semi structured interviews, and focused, scales, content analysis, among other instruments. The results show that the programs have been an important facilitator in decision making and in the awareness of the need to plan a life project aimed at an active post-career retirement. Final considerations: This integrative review has shown that the preparation, orientation and retirement. planning programs favor the creation of future projects, however, they address this question of building a life project after retirement or post-career, insufficient.

KEYWORDS

Retirement. Program. Life Project

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo analizar a través de una revisión integradora de la literatura, la producción científica de artículos sobre programas de preparación para la jubilación y el proyecto de vida después de la jubilación en Brasil, en los últimos diez años, publicados en la base de datos en el Portal de Revistas - CAPES; Pubmed y Scielo. El diseño de los artículos analizados utilizó enfoques cualitativos, cuestionarios, entrevistas semiestructuradas y focalizadas, escalas, análisis de contenido, entre otros instrumentos. Los resultados muestran que los programas han sido un importante facilitador en la toma de decisiones y en la sensibilización sobre la necesidad de planificar un proyecto de vida dirigido a una jubilación activa en el poscarrera. Consideraciones finales: Esta revisión integradora mostró que los programas de preparación, orientación y planificación para la jubilación favorecen la creación de proyectos futuros, sin embargo, abordan este tema de construcción de proyecto de vida después de la jubilación o poscarrera, todavía insuficiente.

PALABRAS CLAVE

Jubilación. Programa. Proyecto de Vida

1 INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas uma das grandes preocupações da sociedade atual é o fenômeno do envelhecimento humano. Essa preocupação tem motivado a atenção e pesquisa em diferentes áreas, bem como na produção científica e em fóruns de discussão sobre o assunto devido suas implicações sociais, econômicas e políticas, de saúde.

Estimativas projetam que a expectativa de vida dos brasileiros aumenta à medida em que há melhoria da qualidade de vida da população. Dados divulgados pelo Instituto de Geografia e Estatística (IBGE) mostram que a expectativa de vida do brasileiro em 2016 era de 75,8 anos, em 2017 passou para 76 anos. De acordo com o estudo, avalia-se que essa tendência do aumento continue de forma gradual e cada vez mais lenta, uma vez que o salto dado no passado foi fruto, sobretudo, de uma forte queda na mortalidade infantil. Ainda de acordo com o estudo, nos últimos 77 anos a expectativa de vida do brasileiro aumentou 30,5 anos (OLIVEIRA, 2018).

De acordo com o anúncio, a expectativa de vida dos idosos aumentou em 8,1 anos de 1940 a 2017. Em 1940, de cada mil pessoas que atingiam os 65 anos de idade, 259 chegavam aos 80 anos ou mais. Já em 2017, de cada mil idosos com 65 anos, 632 completariam 80 anos (OLIVEIRA, 2018).

Nesse ínterim, percebe-se o célere crescimento da população de idosos em todo o mundo. Assim, a Organização Mundial da Saúde (OMS) define cronologicamente o idoso como o sujeito a partir dos 60 anos ou mais nos países em desenvolvimento, e 65 anos ou mais nos países desenvolvidos.

No Brasil, é considerado idoso, a pessoa com mais de 60 anos, definida pela Política Nacional do Idoso, Lei nº 8.842/94, e posteriormente pela Lei nº 10.741/03 que dispõe sobre o Estatuto do Idoso.

Ao logo dos anos, a população de idosos tem aumentado consideravelmente, em decorrência desse desenvolvimento, uma parcela dessa população têm vivido por mais anos devido ao aumento da expectativa de vida e do acelerado envelhecimento populacional (NERI, 2008).

Nessa perspectiva, a chegada da aposentadoria, que frequentemente, se dá simultaneamente com o processo de envelhecimento e os problemas advindo desse processo, contudo não obrigatoriamente, é um fenômeno de grandes transformações.

Aposentadoria é uma prestação previdenciária, uma remuneração recebida mensalmente pelo trabalhador aposentado. Esse benefício é garantido a todo trabalhador brasileiro que completar os requisitos mínimos determinados pela Lei nº 8.213, de 24 de julho de 1991.

