

## **Identificação dos Temas Abordados nos Programas de Preparação para Aposentadoria (PPAs)**

Adilce das Graças Fonseca – UTFPR<sup>1</sup> – [afonseca@utfpr.edu.br](mailto:afonseca@utfpr.edu.br)  
João Mansano Neto – UTFPR – [mansano@utfpr.edu.br](mailto:mansano@utfpr.edu.br)

### **Resumo:**

Este artigo apresenta uma análise de cinco estudos sobre programas de preparação para aposentadoria (PPA). O objetivo da análise consiste em identificar quais temas são considerados relevantes na implantação desses programas que auxiliam trabalhadores na fase de transição para a aposentadoria. Por meio da bibliografia consultada evidenciou-se que a aposentadoria apresenta expectativas positivas. É vista como um ganho, um momento de liberdade, satisfação em poder realizar novos projetos e um descanso. Mas pode também apresentar aspectos negativos, inseguranças, medos, problemas de ordem física e psicológica. Nesse contexto justifica-se a importância de contar com orientações para reflexão e planejamento nessa fase de transição. Esse estudo foi balizado pela análise qualitativa, a seleção do material ocorreu por meio de pesquisa bibliográfica realizada em bases de dados eletrônicos. Foram adotados dois critérios para seleção por pertinência: o primeiro foi identificar publicações em periódicos, que remetem ao tema por meio das palavras chaves: “aposentadoria”, “preparação”, “intervenção”, “programa”, “planejamento” e “PPA”. Em seguida, como segundo critério verificou-se, dentre às publicações, autores que tratam especificamente de programas de preparação para aposentadoria. A interpretação das informações coletadas foi realizada por meio da análise de conteúdo. Como contribuição esse trabalho apresenta sugestões para escolha de temas adequados ao planejamento e implantação de futuros programas, destacam-se temas como saúde, aspectos legais, financeiros, familiares e planejamento de vida. Com os aspectos identificados, concluiu-se como relevante o indivíduo ser capaz de analisar seu contexto de vida e despertar para novas oportunidades.

**Palavras-chave:** Aposentadoria. Preparação. PPA. Projeto. Intervenção.

## **Identification of Themes Addressed in Retirement Preparation Programs (PPAs)**

### **Abstract:**

This paper presents an analysis of five studies on retirement preparation programs (PPA). The objective of the analysis is to identify which themes are considered relevant in the implementation of these programs that assist workers in the transition phase to retirement. Through the bibliography consulted it was evidenced that the retirement presents positive expectations. It is seen as a gain, a

---

<sup>1</sup>Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR)

Ponta Grossa, Paraná, Brasil – 06 a 08 de junho de 2018

moment of freedom, satisfaction in being able to carry out new projects and a rest. But it can also present negative aspects, insecurities, fears, problems of a physical and psychological nature. In this context it is justified the importance of having guidelines for reflection and planning in this transition phase. This study was based on the qualitative analysis, the selection of the material occurred through a bibliographic research carried out in electronic databases. Two criteria were selected for selection by pertinence: the first was to identify publications in journals, which refer to the theme through the key words: "retirement", "preparation", "intervention", "program", "planning". Subsequently, as a second criterion, among the publications, authors specifically deal with retirement preparation programs. The interpretation of the information collected was carried out through content analysis. As a contribution, this paper presents suggestions for choosing suitable themes for the planning and implementation of future programs, such as health, legal, financial, family and life planning. With the identified aspects, it was concluded as relevant the individual to be able to analyze their life context and awaken to new opportunities.

**Keywords:** Retirement. Preparation. PPA. Project. Intervention

## 1. Aposentadoria

O processo de envelhecimento traz um conjunto de mudanças e transformações enquanto desenvolvimento humano. Nesse processo é preciso considerar a redução e o fim do vínculo "formal" de trabalho e tranpor para o *status* de aposentado.

