

DISPOSIÇÃO PARA MUDANÇA DE COMPORTAMENTO NO PLANEJAMENTO DA APOSENTADORIA EM TRABALHADORES PRÉ-APOSENTADOS¹

Paloma de Souza Cavalcante Pissinati*
Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad**
Denize Bouttelet Munari***
Julia Trevisan Martins****
Raquel Gvozdz*****

RESUMO

Objetivou-se categorizar os estágios de mudança de comportamento no planejamento da aposentadoria de trabalhadores pré-aposentados. Pesquisa transversal, exploratória, quantitativa, realizada entre novembro de 2014 e abril de 2015, com 164 trabalhadores pré-aposentados de uma universidade pública do Norte do estado do Paraná. Os participantes responderam à Escala de Mudança em Comportamento de Planejamento da Aposentadoria, pautada em seis estágios: pré-contemplação, manifestada pela negação da aposentadoria; contemplação, reconhecimento da necessidade de mudança; preparação, tomada de decisão para agir; ação, implementação de ações favoráveis; recaída, regressões entre os estágios; e manutenção, persistência na execução de comportamentos saudáveis. Os dados foram analisados através do programa *Statistical Package for the Social Sciences*, versão 20.0. Identificou-se que não havia trabalhadores no estágio de pré-contemplação; 45,7% se encontravam na fase de recaída; e 35,3%, no estágio de ação. Os indivíduos demonstraram maior envolvimento com ações relacionadas à autonomia e ao bem-estar quando comparadas à área ocupacional-social. Assim, conclui-se que os participantes se encontravam em um momento de autorreflexão, caracterizado pelo abandono da prática de ações favoráveis à adaptação à aposentadoria.

Palavras-chave: Envelhecimento. Aposentadoria. Saúde do Trabalhador. Enfermagem.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional tornou-se uma realidade mundial, que representa uma oportunidade em termos de aumento da qualidade e expectativa de vida, mas também gera preocupações quanto à manutenção financeira, social e de saúde desse grupo etário. Esse novo cenário reforça a necessidade de responder às subjetividades dos indivíduos, pois, enquanto muitos desejam permanecer em suas atividades ocupacionais e sociais, outros não possuem o mesmo engajamento⁽¹⁻²⁾.

Em alguns casos, essa etapa de vida ocorre de forma concomitante à aposentadoria, a qual pode ter efeitos positivos ou negativos sobre a saúde física e mental do indivíduo, sendo que suas repercussões dependem de diversos fatores, dentre os quais as características do trabalho. Quando as atividades são desgastantes, o trabalhador deseja se aposentar a fim de

reduzir a sobrecarga diária. Por outro lado, as possibilidades de perdas econômicas, mudanças no relacionamento interpessoal e o sentimento de utilidade podem levá-los a postergar o desligamento laboral⁽³⁻⁴⁾.

Segundo a teoria do comportamento planejado, todos os comportamentos dos indivíduos são precedidos de intenções relacionadas ao desejo de desempenhar aquela ação e dependem diretamente do grau de controle que a pessoa possui⁽⁵⁾. Portanto, para que o trabalhador concretize o desligamento do trabalho é necessário que consiga transformar seus desejos em ações concretas e favoráveis para a sua adaptação à aposentadoria.

Nesse sentido, planejar a saída do trabalho representa importante estratégia para amenizar a ansiedade gerada diante das mudanças que se aproximam⁽³⁾. O planejamento da aposentadoria tem sido estimulado, diante de sua efetividade para reduzir

¹O presente estudo não foi discutido em eventos científicos ou publicado em revistas estrangeiras. Extraído da dissertação de mestrado intitulada: Ganhos e perdas percebidos por trabalhadores frente à proximidade da aposentadoria apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual de Londrina (UEL). Londrina, Paraná, Brasil.

*Enfermeira. Doutoranda no Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Estadual de Maringá (PSE/UEM). Enfermeira da Secretaria Municipal de Saúde de Rolândia, Rolândia, Paraná, Brasil. E-mail: paloma_cavalcante_souza@hotmail.com

**Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Departamento de Enfermagem e Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Estadual de Londrina (UEL). Londrina, Paraná, Brasil. E-mail: carmohaddad@gmail.com

***Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal de Goiás (UFG). E-mail: boutteletmunari@gmail.com

****Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Departamento de Enfermagem e Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da UEL. Londrina, Paraná, Brasil. E-mail: jtmartins@uel.br

*****Enfermeira. Doutoranda do PSE/UEM. Docente do Departamento de Enfermagem da UEL. E-mail: raquelgvozdz@yahoo.com.br

os impactos financeiros, físicos e emocionais dos trabalhadores que deixaram seu trabalho⁽⁶⁾.

