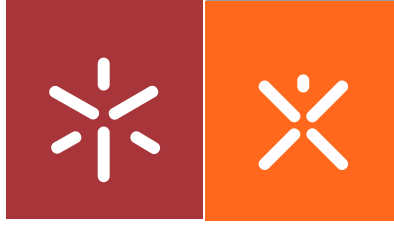




Universidade do Minho
Instituto de Educação

Sílvia Cristiana Ribeiro Nunes

**Perspetivas e experiências da transição para
a inatividade laboral e condição sénior:
dimensões socioeducativas**



Universidade do Minho
Instituto de Educação

Sílvia Cristiana Ribeiro Nunes

**Perspetivas e experiências da transição para
a inatividade laboral e condição sénior:
dimensões socioeducativas**

Tese de Doutoramento
Doutoramento em Ciências da Educação
Especialidade em Sociologia da Educação e Política Educativa

Trabalho efetuado sob a orientação da
Doutora Maria de Fátima Antunes Teixeira

DIREITOS DE AUTOR E CONDIÇÕES DE UTILIZAÇÃO DO TRABALHO POR TERCEIROS

Este é um trabalho académico que pode ser utilizado por terceiros desde que respeitadas as regras e boas práticas internacionalmente aceites, no que concerne aos direitos de autor e direitos conexos.

Assim, o presente trabalho pode ser utilizado nos termos previstos na licença abaixo indicada.

Caso o utilizador necessite de permissão para poder fazer um uso do trabalho em condições não previstas no licenciamento indicado, deverá contactar o autor, através do RepositóriUM da Universidade do Minho.

Licença concedida aos utilizadores deste trabalho



Atribuição-NãoComercial

CC BY-NC

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

*Com muito Amor dedico este trabalho ao meu filho Alexandre,
a pessoa mais importante da minha vida,
que no meio das ausências e presenças ausentes
me fez sentir sempre o meu porto seguro.*

AGRADECIMENTOS

Concluído todo um percurso imerso em tantas emoções, um misto de sensações me invade, ora o reconhecimento e a gratidão pela caminhada e por todos aqueles que, (in)diretamente, contribuíram para o meu desenvolvimento académico e pessoal, ora a sensação de plenitude por ter atingido mais uma meta, nesta que é a caminhada da vida. Todavia, quero expressar a minha profunda gratidão a todos aqueles que, com o seu conhecimento e sensibilidade, me acaloraram nos momentos mais desafiadores. A todos aqueles que tiveram tempo para dar tempo.

Desejo expressar a minha gratidão à minha orientadora, Professora Fátima Antunes, pelo apoio, orientação e dedicação incansável. O seu conhecimento e rigor científico foram inestimáveis, proporcionando oportunidades de aprendizagem e de enriquecimento significativas.

A minha gratidão à Universidade do Minho, em particular ao Instituto de Educação, e a todos aqueles que contribuíram para o meu desenvolvimento académico, docentes, colegas dos vários cursos e pessoal não docente. Estender um especial agradecimento ao Professor Licínio Lima, à Professora Lia Oliveira e à Professora Conceição Antunes pelas aprendizagens, incentivo e voto de confiança. Agradeço igualmente ao Professor António Silva, Professor Leandro Almeida, Professor José Augusto Palhares, Professor Guilherme Rego e ao Professor Virgínio Sá pelas discussões e sugestões construtivas.

Um agradecimento especial à Nati, à Cristina, à Alcina, à Joyce, à Mirte, à Felícia, à Patrícia, ao João e ao Jorge pela presença e incentivo inabalável, a vossa amizade e apoio foram inestimáveis e fundamentais para os “reencontros” constantes vividos ao longo destes anos. Ao grupo “UM2014”. Agradeço imensamente à Regina Alves pelo apoio e suporte tão cruciais nos momentos-chave desta pesquisa. Muito obrigada, Amiga.

Um grande e sincero agradecimento a todos os participantes desta pesquisa pela generosidade e colaboração, pois sem as suas contribuições valiosas seria impossível realizar este estudo e obter os insights necessários sobre esta problemática. A todos os participantes das associações que tenho a sorte de integrar, pelo incansável apoio e pelas mais variadas manifestações de carinho.

Os meus sinceros agradecimentos aos meus queridos pais, à minha mana e à Larocas pelo apoio incondicional, pelas palavras de encorajamento, suporte emocional e compreensão, o vosso amor e apoio foram fundamentais para superar os desafios e perseverar na realização desta etapa.

A todos os que não foram referidos, mas que não deixam de ser por mim reconhecidos, expressei meu eterno agradecimento pela valiosa contribuição e por fazerem parte dessa importante etapa da minha vida.

À FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P. que financiou este trabalho através de Fundos Nacionais, no âmbito do projeto SFRH/BD/132416/2017.



DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE

Declaro ter atuado com integridade na elaboração do presente trabalho académico e confirmo que não recorri à prática de plágio nem a qualquer forma de utilização indevida ou falsificação de informações ou resultados em nenhuma das etapas conducente à sua elaboração.

Mais declaro que conheço e que respeitei o Código de Conduta Ética da Universidade do Minho.

RESUMO

Perspetivas e experiências da transição para a inatividade laboral e *condição sénior*: dimensões socioeducativas

O incremento do envelhecimento da população é apontado como uma das transformações mais significativas do século XXI com consequências transversais a todas as sociedades. Perante o mencionado, coloca-se a necessidade de melhor compreender as condições/respostas existentes para a transição para a inatividade laboral e para a *condição sénior* numa perspetiva do envelhecimento ativo com ênfase nas dimensões socioeducativas. Neste contexto, os objetivos subjacentes a este estudo foram estudar as experiências e perspetivas dos indivíduos, em relação à transição para a inatividade laboral e para a *condição sénior*, explorando as dimensões socioeducativas desses processos. Esta investigação foi constituída por uma *pluralidade metodológica*, combinando procedimentos mais típicos de abordagens quantitativas através de inquéritos por questionário e procedimentos metodológicos qualitativos com recurso a retratos sociológicos. Os resultados quantitativos evidenciaram que fatores como capital económico, género, habilitações académicas, contexto ambiental e social, preparação para a inatividade, manutenção de atividades remuneradas e qualidade de vida têm impacto na transição para a inatividade laboral e condição sénior. Os dados qualitativos enfatizam o envolvimento em dinâmicas socioeducativas como determinante-chave que influencia as vivências e experiências da transição para a inatividade laboral e condição sénior. A participação em dinâmicas socioeducativas provoca a criação, transferência ou inibição de disposições e competências, determinadas por uma relação de forças sociais. A análise dos dados sugere quatro modos de vivência e perspetivas (reforma normativa, reforma antecipada inesperada, reforma antecipada voluntária e prolongamento da vida produtiva para além da entrada na reforma), em que as dimensões socioeducativas assumem configurações diversas: (i) *estratégia para superar dificuldades*; (ii) *caráter ocupacional e hedonista de aprendizagem*; (iii) *forma de escape e bem-estar para fortalecer os vínculos sociais* e, (iv) *forma de mobilização do capital social*. Neste sentido, considera-se primordial a existência e o reforço contínuo de políticas públicas sociais, direcionadas a este público, com a finalidade de promover o envelhecimento ativo. Considerando os resultados obtidos, recomenda-se a continuidade da realização de estudos com enfoque na transição para a inatividade laboral e para a condição sénior.

Palavras-chave: transição para a inatividade laboral; condição sénior; dinâmicas socioeducativas; Educação ao Longo da Vida.

ABSTRACT

Perspectives and experiences of the transition to labour inactivity and senior status: socio-educational dimensions

The ageing of the population is one of the most important transformations of the 21st century with consequences for all societies. In view of this, there is a need to better understand the conditions/responses for the transition to labour inactivity and senior condition from an active ageing perspective, focusing on the socio-educational dimensions. In this context, the objectives of this study were to investigate individuals' experiences and perspectives on the transition to inactivity and seniority, and to explore the socio-educational dimensions of these processes. This research consisted of a methodological plurality, combining procedures more typical of quantitative approaches, through questionnaire surveys, and qualitative methodological procedures, through sociological portraits. The quantitative results highlighted that factor such as economic capital, gender, academic qualifications, environmental and social context, preparation for inactivity, maintenance of paid activities and quality of life have an impact on the transition to inactivity and senior status. Qualitative data highlight participation in socio-educational dynamics as a key determinant influencing the experience of transition to labour inactivity and senior status. Participation in socio-educational dynamics results in the creation, transfer or inhibition of dispositions and skills determined by a relationship of social forces. Data analysis suggests four modes of experience and perspectives (normative retirement, unexpected early retirement, voluntary early retirement, and prolongation of productive life beyond retirement) in which the socio-educational dimensions assume different configurations: (i) strategy to overcome difficulties; (ii) occupational and hedonistic learning character; (iii) form of escape and well-being to strengthen social ties and, (iv) form of mobilisation of social capital. In this sense, the existence and continuous strengthening of public social policies aimed at this population to promote active ageing is considered essential. In view of the results obtained, further studies focusing on the transition to inactivity and senior status are recommended.

Keywords: transition to labour inactivity; senior status; socio-educational dynamics; Lifelong Learning

ÍNDICE

DIREITOS DE AUTOR E CONDIÇÕES DE UTILIZAÇÃO DO TRABALHO POR TERCEIROS	ii
AGRADECIMENTOS	iv
DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE	v
RESUMO	vi
ABSTRACT	vii
ÍNDICE	viii
ÍNDICE DAS TABELAS	xi
ÍNDICE DAS FIGURAS	xii
ÍNDICE DOS QUADROS	xii
ÍNDICE DOS GRÁFICOS	xii
GLOSSÁRIO DE ABREVIATURAS E SIGLAS	xii
INTRODUÇÃO	1
CAPÍTULO I - CONDIÇÃO SÉNIOR E TRANSIÇÃO E ADAPTAÇÃO PARA A INATIVIDADE LABORAL/REFORMA	4
1. Envelhecimento	4
1.1. <i>Envelhecimento demográfico</i>	4
1.2. <i>Envelhecimento individual</i>	5
1.3. <i>Envelhecimento ativo</i>	7
2. Construções acerca da idade de vida adulta	11
2.1. <i>Da velhice “invisível” à velhice “identificada”</i>	11
2.2. <i>Terceira idade, a nova velhice</i>	16
3. Condição sénior	20
4. Inatividade laboral / Reforma	25
4.1. <i>Conceitos em mutação</i>	25
4.2. <i>Uma construção sociopolítica e cultural</i>	31
5. Transição para a inatividade laboral / Reforma	43
5.1. <i>Passagem para a inatividade laboral</i>	43
5.2. <i>Teorias sociais sobre o envelhecimento</i>	47
5.3. <i>Modelos de transição e adaptação à inatividade laboral / reforma</i>	49
6. Perspetivas e experiências da transição para inatividade laboral e condição sénior a partir de estudos realizados	59
7. A considerar	75

CAPTÍTULO II - EDUCAÇÃO PERMANENTE E EDUCAÇÃO E APRENDIZAGEM AO

LONGO DA VIDA79

1. Educação de Adultos88
 - 1.1. Conferências Internacionais no campo da Educação de Adultos.....90
 - 1.2. Educação adultos em Portugal98
 - 1.3. Gerontologia educativa..... 105
2. Políticas para a reforma e desafios do envelhecimento ativo 106
3. Políticas públicas sociais de transição para a reforma no contexto português..... 114
4. A considerar..... 119

CAPTÍTULO III - METODOLOGIA DE INVESTIGAÇÃO 121

1. Pesquisa e análise documental 127
2. Inquérito por questionário..... 128
3. Entrevista 134
4. “Retratos sociológicos” 134

CAPTÍTULO IV – CARACTERÍSTICAS E PERCURSOS NA TRANSIÇÃO PARA A

INATIVIDADE LABORAL/REFORMA..... 138

1. Caraterização Sociodemográfica e Económica da população estudada 138
2. Redes de Sociabilidade..... 149
3. Participação em Dinâmicas Socioeducativas 152
4. Perspetivas acerca do Envelhecimento Ativo e Condição Sénior 158
5. Transição para a Inatividade Laboral/Reforma 162
 - 4.1. Tempo de adaptação à inatividade laboral 165
 - 4.2. Alteração com a vida de reformado 177
6. Valorização e Fatores Condição Sénior e Inatividade Laboral 180
7. Participação na Vida Associativa 183
8. Perceção do Estado de Saúde Geral e Bem-Estar 188
9. Perceção sobre Trabalho Sénior..... 190

CAPTÍTULO V - RETRATOS SOCIOLÓGICOS 192

1. Retrato Sociológico A 194
2. Retrato Sociológico B..... 203
3. Retrato Sociológico C..... 212
4. Retrato Sociológico D..... 217
5. Retrato Sociológico E..... 226
6. Retrato Sociológico F 233
7. Retrato Sociológico G..... 243

8. Retrato Sociológico H.....	251
9. Retrato Sociológico I.....	259
10. Retrato Sociológico J.....	264
CAPÍTULO VI – ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS DA INVESTIGAÇÃO	275
1. Experiências e perspetivas na transição para a inatividade laboral/reforma	276
2. Dimensões que caracterizam a condição sénior	298
3. Dimensões socioeducativas na transição para a inatividade laboral/reforma e condição sénior	314
4. A influência das políticas públicas sociais educativas com a transição para a condição sénior e o envelhecimento ativo	322
5. Limitações do estudo e recomendações para futuro	329
CAPÍTULO VII – CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	332
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	339
ANEXOS	366
ANEXO 1 - PARECER DA COMISSÃO DE ÉTICA PARA A INVESTIGAÇÃO EM CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANA - QUESTIONÁRIOS.....	366
ANEXO 2 - PARECER DA COMISSÃO DE ÉTICA PARA A INVESTIGAÇÃO EM CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANA - ENTREVISTAS	367
APÊNDICES.....	368
APÊNDICE 1 - INQUÉRITO POR QUESTIONÁRIO.....	368
APÊNDICE 2 - DIÁRIOS DE BORDO DOS INQUÉRITOS POR QUESTIONÁRIO	400
APÊNDICE 3 – CONSENTIMENTO INFORMADO – QUESTIONÁRIOS.....	517
APÊNDICE 4 – CONSENTIMENTO INFORMADO PARA ESTUDO POSTERIOR.....	518
APÊNDICE 5 - GUIÃO GERAL DE ENTREVISTA.....	519
APÊNDICE 6 – ANÁLISE TEMÁTICA - MATRIZ DE ENTREVISTA	523
APÊNDICE 7 – CONSENTIMENTO INFORMADO – ENTREVISTAS.....	528
APÊNDICE 8 - TABELAS SUPLEMENTARES DA ANÁLISE DOS DADOS QUANTITATIVOS	529

ÍNDICE DAS TABELAS

Tabela 1. <i>Síntese da aplicação dos questionários</i>	132
Tabela 2. <i>Distribuição das habilitações académicas dos inquiridos</i>	139
Tabela 3. <i>Situação profissional do inquirido por sexo</i>	145
Tabela 4. <i>Localidade de residência</i>	145
Tabela 5. <i>Coeficientes de correlação de Spearman entre os itens de relacionados com a residência dos inquiridos</i>	146
Tabela 6. <i>Itens de satisfação social dos inquiridos</i>	150
Tabela 7. <i>Coeficientes de correlação linear de Pearson entre os itens de satisfação familiar e idade dos inquiridos</i>	151
Tabela 8. <i>Participação Atividades Educação Formação e Sociocomunitárias</i>	152
Tabela 9. <i>Tipo de atividades frequentadas</i>	154
Tabela 10. <i>Correlação entre localidade participação entre atividades socioeducativas</i>	155
Tabela 11. <i>Correlação entre habilitações académicas, categoria profissional, e participação em atividades socioeducativas</i>	156
Tabela 12. <i>Opinião sobre a entrada na idade sénior por parte dos inquiridos</i>	159
Tabela 13. <i>Motivos de entrada na inatividade profissional antecipada por sexo</i>	163
Tabela 14. <i>Motivos de entrada antecipada na inatividade laboral por idade de entrada e sexo</i>	164
Tabela 15. <i>Tempo de adaptação à inatividade laboral (em anos) em função do sexo e situação profissional próprio (não) ativo</i>	166
Tabela 16. <i>Tempo de adaptação à inatividade laboral em anos</i>	167
Tabela 17. <i>Conhecimento dos inquiridos sobre medidas de apoio para a transição para a inatividade laboral</i>	167
Tabela 18. <i>Respostas sociais direcionadas para os idosos que os inquiridos usufruem ou pensam usufruir</i>	172
Tabela 19. <i>Respostas socioeducativas direcionadas para os idosos que os inquiridos usufruem ou pensam usufruir</i>	173
Tabela 20. <i>Número total de respostas de participação nos diferentes períodos por situação profissional</i>	173
Tabela 21. <i>Distribuição dos inquiridos que sentiram alterações com a vida de reformado por sexo</i>	178