Por sua vez, a definição de aposentadoria no dicionário é o “afastamento de um trabalhador do serviço ativo, após completar os anos estipulados em lei para exercício de atividade ou, antes deste prazo, por invalidez” (DICIONÁRIO HOUAISS ON-LINE DE PORTUGUÊS).

Segundo a interpretação de Gomes (2006) a aposentadoria é um benefício concedido aos trabalhadores que trabalharam por um período da vida, momento que se dá com o afastamento remunerado sem exercício de a necessidade de realizar uma atividade laboral.

A aposentadoria, seguindo esse raciocínio, representa uma fase de inúmeras mudanças, e que pode oferecer oportunidades de novas aprendizagens, ou seja, momento oportuno para construção de novos projetos, as quais dependerão das habilidades e dos objetivos de vida de cada pessoa. Contudo,

podendo acarretar impactos positivos ou negativos na vida dos sujeitos aposentados, dependendo da percepção de cada um (LIMA, 2006; ZANELLI, 2012).

Assim, a aposentadoria, “representa um momento de maior liberdade e de desengajamento profissional, trazendo novas oportunidades e realizações” (FRANÇA, *et al.*, 2009). Entretanto:

[...] pode também ser percebida como um período de desvalia e de diminuição da autoestima – que, por sua vez, leva ao sentimento de perda de *status*, de referência, do companheirismo entre os colegas de trabalho, ao sentimento de inutilidade e de perda financeira. (FRANÇA *et al.*, 2009, p. 551).

Nesse contexto, França (2002) destaca que a aposentadoria também representa um fator desfavorável financeiramente, por isso, em algumas circunstâncias, é indispensável a continuidade com um trabalho provisório para complementação financeira. Contudo, deve-se priorizar atividades que proporcionem maior satisfação, bem como favoreçam tempo para o cuidado com a saúde, com atividades culturais e de lazer, entre outras.

Nesse ínterim, “a aposentadoria não representa o fim da vida, mas o início de uma nova maneira de viver, na qual a pessoa pode se dedicar às atividades que lhe proporcionam prazer e autovalorização” (DEBETIR, 2013, p. 32). Contudo observa-se que há uma carência de planejamento pessoal que proporcione maior independência econômica, individual e social. Ressalta-se que a falta de preparação é um reflexo cultural do Brasil a respeito da aposentadoria, considerando que é discutida a inabilidade para planejamentos de longo prazo, como percebido a partir das organizações trabalhistas. Além desse fator, tem-se o pensamento de deixa para um momento posterior (CERBIASI, 2014).

Em virtude do exposto, o objetivo deste estudo foi analisar e sistematizar, por meio de uma revisão integrativa da literatura nacional, a produção científica de artigos sobre Programas de Preparação para Aposentadoria (PPA) e de artigos sobre Projeto de vida após aposentadoria no Brasil nos últimos dez anos, publicados na base de dados no Portal de Periódicos - CAPES; Pubmed e Scielo.

2 MÉTODO

O presente estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura, por se tratar de uma abordagem que permite ao pesquisador sistematizar e avaliar estudos teóricos e empíricos realizados sobre um determinado fenômeno ao qual se deseja pesquisar (SOUZA *et al.*, 2010). No caso do estudo em questão, o tema de interesse são, programas de preparação para aposentadoria e de artigos sobre projeto de vida após aposentadoria.

Para a operacionalização da busca dos artigos foi seguido as seguintes etapas: delimitação do problema; definição das bases de dados e descritores; estabelecimento de critérios de exclusão e inclusão de artigos a serem selecionados para compor a amostra; definição das informações extraídas dos estudos selecionados. A busca foi realizada por meio dos seguintes descritores: “aposentadoria” e “projeto de vida” “projeto de vida” e “pós-aposentadoria”; “preparação e aposentadoria” e “pós-aposentadoria”.

A escolha destes descritores justifica-se pelo uso dos termos para se referir a programas de preparação para aposentadoria e de projeto de vida após-aposentadoria, referenciada na literatura (ZANELLI *et al.*, 2010). Primeiramente, os artigos foram selecionados por estes descritores e posteriormente pelo título, seguido de resumo e por último pela leitura.