Durante a fase de planejamento, os indivíduos percorrem diferentes estágios de mudança relativos a comportamento até que consigam concretizar o desligamento do trabalho. Esse processo permite que incorporem hábitos favoráveis à adaptação na aposentadoria, como subsídios para preparar os campos pessoais, familiares e econômicos⁽⁷⁾.

Em virtude da importância de monitorar as mudanças de comportamento dos trabalhadores no planejamento da aposentadoria, a Escala de Mudança em Comportamento de Planejamento da Aposentadoria⁽⁸⁾, desenvolvida e validada no Brasil, em 2014, fundamentada no modelo transteórico de mudança⁽⁹⁾, considera que para concretizar um comportamento o indivíduo percorre seis estágios e evolui desde a tomada de consciência sobre a mudança até a adoção de ações favoráveis àquele comportamento.

A escala é composta de 15 atividades consideradas favoráveis à adaptação do trabalhador à fase de aposentadoria. Esses itens estão agrupados nas dimensões investimento ocupacional-social, que incluem participar de grupos comunitários, fazer cursos em outras áreas visando à segunda carreira, dedicar-se a práticas espirituais e religiosas, cultivar amizades e ter um hobby; e investimento em autonomia e bem-estar, que envolve a prática de atividades físicas, dedicação de tempo à família, ter momentos de lazer, uma alimentação saudável e dedicar-se ao parceiro⁽⁸⁾.

Nos últimos anos, alguns autores investigaram a mudança de comportamento voltada ao desligamento laboral^(8,10-12). Portanto, o desenvolvimento desta pesquisa justifica-se diante de seu potencial de inovação por abordar a mudança em comportamento em uma população específica de trabalhadores de uma instituição universitária pública que se encontravam próximos do desligamento laboral. Além disso, contribui para o aprimoramento de Programas de Preparação para a Aposentadoria ao fornecer subsídios para que as ações sejam elaboradas de acordo com a fase na qual o grupo de encontra.

Diante disso, objetivou-se categorizar os estágios de mudança em comportamento de planejamento da aposentadoria de trabalhadores pré-aposentados.

MÉTODOS

Estudo transversal, exploratório, de abordagem quantitativa realizado em uma universidade estadual

localizada no Norte do estado do Paraná. A amostra de estudo foi obtida a partir da população de 1.221 trabalhadores que possuíam vínculo empregatício com a instituição e se encontravam em fase de pré-aposentadoria, por idade ou por tempo de serviço, e aqueles que já poderiam estar aposentados.

Foram incluídos os indivíduos que se encontravam a três anos de se enquadrarem nos preceitos da Lei Previdenciária n.º 8.213/1991, atualizada em julho de 2015, que determina a solicitação de aposentadoria integral para o sexo masculino com idade igual ou superior a 65 anos e mulheres com 60 anos ou mais⁽¹³⁾. Além disso, utilizou-se a Emenda Constitucional brasileira n.º 41 que garante o direito de aposentadoria integral aos homens com 60 anos de idade e 35 anos de trabalho, e as mulheres com 55 anos e 30 anos de trabalho⁽¹⁴⁾.

Também foram incluídos aqueles que se encontravam a três anos de se aposentarem por tempo de serviço, os quais compreendem as mulheres com 30 anos de trabalho e os homens com 35 anos de trabalho⁽¹³⁾. Excluíram-se do estudo aqueles que não se encontravam no local de trabalho ou estavam em período de férias e licenças durante a coleta de dados.

Contudo, durante a coleta de dados realizada entre novembro de 2014 e abril de 2015, o estado do Paraná enfrentou um período de crise financeira e política que desencadeou a implementação de medidas com impactos no plano de aposentadoria dos servidores estaduais. Esse cenário culminou em um movimento de greve geral por quatro meses nas universidades estaduais, dentre as quais a instituição em estudo, fato que dificultou o contato e limitou a participação dos participantes, o que pode ter contribuído para uma mudança em suas percepções sobre a aposentadoria.

