

Revista Científica Indexada Linkania Júnior - ISSN: 2236-6652

Volume 4 - Nº 3 – Julho/Setembro - 2014

A ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA PRÉ-APOSENTADORIA NOS ASPECTOS FÍSICOS E MENTAL DAS ATIVIDADES SOCIAIS, DE SERVIDORES DO INSTITUTO FEDERAL FLUMINENSE *CAMPUS* BOM JESUS DO ITABAPOANA-RJ

Cenira Godoi de Oliveira¹
Graduanda em Enfermagem

Maria Aparecida Nunes de Rezende Deascanio²
Graduanda em Enfermagem

Fernanda de Oliveira Pinto³
Bacharel e Licenciada em Ciências Biológicas
Doutora em Genética e Melhoramento de Plantas

Resumo

O ato de se aposentar remete conflitos no processo de constituição da identidade do sujeito, principalmente na atualidade social que supervaloriza a produtividade e o capital. A aposentadoria é uma ambivalência, ou seja, ao mesmo tempo em que é uma conquista, é também taxada como um tempo inútil, um período de decadência que pode causar desequilíbrios emocionais com a falta de ligação entre trabalho e reconhecimento da atividade profissional. Muitas empresas estão criando programas de pré-aposentadoria com o intuito de acolher os funcionários que estão próximos a se aposentar, suavizando os impactos que esta nova fase da vida pode causar. De posse dessas informações este trabalho teve como objetivos analisar os fatores que interferem na saúde dos servidores do Instituto Federal Fluminense (IFF)

¹Faculdade Metropolitana São Carlos- FAMESC, Bom Jesus do Itabapoana - Rio de Janeiro, e-mail: ceniragodoi51@yahoo.com.br;

² Faculdade Metropolitana São Carlos- FAMESC, Bom Jesus do Itabapoana - Rio de Janeiro, e-mail: deascanioaparecida@gmail.com

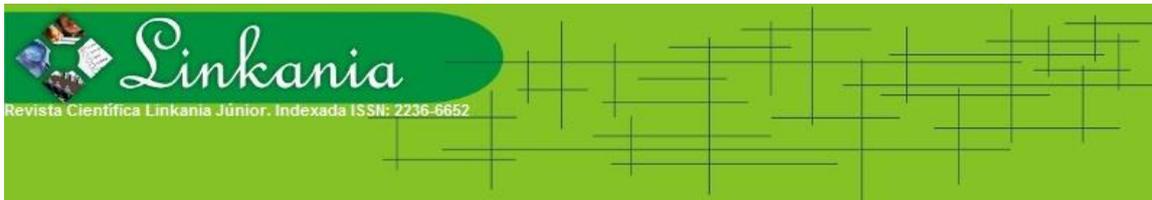
³Faculdade Metropolitana São Carlos- FAMESC, Bom Jesus do Itabapoana - Rio de Janeiro, e-mail: fernandapintofamesc@gmail.com

campus Bom Jesus do Itabapoana-RJ no período da pré-aposentadoria. O Universo da pesquisa se caracterizou por sua abordagem quali-quantitativa em relação aos objetivos do trabalho, de natureza descritiva, pois descreveu as características de sujeitos relacionando as variáveis, e explicativa porque buscou identificar os fatores que contribuem para a ocorrência dos eventos. Os sujeitos da pesquisa foram 19 servidores do IFF *campus* Bom Jesus do Itabapoana-RJ, entre 40 a 65 anos de idade e foram aplicados aos mesmos, questionário do tipo estruturado, contendo 16 perguntas fechadas e de múltipla escolha e posteriormente analisados e gerados gráficos do tipo barra. A partir da análise e observação dos resultados, pode-se inferir que existe um receio do que se espera em relação a aposentadoria, como improdutividade, diminuição do salário, e do aparecimento de certas doenças. Conclui-se que os sujeitos que estão próximos à aposentadoria enfrentam sentimentos de medo e insegurança e, que a fase da pré-aposentadoria é um momento oportuno para reflexão e planejamento de novos projetos de vida e que a assistência de profissionais da enfermagem nessa fase é de grande relevância.

Palavra-chave: pré-aposentadoria; enfermagem; assistência.

Abstract

The act of retiring refers conflicts in the process of establishment of the identity of the subject, especially in social actuality that overestimates productivity and capital. Retirement is an ambivalence, ie, while it is an achievement, it is also rated as a useless time, a period of decadence that can cause emotional imbalances with the lack of connection between work and recognition of professional activity. Currently many companies are creating a program of pre-retirement in order to accommodate employees who are near retirement, softening the impact that this new phase of life can cause. Armed with this information this study aimed to analyze the factors affecting the health of the Instituto Federal Fluminense (IFF) Bom Jesus do Itabapoana RJ-campus servers during the pre-retirement. The universe of this study was characterized by a qualitative and quantitative approach to the study objectives, of a descriptive nature, because described the characteristics of subjects relating the explanatory variables because it sought to identify the factors that contribute to the occurrence of events. The study subjects were 19 servers IFF Bom Jesus do Itabapoana RJ-campus, between 40-65 years old. Were applied to the subjects of the questionnaire survey of the structured type containing 16 closed questions, and from the analysis of the data, were generated type bar graphs and pie. From the analysis and observation of the results obtained through the it can be inferred that there is a fear of what is expected to retirement, unproductive, decrease in salary, and the appearance of certain diseases. It was concluded in this study that subjects who are near retirement facing fear and insecurity and often wish to continue working. Furthermore it was shown



Revista Científica Indexada Linkania Júnior - ISSN: 2236-6652

Volume 4 - Nº 3 – Julho/Setembro - 2014

that pre-retiree does not conform with the approach of old age and the stage of pre-retirement is an opportune time for reflection and planning of new projects of life and that the assistance of professional nursing in this phase of life is of great importance.