Para a seleção dos artigos, seguiu-se os seguintes critérios de inclusão: a) artigos nacionais e que estivessem disponíveis on-line na íntegra e gratuitamente; b) artigos publicados entre os anos de 2009 a 2019; c) artigos de relevância ao objetivo proposto. Os critérios de exclusão foram: a) artigos de revisão bibliográfica de qualquer modalidade; b) artigos que não abordavam a temática proposta; c) artigos duplicados; e d) artigo internacional; e) artigo de monografia, dissertação, tese, e livro.

3 RESULTADOS

Foram identificados, a partir da pesquisa nas bases de dados, 1.286 artigos. Após a eliminação das duplicadas, outros idiomas e demais critérios de exclusão, os artigos foram avaliados em nível do título e de resumo quanto aos critérios de inclusão e exclusão, conforme Tabela 1. Foram selecionados sete artigos a serem avaliados por meio do texto completo.

Tabela 1 – Resultados encontrados a partir dos descritores em cada base de dados

| | CAPES | SCIELO | PUBMED |
|-------------------------------------|-------|--------|--------|
| Aposentadoria e Projeto de Vida | 1.520 | 4 | - |
| Projeto de Vida e Pós-Aposentadoria | 246 | - | 5 |
| Total | 1776 | 4 | 5 |

Fonte: Dados da pesquisa.

Tabela 2 – Caracterização dos artigos selecionados sobre aposentadoria e projeto de vida após-aposentadoria, entre o período de 2009 – 2019

| |
|---|
| ESTUDO: Martins e Borges, (2017) |
| OBJETIVO: O objetivo é relatar a experiência da implantação do programa educação para a aposentadoria, quanto a avaliação dos impactos de um programa para melhorar qualidade de vida pós-trabalho |
| MÉTODO: |
| Local: órgão público INSS |
| Amostra: 19 servidores públicos lotados em atividades administrativas |
| Instrumento: entrevistas, Escala de Mudança em Comportamento de Planejamento em Aposentadoria e Rodas de Conversa. Após avaliação do Programa, houve mudanças nas intenções e comportamentos. |
| Análise: qualitativa. |

RESULTADO: O Programa despertou nos participantes, a necessidade de se planejar e cuidar dos múltiplos fatores relacionados ao bem-estar na aposentadoria, principalmente ao que se refere ao planejamento financeiro, a promoção de autonomia, ao suporte afetivo e integração social com a família e amigos, no intuito de proporcionar a manutenção da saúde e no despertar para projetos pós-aposentadoria.

ESTUDO: Ferreira e Guedes (2012)

OBJETIVO: relatar um estudo de caso sobre a experiência de implantação do “Novo Tempo – Programa de Preparação para o Pós-Carreira”.

MÉTODO:

Local: Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte/Campus Natal-Central.

Amostra: 11 servidores

Instrumento: técnicas padronizadas de gravações e aplicação de questionários, através dos quais foram colhidos os depoimentos dos participantes.

Análise: descritiva

RESULTADO: Programa tem sido um importante facilitador nas tomadas de decisão e na conscientização da necessidade de planejamento de um projeto de vida voltado para uma aposentadoria ativa no pós-carreira, corroborando a relevância deste tipo de ação de responsabilidade social por parte das organizações.

ESTUDO: Figueira *et al* (2016)

OBJETIVO: Desvelar percepções de trabalhadores pré-aposentados de uma instituição universitária pública acerca da aposentadoria

MÉTODO:

Local: Instituição Universitária Pública

Amostra: 16 pré-aposentados

Instrumento: A análise dos dados se deu pela técnica da análise de conteúdo

Análise: qualitativa

RESULTADO: 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 com a oportunidade de refletir sobre esta fase da vida e se preparar para desfrutar da pós-carreira com qualidade.

ESTUDO: Barbosa e Traesell (2013).