Assim, em virtude da greve e a fim de evitar vieses nos dados, tornou-se necessário encerrar a coleta de dados, obtendo-se uma amostra de 164 trabalhadores.

Para a coleta de dados foram utilizados dois instrumentos: o primeiro composto por dados sociodemográficos e ocupacionais do trabalhador — sexo, idade, renda familiar, tempo de atuação na instituição, categoria profissional e outros; e o segundo, denominado Escala de Mudança em Comportamento de Planejamento da Aposentadoria, foi aplicado com o objetivo de identificar o estágio de mudança no qual o trabalhador se encontrava. Os estágios compreendem a pré-contemplação, na qual há uma negação à mudança; contemplação, quando a pessoa reconhece a necessidade de mudança, mas ainda não formou sua posição; preparação, quando há a tomada de decisão

para agir nos próximos trinta dias; ação, manifestada pela implementação de novos hábitos favoráveis; recaída que representa as regressões que podem ser experimentadas entre os estágios; e manutenção, período em que o indivíduo persiste na execução de comportamentos saudáveis por, no mínimo, seis meses⁽⁸⁾.

A análise dos dados foi realizada após a codificação das variáveis e dupla digitação no banco de dados do programa de análise estatística *Statistical Package for Social Sciences* versão 20.0.

O cálculo do escore total das respostas dos participantes foi realizado aplicando-se a seguinte pontuação a cada estágio: "não estou interessado nisso" (pré-contemplação) equivalente a um ponto; "venho pensando em fazer algo sobre isto" (contemplação), dois pontos; "estou decidido a fazer algo sobre isto" (preparação), três pontos; "comecei a fazer, mas parei" (recaída), quatro pontos; "comecei a fazer há pouco tempo" (ação), cinco pontos; e "já faço isso há bastante tempo" (manutenção), seis pontos. Assim, a pontuação máxima obtida a partir da soma das respostas dos trabalhadores aos quinze itens da escala foi de 90 pontos.

Para categorizar os estágios de mudança de comportamento nos quais os participantes se encontravam calculou-se o escore de cada estágio, com a seguinte variação: pré-contemplação de 0 a 15 pontos; contemplação de 16 a 30 pontos; preparação de 31 a 45 pontos; recaída de 46 a 60 pontos; ação de 61 a 75 pontos; e manutenção de 76 a 90 pontos.

Identificou-se, além disso, o grau de envolvimento com as ações favoráveis à aposentadoria. Para tanto, calculou-se as medidas de frequências absolutas e relativas das respostas dos participantes aos 15 itens da

Escala de Mudança em Comportamento de Planejamento da Aposentadoria, agrupados nos fatores investimento ocupacional-social e investimento em autonomia e bem-estar, de modo a verificar se o trabalhador possuía interesse em praticar aquela atividade, se estava refletindo sobre a mesma, se estava decidido a praticá-la, se a havia abandonado, se a praticava há pouco ou há bastante tempo⁽⁸⁾.

O estudo respeitou o anonimato e os preceitos éticos de pesquisas envolvendo seres humanos, tendo início somente após aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisas Envolvendo Seres Humanos, conforme Parecer nº 721.941 e Certificado de Apresentação para Apresentação Ética (CAAE) nº 33169114.5.0000.5231.

RESULTADOS

Entre os 164 trabalhadores que participaram do estudo, 122 (74,4%) eram mulheres e 90 (54,8%) tinham entre 49 e 59 anos. A renda familiar de 67 (40,9%) indivíduos estava entre quatro e 10 salários mínimos, 110 (67,1%) atuavam há 31 anos ou mais na instituição, e 109 (66,5%) pertenciam à categoria técnica, enquanto 55 (33,5%) eram docentes.

A partir da soma do escore das respostas dos participantes à Escala de Mudança em Comportamento de Planejamento da Aposentadoria foram categorizados os estágios nos quais os respondentes estavam inseridos. Identificou-se que nenhum trabalhador encontrava-se no estágio de pré-contemplação, e, a maioria, 75 (45,7%), estava no estágio de recaída, dentre os quais 54 (32,9%) eram do sexo feminino. Além disso, 58 (35,3%) situavam-se no estágio de ação, também com predomínio de 43 (26,2%) mulheres, conforme Tabela 1.