Keywords: pre-retirement; nursing; assistance.

1. Introdução

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2010), em 2050, a expectativa de vida alcançará 81 anos. Nessa época o Brasil terá igual número de idosos e de jovens, que representarão 18% da população geral. O Brasil, em 2050, terá apenas três trabalhadores para sustentar um aposentado.

As pessoas que traçam planos concretos para a aposentadoria enfrentam a assistência de enfermagem na pré-aposentadoria nos aspectos físico e mental das atividades sociais com expectativas mais positivas que aquelas que não se planejaram. As pessoas tem-se aposentado na faixa etária de 50-60 anos, o que gera uma expectativa de vida de quase mais 30 anos após a aposentadoria, sendo necessário um investimento que promova a saúde e a qualidade de vida dos cidadãos. Além disso, esse público ainda pode ser produtivo, representando uma força de trabalho mais experiente e qualificada.

A aposentadoria pode ocasionar desequilíbrios emocionais com a falta do trabalho formal, havendo uma limitação no processo de reconhecimento da atividade profissional. Além disso, os compromissos, com o término da vida profissional, a vida social, a referência e os compromissos profissionais também se extinguem. O envelhecimento, com suas alterações anatômicas e funcionais, ainda são considerados na atualidade como uma etapa economicamente improdutiva (MENDES, et al., 2005).

Muitas empresas estão criando programas de pré-aposentadoria com o intuito de acolher os funcionários próximos a se aposentar, suavizando os

impactos que esta nova fase da vida pode causar. Como integrante de uma equipe multidisciplinar, o enfermeiro do trabalho enquanto agente de promoção e prevenção da saúde realiza ações de educação em saúde estimulando os trabalhadores a obterem condições de trabalho melhores e mais seguras (LUCAS, 2012).

Este projeto se justifica pela importância de que ao se aposentar o profissional não se sinta inútil, deprimido, fora do meio social, com nutrição desregrada, acarretando prejuízo à saúde do aposentado evitando-se com isso doenças oportunistas.

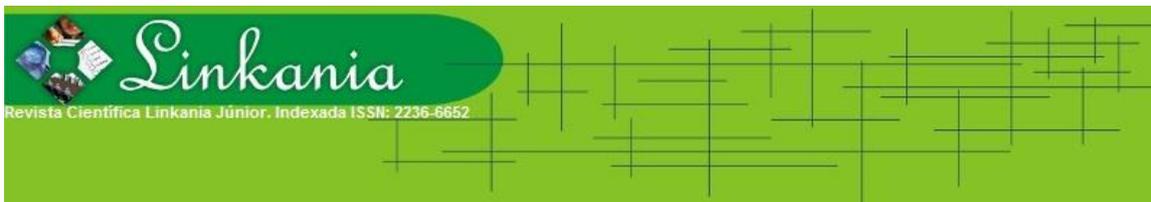
Deste modo, se para alguns a aposentadoria é assimilada de forma positiva, proporcionando uma reorganização da vida, para outro é significativamente prejudicial, podendo afetar sua estrutura psíquica, podendo se manifestar através de sentimentos e sintomas como: ansiedade, depressão, irritabilidade e insatisfação generalizada.

O objetivo geral deste trabalho foi analisar os fatores que interferem na saúde dos servidores do Campus IFF de Bom Jesus do Itabapoana no período da pré-aposentadoria. E como objetivos específicos, pode-se destacar: 1) Identificar as causas que levam os servidores desta fase a se preocupar com as possíveis mudanças por meio de questionário para funcionário em fase de aposentadoria, como emoções e que seus sentimentos sejam expressos; 2) Avaliar por meio de observação sistemática os aspectos físicos decorrentes da idade; 3) Articular um planejamento de vida após a aposentadoria (contemplando aspectos sociais, econômicos, de saúde e afetivos).

2. Marco Teórico

2.1. Histórico do Instituto Federal Fluminense

Segundo Souza (2012), um novo modelo de instituição de educação profissional e tecnológica foi criado pelo Ministério da Educação em 2008.



Revista Científica Indexada Linkania Júnior - ISSN: 2236-6652

Volume 4 - Nº 3 – Julho/Setembro - 2014

Trata-se dos Institutos Federais de Educação, que integram os Centros Federais de Educação Tecnológica (CEFET's) as Escolas Técnicas e Agrotécnicas (ETF's e EAF's), e as vinculadas às Universidades Federais.

A História do IF Fluminense começou no início do século passado. Foi Nilo Peçanha, o então presidente da república, que criou através do decreto número 7566 de 23 de setembro de 1909, as Escolas de Aprendizes e Artífices com o propósito de educar e proporcionar oportunidades de trabalho para os jovens das classes menos favorecidas (PORTAL IFF, 2014).

No começo da década de 90, as Escolas Técnicas Federais são transformadas em Centros Federais de Educação Tecnológica, porém, só em 1999, depois de um longo período de avaliação institucional, seis unidades da Rede Federal são autorizadas a oferecer cursos em nível de terceiro grau. O Centro Federal de Educação Tecnológica de Campos é uma delas (PORTAL IFF, 2014).

Sob decretos, assinados pelo Presidente Luís Inácio Lula da Silva em outubro de 2004, o CEFET passou a ser Centro Universitário, com todas as prerrogativas que lhe eram inerentes. Além do ensino médio e técnico, o CEFET Campos passa a oferecer os cursos superiores de Automação, Manutenção Industrial, Indústria do Petróleo e Gás, Desenvolvimento de Software, Design Gráfico, Geografia, Matemática, Arquitetura e Ciências da Natureza nas modalidades: Química, Física e Biologia, além de três pós-graduações lato sensu: Educação Ambiental, Produção Sistemas e Literatura, Memória Cultural Sociedade e um curso de mestrado em Engenharia de Meio Ambiente (PORTAL IFF, 2014).