Ao atingir os critérios exigidos pela legislação, muitos trabalhadores decidem imediatamente se aposentar de forma voluntária, outros optam em continuar com seu vínculo prorrogando essa decisão. Para os trabalhadores com direito adquirido que permanecem trabalhando a decisão de se aposentar pode ocorrer de forma inesperada. Momentos de *stress* vividos no ambiente de trabalho, alterações nas rotinas diárias e mudança física do local de trabalho podem resultar numa decisão apressada. A indisposição com colegas e chefes, e alterações na legislação previdenciária também tendem a acelerar essa decisão.

Outro motivo que causa a interrupção da carreira profissional e resulta em aposentadoria, decorre da incapacidade comprovada de continuar a exercer as atividades laborais. A aposentadoria pode também ser compulsória, ao atingir a data limite imposta por lei. De um modo simples esse momento pode ser sonhado e desejado por muitas pessoas, ou ser uma decisão apressada e inesperada para outros.

Dartora (2012, p.14) descreve que a aposentadoria "deve ser planejada, querida, desejada e programada, não pode ser pesadelo, desleixo, abstinência sexual, depressão, envelhecimento precoce, morte precoce e outros males". Para muitos trabalhadores o afastamento do trabalho em função da aposentadoria está fortemente relacionado a mudança de vida. Se por um lado a aposentadoria é percebida como um ganho, um momento esperado, por outro pode significar medo, insatisfação, e acarretar diversos problemas.

Nesse contexto o processo de transição, que corresponde ao intervalo de tempo desde o período imediatamente anterior e o posterior do encerramento de

---

Ponta Grossa, Paraná, Brasil – 06 a 08 de junho de 2018

uma carreira formal (ZANELLI, 2012), é um momento delicado. Implica em fazer escolhas. Nesse sentido preparar-se, buscar apoio e orientação torna-se fundamental e justifica a importância da implantação de programas de preparação para aposentadoria (PPAs).

Os PPAs são programas que auxiliam os trabalhadores na fase de transição, os temas abordados nesses programas devem oportunizar reflexão, estimular um planejamento e preparação para o futuro. Tais programas geralmente são ofertados pelas empresas de forma a promover a saúde e qualidade de vida dos trabalhadores. A preparação poderá ser iniciada enquanto a pessoa ainda executa suas atividades de trabalho, promovida no contexto organizacional, ser pautado de forma a proporcionar discussão e avaliação dos riscos e expectativas para o futuro (ZANELLI, 2012 e FRANÇA, 2002).

Assim, esse estudo apresenta uma pesquisa bibliográfica exploratória com o objetivo de identificar nos programas analisados quais temas foram abordados, e assim contribuir para a formulação do conteúdo de futuros programas. Percebe-se que na preparação para a aposentadoria é necessário analisar quais os fatores influenciam a vida do trabalhador e o que pode ser afetado com a decisão de se aposentar. Questões como saúde, individualidade, identidade social, fatores econômicos e familiares são alguns dos conteúdos identificados como relevantes que devem ser analisados e planejados.

Os dados apresentados por esse estudo compõem uma pesquisa preliminar, que poderá subsidiar pesquisas mais abrangentes sobre os impactos da transição e preparação para a aposentadoria. A cultura organizacional das empresas pode ser enriquecida quando desenvolvidas ações voltadas ao envelhecimento e aposentadoria.

## **2. Transição para Aposentadoria**

O afastamento do trabalhador de suas atividades laborais decorrente do evento da aposentadoria caracteriza o fechamento de um ciclo na vida do ser humano. A interrupção das atividades de trabalho que foram praticadas por anos, o impacto causado pela troca de hábitos cotidianos representa mudanças no mundo social e pessoal (ZANELLI, 2010, p. 32). Para França (2002, p.14) "talvez o afastamento do trabalho provocado pela aposentadoria seja a perda mais importante na vida social das pessoas", mesmo que planejada, a decisão de se aposentar gera ansiedade e revela grandes preocupações.