OBJETIVO: Investigar as repercussões da proximidade da aposentadoria sobre a subjetividade, bem como o papel do psicólogo nesse processo.

MÉTODO:

Local: Município Rio Grande do Sul
Amostra: 5 pessoas
Instrumento: Entrevista focalizada
Análise: qualitativa

RESULTADO: Através da análise da pesquisa de campo, constatou-se que os sujeitos que estão próximos à aposentadoria enfrentam sentimentos de medo e insegurança e, muitas vezes, desejam continuar trabalhando. Além disso, demonstrou que o pré-aposentado não se conforma com a aproximação da velhice. Percebeu-se, ainda, que a fase da pré-aposentadoria é um momento oportuno para reflexão e planejamento de novos projetos para o futuro.

ESTUDO: Macêdo *et al* (2017).

OBJETIVO: Analisar representações sociais atribuídas à aposentadoria por servidores públicos federais, identificando os aspectos mais enfatizados e suas implicações no processo de decisão trabalho aposentadoria.

MÉTODO:

Local: Instituição de Ensino do Nordeste
Amostra: 283 servidores federais
Instrumento: A análise lexicográfica foi realizada pela técnica de classificação hierárquica descendente, com o auxílio de um software de análise textual.
Análise: qualitativa

RESULTADO: Os resultados indicam a existência de padrões de significados de aposentadoria entre os sujeitos, estando a intenção de aposentar-se vinculada à ideia de usufruir o tempo e viver com mais qualidade, e o adiamento em resposta ao sentir-se atuante no trabalho, não ter atividades substitutivas, e enquanto estratégia contra a ociosidade.

ESTUDO: Debetir (2011)

OBJETIVO: Avaliar a contribuição do programa de orientação para aposentadoria desenvolvido na Universidade Federal de Santa Catarina para uma vivência positiva desta fase da vida.

MÉTODO:

Local: Universidade Federal de Santa Catarina
Amostra: 52 servidores
Instrumento: Utilizou-se a técnica de análise de conteúdo
Análise: qualitativa.

RESULTADO: Observou-se, maior dificuldade na transição para aposentadoria, no grupo que participou do programa. Contudo, a contribuição do programa evidenciou-se nas verbalizações que o destacam como motivador de reflexão e de mudanças atitudinais positivas. O ideal no planejamento de carreira é prestar assistência ao trabalhador durante todo o período funcional, no projeto e construção da vida que deseja viver.

Fonte: Dados da pesquisa.

A análise do material buscou caracterizar as produções levando em consideração os achados por combinação de descritores, assim, dos seis artigos analisados, cinco foram desenvolvidos em instituições públicas, para servidores que estão próximos da aposentadoria.

Face ao delineamento dos artigos, das abordagens encontradas, destacamos que dos seis estudos, cinco utilizou-se do método qualitativo, utilizando-se questionários, entrevistas semi estruturadas, e focalizada escalas, análise de conteúdo, dentre outros instrumentos.

Na caracterização dos artigos, destaca-se que frequentemente os estudos envolvendo a questão da aposentadoria estão: os programas de educação para aposentadoria; orientação para aposentadoria; programa de preparação para pós-carreira; servidores pré-aposentados; servidores em proximidade da aposentadoria; servidores em processo de decisão para a aposentadoria.

Quanto aos objetivos, os artigos abordaram as seguintes questões: analisar representações sociais atribuídas à aposentadoria; identificar os aspectos mais enfatizados e suas implicações no processo de decisão trabalho para aposentadoria; desvelar percepções de trabalhadores pré-aposentados acerca da aposentadoria; investigar como o sujeito vivencia esta etapa de sua vida; avaliar a contribuição do programa de orientação para aposentadoria para uma vivência positiva desta fase da vida.

Pôde-se perceber que as unidades de conteúdo adotadas foram: satisfação e compromisso com o trabalho; fatores de decisão; preparação e planejamento estratégico pessoal e profissional; percepção de perdas e ganhos; vivência da aposentadoria; rendimentos; saúde física, saúde mental; relacionamentos e grupos de apoio. Além de reflexões sobre as mudanças de vida que a aposentadoria pode acarretar, bem como contribuir para o enfrentamento dos sentimentos que surgem na fase que precede à aposentadoria.