Em 2009, o Colégio Técnico Agrícola Ildefonso Bastos Borges, anteriormente um campus da Universidade Federal Fluminense (UFF), foi incorporado ao Instituto Federal Fluminense, em Bom Jesus do Itabapoana, local de desenvolvimento da presente pesquisa.

2.2. Relação da Enfermagem com a Saúde do Trabalhador

A Enfermagem do Trabalho surgiu na Inglaterra por volta do século XIX quando da Revolução Industrial. Conhecida como Enfermagem Laboral eram realizadas visitas domiciliares a empregados doentes e seus familiares. Phillipa Foreday foi a primeira profissional a receber o título de Enfermeira do Trabalho no Reino Unido em 1878 (LIMA, 2011).

No Brasil sob influência das empresas multinacionais por volta das décadas de 50 e 70 mesmo sem uma legislação específica e formação formal a Enfermeira Deuzuite de Souza Cordeiro se encarregou de organizar o serviço de enfermagem por planejar, organizar e programar ações para empresas do ramo de mineração (LIMA, 2011). Procedente da enfermagem generalista, a enfermagem do trabalho foi inserida na equipe de saúde nas empresas por volta de 1975 através da Portaria nº 3.460 do Ministério do Trabalho com serviços direcionados a esta população específica. Assim como a criação de cursos de Pós-graduação para tal fim (ZEITOUNE, 2009).

Carvalho (2001) retrata que a relação entre o enfermeiro e o trabalhador é a de ajuda mútua, assim o enfermeiro atende às necessidades do trabalhador e este se responsabiliza no que for possível pelo seu próprio cuidado e é livre para aceitar ou rejeitar as recomendações de saúde propostas, desde que isso não afete terceiros. A presença do enfermeiro junto a serviços de saúde do trabalhador é obrigatória.

Albatroz (2000) relata que o estudo dos significados e dos sentidos que os trabalhadores atribuem aos seus trabalhos pode ser realizado por diferentes disciplinas e com múltiplas perspectivas teóricas. No entanto, a compreensão do que constitui trabalho é um ponto de partida fundamental. É necessário conhecer os conceitos e origens etimológicas.

2.3. Origens Etiológicas do Trabalho

A palavra trabalho descende do latim *tripalium*; instrumento utilizado na

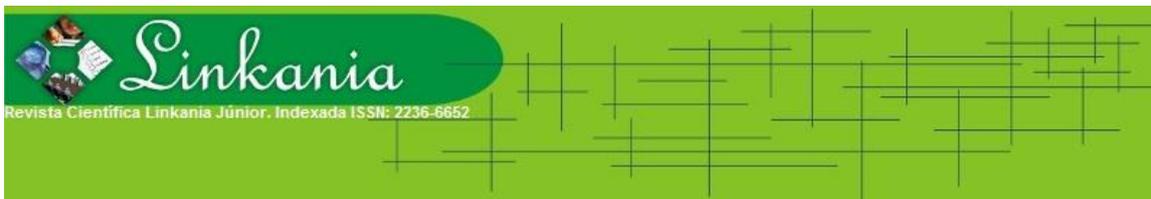
lavou e posteriormente usado como arma de tortura. Assim era possível associar o trabalho a forma de violência e sofrimento (ALBATROZ, 2000). Na tradição judaico-cristã era considerada punição, maldição. Na Bíblia no Antigo Testamento encontramos em Gênesis 3,19:”.. *“Comerás o pão com o suor do seu rosto”*. Desta forma o trabalho era ligado à punição pelo pecado original.

Na antiguidade a elite dominante era voltada para o trabalho intelectual e político enquanto os vencidos em guerra desempenhavam papéis rústicos, penosos e braçais. Já na idade média, com, a queda do Império Romano surge um novo sistema (feudalismo) onde os integrantes da elite dominante tornaram-se Senhores Feudais e pouca coisa mudou para os escravos gregos e romanos, agora chamados de servos de gleba (MONTEIRO, 2006). O trabalho era destinado aos servos que sustentavam os senhores feudais. Eram muitas vezes realizados em casa, pelas famílias e encarado como castigo e sofrimento. A profissionalização era determinada pelo nascimento já que os filhos aprendiam o ofício dos pais (SPARTA, 2013).

Já na Era moderna com as profundas transformações sociais, culturais, científicas e econômicas surge um novo conceito de trabalho e novas formas de relação de trabalho que passou a ser dividido em qualificado e não qualificado (SPARTA, 2013). Todas as atividades humanas passaram a ser foco de negócio por proporcionar uma oportunidade de ganhar dinheiro. Podemos então afirmar que o modelo antigo de trabalho era baseado na escravidão, no feudalismo na gleba e na era moderna em trabalho assalariado (WOLECK, 2000).

2.4. Expectativa de vida e aposentadoria

A expectativa de Vida é o número médio de anos que um recém-nascido espera viver se estiver sujeito a uma lei da mortalidade, ou seja, é a quantidade



Revista Científica Indexada Linkania Júnior - ISSN: 2236-6652

Volume 4 - Nº 3 – Julho/Setembro - 2014

de anos que se espera viver quando nascemos. Era de 42,7 em 1940 passando para 70,4 anos em 2000 contribuindo para o envelhecimento da população. Atualmente, a expectativa de vida dos brasileiros é de aproximadamente 68 anos, sendo 72,6 para as mulheres e de 64,8 para os homens. As mulheres no mundo inteiro vivem mais e, no caso das brasileiras, atualmente, seis anos a mais que os homens (IBGE, 2010).