Tabela 1. Estágios de mudança em comportamento de planejamento da aposentadoria de trabalhadores pré-aposentados.

Estágios de Mudança de Comportamento	Sexo		
	Masculino	Feminino	Total
	n (%)	n (%)	n (%)
Pré-contemplação	-	-	-
Contemplação	-	01 (0,6)	01 (0,6)
Preparação	06 (3,7)	18 (11,0)	24 (14,7)
Recaída	21 (12,8)	54 (32,9)	75 (45,7)
Ação	15 (9,1)	43 (26,2)	58 (35,3)
Manutenção	-	06 (3,7)	06 (3,7)

Ao se analisar o envolvimento com as ações referentes ao fator investimento ocupacional-social identificou-se que os trabalhadores valorizavam o

cultivo das amizades e a dedicação às práticas espirituais e religiosas, relatados por 100 (61,0%) e 99 (60,4%) participantes, como práticas que realizavam

há muito tempo. Contudo, as ações voltadas à realização de cursos para ter uma segunda carreira e em sua própria área profissional não foram

consideradas de interesse para 114 (69,5%) e 97 (59,1%) indivíduos, conforme exposto na Tabela 2.

Tabela 2. Envolvimento de trabalhadores pré-aposentados com ações favoráveis à aposentadoria relacionadas ao investimento ocupacional-social. Paraná, Brasil, 2015. (n=164)

Ações Favoráveis	Não estou interessado	Venho pensando em praticar	Estou decidido a praticar	Comecei a fazer, mas parei	Comecei a fazer há pouco tempo	Já faço isso há bastante tempo
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Cultivar minhas amizades	8 (4,9)	23 (14,0)	31 (18,9)	2 (1,2)	2 (1,2)	100 (61,0)
Dedicar-me a práticas espirituais ou religiosas	24 (14,6)	23 (14,0)	13 (7,9)	3 (1,8)	2 (1,2)	99 (60,4)
Participar de grupos na comunidade	56 (34,1)	52 (31,7)	12 (7,3)	4 (2,4)	1 (0,6)	39 (23,8)
Ter um <i>hobby</i>	18 (11,0)	36 (22,0)	21 (12,8)	3 (1,8)	3 (1,8)	83 (50,6)
Fazer cursos de aperfeiçoamento em minha área	97 (59,1)	23 (14,0)	16 (9,8)	2 (1,2)	1 (0,6)	25 (15,2)
Investir em projetos que possam ser executados após a aposentadoria	29 (17,7)	75 (45,7)	45 (27,4)	1 (0,6)	6 (3,7)	8 (4,9)
Fazer cursos de aprimoramento em outra área com vistas a ter uma segunda carreira	114 (69,5)	31 (18,9)	13 (7,9)	1 (0,6)	2 (1,2)	15 (9,1)
Realizar trabalhos voluntários na comunidade	32 (19,5)	73 (44,5)	41 (25,0)	1 (0,6)	2 (1,2)	15 (9,1)

Quando ao fator investimento em autonomia e bem-estar, grande parte, 132 (80,5%), dos participantes informou realizar consultas e exames médicos de check-up, seguida por 117 (71,3%) indivíduos relataram que investem na convivência familiar há

muito tempo. Poucos não possuíam envolvimento com as ações dessa dimensão, com destaque para 56 (34,1%) trabalhadores que não estavam interessados na dedicação ao relacionamento com o parceiro (Tabela 3).

Tabela 3. Envolvimento de trabalhadores pré-aposentados com ações favoráveis à aposentadoria relacionadas ao investimento em autonomia e bem-estar. Paraná, Brasil, 2015. (n=164)