Tabela 22. <i>Dimensões mais valorizadas na transição para a inatividade laboral e condição sénior: matriz de pesos fatoriais</i>	181
--	-----

Tabela 23. <i>Perceção sobre estado de saúde e bem-estar antes, durante e após a transição para a inatividade laboral</i>	191
--	-----

ÍNDICE DAS FIGURAS

Figura 1. <i>Modelo de análise da adaptação à transição segundo Schlossberg</i>	50
--	----

ÍNDICE DOS QUADROS

Quadro 1. <i>Dimensões e modelos de adaptação para a reforma</i>	54
---	----

Quadro 2. <i>Tipo de instituições de apoio</i>	168
---	-----

Quadro 3. <i>Tipos de apoio que os inquiridos consideram essenciais à transição para a inatividade laboral</i>	169
---	-----

Quadro 4. <i>Caraterização dos entrevistados</i>	193
---	-----

Quadro 5. <i>Disposições e competências criadas e/ou transferidas pela participação em atividades socioeducativas na fase de transição para a inatividade laboral e condição sénior</i>	334
--	-----

ÍNDICE DOS GRÁFICOS

Gráfico 1. <i>Sexo por idades</i>	138
--	-----

Gráfico 2. <i>Pertença associativa por estado civil</i>	184
--	-----

Gráfico 3. <i>Satisfação com a vida social em função da fase de transição para a inatividade laboral</i>	186
---	-----

Gráfico 4. <i>Satisfação com a participação na vida social em função da condição profissional</i>	188
--	-----

GLOSSÁRIO DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ALV - Aprendizagem ao Longo da Vida

ANEFA - Agência Nacional de Educação e Formação de Adultos

ANQ - Agência Nacional para a Qualificação

BCE - Banco Central Europeu

BM - Banco Mundial

CE - Comissão Europeia

CEDEFOP - Centro Europeu para o Desenvolvimento da Formação Profissional

CEE - Comissão Económica Europeia

CNE - Corpo Nacional de Escutas

CNO - Centros Novas Oportunidades

CONFITEA - Conferência Internacional de Educação de Adultos

CQEP - Centros para a Qualificação e Ensino Profissional

CRVCC - Centros de Reconhecimento e, Validação e Certificação de Competências

DGFV - Direcção-Geral de Formação Vocacional

DGS – Direcção-Geral da Saúde

EALV - Educação e Aprendizagem ao Longo da Vida

EFA - Educação e Formação de Adultos

ENEAS - Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável

FMI - Fundo Monetário Internacional

IDS - Instituto para o Desenvolvimento Social

IEFP - Instituto de Emprego e Formação Profissional

INE - Instituto Nacional de Estatísticas

IPSS - Instituição Particular de Solidariedade Social

MIPAA - Plano Internacional de Ação de Madrid sobre o Envelhecimento

MTSS - Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social

OCDE - Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico

OMS - Organização Mundial de Saúde

ONU - Organização das Nações Unidas

PNAEBA - Plano Nacional de Alfabetização e de Educação de Bases dos Adultos

PRODEP - Programa Operacional de Desenvolvimento da Educação para Portugal

RIS - Estratégia de Implementação Regional

UE - União Europeia

UNECE - Comissão Económica das Nações Unidas para a Europa

UNESCO - Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura

WHO - World Health Organization

INTRODUÇÃO

O exponencial incremento do envelhecimento da população que caracteriza as diversas sociedades contemporâneas, incluindo em Portugal, configura-se como uma das transformações mais significativas do presente século. Ao longo do ciclo de vida, o processo de envelhecimento é marcado por consequências transversais a todas as sociedades, levantando questões de índole demográfica, social, económica, cultural, cívica e política. Neste contexto, a transição para a inatividade laboral e para a condição sénior emerge como um dos principais marcos da vida adulta, podendo comprometer o paradigma do envelhecimento ativo. Vivenciada de forma muito particular a falta de uma boa adaptação pode gerar sentimentos que contrariam a conceção de um envelhecimento ativo, tornando premente repensar o atual paradigma existente que envolve o perfil do idoso, criando respostas/políticas sociais, capazes de ajudar os indivíduos a vivenciarem esta transição e adaptação de forma positiva. Perante este cenário, numa perspetiva de educação ao longo da vida, coloca-se a necessidade de melhor compreender quais as condições/respostas existentes para a transição para a inatividade laboral/reforma e para a *condição sénior* numa perspetiva do envelhecimento ativo com ênfase nas dimensões socioeducativas. Tendo em conta esta problemática, os objetivos subjacentes a este estudo foi estudar as experiências e perspetivas dos indivíduos, com idades compreendidas entre os 50 e os 75 anos, da e sobre a transição para a inatividade laboral/reforma e para a *condição sénior*, explorando as dimensões socioeducativas desses processos, tendo em conta a literatura de referência com enfoque nas práticas e experiências vivenciadas durante esse período de vida e dos significados atribuídos pelos sujeitos, por via das suas próprias vozes

Procurando uma melhor clarificação, precisão e/ou aprofundamento tentaremos dar respostas às questões de investigação:

1. Quais as experiências e perspetivas dos indivíduos na sua transição para a inatividade laboral/reforma?
2. Como são percebidas as dimensões que caracterizam a condição sénior através da experiência dos sujeitos?
3. Como são entendidas as dimensões socioeducativas destes processos pelos indivíduos?
4. Como se articulam as políticas públicas educativas com a transição para a condição sénior e envelhecimento ativo?

Neste seguimento, delinearão-se os seguintes objetivos específicos:

- Identificar a diversidade de significados que os indivíduos atribuem à transição para inatividade profissional/reforma;
- Apreender as experiências de transição para a inatividade profissional/reforma e para a condição sénior;
- Compreender as dimensões (biográficas, sociais e institucionais) que caracterizam a condição sénior;
- Estudar as dinâmicas e processos socioeducativos associados à transição para a inatividade laboral/reforma;
- Compreender como se relacionam as políticas públicas educativas com a transição para a condição sénior e o envelhecimento ativo.

Esta investigação foi constituída por uma pluralidade metodológica, combinando procedimentos mais típicos de abordagens quantitativas, num primeiro momento, para seguidamente aprofundar o conhecimento através de procedimentos metodológicos qualitativos. Como uma abordagem quantitativa, utilizou-se o inquérito por questionário, aplicados validamente a 1004 indivíduos, através de uma amostragem de bola de neve. Os inquéritos foram administrados de forma direta ou indireta e sempre que possível via *online*, a uma população residente num concelho de média dimensão do norte litoral de Portugal, que reunisse os critérios pré-estabelecidos: viver no concelho e possuir um hiato de idade compreendida entre os 50 e os 75 anos. Na abordagem mais qualitativa optou-se pela construção de “retratos sociológicos”, por permitir compreender o indivíduo na sua complexidade através do conjunto das suas socializações, contemplando o produto das suas relações internas e externas. Realizaram-se 10 entrevistas biográficas, estabelecendo-se como critérios de seleção: faixa etária, sexo, condição perante o trabalho, tipo de instituição que frequenta ou dinâmicas socioeducativas que frequentam e envolvimento socioeducativo, isto é, o número de atividades em que participa e sua frequência, procurou-se ainda que os entrevistados fossem residentes em diferentes locais do concelho.

Esta tese encontra-se organizada em seis capítulos. Os dois primeiros capítulos referem-se ao enquadramento teórico acerca da temática em estudo, abordaram-se conceitos relacionados como o processo de envelhecimento, a construção das idades da vida adulta e condição sénior. É retratada a emergência e generalização dos sistemas de reforma e explanadas sinteticamente diversas teorias explicativas da transição e adaptação à inatividade laboral/reforma. Evidenciou-se a importância da Educação de Adultos, apresentando uma perspectiva evolutiva através das Conferências Internacionais e identificaram-se políticas sociais educativas, de emprego e proteção

social direcionadas para a passagem à condição de reforma. O terceiro capítulo incide sobre a metodologia utilizada, bem como as técnicas e análises utilizadas no tratamento dos dados.

O Capítulo IV intitulado “Características e percursos na transição para a inatividade laboral/reforma” refere-se à apresentação e discussão dos resultados do estudo realizado com base nos inquéritos por questionário. Neste capítulo, para além da apresentação dos resultados, procede-se à sua interpretação com base nos conhecimentos teóricos previamente estudados.

O quinto capítulo apresenta os dez “retratos sociológicos” desenvolvidos com base nas entrevistas biográficas realizadas. Nos últimos capítulos, Capítulo VI e VII, interpretam-se e analisam-se os “retratos sociológicos” e outros dados, dando resposta aos objetivos da presente investigação. Esta tese de doutoramento é finalizada com as referências bibliográficas mencionadas ao longo do documento e os seus anexos e apêndices.

CAPÍTULO I - CONDIÇÃO SÉNIOR E TRANSIÇÃO E ADAPTAÇÃO PARA A INATIVIDADE LABORAL/REFORMA

1. Envelhecimento

1.1. Envelhecimento demográfico

Das transformações demográficas verificadas nas últimas décadas destaca-se o aumento do envelhecimento demográfico, resultado dos avanços científicos e tecnológicos que elevam a esperança de vida das populações, dos baixos níveis de natalidade e da migração (PORDATA, 2015; Cabral et al., 2013). Portugal, não sendo exceção, é tido como um dos países mais envelhecidos da Europa, tratando-se mesmo de um fenómeno particular, pela celeridade da evolução do envelhecimento (Rosa, 2012; Rosa & Chitas, 2013). Podendo mesmo, e segundo as projeções, ser o primeiro membro da União Europeia a “ter 2 idosos por cada jovem em 2030 e 3 idosos por cada jovem em 2050”, podendo ainda em 2050 tornar-se no primeiro com um “rácio de 3 idosos por cada 5 pessoas em idade ativa” (Mateus, 2015, p. 242). Mendes e Rosa (2012) acrescentam que, em 2030, os indivíduos com idade superior a 50 anos poderão corresponder praticamente a metade das existências populacionais. Dados do Instituto Nacional de Estatística [INE] indicam um envelhecimento demográfico bastante significativo, representando, em 2015, um índice de envelhecimento de 143,9% em que a população residente se subdividia em 14,1% de jovens, os indivíduos em idade ativa representavam 65,2% e 20,7% idosos, perfazendo um índice de envelhecimento de 147 idosos por cada 100 jovens (INE, 2016). Contudo, com base nos resultados dos censos de 2021 o índice de envelhecimento atingiu o valor de 182 idosos por cada 100 jovens (INE, 2022).

No *ranking* europeu do envelhecimento ativo, Portugal posiciona-se em 13.º lugar, sendo que a população idosa ostenta um índice baixo na participação social e na autonomia, contrastando com a lata participação no mercado laboral, ascendendo à 4ª posição, o que se traduz, num dos grandes desafios económicos e sociais (Mateus, 2015).

1.2. Envelhecimento individual

As teorias do envelhecimento são investigadas por uma diversidade de disciplinas integradas em diferentes perspectivas fornecendo elementos teóricos e contextuais que nos ajudam a desenvolver um modelo compreensivo integral sobre as questões do envelhecimento (Baltes, 1987; Baltes, Rudolph & Bal, 2012; Bengtson & Sachaie, 1999). Tido como um acontecimento de vida plural, complexo e multifatorial, o envelhecimento, numa perspectiva socioeconómica e biomédica, é encarado como um fenómeno positivo, quer ao nível individual quer societal, com consequências no desenvolvimento de políticas públicas de bem-estar social (Cabral et al., 2013), contribuindo para aumentar as expetativas e prolongar a qualidade e esperança de vida dos indivíduos (Pankow & Solotoroff, 2007).

O envelhecimento é descrito por Lima e Viegas (1988), como um processo de declínio ou como uma fase do processo de desenvolvimento do ciclo vital, entendendo o primeiro como acontecimento universal, natural e biológico que se insere no ciclo de vida, enquanto fase, refere-se a uma transformação social que confere ou retira notoriedade aos sujeitos.

Definido como processo gradual de desenvolvimento individual que envolve complexas transformações biológicas e psicossociais nos indivíduos ao longo do ciclo de vida, o envelhecimento, depende da capacidade de adaptação a diversos fatores de natureza biológica, psicológica, socioeconómica, cultural, contextual e histórica (World Health Organization [WHO], 1999; Organização Mundial de Saúde [OMS], 2015; Rosa, 2012; Schneider & Irigaray, 2008). Durante da vida adulta as particularidades biológicas e psicossociais do sujeito se interrelacionam, evidenciando a sua perceção como idoso (Fonseca, 2010). É igualmente, caracterizado por Barros de Oliveira (2005, p. 28) como “processo que, devido ao avançar da idade, atinge toda a pessoa, biopsicossocialmente considerada, isto é, todas as modificações morfo-fisiológicas e psicológicas, com repercussões sociais, como consequência do desgaste do tempo”.

Partindo do mencionado, o envelhecimento concebido como processo universal, apresenta características singulares de acordo com o indivíduo que o experiencia, sendo influenciado por fatores intrínsecos e extrínsecos ao sujeito, dependendo do seu progresso, da intensidade, do momento e do contexto sociocultural em que ocorre.

Muito embora ainda motivo de contradições, quanto ao seu início, existem autores que referem que o processo de envelhecimento começa na fase de conceção do indivíduo (Direção-Geral da Saúde [DGS], 2004; WHO, 1999), outros defendem o seu início na quarta década de vida

ou próximo do período de fim de vida (Papaléo Netto, 2007). Na ótica de Pankow e Solotoroff (2007), o envelhecimento tem início na idade adulta e prolonga-se até à morte.

Paúl e Fonseca (2001) defendem que a idade cronológica não constitui um bom critério para se estudar o envelhecimento. Da mesma opinião, Lenoir (1998), baseada em vários estudos, nomeadamente, de Duby, Scott e Jones refere, refere que o conceito “idade” não representa uma informação ou preceito para constituir grupos sociais, nem mesmo uma condição explicativa dos comportamentos. Este ponto de vista é corroborado e justificado por Pankow e Solotoroff (2007), pelo facto de que cada organismo possui o seu próprio ritmo e grau de desenvolvimento e declínio cronológico, originando uma diferenciação entre a idade biológica e a cronológica. O envelhecimento é, desta forma, conceituado por Papaléo Netto (2007), como um processo em constante desenvolvimento, caracterizado por uma heterogeneidade de transformações nos sujeitos, sejam morfológicas, bioquímicas, funcionais, psicológicas ou sociais, decorrentes da grande amplitude da faixa etária e, que atestam a perda ou diminuição das capacidades do indivíduo na sua adaptação ao meio que se encontra inserido.

Contudo, importa salientar e como já mencionado que o envelhecimento não é entendido nem percebido para todos da mesma forma, já que ninguém envelhece da mesma forma, esta heterogeneidade é causada pela interação das variáveis que influenciam o envelhecimento, fatores de ordem biológicos e contextuais (Simões, 2006).

Entendido como processo dinâmico e transversal a todas as fases do ciclo de vida, apresenta consequências a nível individual, societal e dos países, impondo alterações e adaptações individuais, sociais e organizacionais (Fontes, 2014). Neste sentido, A. T. Fernandes (2005, p. 228), alude que o envelhecimento integra alterações relativas à “normalidade social”.

De uma forma genérica, Papaléo Netto (2007) define o envelhecimento como um processo, a velhice como a fase de vida e o velho/idoso como o resultado, apresentando-se todos inter-relacionados.