De acordo com Zanelli (2012, p. 331) a aposentadoria pode ser vivenciada de maneira construtiva ou restritiva, dependendo da capacidade pessoal de enfrentamento e das condições que o ambiente proporciona para o crescimento individual. Para o autor, é positivo e relevante para a sobrevivência, o indivíduo planejar a aposentadoria, e assim estar preparado para possíveis "turbulências" e ajustes no curso dessa etapa da vida.

---

Ponta Grossa, Paraná, Brasil – 06 a 08 de junho de 2018

Sob o ponto de vista psicossocial na adaptação para França e Soares (2009, p.742) "é fundamental que sejam analisadas as atitudes dos trabalhadores diante das perdas e os ganhos que acompanham essa transição de forma que os ganhos possam ser reforçados e o impacto das perdas seja contornado através do planejamento".

Nesse contexto, estudos sobre esse tema apontam diversos assuntos, dentre eles, a importância de promover ações voltadas à orientação, reflexão, e preparação para essa nova fase da vida: a aposentadoria.

Muniz (1996, p.199) descreve que "os PPAs surgem assim como formas de intervenção, objetivando facilitar a tomada das decisões necessárias ao indivíduo para sua adaptação à nova condição social". Ainda de acordo com Muniz (1996, p.198) as organizações que desenvolvem programas de preparação para a aposentadoria além de cumprirem seu papel social utilizam tais programas como excelentes ferramentas gerenciais, por um lado valorizam os empregados que estão em fase de aposentadoria e assim mantém seu desempenho, e por outro fortalecem as relações de trabalho e obtêm respeito dos demais empregados.

Zanelli (2000, p. 160) argumenta que se impõem as organizações, sob o ponto de vista ético, promover reflexões ou preparação para a aposentadoria.

A realização de programas que buscam preparar os participantes para reafirmar suas identidades visando desobstruir idéias e concepções, tendo em vista o momento iminente de ruptura com as atividades ou contexto de trabalho em que vinham sendo desenvolvidas, é imprescindível, na medida em que levam as pessoas a alcançarem novas informações, percepções e sentimentos (ZANELLI, 2000, p.159)

Também França (2002, p. 15) discorre que os setores da sociedade devem atuar como agentes facilitadores, fornecer estímulo e apoio ao trabalhador em função do planejamento de seu futuro, e assim essa responsabilidade da preparação para a aposentadoria não ser assumida somente como responsabilidade individual.

A literatura consultada aponta usualmente a nomenclatura "Programa de preparação para Aposentadoria - PPA", porém termos como "orientação" "educação" e "intervenção" também podem referir-se a programas com objetivo de preparar e educar o indivíduo para o processo de aposentadoria. As ações desenvolvidas podem ser através de palestras, intervenções breves a programas mais longos, geralmente oportunizados pela área de recursos humanos das empresas e contam com a participação voluntária de seus trabalhadores.

### **3. Metodologia e critérios para coleta e análise de dados relacionados aos PPAs.**

A pesquisa apresenta uma abordagem qualitativa de natureza descritiva, a coleta de dados foi realizada por meio de pesquisa bibliográfica em periódicos e posterior análise dos conteúdos coletados. A análise de conteúdo segundo Bardin

---

Ponta Grossa, Paraná, Brasil – 06 a 08 de junho de 2018

(1977, p. 95) desenvolve-se em três fases, "pré-análise; a exploração do material; o tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação".

Os estudos utilizados para análise foram selecionados, através de pesquisa bibliográfica no mês de junho de 2017, nas seguintes bases de dados eletrônicas: SciELO - Scientific Electronic Library, PePSIC - Periódicos Eletrônicos de Psicologia e Google Acadêmico.