Ações Favoráveis	Não estou interessado	Venho pensando em praticar	Estou decidido a praticar	Comecei a fazer, mas parei	Comecei a fazer há pouco tempo	Já faço isso há bastante tempo
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Praticar atividade física	3 (1,8)	28 (17,1)	18 (11,0)	13 (7,9)	15 (9,1)	87 (53,0)
Ter uma alimentação mais saudável	6 (3,7)	30 (18,3)	11 (6,7)	3 (1,8)	12 (7,3)	102 (62,2)
Fazer consultas e exames médicos de <i>check-up</i>	6 (3,7)	13 (7,9)	7 (4,3)	1 (0,6)	5 (3,0)	132 (80,5)
Ter investimentos financeiros para o futuro	21 (12,8)	25 (15,2)	10 (6,1)	2 (1,2)	12 (7,3)	94 (57,3)
Investir tempo na convivência familiar	3 (1,8)	11 (6,7)	30 (18,3)	-	3 (1,8)	117 (71,3)
Dedicar-me à relação com o/a meu/minha parceiro (a)	56 (34,1)	8 (4,9)	15 (9,1)	1 (0,6)	3 (1,8)	81 (49,4)
Praticar atividades de lazer	7 (4,3)	37 (22,6)	18 (11,0)	3 (1,8)	5 (3,0)	94 (57,3)

Todos os indivíduos reconheceram a proximidade da aposentadoria. Entretanto, muitos iniciaram a prática de ações favoráveis há pouco tempo, e grande

parte deles não conseguiu incorporá-las à sua rotina diária, porém, uma pequena parcela executa as atividades há muito tempo.

DISCUSSÃO

A feminização presente na amostra de estudo assemelha-se ao cenário atual do país, no qual essa população é 12,4% maior que a masculina e tende a aumentar com o avanço da idade⁽¹⁵⁾. As características ocupacionais indicam uma segurança profissional e financeira decorrente da atuação prolongada em serviço público. Entretanto, essa estabilidade não exclui a possibilidade de os indivíduos pré-aposentados apresentarem preocupações relacionadas à diminuição dos rendimentos após a aposentadoria⁽¹⁶⁾.

Apesar de não possuírem idades avançadas, as orientações voltadas ao planejamento da aposentadoria também são importantes para essa população. Trata-se de uma estratégia para estimulá-la a refletir também sobre os impactos financeiros decorrentes da saída do trabalho e as ações favoráveis para a adaptação a essa nova realidade⁽¹⁷⁾.

Quanto aos estágios de mudança em comportamento de planejamento da aposentadoria, observou-se que nenhum trabalhador encontrava-se na fase de pré-contemplação, caracterizada pela ausência de interesse em praticar ações que favoreçam a saída do trabalho⁽⁸⁾. Esse resultado indica que os participantes possuíam consciência sobre a aposentadoria, mas a tomada de decisão dependeria do grau de interesse e das chances do desligamento produzir resultados positivos em suas vidas⁽¹⁸⁾.

Observou-se maior concentração de participantes na fase de recaída, caracterizada pelo abandono de comportamentos considerados favoráveis ao desligamento laboral⁽⁸⁾. Os retrocessos são comuns entre a maioria dos indivíduos e, apesar de não serem desejáveis, representam um momento de autoavaliação a partir do qual se pode refletir sobre as ações e se preparar para agir novamente⁽¹⁹⁾.

Muitos trabalhadores estavam no estágio de ação, no qual se inicia a adoção de hábitos favoráveis para a adaptação à aposentadoria⁽⁸⁾. Portanto, considera-se que esses indivíduos possuíam um controle suficiente para colocar em prática ações pertinentes ao seu desligamento laboral, além de refletirem suas intenções em concretizá-lo⁽²⁰⁾.

Os participantes possuíam maior envolvimento com o fator investimento em autonomia e bem-estar do que com o investimento ocupacional-social. Esse resultado assemelha-se a estudo realizado com servidores públicos federais, no qual houve menor valorização de atividades relacionadas ao trabalho e maior envolvimento com o lazer, a cultura e os

relacionamentos familiares⁽¹⁶⁾.

Estudo de intervenção realizado com trabalhadores públicos federais comparou os comportamentos de planejamento da aposentadoria adotados antes e após a realização de uma intervenção breve em grupo, no qual também não foi observada a mudança de comportamentos relacionados ao investimento ocupacional-social. Esse resultado pode estar associado ao fato de que as ações desse fator requerem um tempo maior para serem colocadas em prática⁽¹²⁾.

Dentre as ações relacionadas ao fator investimento ocupacional-social, os participantes informaram desempenhar, há algum tempo, o cultivo das amizades e a dedicação às ações espirituais e religiosas. Tais práticas são essenciais ao bem-estar desses indivíduos, pois quando aliadas a outros hábitos favoráveis contribuem para que compreendam as mudanças decorrentes da aposentadoria e se adaptem a essa nova etapa⁽²⁰⁾.