O envelhecimento pode ser entendido como um processo *continuum* ao longo da vida e a velhice uma categoria social, demarcada cronologicamente. Muito embora:

As categorias de idade são construções históricas e sociais (...). Afirmando, contudo, que as categorias de idade são construções culturais e que mudam historicamente não significa dizer que elas não tenham efetividade. Essas categorias são constitutivas de realidades sociais específicas, uma vez que (...) operam recortes no todo social, estabelecendo direitos

e deveres diferenciais no interior de uma população, definindo relações entre as gerações e distribuindo poder e privilégios. (Debert, 1997, pp.10-12)

Como construção social, a definição social das idades sofre alterações conforme a composição da população, sendo o resultado da luta entre classes e entre diferentes gerações (Lenoir,1998).

As representações do processo de envelhecimento por parte dos indivíduos não resultam unicamente das suas experiências de vida, mas também dos comportamentos construídos e constituídos pela sociedade, contribuindo para a criação de expectativas (otimistas ou pessimistas) sobre o seu futuro (Cabral et al., 2013).

Não obstante, importa referir que cada vez mais são os autores que enfatizam os aspetos mais positivos provocados pelo processo de envelhecimento, “como a sabedoria, a maturidade emocional, a capacidade de usar estratégias pró-ativas capazes de dar maior significado à vida” (Barros de Oliveira, 2005, p. 7).

Por sua vez, Calha (2015) atribui aos vários modelos de vivenciar o envelhecimento a impossibilidade da criação de um modelo padrão para a vivência e experiência da velhice.

1.3. Envelhecimento ativo

Emergindo da demanda imposta pelo envelhecimento da população, o paradigma do envelhecimento ativo objetiva a elaboração de um conjunto de estratégias/programas de intervenção global na sociedade para responder aos problemas, desafios e oportunidades causados pelo incremento da longevidade. Afigura-se um conceito multidimensional, que abrange múltiplas definições dependendo do entendimento e dos objetivos e interesses ideológicos dos organismos/instâncias supranacionais que o referenciam. No contexto português, o paradigma de envelhecimento ativo atende inclusivamente à abordagem da Comissão Europeia [CE], resultado dos processos de europeização e de internacionalização.

Uma das definições mais abrangentes do conceito de envelhecimento ativo foi introduzida pela OMS, em 2002, na II Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento. Definindo o envelhecimento ativo como “processo de optimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas” (OMS, 2002, 2005, p. 13). Aqui, o termo ser ativo não se resume unicamente à

capacidade de se encontrar fisicamente ativo ou de se manter no mercado de trabalho, mas sim em participar de forma contínua na sociedade, conforme a suas necessidades, competências e desejos, ao nível social, económico, cultural, espiritual e cívico. Aponta, ainda, para a relevância da autonomia e independência individual e de princípios, tais como a interdependência e a solidariedade intergeracional, como fatores importantes para um envelhecimento ativo (OMS, 2002, 2005). Reconhece que a implementação das medidas necessárias à persecução de um envelhecimento ativo requer uma abordagem “sistémica” na ação política dos diferentes intervenientes e parceiros, tendo em consideração uma resposta coletiva e coordenada nos vários contextos de interação social (OMS, 2018). Postula que as políticas devem-se estruturar de forma a possibilitar aos indivíduos trajetórias que permitam um envelhecimento positivo, através da participação social e da contribuição dos idosos na vida da sociedade (OMS, 2015).

De facto, o Plano de Ação Internacional para o Envelhecimento, da II Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento, realizado em Madrid em 2002, recomenda uma participação ativa das pessoas idosas na sociedade e no desenvolvimento, oportunidades de emprego para quem deseje trabalhar, melhorias nas condições de vida, saúde e bem-estar, a igualdade de oportunidades no acesso ao conhecimento, educação e capacitação durante toda a vida, e o fortalecimento da solidariedade intergeracional. Reconhece ainda que os indivíduos, com o aumento da idade, “devem desfrutar de uma vida plena, com saúde, segurança e participação ativa na vida económica, social, cultural e política das suas sociedades” (Organização das Nações Unidas [ONU], 2003, p. 20). Revela-se imperativo salientar a importância atribuída à educação ao longo da vida (ELV) como estratégia que facilita a aquisição e o desenvolvimento de competências e conhecimentos fundamentais, promovendo a uma ótima adaptação e *empowerment* dos sujeitos perante as adversidades que surgem ao longo dos seus trajetos de vida (OMS, 2002, 2005).

Na comunicação apresentada para II Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento, a Comissão das Comunidades Europeias refere-se ao envelhecimento ativo como um conjunto de respostas políticas benéficas face ao envelhecimento das pessoas, com vista à melhoria da qualidade de vida dos indivíduos e das sociedades, através de uma cooperação internacional. Com uma abordagem fortemente centrada no mercado de trabalho, as principais práticas integram: o prolongamento da vida ativa e a flexibilidade de entrada na reforma, a continuidade da vida ativa após a reforma, a aprendizagem ao longo da vida e o envolvimento em atividades capazes de otimizar as capacidades dos sujeitos, assim como a manutenção de boas condições de saúde (CE, 2002). Em 2012, Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações, os

discursos da Comissão Europeia passaram a contemplar uma dimensão orientada para a solidariedade entre gerações (CE¹).

Por seu lado, a Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico [OCDE] (1998), classifica o envelhecimento ativo como a capacidade das pessoas terem uma vida produtiva na sociedade e na economia durante o avanço da idade. No relatório publicado em 2016, a OCDE advoga que os Estados devem encontrar os meios necessários para proporcionar a manutenção dos adultos idosos no mercado de trabalho, da mesma forma que encoraja o investimento em ações que desenvolvam as suas competências. Reconhecendo uma correlação entre as competências literárias e uma maior probabilidade de os adultos possuírem um melhor estado de saúde, fator este que influencia a qualidade de vida. Sugere, ainda, que a situação de reforma pode acarretar efeitos negativos ao nível das suas competências, já que as possibilidades de as colocar em prática são menores, defendendo, portanto, o prolongamento da vida ativa e o investimento na formação contínua, permitindo conservar e desenvolver novas competências, através das políticas de reforma. Concluindo, que para elaborar políticas capazes de responder aos desafios económicos e sociais resultantes do envelhecimento da população, torna-se imprescindível a compreensão do desenvolvimento das competências ao longo do tempo, constituindo um princípio norteador na elaboração das políticas para responder aos desafios económicos e sociais resultantes do envelhecimento da população (OCDE, 2016). Estes discursos evidenciam de forma muito clara a postura assumida pela OCDE no que ao envelhecimento ativo diz respeito. Muito embora, faça referência que o envelhecimento ativo deve integrar uma vida produtiva na sociedade e na economia, significando que os indivíduos podem determinar como repartem os seus tempos de vida, quer exercendo uma atividade profissional, quer desenvolvendo atividades de aprendizagem, lazer e de cuidado ao próximo, não se pode descorar a ênfase concedida ao emprego e atividade profissional, bem como aos sistemas de proteção social, com interesse no prolongamento da idade de acesso ao sistema de reforma, na flexibilização do seu acesso e na defesa do trabalho em idades mais avançadas.

Tendo em conta estas conceções, Moolaert e Durandal (2012) alegam que a definição de envelhecimento ativo proposta pela OMS apresenta uma perspetiva holística, centrada no indivíduo e na promoção de um envelhecimento ativo que, para além de ter em consideração a saúde, integra o contexto e o ambiente, fundamentando-se em três pilares: saúde, segurança e participação. Esta visão, centrada numa perspetiva a favor de um espaço político inclusivo e

¹ <https://eur-lex.europa.eu/>

apelando a sentimentos altruístas como o voluntariado e a participação social, contrapõe-se à posição assumida pela OCDE, que abarca uma perspectiva centrada no emprego e na reforma. Por fim, o discurso político da ONU se situa entre ideais tais como: emancipação, sociedade civil, cidadania e família.

O envelhecimento ativo apresenta múltiplos enfoques, como conceito “pluriconceitual”, ostenta um caráter mais económico, mais centrado na atividade profissional, ou um caráter mais pessoal e social, com ênfase na qualidade de vida, na educação e no lazer, determinado pela ideologia associada ao organismo que o define. Pese embora seja consensual o incentivo a uma participação socialmente ativa dos indivíduos na sociedade que estão inseridos (Atchley, 2006; Cumming & Henry, 1961; Giddens, 2013; Riley & Riley, 2000; Tomás Agullón, 2001; Wang & Alterman, 2016).

Independentemente das várias visões e abordagens existentes, o idoso é, na sua generalidade, percecionado de forma negativa na sociedade, entre as gerações e pelos próprios. Estes estereótipos, que lhe estão muitas das vezes associados podem afetar negativamente as suas vivências e a participação ativa na sociedade. Ao ato de identificar determinadas (in)capacidades a indivíduos ou grupos em função da idade é conceituado por idadismo (Rosa, 2012, 2020). O Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde (OMS, 2015) cita que a discriminação e estereótipos negativos aos quais os indivíduos mais idosos estão sujeitos podem assumir diversa ordem, desde atitudes preconceituosas a práticas discriminatórias, passando por políticas ou práticas institucionais, algumas investigações avançam este tipo de discriminação um dos mais generalizados, comparativamente às questões de género ou racismo.

O idadismo, ou a discriminação pela idade, é designado como a antítese do envelhecimento ativo (Walker, 2002b, p. 128).

Intimamente associado a uma menor capacidade produtiva, causada pela representação social de que o aumento da idade é acompanhado pelo declínio de faculdades físicas ou cognitivas reduzidas, os comportamentos relacionados a fenómenos de idadismo estão muito presentes e raramente questionados no mercado de trabalho (Rosa, 2012; Walker, 2002b).

As consequências inerentes afetam tanto os idosos (provocando menores níveis de autonomia, menor produtividade e maior stress), quanto a sociedade. A discriminação negativa pela idade está enraizada na sociedade e pode promover nas pessoas idosas o isolamento social, a deterioração física e cognitiva, a falta de atividade física e a ideia de que são uma carga económica (OMS, 2015). A mudança nas perceções sobre o envelhecimento exige políticas

estruturadas que permitam que os indivíduos adquiram trajetórias de vida positivas e que fomentem a participação social contínua e a contribuição dos idosos na sociedade (OMS, 2015).

O que torna imprescindível alterar o paradigma existente do perfil do idoso, criando respostas/políticas sociais capazes de ajudar os indivíduos a vivenciar esta transição e adaptação de uma forma positiva. Atendendo a esta perspectiva, torna-se iminente o desenvolvimento de projetos que intencionam contrariar estas tendências, promovendo, concomitantemente, um envelhecimento ativo, o qual deve ser organizado ao longo da vida. Envelhecer ativamente significa possuir objetivos e preocupar-se com a saúde e participação na sociedade (Jacob, 2007). Por sua vez, Simões (2006) defende que a inserção e participação social dos idosos instigam positivamente a sua satisfação com a vida, promovendo o envelhecimento ativo. O qual é influenciado por diversas variáveis de natureza endógena e exógena, a saber: o género e cultura, determinadores pessoais, comportamentais e socioeconómicos, os contextos físicos e os serviços sociais e de saúde (OMS, 2008), ou seja, pelo capital cultural adquirido por cada um de nós ao longo da vida, nas suas várias configurações: no estado incorporado, no objetivado e no institucionalizado (Bourdieu, 1999).

Na opinião de Ribeiro (2012), o envelhecimento ativo constitui um propósito de vida para a generalidade dos indivíduos e uma intenção política, cujos objetivos sociopolíticos visam, através da garantia dos direitos humanos: manter os níveis de crescimento no número de pessoas idosas saudáveis, com o intuito de reduzir a sobrecarga dos sistemas sociais e de saúde; manter os trabalhadores por um tempo mais longo no mercado de trabalho, permitindo reduzir os custos do sistema nacional de pensões; e incentivar a participação ativa nos processos políticos e comunitários, favorecendo o direito de cidadania.

2. Construções acerca da idade de vida adulta

2.1. Da velhice “invisível” à velhice “identificada”

Ao longo dos séculos, a conceptualização das idades de vida adulta apropria-se de uma série de ambiguidades, muitas das vezes contraditórias. Facto este, confirmado pelo conceito de velhice, que exprime um sentido valorativo, quando o sujeito idoso, é respeitado pelas suas vivências e sabedoria. Por outro lado, quando o idoso é visto como, um ser improdutivo, um encargo social é estigmatizado. Na sociedade industrial do século XIX, a conotação pejorativa

associada ao termo “velhice” tornou-o “uma espécie de segredo vergonhoso”, um assunto tabu sobre o qual a sua menção era evitada. Consciente da premência de alterar esta conceção e imagem “desumanizada” que a sociedade possuía sobre a velhice e os seus velhos, é em jeito de reivindicação que, na obra “La Vieillesse” de 1970, Simone Beauvoir, decide romper com o que denomina de “conspiração do silêncio” (p. 8). Simone reconhece que o indivíduo de idade avançada é propenso a negar a sua velhice, porque “a velhice aparece mais claramente para os outros, do que para o próprio sujeito”, não sendo percebida pelos indivíduos à medida que envelhecem, tornando-se mesmo, para muitos, difícil de assumir (p. 348).

O conceito de velhice é definido por S. Santos (2010) como a última fase do envelhecimento, conceito em mutação fruto da sua participação política e do novo estilo de vida que os sujeitos têm procurando ao participarem em várias atividades.

Citando Lenoir (1998),

o objetivo da sociologia da velhice não consiste em definir quem é e não é velho, ou em fixar a idade a partir da qual os agentes das diferentes classes sociais se tornam velhos, mas em descrever o processo através do qual os indivíduos são socialmente designados como tais. (pp. 71-72)

Para o autor, a velhice não representa uma característica da idade, considerando-a como uma categoria resultante das relações de poder e dos privilégios associados entre classes e entre as várias gerações.

A este propósito, Lima e Viegas (1988) referem que as representações criadas ao longo da história sobre a velhice não são unicamente reflexos ideológicos, mas *constructos societais*, manifestação das sociedades, dos seus estatutos hierárquicos económicos e sociais, bem como dos seus valores. Podendo a imagem de velhice “surgir como a aproximação máxima, ou o maior afastamento daquela que é a finalidade do Homem, idealmente concebida” (p. 153). Tendo em conta esta perspetiva, a velhice não pode ser unicamente representada como uma “idade de vida”, sendo necessário considerar a sua construção social (Caradec, 2010, p. 8). Como categoria socioculturalmente construída representa, concomitantemente, um “estado e um estatuto comum a certos indivíduos: não se envelhece da mesma forma consoante a época/género/trabalho/profissão/função social que se desempenha/vivências” (Faria & Rosário, 2014, p. 54).

Assume-se, assim, que a velhice não constitui uma realidade homogénea, existindo diferenças entre os indivíduos, decorrentes dos percursos familiares e socioprofissionais vivenciados, o que justifica o facto de que os idosos detêm mais diferenças de que semelhanças (A. T. Fernandes, 2005).

Tendo em conta esta abordagem, A. A. Fernandes (1997) acrescenta ainda que a velhice é o resultado das perceções e representações que a população (idosos, jovens e adultos) detém sobre os indivíduos mais idosos, conjuntamente com os significados sociais e políticos vigentes.

Assim sendo, cientificamente e de acordo com a atualidade, a velhice deve ser perspetivada como um processo, com manifestações ao nível de dimensões e de sentidos mais abundantes (A. T. Fernandes, 2005).

A velhice é, destarte, tida como uma realidade heterogénea, devido à constituição morfológica do indivíduo condicionada pela classe social de pertença e os estágios que atravessa (A. T. Fernandes, 2005), influenciada também pelas experiências vivenciadas ao longo da vida. Ao ser também considerada uma construção social, importa fazer uma breve contextualização histórica ocorrida na Europa, mais concretamente em França.

Para Bourdieu (1984), a idade constitui um marco biológico socialmente manipulável, acrescentando que, durante muitos anos, a velhice foi sinónimo de declínio social, uma classe em perda de poder, um jogo de lutas de todas as sociedades. Lenoir (1979) e Guillemard (1984) mencionam que, até meados do século XX, a velhice era percecionada como forma de incapacidade, associada à solidão e à doença das classes trabalhadoras, conquistando visibilidade aquando da instituição do Estado de bem-estar social, marcado pelo surgimento de políticas sociais e pelo estabelecimento do direito à reforma.