A pesquisa utilizou a seleção por pertinência, conforme indica Bardin (1977, p. 98) "os documentos retidos devem ser adequados, enquanto fonte de informação, de modo a corresponderem ao objetivo que suscita a análise". O caminho percorrido para a escolha do material baseou-se em dois critérios para seleção dos textos e dos autores: o primeiro critério foi identificar publicações em periódicos, que remetem ao tema por meio das palavras chaves: "aposentadoria", "preparação", "intervenção", "programa", "planejamento" e "PPA". Já o segundo critério foi verificar, dentre as publicações, autores que tratam especificamente de programas de preparação para aposentadoria. Assim o conteúdo coletado será coerente e subsidiará o tratamento e interpretação dos dados.

A exploração do tema através da leitura e análise dos textos resultou na escolha de cinco artigos, selecionados em virtude de ocorrência destacada nas bases de dados pesquisadas. Além do fator ocorrência, optou-se em selecionar o material numa evolução temporal de publicação, organizados com a finalidade de captar o desenvolvimento ocorrido sobre o assunto pesquisado. A pesquisa propõem o tratamento dos cinco artigos. A justificativa da seleção desses trabalhos remete diretamente ao objetivo a ser atingido nesse artigo: Identificar quais temas são abordados nos programas de preparação para aposentadoria.

#### **4. Temas de PPAs relevantes na literatura pesquisada**

O primeiro artigo selecionado remete a Muniz (1996), o qual apresenta a experiência na condução de um programa de preparação para aposentadoria. Realizado na empresa Petróleo Brasileiro S.A. - Petrobras, do Rio Grande do Norte, no período de março a novembro de 1996, foi denominado **Programa de Preparação para o Amanhã**.

Para direcionar este programa, primeiro foi realizado um levantamento de programas anteriores, onde alguns questionamentos foram considerados: a faixa etária; considerar o intelecto e as emoções na decisão para se aposentar; reinserção do aposentado no mercado de trabalho; definição de metas; e a aposentadoria ser vista como um recomeço.

O programa consistiu em duas partes: a primeira foi informativa e os aspectos considerados incluíam: saúde, oportunidade de negócios, legislação previdenciária. Já a segunda foi de caráter vivencial com o objetivo de ser feita uma revisão da trajetória de vida do participante, foi considerado também o aspecto da Auto-percepção, para promover um melhor conhecimento do indivíduo sobre si mesmo.

---

Ponta Grossa, Paraná, Brasil – 06 a 08 de junho de 2018

Aspectos enfatizados na intervenção foram os relacionamentos familiares; o afeto e a intimidade; as relações com os amigos e o quanto essas relações podem servir de base e sustentação para a vida do futuro aposentado; identificar e assumir riscos; o estresse e estratégias para lidar com ele; a importância do lazer; a espiritualidade e, por fim, uma atividade de planejamento de vida.

O segundo estudo, **Repensando a Aposentadoria com Qualidade** (FRANÇA, 2002), apresenta o desenvolvimento de um manual cujo objetivo principal é servir de roteiro de discussão, ser um ponto de partida para adoção de projetos e implantação de programas em comunidades, que visam auxiliar os trabalhadores na preparação para aposentadoria.

Para França (2002) a adoção de um Programa de Preparação para Aposentadoria deve contemplar a participação da clientela em sua construção, iniciando com um diagnóstico de situação, o qual fornecerá subsídios e definirá dados demográficos e sociais, bem como identificará as aspirações e as prioridades da clientela sobre os aspectos a serem abordados. Nessa linha o programa deve englobar uma visão multidimensional e contemplar: i) aspecto econômico, ii) promoção da saúde, iii) identidade social, iv) estreitamentos nos relacionamentos (familiares, afetivos e sociais), v) descoberta ou a intensificação de hobbies e do lazer, vi) oportunidades de aprendizagem e de desenvolvimento cultural, vii) continuidade da participação laborativa, seja ela de cunho voluntário ou mesmo de complementação de renda.

Através do manual elaborado por França (2002) são descritas sugestões para uma metodologia multidimensional, deixando claro que algumas situações poderão ser adaptadas as características regionais, à realidade da equipe e do público. Os temas foram divididos para serem aplicados em módulos: informativo e formativo.