Grande parte dos respondentes também informou não desejar se aprimorar na própria área profissional ou seguir uma segunda carreira após a aposentadoria. Resultado semelhante foi encontrado na literatura, em que se identificou o pouco interesse dos trabalhadores em ter um novo emprego após se aposentarem, mesmo sendo uma oportunidade financeiramente contributiva, além de ser favorável à qualidade de vida dos indivíduos⁽¹⁶⁾.

Quanto ao investimento em autonomia e bem-estar, a principal atividade desempenhada há muito tempo foi a realização de consultas e exames médicos de *check-up*. O reconhecimento da importância do cuidado com a saúde, nesse momento de transição, é relevante, pois, os hábitos nocivos adquiridos ao longo da vida podem se intensificar em virtude das perdas decorrentes do afastamento do trabalho.

Quanto ao convívio, muitos informaram investir na convivência familiar há muito tempo, entretanto, alguns não manifestaram interesse em se dedicarem à relação com o cônjuge. O vínculo familiar, sobretudo com indivíduos com idades semelhantes, favorece o estabelecimento de novos planos após a aposentadoria, mas o desejo de estabelecê-los depende do grau de satisfação gerado por essa relação ao longo dos anos, o qual pode diferir entre cônjuges e demais integrantes da família⁽²⁰⁾.

Destaca-se que a tomada de decisão da aposentadoria repercute tanto no âmbito pessoal quanto social do indivíduo, de modo que os significados atribuídos a esse momento de vida influenciam sua capacidade de reagir aos desafios e às

adversidades. Portanto, a disposição para adotar comportamentos favoráveis à aposentadoria pode ser influenciada por esses significados, sendo fundamental a adoção de práticas de orientação direcionadas ao preparo do trabalhador para o desligamento do trabalho e, sobretudo, como se adaptar às mudanças decorrentes dessa tomada decisão⁽¹⁷⁾.

CONCLUSÕES

Neste estudo demonstrou-se que o grupo vivenciava um momento de autorreflexão, e apesar de representar o afastamento da prática de ações favoráveis permitiu-lhes pensar sobre as formas de incorporá-las novamente em suas rotinas. Ao se aproximarem da aposentadoria, os trabalhadores precisam transpor a resistência em refletir sobre o processo de desligamento laboral para que consigam encontrar novos interesses com os quais queiram se envolver na etapa da pós-carreira.

Ressalta-se que durante a realização deste estudo o país encontrava-se em um período de crise política e

econômica, caracterizada pelo aumento da taxa de desemprego e elevação do custo de vida. Tais fatores culminaram na deflagração de greves em diferentes setores da sociedade, dentre os quais as universidades públicas do estado do Paraná. Assim, a greve ocorrida na instituição de estudo estava inserida em uma situação de crise nacional que pode ter repercutido nas respostas dos trabalhadores pré-aposentados, diante da preocupação com sua estabilidade profissional e financeira.

Apesar das limitações, este estudo contribui para a estruturação das ações de programas de preparação para a aposentadoria ao fornecer um diagnóstico da disposição para a mudança de comportamento apresentado por trabalhadores próximos ao desligamento do trabalho. Reforça a necessidade de implementar estratégias de apoio que incentivem os indivíduos a retomar a prática das ações consideradas favoráveis à adaptação a esse momento de vida, como a adoção de grupos de reflexão com trabalhadores pré-aposentados, nos quais se discuta a importância do envolvimento com tais atividades.

APTITUDE FOR BEHAVIOR CHANGE IN THE PLANNING OF RETIREMENT IN PRE-RETIREMENT WORKERS

ABSTRACT

The objective of this study was to categorize the stages of change in the behavior of retirement planning for pre-retired workers. A cross-sectional, exploratory, quantitative study conducted between November 2014 and April 2015, with 164 pre-retired workers from a public university in the northern state of Paraná. Participants responded to the Retirement Planning Behavior Change Scale, based on six stages: pre-contemplation, demonstrated by the denial of retirement; contemplation, recognition of the need for change; preparation, decision-making to act; action, implementation of favorable actions; relapse, regression between stages; and maintenance, persistence in the execution of healthy behaviors. Data were analyzed through the Statistical Package for the Social Sciences, version 20.0. It was identified that there were no workers in the pre-contemplation stage; 45.7% were in the relapse phase and 35.3% in the action stage. Individuals showed greater involvement with actions related to autonomy and well-being when compared to occupational-social area. This way, it was concluded that the participants were in a moment of self-reflection, characterized by the abandonment of the practice of actions favorable to the adaptation to retirement.