Numa das suas obras de 1983, a autora Guillemard identifica os encargos gerados pela velhice, integrados num debate duplo entre os problemas económicos que afetaram a velhice, e os sistemas e as relações/lutas dos atores sociais envolvidos. No século XIX, segundo Guillemard (1980), a velhice encontrava-se invisível para a ação social, estando os idosos dependentes da solidariedade intergeracional, tratada como assunto familiar e privado estava diferenciada pelo património familiar que detinham. Por conseguinte, os idosos detentores de poder de capital económico eram respeitados, visto que o seu património permitia assegurar o seu futuro, bem como possibilitava controlar o futuro e a posição social dos seus descendentes, opondo a velhice deste modelo familiar patriarcal da época à velhice sentida pelo novo proletariado urbano.

Devido à organização capitalista do trabalho, assim como as atitudes relacionadas, uma vez que o salário apenas remunera a força do trabalho, os avanços tecnológicos verificados à época traduzem-se na desqualificação dos trabalhadores reduzidos unicamente à sua força física. Assim, com o declínio da idade, começa-se a reputar os mais idosos de serem incapazes de produzir, chegando a velhice a ser assumida e declarada pelo patronato como uma forma de “invalidez”, ou seja, “incapacidade para produzir” (Lenoir, 1998, p. 79).

A velhice era conceituada como um encargo para as famílias, sentido, especialmente, em famílias com baixos rendimentos. Salientando-se que nos finais do século, a população com 65 ou mais anos não recebia qualquer forma de rendimento/compensação pelo trabalho desenvolvido até então, ou seja, não auferiam pensão de reforma ou salário, estando entregues às famílias ou a instituições de assistência, tais como, asilos, vivendo na sua maioria em condições miseráveis (Lenoir, 1998). A velhice era igualmente considerada como um período de vida que mesmo estando à margem da sociedade era constituída por um *status* social a manter, representando um custo coletivo sem contrapartidas (Guillemard, 2002).

Em meados do século XX, com a emergência dos sistemas de reforma, resulta uma nova definição de velhice, conferido um princípio de identidade a esta fase de vida, um *status* de inatividade laboral com direito à atribuição de uma pensão de velhice, tornando-a numa *velhice identificada*. Esta inatividade profissional redefine os limites das classes de idades, assentes em critérios formais, tais como a idade cronológica e a duração da atividade profissional, e não sobre a capacidade funcional do indivíduo. Com o prolongamento da esperança de vida, a velhice tornou-se generalizada, mais longa e, conseqüentemente, mais visível. A emergência da reforma, juntamente com a nova representação da velhice teve como resultado a modificação das trocas entre as gerações. Se por um lado o património herdado perde relevância em prol do património acumulado e do capital cultural, por outro, os reformados deixam de depender do capital familiar. Desta forma, não tendo nada a oferecer aos seus filhos em troca do seu cuidado, os pais deixam de se sentir como um encargo (Guillemard, 1980).

É com base neste contexto de generalização dos sistemas de reforma que, a velhice passa a ser assumida como um “mundo unificado”, uma realidade homogénea tratada como uma nova perceção e forma de atuação (Guillemard, 1980; Veloso, 2007, p. 264).

Todavia, a questão da disseminação dos sistemas de reforma interferiu não só com o padrão de vida das pessoas mais idosas, com o seu modo de vida e a sua integração social, mas sobretudo, introduziu “uma nova divisão das idades da vida, redefinindo os limites e o conteúdo

da última etapa” (Guillemard, 1983, p. 107), atribuindo aos indivíduos um “conteúdo social” (Guillemard, 1980, p. 22). Tornando a idade um critério cronológico, homogêneo e global delimitador das fases do curso de vida, marcando a idade de passagem para a reforma (Veloso, 2004).

As transformações sociodemográficas ocorridas nos últimos anos resultaram na dissociação dos conceitos velhice e reforma, passando a representar duas dimensões homólogas e diferenciadas da realidade. Esta situação originou uma nova organização das idades, com a criação de uma “idade nova”, idade que se situa no hiato entre a passagem para a reforma e a velhice (A. A. Fernandes, 2016, p. 30).

Configura-se, deste modo, uma política que almeja inserir os idosos na sociedade através de uma cultura consumista e de prolongar a sua independência, tendo em vista a alteração da percepção de velhice, passando a velhice a ser entendida não como fase de declínio, mas como fase de conservação (Bourdelaís, 1993). Tendo em conta este contexto, assiste-se ao aparecimento de instituições de apoio aos idosos e as universidades da terceira idade, e os idosos, agora vistos como consumidores, passam a ser designados pelos conceitos de terceira e quarta idades (A. A. Fernandes, 1997; F. Sousa, 2010; Veloso, 2004, 2007, 2011).

Foi sugerido ainda, por parte dos especialistas das áreas das ciências sociais e da animação sociocultural, a percepção de que a vida começa aos 60 anos, redefinindo a velhice como uma nova juventude e a reforma como reforma ativa, em que as classes detentoras de maior capital económico, cultural e social ocupam os seus tempos de reforma da mesma forma como ocuparam a sua vida ativa (Lenoir, 1979).

Tal perspetiva leva os profissionais do envelhecimento, especialistas em gerontologia, a assumir uma total desconstrução social das imagens negativas do envelhecimento, recorrendo à “indústria do envelhecimento” inculcando uma cultura do consumo, procurando alterar as conceções associadas “entre a velhice e a doença, a incapacidade, o desengajamento e o declínio”, fomentando a “construção de um envelhecimento positivo” (Featherstone & Hepworth, 1995, p. 30). Deste modo, o papel dos gerontologistas sociais passou por redefinir a velhice como uma condição social com uma imagem menos estigmatizadora, passando a ser denominada por “a terceira idade” e a ser assumida pelos sistemas sociais de reforma (Lenoir, 1998).

Assim sendo, a velhice, uma vez “identificada”, é designada pela expressão *terceira idade*, e a sua gestão oficializa-se em “Política de Velhice” (Guillemard, 1980, p. 27), caracterizada por

um “conjunto de intervenções públicas estruturadoras, de forma explícita ou implícita, das relações entre a velhice e a sociedade” (Guillemard, 1986, p. 157).

Em consequência, a categoria “velhos” desaparece dos discursos e das agendas administrativas e políticas, representada a partir de então pelo termo “terceira idade” (Bourdelaís, 1993, p. 365), assim, os conceitos de velhice e o de terceira idade passam a ser tratados e percecionados diferencialmente (Veloso, 2004).

Apoiando-se em Graebner (1980), Veloso (2007) alude que, coincidente com o mesmo período, também nos Estados Unidos se assistiu a uma rutura do conceito de velhice, passando a ser entendido e tratado de modo diferente dando origem ao termo “senior citizens” para tratar a terceira idade. Por sua vez, na Grã-Bretanha, o termo mais utilizado é “envelhecimento positivo” (Featherstone & Hepworth, 1995).

2.2. Terceira idade, a nova velhice

As expressões *velhice* e *terceira idade* representam formas históricas e sociológicas de intervir na velhice; enquanto a *terceira idade* define uma nova ‘velhice’ que traduz uma nova identidade dos idosos de classes mais favorecidas, o conceito *velhice* continua associado à ‘velhice’ das classes populares, dos idosos que não possuem recursos económicos, aos quais se encontra “associada uma imagem de senilidade, de degradação física e mental (...) a designação velhice foi substituída pela de terceira idade, representando um corte entre a velhice dos hospícios, dependente e pobre e a velhice das classes médias assalariadas reformadas, autónoma e com recursos económicos” (Veloso, 2004, p. 13).

Em França, a partir dos anos 70, ocorre a disseminação do conceito de terceira idade que se dissocia ao conceito de velhice. Os primeiros anos de reforma passam a ser tratados como tempo de liberdade, isento de obrigações profissionais, percecionados como uma nova juventude, associados a um tempo dedicado à realização pessoal e à descoberta de novos horizontes (Caradec, 2009, 2010; Caradec & Van de Velde, 2011).

A expansão de clubes e universidades sénior e de viagens para os sujeitos da terceira idade, demonstra um momento de reforma mais ativo por parte dos indivíduos (Caradec, 2010). Lenoir (1998, pp. 87-88) reforça que a *terceira idade* passa a designar a nova categoria social representativa das pessoas idosas, um novo estado identitário em que os pertencentes às classes populares, os considerados até então de ““velhos sem recursos”, (...) entrevados, e enfermos

senis, abandonados nos “asilos””, tende a desaparecer em prol da expressão utilizada para os idosos das classes médias. Passando assim, a ser considerados como “pessoas idosas” ou “terceira idade”, pessoas com “idade avançada” ou “idade de ouro” que residem nos “lares do sol” ou nas “residências-luz”, e que “se distraem” nos clubes da “terceira idade” ou seguem cursos nas “universidades da terceira idade”.

Perante o mencionado, a constituição da *terceira idade* não representa unicamente um discurso de mudança de vida, que sociologicamente visa manifestar uma “consistência social” e reivindicações, exigindo uma ação política de legitimação. Assim, vários fatores contribuíram para a emergência deste conceito, segundo Caradec (2010), como as orientações políticas implementadas para os idosos que pretenderam direcionar o seu interesse para o campo social em detrimento do económico. Exemplo disso, em França o relatório Laroque de 1962, muito embora, implementado tardiamente e de forma parcelar, apelava à participação e inserção dos idosos na sociedade e ao desenvolvimento de serviços, medidas de assistência para os idosos e infraestruturas, com o intuito de prevenir o isolamento e a inatividade desse segmento da população, legitimando novas práticas e iniciativas locais para os reformados. Estes desenvolvimentos resultaram no aumento de instituições e especialistas na área do envelhecimento, assim como no reconhecimento da gerontologia como ciência pluridisciplinar do envelhecimento (Lenoir, 1979). Um outro fator assinalado por Caradec (2010, p. 19) prende-se com “les mécanismes de reproduction reposant de moins en moins sur la transmission directe d’un patrimoine familiale, une «inversion des rapports de force entre générations»”, promovendo a valorização da autonomia dos mais idosos que, recusando-se a ser um encargo para os filhos, possibilitaram que as instituições assumissem serviços direcionados para a terceira idade, tais como atividades de lazer e clubes da terceira idade. Estas modificações afetaram as relações geracionais, sobretudo nas dinâmicas e relações e grupos familiares, com maior visibilidade nas classes sociais mais altas (Lenoir, 1979). Por fim, os sistemas sociais de reforma implementados e a criação de regimes de reforma complementares permitiram uma nova forma de viver a reforma na terceira idade, com a criação de instituições especializadas em entretenimento que desenvolveram vários serviços e, conseqüentemente, novos mercados, tais como, a realização de sessões de preparação para a reforma e a organização de atividades direcionadas para o lazer e a cultura, o que proporcionou a representação do termo “terceira idade” como tempo de lazer, assim como, assegurar aos mais idosos atividades culturais e cuidados psicológicos (Caradec, 2010; Lenoir, 1979).

Silva (2008, p. 161) acrescenta que a alteração da percepção e a sensibilização gerada sobre a velhice modificou profundamente os princípios morais, assim como a forma de tratar e valorizar essa condição,

antes entendida como decadência física e invalidez, momento de descanso e quietude no qual imperavam a solidão e o isolamento afetivo, passa a significar o momento do lazer, propício à realização pessoal que ficou incompleta na juventude, à criação de novos hábitos, hobbies e habilidades e ao cultivo de laços afetivos e amorosos alternativos à família.

Atribuiu-se à terceira idade não somente discursos e novos locais de convívio e de sociabilidade, mas uma forma de combater/contrariar os estereótipos negativos associados às pessoas mais idosas; partilhando a crença de que a idade não define os comportamentos e estilos de vida, e de que aquelas devem, apesar da sua idade, manter um estilo de vida saudável, cuidar da sua saúde e realizar atividades de lazer, tais como, efetuar exercícios de educação física, ir a bailes e frequentar universidades, entre outras (Debert, 1997).

A construção social da terceira idade visa, deste modo, terminar com os estereótipos negativos desta fase de vida, proporcionando oportunidades de envelhecimento bem-sucedido, tidas como prazerosas, momentos de exploração de novas identidades e/ou recuperação de projetos, vivenciados socialmente entre gerações e em coletividade, reforçando a concepção de que “as novas imagens do envelhecimento são, sem dúvida, expressão de um contexto marcado por mudanças culturais que redefinem o modo de construção das identidades” (Debert, 1997, p. 7). Na esteira da mesma autora, o desenvolvimento das novas fases do envelhecimento, terceira idade, reforma ativa ou meia-idade, contribuiu de uma forma muito expressiva para o desenvolvimento de “novos estilos de vida e a criação de mercados de consumo específicos” (Debert, 1999, p. 77).

Num contexto de ciclo de vida, Laslett (1995) define a terceira idade como tempo de satisfação e realização pessoal, em que o indivíduo atinge a sua plenitude, onde realiza os seus interesses e expectativas. Deste modo, as mudanças verificadas ao longo do tempo, juntamente com a velhice correlacionada à reforma, encarada como um problema social, deram origem ao surgimento da expressão e da realidade *terceira idade* como categoria social e como categoria de ação política, gerando-se uma nova forma de perceber (Velo, 2004, 2011).

A reforma contribuiu, portanto, para a criação e consolidação de novas idades de vida, a terceira idade e a quarta idade. A terceira idade situa-se no intervalo entre a idade madura e a

idade avançada, enquanto a quarta idade caracteriza uma idade de vida mais avançada. A terceira idade emerge em um período do ciclo de vida cheio de potencialidades, entre o momento da “passagem à reforma” e o aparecimento das incapacidades severas da velhice, fase designada quarta idade (Fonseca, 2006; Veloso, 2004).

Neste enquadramento, a “expressão quarta idade (a fase da vida dos mais idosos) traduz a complexidade e a crescente fluidez dos contornos da velhice” (F. Sousa, 2010, p. 100), estando os indivíduos mais predispostos à inatividade social, causada muitas das vezes pelo declínio biopsicológico. Na opinião de Fonseca (2011a), a quarta idade representa um processo em que os indivíduos apresentam um declínio nas suas capacidades físicas e mentais, incapazes de participar ativamente na sociedade, fase clara de transição de uma pessoa autónoma e com capacidades para uma pessoa que necessita de muitos cuidados. Esta condição exige mais cuidados, uma maior vigilância e requerer novos especialistas na área do envelhecimento, ao passo que os cuidados com a terceira idade incidem em preocupações de natureza cultural e psicológica (Veloso, 2004).

As sucessivas transformações ocorridas a partir da década de 60, em particular pela destabilização do modelo social com consequências nos sistemas de reforma e pré-reforma, resultaram no desfasamento do período de reforma e na extensão da terceira idade, criando uma nova idade do ciclo de vida, os “novos velhos”. Uma nova idade, compreendida entre os 50 e os 70 anos, é apontada como pertencente à segunda parte da vida profissional, um período de existência marcada pela ambiguidade “d’«être âgé sans être vieux» ou d’être vieilli prématurément” (Gaulier, 2002, p. 164).

Atualmente, a categoria terceira idade tem vindo a perder a sua influência relacionada com as tónicas na juventude e no seu dinamismo, tornando-se mais usual o uso da terminologia “sénior”, com a captação de um público reformado mais jovem pelos clubes e universidades seniores (Caradec, 2010). Acrescenta-se ainda que, o termo sénior, contrariamente à conceção de terceira idade e quarta idade, com a sua génese nas políticas do idoso, tem a sua influência no mundo do *marketing* dos anos 90, sendo utilizado para designar pessoas com 50 ou mais anos, tentando abranger a população com mais potencial económico (Caradec, 2010; Caradec & Van de Velde, 2011). Tendo em conta esta perspetiva, os termos “terceira e quarta idades” foram secundarizados, em prol da terminologia “sénior”, admitindo-se ser um conceito mais amplo e abrangente.