O **módulo informativo** contempla questões de aspectos legais e previdenciários; investimentos; saúde; aspectos comportamentais e relacionamento afetivo-sexual, familiar e social; e também aspectos culturais e de lazer.

Já o **módulo formativo** deve apresentar temas referentes à rede de serviços para os aposentados; discussão sobre temas existenciais; reorientação vocacional ou segunda-carreira; organização de microempresas; seminários sobre saúde; oficinas de desenvolvimento de criatividade; organização de grupo/associação/cooperativa de aposentados; balcão de mão-de-obra; trabalho de voluntariado; projetos intergeracionais; e outros grupos de discussão e de trabalho a serem sugeridos pela clientela.

Na seqüência o artigo de Soares et al. (2007) **APOSENTA-AÇÃO Programa de Preparação para Aposentadoria**, apresenta reflexões sobre o tema aposentadoria e a descrição da implantação do programa de preparação para aposentadoria iniciado em 2006. O intuito do programa "Aposenta-Ação" era auxiliar as pessoas que estão prestes a se aposentar ou recém aposentados. Foi desenvolvido caracterizando-se como um trabalho grupal em Psicologia, para atender uma Universidade Pública. Três motivos deram origem ao programa; a falta de planejamento pessoal para aposentadoria; o aumento da expectativa de vida; e a possibilidade de trabalhar na transformação da representação dos indivíduos, da

---

Ponta Grossa, Paraná, Brasil – 06 a 08 de junho de 2018

sociedade e das instituições (públicas e privadas) quanto a importância do aposentado.

Com o intuito de prevenir os diversos problemas que a aposentadoria não-planejada pode trazer, o objetivo do programa foi definido para desenvolver atividades grupais com pessoas que estão próximas da data de aposentadoria ou recém aposentadas. De modo a tornar o programa interdisciplinar, contou-se com a participação de outras áreas do conhecimento como psicologia, medicina geriátrica, entre outros.

O programa foi embasado em estudos realizados sobre a formação de grupos em Orientação Profissional, baseou-se no tripé: conhecimento de si mesmo, conhecimento do mundo e projeto de futuro.

Na elaboração do programa, as temáticas, integrando a questão informativa e vivencial, abordadas foram definidas como: Mudança de vida e escolhas passadas, presentes e futuras; Trajetória profissional; O mundo do trabalho e a previdência; A família e o aposentado; O relacionamento social; Organização de pequenos negócios e finanças pessoais; Saúde, esporte e lazer na aposentadoria; A busca de si mesmo; O ócio: é possível vivê-lo e Projeto futuro.

O programa contava com entrevistas individuais, e as demandas levantadas permitiram constatar que o programa Aposenta-Ação não poderia ser baseado em receitas prontas e que seria preciso trabalhar com a diversidade e assim nortear o planejamento dos encontros a partir de interesses individuais.

Adotado como um modelo de Intervenção Breve - IB, o estudo de França et al. (2013) **Intervenção Breve na Preparação Para Aposentadoria**, aborda a preparação para a aposentadoria em sessão única, com três horas de duração com o propósito de investigar a viabilidade desse modelo. A intervenção contou com dois objetivos definidos; um foi de descrever as etapas envolvidas no processo, e outro descrever os resultados de avaliação e satisfação dos participantes da intervenção.

O material favorecedor preparado para o programa foi categorizado como: recursos pessoais (motivação, determinação); Sociais (amigos, família); saúde (atividade física, alimentação saudável); ocupacional (hobby, lazer, religião) e financeiro (poupança, casa própria).

No mesmo contexto o artigo de Murta et al. (2014) descreve a implantação e avaliação de um programa de preparação para a aposentadoria de uma Universidade Pública de Brasília - **o Programa Viva Mais**. Para promover o bem-estar, a saúde e a qualidade de vida dos trabalhadores, os objetivos abordados foram: diminuir o surgimento de dificuldades emocionais antes e depois da aposentadoria; melhorar a qualidade de vida; atividades sócio-ocupacionais, vínculos afetivos e percepção de satisfação com a vida.