Os resultados obtidos na análise destes estudos apontaram que os principais objetivos propostos nas investigações foram: a contribuição do programa de orientação para aposentadoria; sentido de tomada de consciência dos aspectos referentes à aposentadoria. E que os Programas têm sido um importante facilitador nas tomadas de decisão e na conscientização da necessidade de planejamento de um projeto de vida voltado para uma aposentadoria ativa no pós-carreira, corroborando a relevância deste tipo de ação de responsabilidade social por parte das organizações.

A análise dos resultados indicam a existência de padrões de significados de aposentadoria entre os sujeitos, estando a intenção de aposentar-se vinculada à ideia de usufruir o tempo e viver com mais qualidade. Observou-se que 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 mais qualidade. Percebeu-se, ainda, que a fase da pré-aposentadoria é um momento oportuno para reflexão e planejamento de novos projetos para o futuro.

Quanto à caracterização dos artigos, três abordaram Programas de Preparação para Aposentadoria, e destes, somente dois estudos explicitaram a questão na conscientização da necessidade de planejamento de um projeto de vida voltado para uma aposentadoria ativa no pós-carreira e de sobre planejamento de novos projetos para o futuro.

4 DISCUSSÃO

A aposentadoria pode ser percebida como um tempo de liberação do trabalho, podendo ser idealizada como um momento de crise ou de liberdade, como também de investimento no desenvolvimento pessoal (DEBETIR, 2013; ZANELLI *et al.*, 2010).

Nesse contexto, “representada pela aposentadoria, denotam sua importância, visto que podem fornecer elementos para um melhor planejamento do futuro aposentado, gerando expectativas mais realizáveis” (DEBETIR, 2013, p. 19).

O impacto da aposentadoria na vida do sujeito vai depender, fundamentalmente ter sido desejada ou imposta, também fará muita diferença nos ajustamentos no pós-carreira. Pois, quem vai se aposentar deve ser o gerenciador de seu projeto de vida, administrando suas perdas, contudo, alcançando seus desejos e perspectivas em função de suas possibilidades (DEBETIR, 2013).

Assim, a transição para a aposentadoria pode gerar ansiedade, principalmente pela falta de planejamento que auxilie os sujeitos a desfrutar dessa nova fase da vida. Para auxiliar os trabalhadores a vivenciar a transição para a aposentadoria, empresas e órgãos públicos desenvolvem ações de orientação e ou de preparação para a aposentadoria (DEBETIR, 2013).

Ressalta-se que os programas voltado para a preparação para a aposentadoria, devem dentre outros fatores, buscar a orientação para um trabalho de autoconhecimento, revisão de prioridades e elaboração de novo projeto de vida para a nova fase da vida, bem como auxílio aos participantes na busca de descobertas de novas oportunidades de inserção social (SOARES *et al.*, 2007).

Nesse sentido, os programas de orientação ou preparação para aposentadoria visam preparar os indivíduos para a reconstrução de suas identidades face a ruptura com o mundo laboral, conduzindo-os na reflexão para o despertar de novas áreas de interesse, e dessa forma, propiciando aos aposentados o incentivo à descoberta de potencialidades e à prevenção de ansiedades e conflitos (ZANELLI *et al.*, 2010).

Nessa linha de argumentação, Zanelli e outros autores (2010, p. 97) “acredita que a transição para a aposentadoria pode ser em muito facilitada quando são promovidas situações ou vivências no contexto organizacional, enquanto a pessoa ainda executa suas atividades de trabalho”.

A construção do projeto de vida é uma configuração humana, e como qualquer projeto evidencia o futuro, onde o sujeito de sua história pressupõe a realização de algo de forma analítica e articulada no tempo que virá (CATÃO, 2000; ZANELLI *et al.*, 2001).