(In)dependentemente, dos processos sociais, culturais e históricos que pretendem fazer corresponder determinadas categorias populacionais a uma idade biológica, a peculiaridade dos atuais períodos de vida, compostos por fronteiras fluidas, impede tratar qualquer categoria etária no singular. Este argumento, tendo em conta uma idade mais avançada no ciclo de vida, levou Capucha (2014) a reafirmar,

A pessoa idosa não existe, existem muitas pessoas em fases diversas do último tramo da vida, que partilham atributos que se foram diversificando e a respeito das quais mudaram as representações sociais, os valores, os estereótipos, as políticas, as práticas relacionais e os contextos de vida. (p. 114)

3. Condição sénior

Do latim *senior* o termo significa o “mais velho”, respeitante ainda a um profissional com experiência (Dicionário infopédia da Língua Portuguesa), convertendo-se numa apreciação mais positiva do ser idoso.

De mencionar ainda, que as “condições históricas, políticas, económicas, geográficas e culturais produzem diferentes representações sociais da velhice e também do idoso” (Schneider & Irigaray, 2008, p. 585).

Por sua vez, Neri (2009, p. 18) salienta que a denominação de *idoso* deriva do contexto sociocultural em que o indivíduo está inserido, dependendo das diversidades “em aparência, força, funcionalidade, produtividade e desempenho de papéis sociais”. Ao que Capucha (2014) acrescenta que não existe um indivíduo idoso, mas vários na sua última fase de vida, que partilham características que se alteram, resultado da mudança das suas representações sociais, dos seus valores, estereótipos, políticas e práticas relacionais e, conseqüentemente, dos seus contextos de vida.

Ao longo do seu ciclo vital, o indivíduo sofre transformações físicas e psicossociais (Barros de Oliveira, 2005; Eizirik, Kapczinski & Bassols, 2007; Zimerman, 2005). No decorrer do envelhecimento, “as capacidades de adaptação do ser humano vão diminuindo, tornando-o cada vez mais sensível ao meio ambiente que, consoante as restrições implícitas ao funcionamento do idoso, pode ser um elemento facilitador ou um obstáculo para a sua vida” (Jacob, 2007, p. 3), aumentando assim, as dificuldades, limitações e declínios resultantes do estilo de vida, das condições socioeconómicas e/ou ambientais (Barros de Oliveira, 2005; OMS, 2008). Partindo

desta concepção, frequentemente atribui-se aos idosos diversos estigmas, gerando estereótipos e preconceitos opressores e discriminatórios, assentes em convicções de que o sénior é um inútil e inabilitado para novas aprendizagens e incapaz de objetivar os seus projetos e vontades, reputando como insignificantes as suas vivências e saberes (Oliveira, Oliveira & Scortegagna, 2010; Simões, 2006).

A qualidade de vida dos idosos é também um fator que tem registado uma crescente preocupação no processo de envelhecimento, tido como “um conceito multidimensional que engloba concepções objetivas e subjetivas, bem como condicionantes micro e macrosociais” (Calha, 2015, p. 531), integrando como dimensões constituintes elementos relacionados com os comportamentos individuais e comunitários, tais como a cultura, a educação, o rendimento e as condições habitacionais.

As redes sociais de apoio apresentam grande relevância na vida dos sujeitos, com efeitos positivos no processo de envelhecimento. Entende-se por redes sociais de apoio, de suporte (formal ou informal) ou redes de sociabilidade e de mútuo apoio, ao conjunto de interações pessoais (a nível familiar, amizade e/ou de vizinhança) e institucionais que possibilitam aos cidadãos: manterem a sua identidade pessoal e social; obter apoio emocional, material e organizacional; garantir o acesso a serviços e informação útil; estabelecer novos contatos sociais e promover a participação ativa da vida na sociedade (Cabral et al., 2013; Fernández-Ballesteros et al., 2010; Paúl, 2005; Walker, MacBride & Vachon, 1977).

O envolvimento em redes sociais e de mútuo apoio tem o potencial de garantir maior autonomia, uma autoavaliação positiva do estado de saúde e mental, melhor qualidade de vida e bem-estar, e maior satisfação com a vida. Durante o percurso de vida, as redes de sociabilidade passam por múltiplas transformações, influenciadas em função dos contextos familiares, profissionais, de vizinhança, dentre outros, o que se reflete na identidade dos sujeitos e no uso dos tempos livres. No curso da vida social, surgem várias “crises”, como a morte dos pares e a passagem para a reforma, provocando uma eventual diminuição do círculo de amigos e causar a degradação ou reorganização das redes sociais de apoio. Enquanto a degradação das redes pode levar ao empobrecimento das relações e de apoio social, conduzindo ao isolamento social, a reorganização das redes contribui para a inserção e/ou manutenção do idoso na comunidade, reforça o capital social e impulsiona o empoderamento (Cabral et al., 2013; Chiesa & Sarchielli, 2008; Paúl, 2005).

A dimensão das redes, a frequência dos contatos sociais, o papel desempenhado pelas redes e a qualidade das redes sociais são variantes a considerar na determinação da condição sénior. Diversos estudos indicam que redes de maior dimensão e/ou elevada frequência de contatos, têm sido frequentemente associados a níveis maiores de qualidade de vida e de bem-estar. O tipo de redes sociais também tem influência no bem-estar e qualidade de vida, sendo que as redes de amigos e de vizinhança geralmente apresentam um efeito mais positivo e satisfatório em detrimento das redes familiares. Estes dados podem ser explicados pelo motivo de que, em relação às redes de amizade, os amigos comumente costumam ser da mesma geração e compartilham características individuais, vivências e estilos de vida semelhantes (Paúl, 2005; Pinquart & Sörensen, 2000).

A existência de diferentes modelos que configuram a *condição sénior* nas sociedades em análise traduz-se em formas diferenciadas de lidar com o processo de envelhecimento. Concluimos que a “condição de idoso não depende exclusivamente dos fatores biológicos relacionados com a limitação física, pois o contexto social em que se enquadra a vivência desse período da vida também influencia a condição sénior e a forma como os idosos a perspetivam” (Calha, 2015, p. 527). O mesmo autor defende que a principal função das políticas públicas sociais direcionadas aos idosos que caracterizam estruturalmente a condição sénior é a de prevenir as desigualdades sociais existentes, contribuindo para a promoção de um envelhecimento ativo. As transformações sentidas ao longo dos tempos resultaram também na mudança do perfil dos idosos, que cada vez mais informados, demonstram-se mais ativos, saudáveis, com maiores qualificações e igualmente produtivos.

No estudo realizado por Calha (2015), com o objetivo de caracterizar a condição sénior, relacionando critérios subjetivos (autoavaliação da condição da velhice) e objetivos (caracterização da situação do idoso), este autor procurou perceber a configuração da condição sénior em diversos contextos macrossociais, nomeadamente, comparando os idosos do Sul da Europa e da Escandinávia. As conclusões desse estudo revelaram diferenças entre os países estudados, sendo que o papel da família, mais concretamente a dimensão do agregado familiar, foi preponderante na configuração da condição sénior, já que continua a ter um papel de proteção social nos países do sul da Europa, enquanto nos países escandinavos esse papel é assumido pelo Estado. Foi nos países do sul da Europa que se confirmou maior instabilidade financeira tal como uma forte tendência para o isolamento, o que torna a condição económica um outro fator importante na caracterização da condição sénior. “A existência de diferentes modelos que configuram a condição

sénior traduz-se em formas diferenciadas de lidar com a situação” (Calha, 2015, pp. 539-540), o que se reflete na realização das atividades diárias, em que o nível de felicidade e bem-estar (estado de espírito - alegria e boa disposição; tranquilidade - calma e relaxamento e vitalidade - atividade e energia) são mais altos nos países escandinavos, mesmo tendo em conta os níveis de incapacidade. Deprendendo que a condição de idoso não depende unicamente de fatores biológicos, mas também pelo contexto social dos indivíduos, em que estão compreendidas as suas vivências.

Num outro estudo realizado por Calha (2014) nos contextos de Portugal e Espanha, foram consideradas diversas variáveis para analisar a condição sénior, incluindo o estado de saúde, nível de bem-estar, práticas de convivialidade e sentimento de solidão. O autor constatou a presença de particularidades socioculturais nesses contextos. O modelo familiar, ou seja, a responsabilidade da família na assistência aos idosos e o baixo número de idosos divorciados foram igualmente destacados como importantes características do contexto em que os indivíduos se encontravam inseridos. Uma outra especificidade dos contextos estudados diz respeito ao aumento da taxa de desemprego verificada, que provocou em alguns casos o regresso dos filhos a casa dos pais em busca de suporte financeiro, originando medidas de contenção financeira. Nas conclusões do estudo, o autor verificou que a população idosa portuguesa apresentava maior necessidade económica, uma péssima perceção do seu estado de saúde e de bem-estar e, concomitantemente, exibia menos limitações na realização das tarefas diárias. Paradoxalmente, tanto a população portuguesa quanto a espanhola se diferenciaram de outros países europeus pelo seu elevado grau de convivialidade, assinalando, contudo, valores altos de solidão. O que torna importante referenciar que o papel das redes de suporte social, a frequência de contatos e a qualidade das relações sociais constituem fatores explicativos da solidão na população idosa.

Em vista do referenciado, convoca-se Gierveld, van Tilburg & Dykstra (2006), que argumentaram que o sentimento de solidão não está diretamente associado ao isolamento social. Os autores demonstraram que as pessoas que vivem socialmente isolados nem sempre se encontram forçosamente num quadro de solidão, nem os que se encontram em situação de solidão estão socialmente isolados. Isso ocorre devido à subjetividade desse sentimento, criando uma grande ambiguidade. Se alguns indivíduos com uma pequena rede de contatos sociais, podem se sentir num estado de solidão, outros podem se sentir socialmente integrados. Do mesmo modo, uma pessoa com elevada participação social pode sentir-se só ou completamente integrada na vida social.

De acordo com Calha (2014, 2015) e Simões (2006), existem diversos fatores distintivos da condição sénior que merecem destaque:

- Modelos das diferentes vivências do envelhecimento (fatores biológicos, sociais e contextuais).
- Dimensão do agregado familiar.
- Qualidade de vida.
- Satisfação com a vida.
- Bem-estar.
- Conceito de autoavaliação do estado de saúde - percepção individual do seu estado de saúde.
- Políticas sociais – desmercantilização.

No estudo realizado por Cabral et al. (2013, p. 120), foram identificados diferentes aspetos relacionados ao processo de envelhecimento, conforme percebidos por adultos/idosos com mais de 50 anos. Entre os aspetos positivos do envelhecimento mencionados pelos participantes estão a capacidade de “aprender coisas novas”, ter “mais tempo livre” e ser capaz de fazer planos para o futuro. Apontando ainda que essas vivências proporcionam um melhor entendimento do que eles pretendem da vida, podendo trazer uma sensação de satisfação e realização. Como aspetos negativos do seu processo de envelhecimento, assim como dos outros, os participantes evidenciaram a solidão, mencionando ainda que tendencialmente, com o aumento da idade, os sujeitos tendem a aproveitar menos a vida e sentir-se “menos respeitados” pela sociedade”. Alguns indivíduos também expressaram sentimentos de inutilidade, afirmando que “os mais velhos sentem que não fazem falta”.

Sublinha-se que a heterogeneidade do ser sénior resulta de retratos de indivíduos ou comunidades em “que num determinado tempo histórico e social, vivem a sua condição de seniores, com necessidades que se cruzam com os recursos externos e promovem a criação de outros. As realidades diversas que constatamos são o espelho de expectativas e papéis que reservamos aos seniores das políticas sociais e, sobretudo, da sociedade em que estão inseridas” (Rosa, 2014, p. 79).

4. Inatividade laboral / Reforma

4.1. Conceitos em mutação

Como anteriormente referido, o envelhecimento é fortemente marcado por transições entre diversas fases do ciclo de vida, nomeadamente as mudanças que ocorrem ao nível familiar como a viuvez e a trajetória profissional, com particular atenção para a reforma (Cabral et al., 2013; OMS, 2008). Identificada por constituir uma das transições mais críticas do ciclo de vida do indivíduo (Hornstein & Wapner, 1985).

Com a sua emergência no século XVII e instituída na dualidade trabalho/ não trabalho (Caradec, 2010), a reforma é indissociável do trabalho, concretamente à incapacidade para o trabalho. Na mesma linha de pensamento, Parker (2022, p. 18) e Shanas (1972) argumentam que, até ao século passado, a reforma significava “giving up work”.

Por sua vez, Atchley alega que a reforma não se restringe à dicotomia: reformado *verso* não reformado. A reforma constitui um processo que tem o seu início quando o indivíduo toma consciência de que irá abandonar o exercício da sua atividade laboral e termina no momento em que ele se torna tão fraco ou empobrecido que já não pode desempenhar o papel de reformado. É um processo pelo qual o “papel de reformado é abordado, assumido, aprendido, dominado e abandonado” (Atchley, 1976, p. 3).

Representada por um conceito polissémico e complexo que tem evoluído ao longo do tempo, a reforma tem-se desenvolvido sob influência de transformações políticas, sociodemográficas, culturais, económicas, históricas, científicas e tecnológicas que se têm vindo a verificar nas sociedades modernas, instauradas na ambivalência de serem conceituadas por “sociedade de risco” (Beck, 2001; 2010) e de “sociedade de modernidade fluida” (Bauman, 2001 p. 26). Uma modernidade marcada pelo crescente processo tecnológico da racionalidade instrumental, transformação do mercado de trabalho e organização, compreendendo juntamente a conexão entre as transfigurações globalizantes introduzidas a nível institucional (social e político) e as disposições, biografias, estilos e forma de vida dos indivíduos; com efeitos na transformação da sociedade, na medida que englobam e reconfiguram as relações e contextos sociais e a interação entre os sujeitos, características diferenciadoras da modernidade tardia ou reflexiva (Beck, 2001, 2010; Giddens, 1991).

Atualmente, Adams e Beehr (2003) afirmam que existem diversos tipos, formas e conceitos de reforma, tornando a sua definição imprecisa, considerando que a reforma poderá representar um conceito plural, na medida em que, o seu significado, as expectativas e a forma como é experienciada se altera ao longo do tempo. Por sua vez, Gaullier (2002b) refere que a pluralidade do conceito de reforma acontece devido à sua variedade de definições, conteúdos e formas de financiamento associadas a ele.

Tendo em conta esta perspectiva, a reforma é considerada como: i) uma instituição social que envolve a forma de obtenção de pensão como as regras de como é atribuída, resultado de uma criação cultural; ii) uma transição de vida, entre a passagem de uma vida que inclui uma atividade profissional por um estilo de vida sem emprego; iii) um estágio de vida, individualmente encarado como tempo de após trabalho em que os sujeitos estão livres para se dedicarem a outras atividades, como de lazer que lhes aporte alguma satisfação; e iv) um estatuto, resultante pela saída de uma pessoa de uma atividade profissional remunerada e contributiva, com o direito a uma compensação financeira pelos anos em que esteve em atividade profissional, uma pensão de reforma, constituída por pagamentos regulares concedido por uma entidade empregadora, organismo sindical ou governo (Atchley, 1976; 1982, 1996; Shanas, 1972; Simões, 2006).

Na qualidade de instituição social, as mudanças estruturais ocorridas com o processo de modernização da sociedade desencadearam a institucionalização do ciclo de vida. A transição socialmente estruturada do ciclo de vida é organizada em três fases, tendo como referência, critérios cronológicos que determinam a idade como fator de estruturação do ciclo de vida, atribuindo ainda, ao trabalho uma função importante no estabelecimento do significado social da vida adulta e consequente a padronização da passagem para a reforma. A idade e o trabalho tornam-se, assim, dimensões importantes da organização social do ciclo vital. Obedecendo a uma lógica fordista de produtividade económica, o ciclo de vida é composto por: infância e juventude, caracterizada pela vida escolar e fase de preparação para o mercado de trabalho; seguida da idade adulta ativa, correspondendo ao período de produtividade; e finalizada pela passagem à velhice e reforma², fase de inatividade e etapa final do ciclo de vida.