A base para a escolha dos temas para planejamento do programa deu-se por meio de revisão literária sobre programas de preparação para a aposentadoria, estudos de indicadores de envelhecimento e ainda uma avaliação de necessidades levantadas através de uma pesquisa com trabalhadores já aposentados da Universidade.

---

Ponta Grossa, Paraná, Brasil – 06 a 08 de junho de 2018

Os subsídios fornecidos serviram para estruturar o conteúdo da Intervenção, que foi organizado de modo Informativo e Vivencial. Os temas abordados foram: preditores de envelhecimento bem sucedido; processo de mudança e resiliência; critérios para a aposentadoria e legislação; família e rede social; saúde física; autonomia financeira; novos talentos e pós-carreira; e projeto de vida.

Para a análise do programa, foi categorizada a avaliação em: Relacionamento com amigos; Finanças; Planejamento; Saúde; Estudos; Espiritualidade; Atividade Física; Família; Lazer e Segunda Carreira.

#### **4.1 Categorização do temas Identificados**

Na análise dessa pesquisa verificou-se um consenso entre os autores de que a aposentadoria apresenta percepções positivas; é atrativa, trás uma idéia de liberdade e é um prêmio por anos dedicados ao trabalho. Também é vista como um novo começo, associada a condições favoráveis para realização de projetos e hobbies adormecidos. Contudo, tendo em vista a centralidade do trabalho na vida das pessoas, o ato de se aposentar impõe conflitos e sentimentos negativos. Não raro o desligamento provocado pela aposentadoria reflete em várias áreas da vida, dentre as conseqüências negativas destacam-se o medo, a depressão, o estresse e problemas de ordem conjugal, social e principalmente familiar.

Nessa mesma linha Muniz, 1996; França 2002; Soares et al., 2007; França et al., 2013; e Murta et al., 2014 concordam que a aposentadoria esta relacionada ao envelhecimento e principalmente com o significado que o trabalho representa para cada indivíduo. A adaptação para essa nova fase da vida tende a ser diferente de uma pessoa para outra. Dessa forma os PPAs têm um papel importante, sua formulação deve considerar a participação de profissionais de diversas áreas para auxiliar na formulação e implantação do processo educativo para a aposentadoria.

Os resultados da análise proposta revelam que os temas abordados nos programas se assemelham, os conteúdos remetem a uma aplicação nas seguintes áreas: i) saúde e alimentação saudável; ii) aspectos legais e previdenciários; iii) aspectos financeiros e investimentos; iv) relacionamentos familiares e sociais; v) aspectos culturais, de lazer, esporte e hobbies; vi) oportunidades de negócios; e vii) planejamento de vida e projetos intergeracionais.

Contudo, ainda foi considerado importante que o trabalhador possa fazer uma reflexão sobre sua trajetória de vida pessoal e profissional. A auto percepção contribui para o entendimento das escolhas vividas, facilitando o processo de mudança e resiliência.

Desenvolver ações voltadas para desenvolvimento da criatividade, de novos talentos, atrelados a reorientação vocacional são considerados temas importantes a serem adotados por França, 2002; Murta et al., 2014. Já Soares et al., 2007 identificou que o ócio foi considerado tema importante, devido ao foco dos aposentados estar na saída do mundo trabalho. Orientação para inclusão de atividades em grupos, associações e cooperativas e trabalho voluntário, também é

---



Ponta Grossa, Paraná, Brasil – 06 a 08 de junho de 2018

indicado por França, 2002. Aspectos considerados como o estresse, a espiritualidade, identificar e assumir riscos são lembrados por Muniz, 1996. Para França et al., 2013, a motivação, determinação e a religião também são relevantes, e Murta et al., 2014 sugere assuntos relacionados ao envelhecimento bem sucedido.