Keywords: Aging; Retirement; Occupational Health; Nursing.

PREDISPOSICIÓN PARA EL CAMBIO DE COMPORTAMIENTO EN LA PLANIFICACIÓN DE LA JUBILACIÓN EN TRABAJADORES PREJUBILADOS

RESUMEN

El objetivo fue de categorizar las etapas de cambio en el comportamiento de planificación de la jubilación de trabajadores prejubilados. Investigación transversal, exploratoria, cuantitativa, realizada entre noviembre de 2014 y abril de 2015, con 164 trabajadores prejubilados de una universidad pública del norte del estado de Paraná. Los participantes respondieron a la Escala de Cambio en el Comportamiento de Planificación de la Jubilación, basada en seis etapas: precontemplación, expresada por la negación de la jubilación; contemplación, reconocimiento de la necesidad de cambio; preparación, toma de decisión para actuar; acción, implementación de acciones favorables; recaída, regresiones entre las etapas; y mantenimiento, persistencia en la ejecución de comportamientos saludables. Los datos fueron analizados a través del programa *Statistical Package for the Social Sciences*, versión 20.0. Se identificó que no había trabajadores en la etapa de precontemplación; el 45,7% se encontraba en la fase de recaída y el 35,3% en la etapa de acción. Los individuos demostraron mayor participación con acciones relacionadas a la autonomía y al bienestar cuando comparadas al área ocupacional-social. Así, se concluye que los participantes se encontraban en un momento de autorreflexión, caracterizado por el abandono de la práctica de acciones favorables a la adaptación a la jubilación.