Com as transições do ciclo de vida não alteraram somente a percepção sobre a idade cronológica, mas igualmente o caráter da organização do tempo, implementando a “temporalização” resultando na “cronologização” do ciclo de vida. Isso estabelece a idade como

² Importa ressaltar o facto de que a divisão do ciclo de vida, na sua generalidade, não se aplica às mulheres com o mesmo termo a que se refere aos homens, no caso das domésticas, esta divisão é percebida através dos seus maridos (Kohli, Rosenow & Wolf, 1983).

critério de posicionamento social, com consequências na diferenciação das fases de vida e de carreira profissional. (Debert, 1997, p. 4; A. A. Fernandes, 2016; Kohli, 1986; Kohli & Meyer, 1986; Kohli, Rosenow & Wolf, 1983; Veloso, 2007). Articulado a este pressuposto, a institucionalização do ciclo de vida, especificamente a cronologização, estruturou ainda as perspectivas de vida dos indivíduos ocorrendo um processo de individualização do percurso de vida (Guillemard, 1997; Kohli, 1986; Kohli & Meyer, 1986).

Na senda de Gaullier (1998), a sociedade industrial formulou um novo ciclo de vida fundado no mundo do trabalho, caracterizado por uma abordagem “adultocentrista e sexista”, um ciclo de vida ternário que tinha a finalidade de orientar a gestão dos tempos na sociedade (p.6).

Nas últimas décadas do século XX, na sociedade contemporânea resultado da crise dos estados de bem-estar social, constatou-se uma transformação no mercado de trabalho, nas ideologias e nas políticas de reforma. Provocando uma destabilização dos modelos sociais, de emprego e de proteção social vigentes, e a reorganização dos tempos de vida. Como resultado o percurso de vida assume uma nova configuração, processo denominado por “despadronização”, “destandardização”, “descronolização” ou ainda, “destemporalização” do ciclo de vida (Debert, 1999; Gaullier, 1998; 2002a, 2002b; Guillemard, 1997; Kohli, 1983, 1986; Kohli & Meyer, 1986). O processo de individualização é objeto de mudanças, passando a ser representado como processo de desenvolvimento pessoal que se estende ao longo da vida, contemplando ainda, grupos sociais outrora marginalizados (Kohli, 1986).

Assiste-se, desta forma, a mudanças com consequências diretas na renovação da idade de entrada na reforma, transformando o fim de carreira, podendo ocorrer através do prolongamento da idade ativa ou pelo aumento da duração dos anos de reforma (Gaullier, 2002a).

Por conseguinte, a idade continua a ser um elemento importante na organização social, na definição do *status* dos indivíduos e dos papéis sociais. Tal acontece inclusive com a atual diluição dos limites que separa as diferentes fases da vida, assim como das normas que determina os papéis da sociedade e comportamentos mais apropriados a cada grupo, os direitos, privilégios concedidos pela sociedade tendo em consideração as diferentes idades da vida (Debert, 1997; Riley, 1986; Riley, Johnson & Foner, 1972).

Na mesma ordem de raciocínio, Debert (1999, p. 76) afirma que as idades são um mecanismo poderoso e eficiente na criação de mercados de consumo, na definição de direitos e deveres e na constituição de atores políticos, sobretudo porque têm independência e neutralidade na relação com os estágios de maturidade física e mental.

Pese embora, as idades da vida, vão sofrendo mudanças ao longo da evolução das sociedades, como refere Riley, “The age-stratified society can never be static, but is continually changing across time as history changes” (1986, p. 153).

A nova fase nas idades de vida transformou de igual modo o sentido e a vivência da velhice, remodelando o ciclo de vida dos indivíduos. Neste âmbito, A. T. Fernandes (2005) apresenta três fases da velhice tendo em conta a passagem para a reforma: a primeira, caracterizada pela transição do mercado de trabalho para a inatividade, em que os primeiros tempos de vida de reformado podem ser encarados com o entusiasmo de viver, os indivíduos são libertados da sua atividade profissional, sem constrangimentos a nível dos horários e obrigações vivendo com satisfação o tempo livre. Contudo, pode ainda ser determinada pela saída profissional precoce e respetiva entrada na condição de desemprego. Este tipo de passagem para a inatividade laboral pode ser vivenciado, como uma obrigação e constrangimento. A segunda fase, a entrada na reforma, em que ocorre a rutura com o mundo de trabalho e a diminuição das interações sociais. A tomada de consciência da situação cria a necessidade de reorganização/reinvenção e/ou reconstrução da vida com a ocupação dos tempos livres, introduzindo novos padrões de vida desfrutando do tempo disponível, tornando-se indispensáveis as redes e relações sociais e a troca de experiências. Por fim, a terceira fase, traduz-se pela incapacidade de participação social, os indivíduos não são capazes de participar ativamente na sociedade, ocorrendo a perda de autonomia e a imprescindibilidade de apoio. O mesmo autor acrescenta ainda que a reforma se traduz no reinvestimento do tempo através da reintegração social através da realização de novas atividades. Devendo ser encarada como um projeto de vida que deve ser preparado com o propósito de viver o tempo de reforma de maneira satisfatória e digna, que promova a autoimagem e a autoestima.

Devido à sua pluralidade de significados, a reforma apresenta-se indiscutivelmente [para muitos autores] como a institucionalização da entrada na velhice (Velo, 2004, 2011), terminando por ser socialmente entendida como a entrada em outra idade de vida (A. A. Fernandes, 1997).

Ao contrário, outros argumentam que as mutações consequentes na matriz social e, como já mencionado, as transformações sociodemográficas, decorrentes do crescimento da esperança de vida e da qualidade de vida, a representação positiva dos novos reformados, juntamente com a antecipação da passagem para a reforma resultaram na dissociação dos conceitos “velhice” e “reforma”. Concebendo a distinção entre reforma e velhice, em que a reforma “deixa de indicar a

passagem para a velhice ou a forma de garantir a subsistência dos idosos que não conseguem a realização de um trabalho produtivo” (Debert, 1997, p. 2) e passe a ser conhecida como tempo de renovação pessoal, de procura de atividades prazerosas e de satisfação.

Perante o exposto, isto é, o aumento da longevidade associado às transformações da carreira profissional (antecipação da reforma e ao adiamento da entrada dos jovens na vida profissional), gera uma alteração nos tempos sociais criando itinerários de vida mais flexíveis, modificando a organização ternária do percurso de vida no sentido mais fluido entre os diversificados tempos sociais (Guillemard, 2003, 2007; Veloso, 2007).

Na época presente, existem indivíduos que se reformam muito antes de experimentarem o envelhecimento, sucedendo-se uma “mistura entre esta transição da vida activa para a reforma e uma outra transição da condição de adulto para a condição de idoso”. Sugerindo que a razão pela qual as pessoas não se reformam é porque não se reconhecem como reformados, da mesma forma, existem sujeitos que nunca envelhecem porque não se identificam em processo de envelhecimento, uma vez que estes processos se reportam ao nível de concepção da sua vivência e da forma como esta está a acontecer (Fonseca, 2009, pp. 153-154).

Neste seguimento, a investigação produzida sobre a inatividade laboral/reforma revela uma relação entre os "efeitos devidos à reforma" e "efeitos devidos ao envelhecimento", tornando-se complexo identificar o impacto destes acontecimentos durante o ciclo de vida, tornando imprescindível que “a condição de "reformado" acompanhe a condição de "idoso" ou, pelo menos, a condição de "indivíduo a envelhecer" (Fonseca, 2004, p. 25).

Posto isto, fazendo alusão a P. Ferreira (2011), a reforma não representa o mesmo tipo de instituição que a escola ou a atividade profissional, já que estas últimas são consideradas:

espaços de interacção, trajectos, projecções e reconhecimentos, que consolidam identidades e representações em torno das pertenças sociais. A identidade do idoso é uma identidade imputada pela passagem à inactividade e pelas representações sociais dominantes sobre a velhice. À condição social marginal soma-se a representação desvalorizada da idade. (pp. 4-5)

Vinculada ao trabalho, a reforma para o individuo pode significar o abandono da sua ocupação profissional remunerada ou até mesmo da sua própria empresa, proporcionando oportunidades de usufruir de tempo de descanso ou de liberdade, tempo para se dedicar à realização de atividades de lazer, bem como para cuidar de problemas relacionados à saúde

eventualmente presentes. Do ponto de vista empresarial, a reforma implica a substituição ou mesmo a eliminação de um cargo qualificado em prol da inatividade profissional. Para a sociedade, a reforma é percebida como forma de reduzir o desemprego e a pobreza entre os mais idosos. Por fim, do ponto de vista sindical, a reforma é tida como forma de gestão e de criação de novas oportunidades de trabalho (Atchley, 1982).

Neste âmbito, a entrada para a reforma tem impacto sobre os indivíduos, as suas famílias, as empresas empregadoras, os sistemas públicos de pensões e, cumulativamente, o mercado de trabalho (Fisher, Chaffee & Sonnega, 2016).

A passagem para a reforma envolve muito mais do que simplesmente a interrupção da vida profissional ativa, devido ao papel significativo que a vida profissional representa no desenvolvimento pessoal e social (Fonseca, 2012; Simões, 2006).

Ao nível pessoal, é através do exercício de uma atividade laboral que os sujeitos adquirem identidade, encontram um propósito de sentido para a vida, estabelecem relações sociais e contribuem para o funcionamento das sociedades. Dessa forma, a transição para a inatividade laboral implica uma nova configuração desses significados. É neste sentido, no intuito de compreender as mudanças vivenciadas por alguns sujeitos na sua entrada para a inatividade laboral, que surge o interesse em conhecer os principais significados atribuídos à atividade profissional.

Os significados e os valores ideológicos atribuídos ao trabalho alteram-se ao longo dos tempos e em conformidade com as condições sociais dos sujeitos, decorrentes dos desenvolvimentos inerentes às sociedades modernas, tornando a sua definição impossível (Dores, 2010). Desta forma, recorrendo a uma definição mais redutora, o trabalho pode ser caracterizado como uma “atividade deliberadamente concebida pelo Homem, consistindo na produção de um bem material, na prestação de um serviço ou no exercício de uma função, com vista à obtenção de resultados que possuam simultaneamente utilidade social e valor económico” (J. Freire, 1997, p. 27).

Reputado como uma instituição social da vida, o exercício de uma atividade laboral contribui para o bem-estar pessoal e social dos trabalhadores e da sociedade em geral. A nível individual, confere identidade pessoal, estatuto social, sentimento de utilidade, de realização pessoal e de desenvolvimento de capacidades, principalmente quando percebido/considerado útil, estimulante e gratificante. Atua como um modo de gestão e estruturação do tempo, entre outros. Como fonte de subsistência, produz capital económico, constituindo uma forma de rendimento

económico, capaz de conferir sentido e estabilidade de vida e definir objetivos de vida. O que constitui uma importante forma de desenvolvimento pessoal e de ajustamento social.

A nível da sociedade, a incorporação na vida profissional traduz-se numa fonte geradora de riqueza (Fonseca, 2012; Giddens, 2002). A integração no mundo do trabalho favorece igualmente a integração social, possibilitando a criação de laços sociais, através da inclusão dos cidadãos em múltiplos tipos de redes, variados contatos sociais e pelo acesso a uma vasta diversidade de informação (Cabral et al., 2013).

Contudo, a atividade profissional apresenta uma dualidade. Na medida que, a transição para a inatividade pode significar uma exclusão social do indivíduo e, simultaneamente, representar o fim da atividade laboral marcada pelo desgaste físico e psicológico, pela inexistência de perspetivas de evolução na carreira ou pelo desemprego. Perante isto, se alguns reformados, por se sentirem marginalizados ou excluídos da sociedade, gostariam de ter prolongado a sua vida profissional ativa, para outros o tempo de reforma se pode traduzir num tempo para recuperar a saúde e bem-estar (Pestana, 2003).

Recapitulando, a entrada para a reforma transfigura-se num marco no ciclo de vida de uma pessoa, introduzindo uma descontinuidade na vida, sucedendo uma rutura com o passado impondo ao sujeito uma adaptação a um novo *status*, podendo acarretar simultaneamente várias vantagens, como tempo de repouso e de lazer e, desvantagens consideráveis como pobreza e desqualificação (Beauvoir, 1970).

É neste contexto, que se reconhece que a condição de reformado não se trata de uma simples passagem entre a condição de ativo e a de inativo perante a situação de trabalho profissional remunerado. Representa inclusive uma fase de vida marcada pela necessidade constante de adaptação a um novo *modus vivendi* e concomitantemente a uma nova condição social. Portanto, torna-se iminente que a fase de transição-adaptação seja vivenciada favoravelmente ao desenvolvimento e/ou manutenção de um envelhecimento ativo.

4.2. Uma construção sociopolítica e cultural

Segundo Remi Lenoir (1979), não se pode retratar o aparecimento da reforma sem analisar as mudanças sociais verificadas, nomeadamente as de solidariedade, assim como o contexto político em que se vive, atendendo ao conjunto de desafios e influências que marcou a história desse contexto. Os sistemas de reforma tiveram a sua origem nos países democráticos em pleno

crescimento económico, impulsionados por imperativos políticos da parte dos governos e económicos por parte do patronato. Se os governantes procuravam ganhar a confiança dos principais eleitores, já os empregadores estavam preocupados em obter a confiança dos trabalhadores. A resposta a estes imperativos difere das políticas, instituições, economia e contextos culturais de cada país (Thane, 2006).

Nesta teorização, o surgimento da reforma como regime de proteção social foi fundado em França, no século XVII³, concretamente em 1863, tendo como finalidade recrutar e fidelizar os militares da marinha através da prestação de assistência aos feridos ou inválidos. A sua expansão na Europa e nos Estados Unidos nos finais do século XIX e inícios do século XX, durante a emergência da sociedade industrial, conduziu que fosse alargado a outras áreas de trabalho, incluindo funcionários do Estado e empresas responsáveis pela revolução industrial do século XIX. No ano 1899, na Alemanha, é criado o primeiro sistema nacional de “segurança” social pública para a velhice, denominado “O Programa Social de Bismarck”, assente nos ideais de solidariedade entre as gerações. Baseado neste modelo de regime obrigatório financiado através de cotizações dos trabalhadores e entidades patronais, foram desenvolvidos diversos sistemas de assistência social, presente atualmente em muitos países (Arza & Johnson, 2006; Conceição, 2022; Confédération Française des Retraités⁴, 2016; Guillemard, 1983, 1986; Lenoir, 1979; Parker, 2002).

No entanto, no final do século XIX, a falta de meios económicos de subsistência para a população com mais de 65 anos ainda perdura, impondo que só conseguissem sobreviver sob encargo dos filhos ou de instituições de assistência/asilos⁵. O que incentivou a construção de um maior número de instituições de apoio social. Constatando-se, que em França, mais de 40% dessas instituições foram construídas durante esse século, e a maioria teve financiamento privado ou foi mesmo criada por famílias de industriais ou de banqueiros (Lenoir, 1998).

Efetivamente, a ordem social que imperava ao nível das estruturas familiares e a emergência do capitalismo incitaram a que os mais idosos oriundos da classe operária, não tendo possibilidades de satisfazer as suas necessidades, tornaram o seu encargo, um problema a ser resolvido, pelas famílias ou pela classe empregadora (Lenoir, 1998). Todavia, a maioria dos

³ Como mencionado, os primeiros sistemas de proteção social para a reforma remontam ao século XVII, contudo funcionavam paralelamente aos mecanismos de assistência social fundados anteriormente, de natureza familiar, religiosa ou profissional/corporativa. Mecanismos de assistência como a “Poor Law”, implementada em Inglaterra em 1601, consistia num sistema administrativo nacional, responsabilizando os governos locais pelo cuidado, gestão e supervisão de pessoas pobres (UK, 2015; Hansan, 2011).