Atendendo o objetivo proposto para a pesquisa, na interpretação dos dados extraiu-se os temas identificados nos estudos de Muniz, 1996; França, 2002; Soares et al., 2007; França et al., 2013; Murta et al., 2014 que podem ser adotados nos PPAs, de forma a facilitar a transição e adaptação à aposentadoria e minimizar as consequências negativas.

A tabela 1 apresenta uma categorização dos temas.

<b>Categorias</b>	<b>Aplicações</b>
Aspectos previdenciários	Decisão respaldada por aspectos legais, com explicações e esclarecimentos.
Aspectos financeiros	Organização financeira e investimentos, ganhos e perdas.
Convívio social	Inserir-se em grupos, associação, cooperativa de aposentados.
Envelhecimento	Preditores do envelhecimento bem sucedido.
Espiritualidade	Religião, práticas místicas.
Lazer	Hobbies, atividades sociais e culturais, desenvolvimento da criatividade, esportes.
Mudança	Processo de mudança e resiliência.
Oportunidades de Negócios	Informações e planejamento.
Planejamento de Vida	Pós carreira, projeto de vida.
Promoção a Saúde	Saúde, sexualidade, qualidade de vida, prevenção, alimentação saudável, auto estima.
Relacionamentos	Relacionamentos familiares e sociais, possíveis sustentação para as mudança futuras.
Reorientação Vocacional/Carreira	Novas oportunidades, novos talentos.
Estresse	Prevenção ao estresse e ao ócio
Trajetória de Vida	Auto percepção, escolhas, descobertas.
Trajetória Profissional	Auto reflexão e identidade social relacionada ao trabalho.
Voluntariado	Novas oportunidades e projetos intergeracionais.

Tabela 1 - Temas abordados nos Programas de Preparação para Aposentadoria – PPAs

Ponta Grossa, Paraná, Brasil – 06 a 08 de junho de 2018

Os temas identificados nessa pesquisa revelam diversos aspectos a serem explorados na aplicação de PPAs. As informações contidas na tabela 1 apresentam elementos que podem servir de base, entretanto levantar as necessidades dos participantes é uma forma de adequar o conteúdo e incluir novas temáticas, visto as características individuais de cada grupo.

## **5. Considerações Finais**

A partir da análise efetuada nesse trabalho verificou-se que a aposentadoria esta relacionada ao envelhecimento, a interrupção e perda da capacidade laboral. A decisão de interromper as relações de trabalho em virtude da aposentadoria provoca expectativas e desperta sentimentos positivos e negativos. A adaptação para essa nova fase da vida pode ser facilitada quando o trabalhador é auxiliado por meio de programas de orientação e reflexão.

Destacam-se algumas percepções identificadas nessa pesquisa referente aos benefícios atribuídos aos PPAs: favorecem o amadurecimento da decisão, proporcionam reflexões sob aspectos biológicos, psicossociais, previdenciários e financeiros que envolvem o processo de aposentadoria e auxiliam no planejamento de vida futura.

A análise e interpretação de conteúdo dos cinco estudos selecionados resultaram na identificação das temáticas abordadas nos PPAs e, com isto, o objetivo proposto por esse estudo foi atingido.

Nesses programas, futuros aposentados podem repensar diversos aspectos, dentre eles questões sociais, familiares, financeiros, reprogramar o tempo, atividades intelectuais e opção de novos projetos. Espera-se que os resultados obtidos contribuam na escolha de temas para futuros programas, e que a partir deste estudo surjam novas concepções e idéias.

Dada a importância do aposentado para a sociedade e o aumento da expectativa de vida, sugere-se que empresas tanto de iniciativa pública como privada, por meio da gestão de recursos humanos, instituem programas para auxiliar os trabalhadores. A abordagem adequada nos programas, respeitando a adesão de livre escolha, permite que futuros aposentados tracem prioridades de acordo com o interesse individual de cada um. Enfatiza-se que ações de orientação para aposentadoria devem ser elaboradas por profissionais de diversas áreas, e que o conteúdo seja formatado adequadamente para atingir o objetivo que é proporcionar reflexão e planejamento.