Nessa perspectiva, para França e Soares (2009) o processo de construção de projetos é uma característica essencialmente humana, que expressa as alternativas possíveis da vida de uma pessoa, com a intenção de realizar algo para o futuro, bem como a de viver a própria vida como múltiplos projetos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os artigos mostraram a importância do desenvolvimento e realização de Programas de Preparação ou de orientação para a Aposentadoria. Esses programas podem oferecer a criação de possibilidades

e reflexões norteadoras de projetos futuros que podem direcionar para construções de atividades que desenvolvam o sentido ativo de cada sujeito. Contudo, salienta-se a escassez de material encontrado na literatura sobre a projeto de vida após-aposentadoria. O que tem-se observado é que os programas de preparação ou de planejamento para a aposentadoria, adentra essa questão ainda que timidamente.

REFERÊNCIAS

CATÃO, M. F. **Projeto de vida em construção na exclusão inserção social**. João Pessoa: UFPB, Ed. Universitária, 2001.

DEBETIR, E. **Aposentadoria e qualidade de vida**. Florianópolis: UDESC, 2013.

DICIONÁRIO HOUAISS ONLINE DE PORTUGUÊS. Disponível em <https://www.dicio.com.br/houaiss/> Acesso em: 7 jul. 2019.

FRANÇA, Lucia Helena; **Repensando a aposentadoria com qualidade**: um manual para facilitadores de programas de educação para aposentadoria em comunidades. Rio de Janeiro: Centro de Referência e Documentação sobre Envelhecimento, Universidade Aberta da Terceira Idade/UERJ, 2002.

FRANÇA, Lucia H. de F. P.; SOARES, Dulce H. P. Preparação para a aposentadoria como parte da educação ao longo da vida. Revista: **Psicologia, Ciência e Profissão**, v. 29, n. 4, p. 738-751, 2009.

FRANÇA, Lucia H. de F. P.; SOARES, Dulce H. P. Preparação para a aposentadoria como parte da educação ao longo da vida. **Psicologia Ciência e Profissão**, Conselho Federal de Psicologia, 2009.

GOMES, Sandra Regina. **Mitos e Verdades sobre a velhice e um guia de serviços e benefícios sociais**. Secretaria Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social do Idoso e Assistência Social. São Paulo: SMAD, 2006

NERI, A. L. **Palavras chave em gerontologia**. 3. ed. Campinas: Alínea, 2008.

SOARES, D. H. P. *et al.* Aposentação: programa de preparação para aposentadoria. **Revista Estudos Interdisciplinares sobre Envelhecimento**, Porto Alegre, v. 12, p. 143-161, 2007.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Revista Einstein**, São Paulo, v. 8, n.1, jan./mar. 2010. DOI.org/10.1590/s1679-45082010rw1134. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1679-45082010000100102&script=sci_arttext&tlng=pt. Acesso em: 7 jul. 2019.

ZANELLI, J. C. Processos psicossociais, bem-estar e estresse na aposentadoria. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho, Florianópolis**, v. 12. n. 3. 2012. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572012000300007. Acesso em: 24 maio 2019.

ZANELLI, J. C.; SILVA, N.; SOARES, D. H. P. **Orientação para aposentadoria nas organizações do trabalho**: construção de projetos par o pós-carreira. Porto Alegre: Artmed, 2010.

Recebido em: 25 de Junho de 2022

Avaliado em: 6 de Julho de 2022

Aceito em: 19 de Agosto de 2022



A autenticidade desse artigo pode ser conferida no site <https://periodicos.set.edu.br>

Copyright (c) 2022 Revista Interfaces Científicas - Humanas e Sociais



Este trabalho está licenciado sob uma licença Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

1 Especialista em Saúde Pública com Ênfase em Saúde Coletiva pela Faculdade Albert Einstein; Mestranda em Gerontologia pela Universidade Católica de Brasília; Assistente Social do Instituto Federal do Tocantins – IFTO.
E-mail: fafasocial@gmail.com

2 Doutor em Neurociência e Cognição pela Universidade Federal do ABC; Mestre em Ciências pela Faculdade de Saúde Pública da USP; Gerontólogo; Professor do Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Gerontologia da Universidade Católica de Brasília.
E-mail: henrique.salmazo@ucb.br