⁴ <https://www.retraites-ufr.fr/index.php/les-structures-nationales/la-cfr>

⁵ Durante o século XIX começaram a emergir as mutualidades de caráter associativo, com total ausência da intervenção estatal. Este tipo de mutualismo criou as “friendly societies” que proliferaram em Inglaterra estendendo-se pela Europa, tornando-se a forma de socorro social dominante desse século (Conceição, 2022).

indivíduos idosos com incapacidade de trabalhar dificilmente encontravam assistência junto dos seus filhos, uma vez, que estes, devido às condições existenciais e materiais desfavorecidas em que viviam, não lhes possibilitava acolher os seus pais nas suas casas. Situação denominada pelos reformadores sociais como “o abandono” dos pais pelos filhos, “sinal de pouca consciência moral da classe trabalhadora, a qual perdeu o espírito de família” (Guillemard, 1980, p. 15). Tornando-se o asilo ou a licença para mendigar, a resposta do Estado Liberal aos que não possuem meios de sobrevivência, os excluídos sociais (Velo, 2007).

Com a instituição do estado de bem-estar social e o surgimento das políticas sociais e do direito à reforma, a velhice ganhou visibilidade, passando de uma “velhice invisível” para uma “velhice identificada”. Desta forma, as lutas políticas geradas entre a burguesia capitalista e a aristocracia conservadora, com interesse na resolução dos sistemas de proteção social dos trabalhadores, resultaram na constituição deste fenómeno como um problema social com a sua integração na problemática política (Lenoir, 1998). Passando a ser regulamentada num quadro de assistência à pobreza, a assistência aos idosos é assim reagrupada juntamente com as medidas sociais aplicadas aos considerados incapazes para trabalhar, aos mendigos ou desempregados (Guillemard, 1980), perdurando até aos finais do século XIX, quando se verifica a implementação de legislação sobre a reforma.

Com o principal papel do Estado de legislar o resultado das negociações entre o patronato e os sindicatos, emerge assim, políticas dirigidas para este segmento da população, com a constituição e o desenvolvimento de políticas de reforma. Deste modo, a inevitabilidade de resolução de conflitos das lutas entre os interesses patronais e a classe trabalhadora; as reivindicações sindicais e o Estado, em confronto com a crise económica e a gestão do mercado de trabalho, particularmente a necessidade de recompensar os trabalhadores pelo seu trabalho, constituíram a generalização do direito à reforma e concomitantemente, o desenvolvimento e institucionalização de políticas de reforma (Caradec, 2010; A. A. Fernandes, 1997; Guillemard, 1983, 1986; Lenoir, 1979; Parker, 2002).

Até então, as pessoas idosas estavam ao encargo das suas famílias ou do patronato, facto este que suscitou que a velhice fosse assumida como forma de invalidez, sinal de miséria ou doença (Lenoir, 1979; A. A. Fernandes, 1997), o que Guillemard (1980) denomina por “velhice invisível”.

O avanço da ação social de reforma teve, assim, a sua origem nas modificações ocorridas durante esse período, quer ao nível da instituição familiar, em que os idosos deixam de ser única

responsabilidade das famílias passando a ser um encargo repartido com o Estado, os trabalhadores e as entidades patronais, quanto ao nível da reforma hospitalar, com a criação de centros especializados de geriatria, ou ainda pela intervenção dos agentes especialistas dessa área e das ciências sociais Lenoir (1979).

Os efeitos da Segunda Guerra Mundial, a instauração do estado de bem-estar social, a crise social económica e a gestão dos mercados de trabalho intensificaram a necessidade de uma proteção e assistência social e, conseqüentemente a consciencialização para essa necessidade, impulsionou a generalização do direito à reforma e a criação de políticas de reforma (Caradec, 2010; A. A. Fernandes, 1997; Guillemard, 1983, 1986; Lenoir, 1979; Parker, 2002).

Nesta perspetiva, verifica-se que no século XX, perante a especialização das instituições e pessoal de apoio, assim como a emergência universal dos sistemas de reforma para a velhice, tem lugar a transformação da economia e das formas de solidariedade entre gerações (Lenoir, 1979; Guillemard, 1980). Os primeiros sistemas de reforma obrigatórios implementados na Europa e Estados Unidos surgiram após a Segunda Guerra Mundial, tendo como base as premissas dos estados democráticos, i.e., o alargamento dos direitos civis, de cidadania e políticos, assim como a institucionalização da solidariedade social assente no contrato social entre as gerações, princípios base da segurança social (Conceição, 2022; A. A. Fernandes, 2016; Lenoir, 1979).

A generalização da reforma, como “mecanismo social” estabelecido por normas e critérios formais, contribuiu para que os indivíduos a partir de uma faixa etária fossem libertados do seu trabalho, independentemente da sua capacidade de o realizar (Velo, 2007). Deste modo, a reforma passa a ser identificada como situação legítima de não trabalho, tempo de libertação das atividades profissionais, possibilitando ao reformado dispor desse tempo como pretenda. É percecionada também como forma de retribuir à pessoa idosa pela força do seu trabalho e capacidades, o domínio da sua vida e do seu tempo, muito embora ainda, seja vivenciada em “harmonia com os meios sociais, os quadros de vida quotidiana, os modos e estilos de vida, e o capital social e cultural possuído” (A. T. Fernandes, 2005, p. 244).

Discursos semelhantes são apresentados nos Estados Unidos, designando a reforma como tempo de escolha de um estilo de vida de lazer, tempo de relaxar e aproveitar a vida, dando lugar a um conjunto “of positive interpretations and concepts – continuity, coherence, integrity, individuation, activity, agelessness and ‘successful ageing’ – have been proselytised in recent

decades as antidotes to entrenched negative attitudes about old age as a period of loss and decline” (McHugh, 2003, p. 180).

A constituição e o desenvolvimento das políticas de velhice dirigidas à reforma, especificamente a regulamentação de políticas de reforma e de políticas de emprego para os trabalhadores mais idosos, implicaram negociações entre o patronato, os sindicatos e o Estado. Essas políticas propostas no Relatório Laroque (1962) visavam alterar o modo de vida das pessoas mais idosas, transformando uma política assistencialista já existente para as pessoas mais pobres numa política preventiva, procurando manter a inserção social dos idosos criando medidas de enquadramento da forma de vida, do emprego e dos recursos dessa faixa etária (Guillemard, 1986). Esta política recomendava a permanência das pessoas mais idosas em suas casas, invocando razões económicas, apontando aspetos de natureza psicológica e física, promovendo uma vida autónoma, implicando a implementação de equipamentos sociais, tais como lares, casas de repouso, centros de dia e ajuda domiciliária, possibilitando a manutenção dos idosos no seu domicílio criando meios de ajuda para encarar o seu dia-a-dia (Velo, 2007).

A política direcionada para a terceira idade visava deste modo diminuir a exclusão social dos idosos internados em asilos, possibilitando o “direito a uma vida digna e participativa” (Velo, 2007, pp. 281-282). Contudo, essa política, que tencionava ser preventiva, não se encontra em consonância com a realidade, uma vez que a sua implementação era vista como tardia por comparação às mudanças de vida que ocorreram de uma forma mais ampla no pós guerra, nomeadamente com a generalização das reformas, possibilitando aos “novos velhos” uma inserção mais efetiva na sociedade em pleno desenvolvimento, impulsionada pela melhoria das condições de vida, especialmente pelo estado de saúde e pelos comportamentos adotados, incentivando-os a viajar, ao consumo, a participar da vida social e a ajudar os seus filhos (Bourdelaís, 1993).

A instauração dos sistemas universais de reforma deu origem a um “*campo*” de criação, delimitação e comercialização de bens diversificados específicos à população idosa, possibilitando a identificação do espaço de trabalho, das especificidades dos agentes sociais envolvidos (A. A. Fernandes, 1997). Teve lugar a criação de instituições com determinadas características e dinâmicas específicas para agregar sujeitos pertencentes a um meio social e cultural favorecido. Com o desaparecimento da nomenclatura asilos, dando lugar a instituições especializadas, tais como: “os Centros de Dia, os Centros de Convívio, as Residências ou Lares de Terceira Idade, a Universidade de Terceira Idade, os serviços de Apoio domiciliário”, entre outros. Outro polo desta

realidade social e, por forma a minimizar a marginalidade social e a fragilidade ou inexistência de relações geracionais, desenvolveram-se políticas sociais e trabalhadores com formação especializada com conhecimentos na área da gerontologia (A. A. Fernandes, 1997; Veloso, 2004, 2007).

A especialização na oferta de bens e serviços encontra-se direcionada não só para o consumo particular mas também para a promoção social, com o desenvolvimento e a variedade de lazer; de referir a organização de “Feiras da Terceira Idade”, realizadas em Haia, com informações sobre a economia, viagens, assistência, cuidados médicos e a importância da realização de atividades lúdicas por parte dos idosos, e dos “Concursos de Dança, os Guias de Informação Telefónica e Emissões de Rádio” para maiores de 50 anos (A. A. Fernandes, 1997, p. 159). Tendo por referência este contexto, os idosos das classes médias, ou seja, da pequena burguesia, tendo em vista a sua ascensão social e reconhecimento, constituem a população mais interessada em recorrer aos serviços especializados por forma a possibilitar o seu investimento em identidades específicas (Silva, 2008).

Em França, com a Segurança Social detentora do monopólio da gestão do regime de base, proliferam as companhias de seguros e caixas de reforma complementares, concorrendo pela conquista do mercado dos serviços para reformados, criando “políticas sociais” que através do aumento das cotizações, proporcionaram oferta de serviços (férias, clubes, alojamentos diversos) juntamente com o pagamento da pensão de reforma (Lenoir, 1979, p. 76). Por sua vez, os clubes de reformados, nomeadamente o *Institut National pour la retraite active*, para publicitar os seus serviços, promoviam sessões de formação para os reformados, informando-os sobre os serviços prestados e sensibilizando-os à participação, apresentando ainda um calendário das atividades a serem desenvolvidas. Citando o artigo de Lenoir (1979, p. 76),

L'activité de ce centre ne se limite pas à l'entretien culturel des retraités, un service d'entr'aide matériel et psychologique a été mis en place ; un bureau de placement a été créé pour trouver du travail rémunéré ou non aux retraités qui le désirent (surveillance d'examens, correction de copies, cours particulier, etc...).

Entre as atividades comunicadas, destaca-se especificamente: leitura, biblioteca, yoga, curso de bridge, xadrez, conversação inglês e alemão, ginástica, curso de russo, consulta jurídica e social, música, música coral, poesia, psico-grafologia e História de Arte. Com um público cada vez mais culto e exigente tornou-se crucial oferecer serviços mais atrativos que conseguissem

satisfazer as suas necessidades e interesses. Partindo deste pressuposto, a condição de reformado, a idade de cessação profissional, juntamente com o aumento da esperança de vida e melhoria de condições de saúde e de vida, assim como, a crescente sociedade de consumo e de lazer, sofreu grandes alterações desde os anos 1970 (Fonseca, 2016).

Tendo em conta a posição social que o indivíduo ocupa e o capital económico, cultural e social que detém, mais oportunidades e capacidades tem de usufruir de determinados bens culturais, tais como: a leitura, a visita a museus, ida a espetáculos e viagens, jogar *bridge*, *golf*, entre outros. Permitindo-lhe beneficiar de um estilo de vida em tempo de reforma equivalente ao que desfrutava na sua vida ativa, não descurando as mesmas relações existentes entre as gerações, uma vez que frequentam os mesmos locais e interesses (Rotary-clubs, associações de comércio, academias, cursos no Colégio de França ou na Escola do Louvre, entre outras instituições culturais), que contribuem para a promoção das relações intergeracionais (Lenoir, 1979).

A reforma encontra-se assim, confinada ao capital económico, condicionando as vivências dos sujeitos com base na sua classe social, o que para as classes sociais mais elevadas pode ser entendido como “uma falsa saída” ou uma “mudança de ritmo”, para as classes mais baixas, a reforma é sentida como uma “rutura”, “reforma guilhotina” ou “reforma cutelo” (Lenoir, 1979, p. 73), o que Guillemard (1984, 2002, p. 58) denomina de “morte social”, originada pela sua destituição no processo produtivo e, conseqüentemente, da redução da vida social (Lenoir, 1998). Partindo deste pressuposto, assume-se que a velhice bem como a condição de reformado são experienciadas dependendo da classe social, do género, da etnia e contexto ambiental, representando dois modelos de velhice: a velhice ativa considerada pelas experiências e vivências dos indivíduos, e a velhice passiva, em que os idosos são referenciados como um encargo social (F. Sousa, 2010).

Uma das mais notáveis mudanças registadas nas sociedades modernas, durante o século XX, foi de ordem demográfica, os progressos na área da saúde e tecnológicos contribuíram de forma significativa para a transformação da matriz demográfica. Como particularidade, as sociedades modernas evidenciavam um aumento da esperança de vida que juntamente com a baixa taxa de natalidade, originando o incremento da população mais idosa e em sistemas de bem-estar social desenvolvidos, levando a que fossem designadas como “aging societies”. O desenvolvimento dos sistemas de bem-estar social, especialmente a universalização dos sistemas

de reforma, induziu à redução de participação das pessoas mais idosas no mercado de trabalho (Morrison, 1986; Phillipson, 1983; Walker, 2002a).

A segunda revolução demográfica registada nesse século ocorre em meados do século XX, através da alteração do papel da mulher na sociedade, em virtude da sua entrada no mercado de trabalho, com consequências a nível familiar e profissional, culminando na rutura do modelo familiar tradicional (Andersen & Guillemard, 2005; Esping-Andersen, 1999). A “feminization” da vida profissional com a crescente participação das mulheres na vida profissional iniciada durante a Segunda Guerra, com maior expressão no período pós-guerra, acompanhada pela “demasculinization” profissional, que corresponde à diminuição da participação dos homens no mercado de trabalho, foram igualmente dois marcos importantes nas alterações sentidas no mercado de trabalho (Engelen, 2006, p. 106).

A generalização dos sistemas de reforma iniciada nos finais do século XIX, atingiu a sua expansão total na década de 60 do século XX. Desde o ano 1970, “the golden age” do Estado social de bem-estar começa a dar sinais de recessão, cedendo espaço à “silver age” (Kohli & Rein, 1991; Taylor-Gooby 2002).

Em 1935, a Lei americana Roosevelt “Social Security Act”, tornou a assistência à velhice um direito fundamental, fundando um sistema nacional de seguro de velhice da responsabilidade do Estado, que ficou conhecido por “Segurança Social”. O segundo sistema de proteção social gerido pelo Estado foi criado em 1942, inspirado no relatório de Lord Beveridge. Caracterizado por sistema contributivo ou redistributivo, consistia em conceder uma proteção social generalizada a toda a população, sustentada no princípio de solidariedade nacional. Assegurando uma pensão de reforma mínima a todos os reformados, independentemente da atividade profissional exercida. Em França, a lei de 1945, posteriormente reformulada em 1946, consagra um sistema de reforma por repartição destinado a garantir a toda a população uma proteção social total contra todos os riscos, definindo ainda, os 65 anos como a idade de reforma (Agulló Tomás, 2001; Arza & Johnson, 2006; Conceição, 2022; Confédération Française des Retraités⁶, 2016; Koff & Park, 2017; Parker, 2002).

Se até aos anos 60, na maioria dos países da Europa em exponencial crescimento económico, os trabalhadores mais velhos eram considerados essenciais para a manutenção do mercado de trabalho, o afrouxamento das atividades económicas decorrentes das constantes crises económicas que surgiram posteriormente levaram à demanda de um ajustamento das

⁶Confédération Française des Retraités (CRF). <https://www.retraites-ufr.fr/>

políticas de emprego e dos sistemas sociais de reforma, com impacto na idade da reforma levando os mais velhos a serem dispensados do mercado de trabalho, dando origem a uma diminuição do capital de experiência acumulado (Caradec, 2009; Conceição, 2022; A. A. Fernandes, 2001; Gaullier, 1999; Kohli & Rein, 1991; Phillipson, 2002, Thane, 2006).

De facto, a crise do estado-providência foi causada por desafios endógenos aos próprios estados de providência e por forças macrossociais e económicas exógenas. Os problemas provocados pela globalização, alterações sociodemográficas, instabilidades familiares e a debilidade dos mercados, estão na origem das mutações sentidas no mercado de trabalho desde os anos 70. O crescente número de pessoas desempregadas⁷ culminou no incentivo à antecipação da idade para a reforma, dando lugar à “cultura de saída precoce”. Estas medidas de pré-reforma, adotadas como forma de gerir a crise e combater o desemprego, não contribuíram unicamente para a baixar a idade de reforma, mas igualmente para desvalorizar os trabalhadores nos finais de carreira, impossibilitados de progredir na carreira e de frequentar ações de formação continua (Caradec, 2009; Esping-Andersen, 1994, 1999; Gaullier, 1998; Guillemard, 2003; Guillemard & Rein, 1993; Kohli & Meyer, 1986; Kohli & Rein, 1991; Walker, 2002a).