Sugere-se ainda novas investigações que envolvam o tema, verificar a aceitação dos PPAs, sua eficácia e formas de aplicação, pode enriquecer estudos e aprimorar novos conteúdos e programas. Outro ponto interessante de estudo é verificar a participação e efetivação da sociedade, governo e empresas na promoção de políticas voltadas ao processo de aposentadoria e seus impactos.

---

Ponta Grossa, Paraná, Brasil – 06 a 08 de junho de 2018

## Referências

DARTORA, Cleci Maria. **Dicas para uma boa aposentadoria**. São Paulo: LTr, 2012.

BARDIN Laurence. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1977.

FRANÇA, C. L., MURTA, S. G., NEGREIROS, J. L., PEDRALHO, M., & CARVALHEDO, R. Intervenção breve na preparação para aposentadoria. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, jan-jun, vol. 14, n. 1, 99-110, São Paulo, 2013. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-33902013000100010](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902013000100010)> Acesso em 10 de jun. 2017.

FRANÇA, L. H. **Repensando aposentadoria com qualidade**: Um manual para facilitadores de programas de educação para aposentadoria em comunidades. Rio de Janeiro, 2002, CRDE UnATI UERJ, 55p. Disponível em: <<http://www.crde-unati.uerj.br/publicacoes/pdf/repensando.pdf>>. Acesso em 10 jun.2017

FRANÇA, L. H. F. P.; & SOARES, D. H. P. **Preparação para a aposentadoria como parte da educação ao longo da vida**. Psicologia Ciência e Profissão, Brasília, 2009, 29 (4) 738-751. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932009000400007](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932009000400007)> acesso em 10 jun. 2017.

MUNIZ, José Artur. **PPA Programa de Preparação para o Amanhã**. Estudos de Psicologia, Natal/RN 1996 2(1), 198-204. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/epsic/v2n1/a12v2n1.pdf>>. Acesso em 10 Jun. 2017.

MURTA, S. G., ABREU, S., FRANÇA, C. L., PEDRALHO, M., SEIDL, J., LIRA, N.P.M., CARVALHEDO, R. K. M., CONCEIÇÃO, . C., & GUNTHER, I.A. **Preparação para aposentadoria**: Implantação e Avaliação do Programa Viva Mais! Psicologia: Reflexão e Crítica, 27(1), pp. 1-9 , 2014. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-79722014000100001&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-79722014000100001&script=sci_abstract&tlng=pt)>. Acesso em 10 de jun. 2017.

SOARES, D. H. P., COSTA, A. B., ROSA, A.M., & OLIVEIRA, M. L. S. **Aposenta-ação**: programa de preparação para aposentadoria. Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento, Porto Alegre, v. 12, p. 143-161, 2007. Disponível em:<<http://www.seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/4984>> Acesso em 18 de jun.2017.

ZANELLI, José Carlos. **O programa de preparação para aposentadoria como um processo de intervenção ao final de uma carreira**. Revista de Ciências Humanas, Florianópolis, Edição Esp. Temática, p. 157-176, 2000.

\_\_\_\_\_. Processos psicossociais, bem-estar e estresse na aposentadoria. **Revista Psicologia**: Organizações e Trabalho, 12(3), set-dez 2012 p. 329-340. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v12n3/v12n3a07.pdf>> acesso em 10 jun.2017.

ZANELLI, J. C., BORGES-ANDRADE, E. J., BASTOS, A. V. B. **Psicologia, Organizações e Trabalho no Brasil**. 2. ed. - Porto Alegre: Artmed, 2014, 615 p.



Ponta Grossa, Paraná, Brasil – 06 a 08 de junho de 2018

ZANELLI, J. C., SILVA, N., & SOARES, D. H. P. **Orientação para aposentadoria nas organizações de trabalho**: construção de projetos para o pós-carreira. Porto Alegre, RS: Artmed, 2010, 143 p.