A população com 80 anos está aumentando levando a novos conceitos e terminologias como “terceira ou até quarta idade”. Também é possível observar a mudança de papel da mulher principalmente da mulher idosa de cuidadora para provedora, de dependente para a chefia da família além de seu crescimento em relação à população masculina (CAMARANO, 2011).

Em civilizações onde as atividades intelectuais são valorizadas ser idoso é sinônimo de sabedoria e não perde o seu valor ativo. Por outro lado, em sociedades capitalistas onde a força de produção é essencial ser idoso é “sobreviver”. Não há projetos, e sim sofrimento com as adversidades de um corpo que se degrada com o passar dos anos. No modo de produção capitalista o idoso é excluído, pois não representa força de trabalho. Alertando então para a importância de um mecanismo que alerta a existência de diferentes significados e promova meios para o enfrentamento desta etapa da vida. Não podemos deixar de citar que o processo de envelhecimento ressalta desigualdades quanto à qualidade de vida, bem estar, quanto ao gênero, condições sociais e econômicas enfim, enfatiza a “exclusão social” (RODRIGUES, 2005).

Sánchez (2000) entende a necessidade de ações de competência da esfera pública e privada, de preparação da sociedade e também do indivíduo para o momento pós-carreira. O mesmo também refere que poucas pessoas planejam sua retirada e participa de programas de preparação para o afastamento do trabalho, a aposentadoria.

Nesta fase ocorrerão perdas materiais, rendimentos, psicológicos e sociais importantes França e Soares (2009) observam que a transição para

aposentadoria pode gerar ansiedade, principalmente pela falta de um planejamento que auxilie o trabalhador a usufruir melhor o tempo nessa nova fase de vida. Para que a transição trabalho-aposentadoria seja efetiva e de maneira mais tranquila, é fundamental que sejam propostos programas de preparação para aposentadoria nas organizações, visando ao planejamento para o futuro, enquanto o funcionário ainda estiver em atividade funcional.

2.5. Programa da Preparação para Aposentadoria (PPP)

O Programa de Preparo para Aposentadoria é uma forma de intervenção com o objetivo de apoiar indivíduos em um dos momentos estressante na vida que é a aposentadoria. Neste momento sob o ponto de vista psicológico e social o indivíduo pode apresentar desde uma sensação de liberdade até o sentimento de exclusão (NOVO, 2012). É importante fazer com que essa transição seja feita de maneira mais tranquila facilitando o bem-estar enfatizando os aspectos positivos e oportunizar reflexões sobre os aspectos negativos propondo alternativas de como lidar com elas (FRANÇA,2009).

O PPP também oportuniza ao funcionário planejar a aposentadoria e não simplesmente desligar da instituição. São sugeridas palestras preparatórias e explicativas com equipe multidisciplinar composta por médico, enfermeiro, psicólogo, administrador, pedagogo entre outros (SOUZA,2008).

França (2008) refere que quanto mais alto é o cargo, mais difícil será o processo da aposentadoria, e a categoria profissional que tem mais dificuldade em lidar com a aposentadoria são os executivos. Dentre as perdas estão os benefícios e a compensação do cargo (salários, plano de saúde, adicionais de lucro etc.); os aspectos emocionais (desafios, responsabilidade, competição, liderança, poder de decisão, criatividade, senso de pertencer à empresa); os aspectos tangíveis (status, eventos, festas, viagens, escritório, secretária, reuniões e contatos com clientes, agenda cheia e rotina do trabalho).

Além disso, com a proximidade da aposentadoria, principalmente ser efetuada de modo abrupto, torna-se um momento fortemente propício a

incidências de separações conjugais, doenças severas e até suicídios.

Diante desse contexto, o presente artigo trata de apresentar os fatores que interferem na saúde dos servidores do Campus IFF de Bom Jesus do Itabapoana no período da pré-aposentadoria e assistência de Enfermagem aos mesmos.

3. Metodologia

O Universo da presente pesquisa se caracterizou por sua abordagem quali-quantitativa em relação aos objetivos do trabalho, de natureza descritiva, pois descreveu as características de sujeitos relacionando as variáveis e explicativa porque buscou identificar os fatores que contribuem para a ocorrência dos eventos. Quanto à natureza o presente estudo é classificado em pesquisa aplicada.

Então primeiramente foi realizada uma pesquisa bibliográfica a partir de autores que trataram do tema em questão. Os sujeitos da pesquisa foram 19 servidores do IFF *campus* Bom Jesus do Itabapoana-RJ, entre 40 a 60 anos de idade. Foram aplicados aos sujeitos da pesquisa Os dados foram plotados em planilha do programa Excel e a partir da análise dos dados foram gerados gráficos do tipo barra.

A coleta dos dados para o desenvolvimento deste estudo foi desenvolvida através de questionário do tipo estruturado contendo 16 perguntas fechadas e de múltipla escolha. É pertinente ressaltar que após aplicação e transcrição dos conteúdos dos questionários, os mesmos foram destruídos.

Os sujeitos da pesquisa foram 19 pessoas com idades entre 40 e 65 anos, que trabalham e estão próximas à aposentadoria, escolhidos por conveniência e acessibilidade. No que se refere às características específicas dos participantes, foram entrevistados 10 professores e 9 técnicos administrativos.

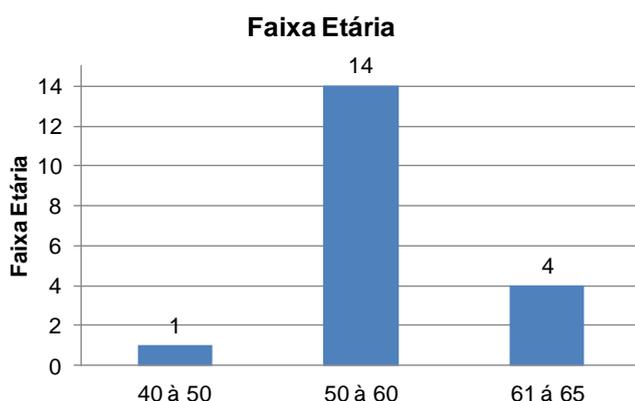
O cenário foi o IFF (Instituto Federal Fluminense), localizado no município de Bom Jesus do Itabapoana, estado do Rio de Janeiro.