Palabras clave: Envejecimiento. Jubilación. Salud Laboral. Enfermería

REFERÊNCIAS

1. Beard JR, Bloom DE. Towards a comprehensive public health response to population ageing. *Lancet* [on-line]. 2015 nov [citado 2017 jul 18];385(1):658-61. Disponível em: [http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(14\)61461-6/abstract](http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(14)61461-6/abstract)
2. Carreta MB, Bettinelli LA, Erdmann AL, Higashi GDC, Santos JLC. Compreendendo o significado do ser idoso vivenciando sua autonomia na hospitalização. *Rev Rene* [on-line]. 2013 [citado 2017 jul 18];14(2):331-40. Disponível em: <http://www.redalyc.org/html/3240/324027986011/>
3. Pires AS, Ribeiro LV, Souza NVDO, Sá CMS, Gonçalves FGA, Santos DM. A permanência no mundo do trabalho de profissionais de enfermagem com possibilidade de aposentadoria. *Cienc Cuid Saude* [on-line]. 2013 [citado 2017 jul 18];12(2):338-45. Disponível em: <http://ojs.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/18298/pdf>
4. Heide I, Rijn RM, Robroek SJW, Burdorf A, Proper KI. Is retirement good for your health? A systematic review of longitudinal studies. *BMC Public Health* [on-line]. 2013 set [citado 2017 jul 18];13(1):1-11. Disponível em: <https://bmcpubhealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-13-1180>
5. Ajzen I. The theory of planned behavior. In: Lange PAM, Kruglansky AW, Higgins ET. *Handbook of theories of social psychology*. London: Sage; 2012. p. 438-59.
6. Dantas PMAB, Oliveira CM. Programas de Preparação para a aposentadoria: desafio atual para gestão de pessoas. *Argumentum* [on-line]. 2014 [citado 2017 jul 18];6(1):116-32. Disponível em: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4834958>
7. Noone JH, Stiepens C, Alpass F. The process of retirement planning scale (PREPS): development and validation. *Psychol Assess* [on-line]. 2010 [citado 2017 jul 18];22(3):520-31. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20822264>
8. França CL, Murta S, Iglesias F. Planejamento da aposentadoria: uma escala de mudança de comportamento. *Rev Bras Orientaç Prof* [on-line]. 2014 [citado 2017 jul 18];15(1):75-84. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbop/v15n1/09.pdf>
9. Prochaska JO, Diclemente CC. Transtheoretical therapy: Toward a more integrative model of change. *Psychotherapy Theory Research Practice* [on-line]. 1982 [citado 2017 jul 18];19(3):276-88. Disponível em: <https://www.scienceopen.com/document?vid=1c091fc5-d46a-4be0-bf6d-5b24838291b2>
10. Leão JM, Lisboa LCV, Pereira MA, Lima LF, Lacerda KC, Elias MAR et al. Estágios motivacionais para mudança de comportamento em indivíduos que iniciam tratamento para perda de peso. *Jornal Bras Psiquiatria* [on-line]. 2015 [2017 jul 18];64(2):107-14. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v64n2/0047-2085-jbpsiq-64-2-0107.pdf>
11. França CL, Seidl J, Murta SG. Intervenção breve como estratégia de planejamento para aposentadoria: transformando intenções em ações. *Psicol Estud* [on-line]. 2015 [2017 out 28];20(4):543-53. Disponível em: <http://www.redalyc.org/pdf/2871/287145780004.pdf>
12. França CL, Murta SG, Villa MB. Efeitos de uma intervenção breve no planejamento para a aposentadoria. *Rev Psicol Organ Trab* [on-line]. 2014 [2017 28 out];14(3):257-70. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572014000300002
13. Brasil. Lei nº 8.213, de 24 de julho de 1991, atualizada em julho de 2015. Dispõe sobre os planos de benefícios da Previdência Social e dá outras providências. *Diário Oficial da República Federativa do Brasil*, 14 ago 2015 [citado 2017 jul 18]. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L8213cons.htm
14. Brasil. Emenda Constitucional 41 de 19 de dezembro de 2003. Modifica os arts. 37, 40, 42, 48, 96, 149 e 201 da Constituição Federal, revoga o inciso IX do § 3 do art. 142 da Constituição Federal e dispositivos da Emenda Constitucional nº 20, de 15 de dezembro de 1998, e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, 31 dez 2003 [citado 2017 jul 18]. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/emendas/emc/emc41.htm
15. Soares C. Envelhecimento populacional e as condições de rendimento das idosas do Brasil. *Rev Gênero* [on-line]. 2012 [citado 2017 jul 18];12(2):167-85. Disponível em: <http://www.revistagenero.uff.br/index.php/revistagenero/article/view/420>
16. Bressan MALC, Mafra SCT, França LHFP, Melo MSS, Loretto MDS. Bem-estar na aposentadoria: o que isto significa para os servidores públicos federais? *Rev Bras Geriatr Gerontol* [on-line]. 2013 [citado 2017 jul 18];16(2):259-72. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1809-98232013000200006&script=sci_abstract&tlng=pt
17. Antunes MH, Soares DHP, Silva N. Orientação para aposentadoria nas organizações: histórico, gestão de pessoas e indicadores para uma possível associação com a gestão do conhecimento. *Perspec Gestão Conhec* [on-line]. 2015 [citado 2017 jul 18];5(1):43-63. Disponível em: <http://periodicos.ufpb.br/index.php/pgc/article/view/19114/13421>
18. Ajzen I. Constructing a TpB questionnaire: conceptual and methodological considerations. 2006 [citado 2017 jul 18]. Disponível em: <http://people.umass.edu/ajzen/pdf/tpb.measurement.pdf>
19. Prochaska J, Norcross J, Diclemente C. *Changing for good*. 2015 [citado 2017 jul 18]. Disponível em: <http://healingunleashed.com/wp-content/uploads/2014/03/CHANGE-BOOK.pdf>
20. Zanelli JC. Processos psicossociais, bem-estar e estresse na aposentadoria. *Rev Psicol Organizações Trabalho* [on-line]. 2012 [citado 2017 jul 18];12(3):329-40. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v12n3/v12n3a07.pdf>

Endereço para correspondência: Paloma de Souza Cavalcante Pissinati. Avenida Colombo, nº 5.790, Zona 7, Maringá, Paraná, Brasil. CEP: 87020-900. Telefone: (43) 99956-8134. E-mail: paloma_cavalcante_souza@hotmail.com

Data de recebimento: 20/03/2017

Data de aprovação: 03/09/2017