Além disso, as pessoas que concordaram em participar da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), salienta-se que este estudo somente teve início após a aprovação pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Faculdade Metropolitana São Carlos.

4. Resultados e Discussão

Os resultados referentes à análise do questionário foram apresentados a seguir. Em relação à identificação dos entrevistados quanto à “Faixa Etária” houve uma variação entre 40 a 60 anos de idade, sendo que a maioria dos entrevistados possuíam entre 50e 60 anos de idade (74%), seguidos de 21% entre 61 e 65 anos de idade e apenas 5% entre 40 e 50 anos de idade, de acordo com o gráfico 1.

Gráfico 01 – Perfil do respondente, quanto a pergunta “Faixa etária dos entrevistados.”

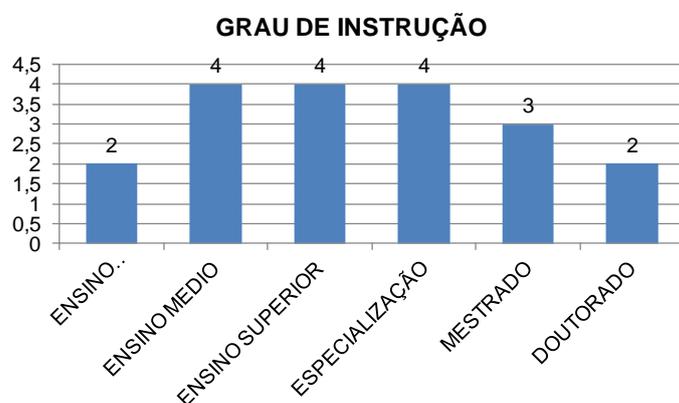


Fonte: Pesquisa.

Quando questionados quanto ao “Grau de Instrução” somente 10% deles possuíam Ensino Fundamental; 21% possuíam Ensino Médio; 21%

Ensino Superior; 21% Especialização; 16% Mestrado; e 11% Doutorado, conforme mostrado no gráfico2.

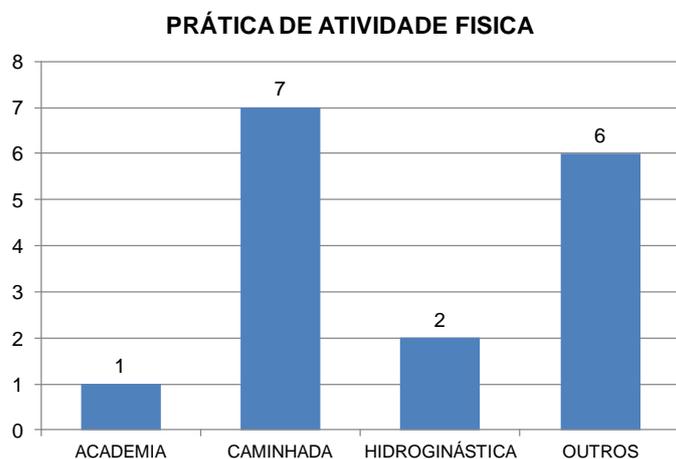
Gráfico 02 – Perfil do respondente, quanto à pergunta “Grau de Instrução dos entrevistados.”



Fonte: Pesquisa.

Em relação à pergunta do questionário quanto “A prática de Atividade Física”, foi constatado que 6% dos entrevistados praticavam academia; 44% praticavam caminhada; 12% praticavam hidroginástica e 38% outros, de acordo com o gráfico 3.

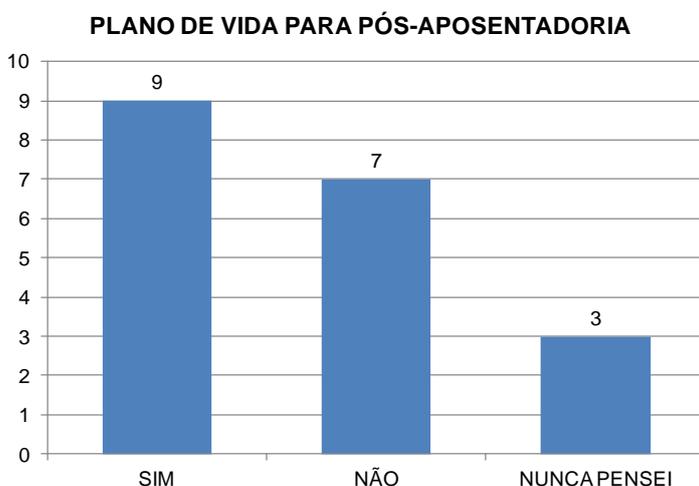
Gráfico 03 – Perfil do respondente, quanto à pergunta “Se pratica alguma atividade física?.”



Fonte: Pesquisa.

Pode-se observar quando questionados sobre a pergunta do questionário “Plano de Vida na Pós Aposentadoria”, os resultados revelaram que 47% dos respondentes disseram que possuíam um plano de pós-aposentadoria; 37% responderam que não possuíam e 16% disseram nunca haver pensado nessa questão, conforme apresentado no gráfico 4.

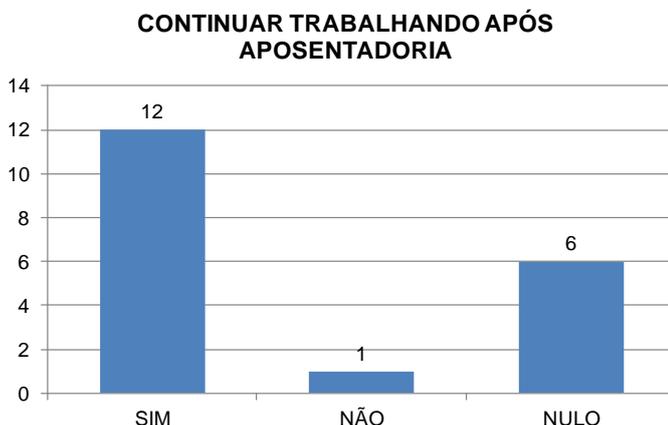
Gráfico 04 – Perfil do respondente, quanto à pergunta “Plano de vida para a pós-aposentadoria.”



Fonte: Pesquisa.

De posse das informações obtidas por meio da pesquisa documental sobre “*Continuar trabalhando após a aposentadoria*”, 63% responderam que sim, pretendem continuar trabalhando pretendem continuar trabalhando; 5% responderam que não, conforme o gráfico 5.

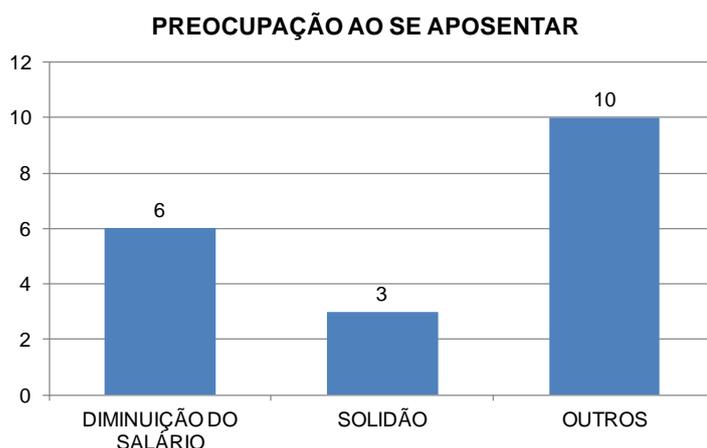
Gráfico 05 – Perfil do respondente, quanto à pergunta “Pretende continuar trabalhando na pós-aposentadoria?”



Fonte: Pesquisa.

Quando os servidores foram questionados sobre “Qual a *preocupação ao se aposentar*”, 31% responderam que se preocupam quanto à diminuição do salário; 16% se preocupam com a solidão e 53% responderam que se preocupam com outras questões, conforme o gráfico 6.

Gráfico 06 – Perfil do respondente, quanto à pergunta “Qual a preocupação ao se aposentar?”.



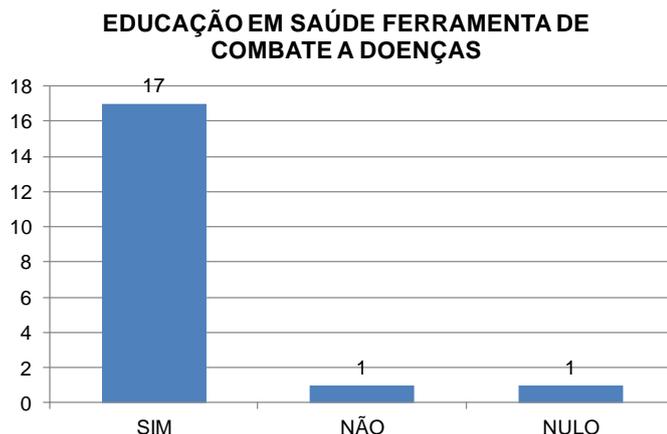
Fonte: Pesquisa

De acordo com França e Soares (2009) observaram que a transição para a aposentadoria pode gerar ansiedade, principalmente pela falta de um planejamento que auxilie o trabalhador a usufruir melhor o tempo nessa nova fase de vida. Para que a transição trabalho- aposentadoria seja efetiva e de maneira mais tranquila é fundamental que sejam propostos programas de preparação para aposentadoria nas organizações, visando ao planejamento para o futuro, enquanto o servidor ainda estiver em atividade funcional.

A relação que o homem estabelece com o trabalho contribui para a construção da sua identidade pessoal. A identidade profissional está relacionada ao autor reconhecimento que representa a maneira como o próprio indivíduo se reconhece e como é visto pelo outro. Diante disso, a aposentadoria pode ser incorporada de forma prejudicial, afetando a estrutura psíquica e manifestando-se por meio de sintomas como: ansiedade, depressão, irritabilidade e insatisfação generalizada, o que leva a redução na qualidade de vida.

Foi perguntado aos entrevistados se a “Educação em saúde ajuda a enfrentar o stress, hipertensão, diabetes e ansiedade?” e a maioria dos servidores (90%) respondeu que sim; 5% responderam que não; e 5% nulo, de acordo com o gráfico 7.

Gráfico 07 – Perfil do respondente, quanto à pergunta “Educação em Saúde ajuda a enfrentar o stress, hipertensão, diabetes e ansiedade?”

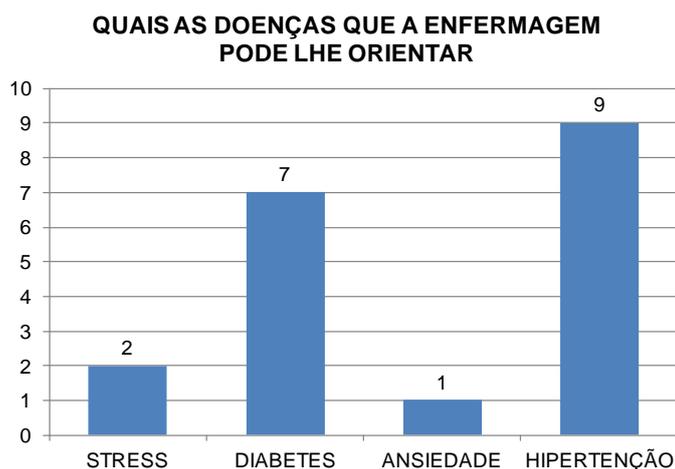


Fonte: Pesquisa.

A aposentadoria provoca uma crise no indivíduo, pois, com o afastamento da vida competitiva, a autoestima e a sensação de ser útil reduzem-se em um primeiro momento, o idoso tende a mostrar-se satisfeito com a aposentadoria, pela possibilidade de descansar, mas com o decorrer do tempo passa a sentir-se inútil. Esse processo pode representar um problema para o aposentado, causando – lhe angústia e isolamento social, bem como um sentimento de exclusão, tornando difícil sua adequação ao mundo em que vive. Outro fator que a maioria dos idosos enfrentam é uma diminuição na sua renda mensal, o que afeta diretamente sua qualidade de vida. É importante que as diferenças sejam observadas e trabalhadas, pois somente assim a aposentadoria será uma fase da vida aguardada com satisfação (MENDES et al., 2005).

De acordo com a pergunta do questionário “*Quais as doenças que a enfermagem pode lhe orientar*”, 47% dos respondentes responderam que gostariam de receber orientações sobre hipertensão; 37% responderam que gostariam de orientações sobre diabetes; 11% responderam sobre stress; 5% sobre ansiedade, conforme o gráfico 8.

Gráfico 08 – Perfil do respondente, quanto à pergunta “Quais as doenças que a enfermagem pode lhe orientar?”.



Fonte: Pesquisa.

França (2008) refere-se que quanto mais alto é o cargo, mais difícil será o processo da aposentadoria, e a categoria profissional que tem mais dificuldade em lidar com a aposentadoria são os executivos. Dentre as perdas estão os benefícios e a compensação do cargo (salários, plano de saúde, adicionais de lucro etc); os aspectos emocionais (desafios, responsabilidade, competição, liderança, poder de decisão, criatividade, senso de pertencer à empresa); os aspectos tangíveis (status, eventos, festas, viagens, escritório, secretaria, reuniões e contatos com clientes, agenda cheia e rotina do trabalho). Além disso, com a proximidade, da aposentadoria principalmente se efetuada de modo abrupto, torna se um momento propício a incidências de separações conjugais, doenças severas, e até suicídios.

A partir da observação e análise de trabalhos de autores que tratam do assunto da pré-aposentadoria os temas propostos para a implantação de um programa nesse sentido são: previdência, aspectos psicológicos, aspectos sociais, cuidado com a saúde, reeducação alimentar, administração financeira, importância de exercícios físicos, filme que aborde o tema “Aposentadoria”, planejamento pós-carreira e entrevista com os aposentados da organização.

5. Considerações finais

Este trabalho permitiu concluir que a maioria dos entrevistados nunca havia pensado sobre como se daria o processo da aposentadoria.

Concluiu-se assim que a metodologia utilizada neste trabalho oferecem ao aposentado novas estratégias para sua adaptação a essa fase da vida.

Considerando o processo natural de envelhecimento da pessoa, faz-se necessário pensar estratégias que a auxiliem a chegar a velhice com qualidade de vida, tendo possibilidade de usufruir da assistência adequada oferecida pelo sistema social onde se insere. Para tanto, percebe-se que a preparação para a aposentadoria é uma das estratégias necessárias para a manutenção da qualidade de vida e da saúde mental do indivíduo.

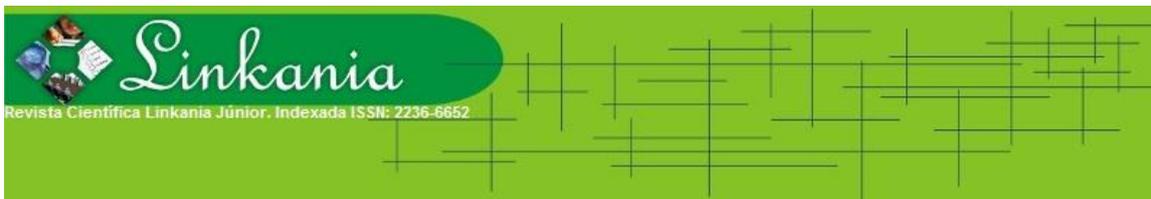
Nessa perspectiva, a preparação para a aposentadoria deve tornar-se uma prática presente em todos os ambientes de trabalho, oferecendo as pessoas que se aproximam dessa experiência técnicas que possibilitem a reorganização do dia a dia sem o trabalho, a fim de que continuem sentindo-se úteis, visto que a sociedade, muitas vezes, considera o idoso como improdutivo.

Referências

ALBATROZ, S. **Introdução a história dos idosos sobre o trabalho: um resumo**. Disponível em: www.unisc.br/portal. Acesso: 27/7/14

CAMARANO, A.A. **O idoso brasileiro no mercado de trabalho**. In Quinto Congresso Nacional de Estudos do Trabalho, 1 a 3 de agosto de 2001, set, Buenos Aires. Acesso: 22/7/14.

CARVALHO, G. M. **Enfermagem do trabalho**. São Paulo: EPU, 2001.



Revista Científica Indexada Linkania Júnior - ISSN: 2236-6652

Volume 4 - Nº 3 – Julho/Setembro - 2014

FRANÇA, L. H. F.; SOARES, D. H. P. **Preparação para a Aposentadoria como Parte da Educação ao Longo da Vida.** Psicologia, Ciência e Profissão. 2009. Disponível em: www.scielo.br. Acesso em 20/7/14.

FRANÇA, L. **Repensando a Aposentadoria com Qualidade: um manual para facilitadores de programas de educação para aposentadoria em comunidades CRDE UNATI, UERJ.** Disponível em: www.unati.uerj. Acesso em 2/7/14.

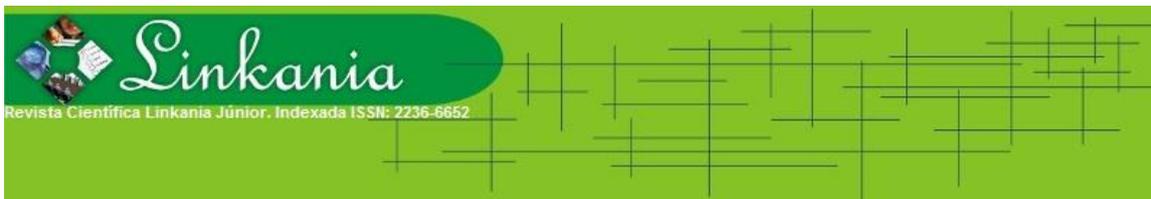
IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo Demográfico 2010. Disponível em: www.ibge.gov.br. Acesso em 2/7/14.

LIMA, B. O.; LIMA, J. A. **O Papel do Enfermeiro do Trabalho da Orientação e Prevenção de Acidentes e Doenças Laborais.** Disponível em www.itan.edu.br/publicacoes/anuario/artigo.09. Acesso em: 2/8/14.

LUCAS, J.P.O. **A Enfermagem do Trabalho Atuando como Prevenção da Saúde na Construção Civil.** Disponível em: www.redentor.inf.br. Acessado em 4/8/14.

NOVO, L. F.; FOLHA, F. A. S. **Importância de Preparação à Aposentadoria. A fala de Servidores Aposentados da UFPEL.** Disponível em www.inpean.ufse.br. Acesso em 14/8/14.

MONTEIRO, M. I.; ORNELLAS, T. C. F. **Aspectos Históricas, Culturais e Sociais do Trabalho.** Rev. bras. enferm. vol 59 nº4. Brasília jul/ago. 2006. Disponível em: WWW.scielo.br. Acesso em : 22 de agosto 2014.



Revista Científica Indexada Linkania Júnior - ISSN: 2236-6652

Volume 4 - Nº 3 – Julho/Setembro - 2014

MENDES, M. R. S. S. B. **A Situação Social do Idoso no Brasil: uma breveconsideração.** Acta Paulista de Enfermagem, São Paulo. V 18 n 4,2005 p 422-426. Disponível em: www.scielo.br/pdf/ape/. Acesso em 4/8/14.

PORTAL IFF. <http://portal.iff.edu.br/institucional/historico>. Acessado em: 29 de julho de 2014.

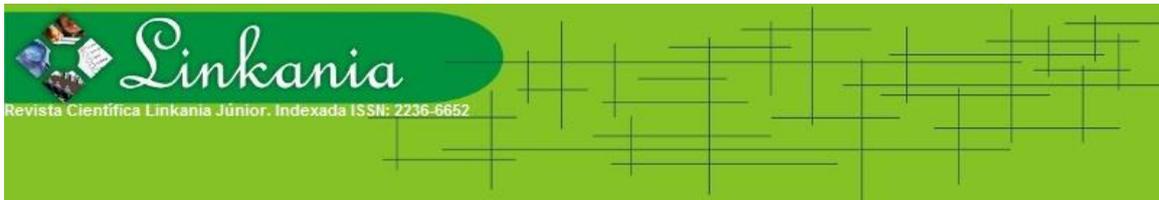
PORTARIA nº 3.214/78 - **Normas Regulamentadoras. Brasília, DF., 1978.** Disponível em: <http://portal.mte.gov.br/legislacao/portaria-n-3-214-de-08-06-1978-1.htm>. Acessado em: 23 de Novembro 2013.

PORTARIA nº 3.460/75. Brasília, DF, 1975. Disponível em: <http://portal.mte.gov.br/data/files/FF80808146BB2EE00147161D3699126E/Portaria%20n.%C2%BA%203.460.pdf>. Acessado em: 03 de Novembro 2013.

SOUZA, S. A. D. **Transformações do trabalho no serviço público:** O caso dos técnicos em educação do Instituto federal de educação, ciência e tecnologia. Universidade Federal do Espírito Santo. Ago. 2012. Disponível em: http://www.btdt.ufes.br/tedesimplificado/tde_arquivos/14/TDE-2013-0603T163013Z1151/Publico/Sheila%20Ataide%20Domingues%20de%20Souza.pdf. Acessado em: 29 de Julho de 2014.

SANCHEZ,C. D. **Gerontologia Social.** Buenos Aires. Espaço Editorial,2000. Disponível em www.2portoalegre.rs.gov.br/sma revista/EGP.ppa. Acesso em 2/8/14.

SPARTA, M.; LASERCE, M.C. **A Orientação e as Transformações no Mundo do Trabalho.**Revista brasileira orientação profissional v.4 nº 1. São Paulo. Dez 2013. Disponível em www.scielo.br. Acessado em 15 de Agosto de 2014.



Revista Científica Indexada Linkania Júnior - ISSN: 2236-6652

Volume 4 - Nº 3 – Julho/Setembro - 2014

WOLECK, A.O **Trabalho, a Ocupação e o Emprego: Uma Perspectiva Histórica.** Disponível em: www.posuniasselvi.com.br/artigos/rev.01/05. Acesso em: 22 de agosto de 2014.

ZEITONE, R. C. G. **Riscos Ocupacionais em um Setor de Hemodiálise da Perspectiva dos Trabalhadores de Equipe de Enfermagem.** Disponível em www.scielo.br. Revista Enfermagem Anna Nery abr/jun.13(2). Acesso em 2/8/14.