Ao longo de mais de trinta anos, os programas de pré-reforma foram utilizados de forma periódica e repetitiva nos Estados Unidos da América e em diversos países da Europa, como França, Alemanha e Inglaterra, servindo interesses divergentes entre os vários atores sociais. Tornando-se um instrumento aceite de gestão de recursos humanos ao nível das empresas e da política pública. Para os governos a sua aplicação é justificada pelo intuito de diminuir a taxa de desemprego e os conflitos sociais, proteger os trabalhadores mais velhos no fim da atividade laboral, possibilitar a criação de melhores planos de proteção social e reduzir estatisticamente o número de desempregados. Por sua vez, perante as dificuldades económicas, a necessidade de reestruturação, as alterações tecnológicas e produtivas, os programas de pré-reforma beneficiaram as empresas na medida que ajudaram a reduzir os custos com os trabalhadores em períodos menos favoráveis, tornando-se um procedimento de gestão de recursos humanos e de competitividade. A sua eficácia levou a que algumas empresas tenham criado programas de reforma antecipada e a liberação dos planos de reforma, como forma de encorajar a saída dos trabalhadores mais velhos. Com o argumento que as mudanças tecnológicas, exigiam competências e conhecimentos que os trabalhadores mais velhos não possuíam, os programas

⁷ Estima-se que entre 1979 e 1993, os países da OCDE perderam em média 22% dos empregos industriais, com um agravamento para alguns países que a quebra atingiu entre um terço e a metade (França, Bélgica, Reino Unido...). Economias como Estados Unidos, Holanda e Canada o declínio não foi tão acentuado. Em contrapartida o Japão e a Dinamarca obtiveram um crescimento nos empregos (Esping-Andersen, 1999).

de incentivo à antecipação laboral pretendiam terminar com a diminuição da produtividade por parte dos trabalhadores mais velhos, em especial dos trabalhadores que ostentavam maiores salários, substituindo-os por trabalhadores mais jovens e mais eficientes (Casey, 1997; Guillemard, 2015; World Bank, 1994; Phillipson, 2002; Thane, 2006). Ao que Gaullier (2002a; p. 168), apelidou de “um consenso paradoxal de interesses divergentes entre o poder político, os empregadores e os assalariados”. Para os trabalhadores estes incentivos dissimulados em medidas de proteção social, foram utilizados como medidas económicas e lucrativas. Contudo, se num primeiro momento se revelaram eficazes na redução dos custos de produção das empresas, foram igualmente responsáveis pelo aumento dos custos de proteção social de longo prazo (Gaullier, 2002a; World Bank, 1994; Sheppard, 1991).

Tal significa que, a organização dos tempos de vida e a fixação das regras dos sistemas de reforma são determinadas atendendo as exigências capitalistas do mercado de trabalho, das condições económicas e dos desenvolvimentos tecnológicos, concorrendo assim para a regulação dos mercados (Kohli, Rosenow & Wolf, 1983).

A partir da década de 70, as políticas de reforma antecipada, conduziram para uma baixa de emprego para as pessoas com mais de 55 anos, entre 1971 e 1995 na Europa, a taxa de emprego de indivíduos entre os 55 e os 64 anos diminuiu cerca de 35-40%. No início dos anos 80, na maioria dos países europeus desenvolvidos e na América, a reforma antecipada baixou dos 65 anos para os 60 anos, passando para os 55 anos em 1995 (Glendenning, 1985; Guillemard, 1991; Kohli, Rein, Guillemard & van Gunsteren, 1991; World Bank, 1994).

No decorrer da década de 1990, nas sociedades modernas, os estados de bem-estar social enfrentam novos desafios tidos como divergentes. A expansão económica ocorrida em meados de 1990, contrasta com a desregulamentação do mercado de trabalho ocasionando o crescimento de modelos de emprego atípicos (emprego a tempo parcial) e de contratos laborais precários (contratos temporários), muitos dos quais não se encontram em conformidade, limitando o acesso aos direitos de proteção social, causando um declínio na estabilidade profissional conjuntamente com um aumento da mobilidade (Engelen, 2006). A deterioração das condições de trabalho, o trabalho árduo, o aumento dos problemas de saúde e a falta de satisfação pelo trabalho exercido motivam a entrada na reforma dos trabalhadores mais velhos (Caradec, 2009; Caradec & Van de Velde, 2011).

Em suma, a sociedade “pós-industrial” é caracterizada por uma crescente diferenciação ocupacional, modificação do ciclo de vida, maiores incertezas profissionais, flexibilidade do

mercado de trabalho e alterações nos padrões familiares e no trabalho feminino, originando um desfasamento entre os sistemas de proteção social vigentes e as necessidades e riscos emergentes (Esping-Andersen, 2010). A evolução dos mercados de trabalho manifesta uma dicotomia na sua estrutura económica⁸, com a arena do mercado de trabalho dividida entre: trabalhadores com poucas qualificações, com prevalência de jovens, mulheres e imigrantes, a exercer uma atividade no setor dos serviços pessoais, com empregos temporários e/ou a tempo parcial, que beneficiam de direitos de segurança social muito limitados. E, trabalhadores do sexo masculino, com altas qualificações, com contratos de trabalho a tempo inteiro de duração indeterminada, com atividade profissional nos serviços empresariais e na indústria transformadora, onde gozam dos direitos de segurança social (Engelen, 2006). Articulado a estes pressupostos, reside uma grande insatisfação com a capacidade do estado de bem-estar resultando em tensões sociais (Esping-Andersen, 2010).

Os discursos desenvolvidos, na União Europeia, desde os finais da década de 90, pelos especialistas sobre o envelhecimento, instituições governamentais nacionais e internacionais, empresas e trabalhadores, no âmbito do crescente envelhecimento demográfico e na demanda por equilíbrio financeiro dos sistemas de segurança social, assentam numa perspetiva de envelhecimento ativo. E, pretendem romper com a lógica de gestão de idades imposta pelo ciclo de vida ternário, impondo um percurso de vida mais flexível e individualizado, marcado por uma “cultura aleatória” entre múltiplas transições entre tempo de trabalho, de desemprego e de formação (Gauillier, 1998, p. 7; Guillemard, 2013). A conceção de envelhecimento ativo aqui presente é a proposta pela OCDE (1998) que enfatiza um envelhecimento produtivo, através do prolongamento da vida ativa. Neste seguimento, desde os anos 2000, em França é implementado um modelo de reforma flexível ou de reforma “à la carte”, em que os indivíduos possuem total liberdade de escolha quanto ao momento da entrada para a reforma. Esta evolução nas regras de reforma assente na luta contra a discriminação pela idade tem como objetivo principal restaurar o equilíbrio financeiro das reformas através do aumento da duração das cotizações e consequentemente fomentar o prolongamento da vida ativa. Com base neste cenário, desenvolvem-se novas práticas de ocupação do tempo de reforma contrárias à conceção do tempo de reforma como etapa da vida circunscrita à realização de atividades de lazer e incompatível com a vida profissional. Uma direcionada para a prática de atividades de utilidade social desenvolvida

⁸ Consequência do desenvolvimento da sociedade pós-industrial, pautada essencialmente pela desindustrialização (ascensão, especialização e eficiência de vários setores de serviços e declínio das atividades da indústria manufatureira), com efeitos na estrutura social (Engelen, 2006).

desde os anos 80, e outra orientada para o mundo do trabalho, consistindo em continuar o exercício de uma atividade profissional remunerada após a reforma (Caradec, 2009).

Resultado destes desenvolvimentos, o envelhecimento populacional, tende a ser retratado como um “problema” para a sustentação das políticas sociais [...]. Porém são as próprias sociedades modernas que têm vindo a criar o envelhecimento e o “risco de velhice” (Capucha, 2014, p. 115). Na mesma linha de pensamento, Rosa (2012, p. 14) reforça que o envelhecimento da população não deve ser considerado a causa da “sociedade em risco”.

Tendo em conta estas perspetivas, subscreve-se a posição de Vroom e Blomsma (1991, p. 105), em que argumentam que os sistemas de Segurança Social são um importante “instrumento de regulação do mercado de trabalho”, ao que se acrescenta, que representam também, um importante mecanismo de promoção de bem-estar e de saúde.

No que concerne a Portugal, reportando-se aos finais do século XIX, Veloso (2011) indica ter existido alterações nas instituições de assistência, com a emergência de novas instituições, e o desaparecimento e/ou transformações sofridas pelas já existentes, impulsionadas pelas reformas implementadas pelo Estado Liberal. A título de exemplo destaca-se a fundação da Casa Pia de Lisboa ocorrida nos finais do século XVIII, que originou na década de quarenta a aprovação do estatuto de saúde e assistência pública, que ficou a ser coordenada pelas Misericórdias (Instituto da Segurança Social⁹). Contudo, as precárias condições de vida, de trabalho e a falta de uma proteção social adequada que assolam a população, principalmente quando deixam de trabalhar, originaram um elevado número de pobres mendigos, em que o único meio de subsistência era o recurso à caridade e à assistência pública, tornando as instituições de assistência incapazes de fazer frente às demandas (Veloso, 2011). No século XIX, o movimento operário incrementa o desenvolvimento do número de associações de socorros mútuos e de associados, com o objetivo de prestar cuidados de saúde e de atribuir prestações pecuniárias em situações de incapacidade para o trabalho e subsídios de funeral. Apesar de desempenhar um papel relevante, a proteção assegurada revela-se insuficiente, nomeadamente no âmbito da velhice, levando à criação das primeiras caixas de aposentações nos finais do mesmo século. As tentativas de instituição de sistemas sociais destinados a abranger os trabalhadores devido à falta de condições políticas mostraram-se limitados no seu campo de ação (Instituto da Segurança Social¹⁰).

⁹ Evolução do Sistema de Segurança social: <https://www.seg-social.pt/evolucao-do-sistema-de-seguranca-social>

¹⁰ Evolução do Sistema de Segurança social: <https://www.seg-social.pt/evolucao-do-sistema-de-seguranca-social>

Este cenário, só se altera sem muita expressão, entre 1974 e 1976, com a intervenção de movimentos sociais na criação de novos equipamentos sociais (Velo, 2011). A universalização dos sistemas de reforma é preconizada pela Constituição de 1976. A implementação do sistema de segurança social foi pautada por um desenvolvimento lento, em 1984, foi aprovada a Lei-Quadro de Segurança Social (Velo, 2007). As seguintes alterações vivenciadas em Portugal serão explanadas no ponto 3 do Capítulo II.

Em jeito de conclusão, Walker (2002a) alega que o envelhecimento populacional verificado ao longo do século XX, por si só, não explica as diversidades que as políticas sociais e de proteção social europeias enfrentam, devendo ser similarmente equacionado questões relativas às variações económicas e sociais ocorridas, como a mutação dos mercados, a reconstrução do ciclo de vida e as modificações dos padrões familiares (particularmente o crescente aumento de divórcios e o declínio da natalidade). O conjunto destas transformações causam a necessidade política em reajustar os sistemas de proteção social, concluindo que o sucesso do envelhecimento é determinado por este processo político.

O que nos leva a considerar que a forma de tratamento que as sociedades têm para com os seus idosos denuncia as condições de vida que tenciona disponibilizar aos seus cidadãos (Capucha, 2014).

5. Transição para a inatividade laboral / Reforma

5.1. Passagem para a inatividade laboral

A passagem para a inatividade laboral pode ser encarrada por alguns indivíduos como um sonho, já para outros, um pesadelo, estas atitudes são influenciadas pelo desejo de se reformar ou pela (não) preparação para as mudanças que irão ocorrer não suas vidas (Parker, 2002).

Segundo Caradec (2009), a reforma pode ser interpretada de duas formas bem distintas: como um direito social ou como o término da atividade profissional como obrigação. Contudo, importa fazer referência a duas dimensões que, apesar de independentes entre si, são decisivas no momento da entrada para a reforma: a dimensão financeira, relacionada com o rendimento que se usufrui depois da reforma, e a dimensão de *status* social, correspondente à posição assumida pelo indivíduo reformado na sua relação com o mercado de trabalho. Possuir capital económico suficiente permite ao indivíduo não trabalhar depois de reformado. Por outro lado, o

direito a receber uma pensão de velhice pode obrigar o sujeito a interromper a sua atividade profissional ou interferir com a possibilidade em acumular o valor da pensão de velhice com a remuneração de uma atividade profissional. Estes factos podem, ainda, ditar a necessidade de continuar uma atividade profissional, seja por insuficiência económica ou por mero prazer. No entendimento de Cabral et al. (2013), o prolongamento da vida ativa não deve se restringir ao aumento da idade de reforma, mas sobretudo implica criar condições para que os indivíduos pretendam se manter no ativo, estimulando uma entrada gradual na reforma.

Estudos indicam que, independentemente das particularidades experimentadas na entrada da reforma, os indivíduos vivenciam-na de forma muito singular, e a falta de uma boa adaptação pode gerar sentimentos que contrariam a conceção de um envelhecimento ativo, tornando premente alterar o paradigma existente do perfil do idoso, criando respostas/políticas sociais capazes de ajudar os indivíduos a vivenciem esta transição e adaptação de uma forma positiva.

A passagem para a reforma é, muitas das vezes, acompanhada pela diminuição da participação ativa na sociedade e das redes sociais. Contudo, com a integração em outras atividades, as redes de sociabilidades tendem a se alterar, criando novos vínculos afetivos e novos relacionamentos interpessoais capazes de incrementar uma participação ativa (Bessa & Silva, 2008; Zimmerman, 2000). Constata-se que a participação ativa dos indivíduos nas comunidades em que estão inseridos tem permitido aos adultos idosos reformados viver essa fase da vida com significado, apropriando-se do tempo de reforma como espaço de “adaptações, aprendizagens, desafios, oportunidades de concretização de projectos/desejos” (Veloso, 2004, pp. 380-381).

Para outros, a entrada na inatividade laboral pode apresentar efeitos negativos, fruto da influência sociocultural considerada pela importância do exercício de uma atividade profissional (Simões, 2006), assim, no momento da passagem para a reforma, o indivíduo adquire um “novo status social”, tornando imprescindível a intervenção do Estado na construção social dessa condição social (Guimarães & Antunes, 2016).

Um dos fatores que reflete diferenças consideráveis na passagem para a reforma está relacionado com a questão de género, maioritariamente com impactos negativos para as mulheres. Entre as razões apontadas, evidencia-se o facto que, tendencialmente, as mulheres contam com carreiras contributivas mais curtas e irregulares comparativamente aos homens, em razão das responsabilidades e cuidados com a família. A nível salarial, para o exercício do mesmo tipo de trabalho as mulheres ostentam salários mais baixos e conseqüentemente menor proteção social. Os empregos informais, os baixos rendimentos e status social mais baixo, o difícil acesso

ao sistema de proteção social, juntamente com as práticas culturais e os sistemas implementados discriminatórios influenciam desfavoravelmente o sistema económico de pensões de velhice, tornando as mulheres idosas e as viúvas as mais vulneráveis (World Bank, 1994; Gaullier, 2002a).

A modificação dos momentos e das modalidades de entrada para a reforma é acompanhada pela destabilização da vida profissional, existindo uma relação entre as políticas públicas, gestão empresarial, mercado de trabalho, políticas públicas e comportamentos e expectativas dos trabalhadores (Gaullier, 2002a).

Um acontecimento cada vez mais recorrente diz respeito ao facto de os reformados serem cada vez mais jovens, muito embora a idade da reforma esteja a acontecer numa fase mais avançada da idade, o que torna premente rever o género de vulnerabilidades que podem estar em confronto, pois mesmo que estes possuam um capital económico, cultural e social diferente dos antigos idosos, os seus direitos sociais devem ser mantidos (Debert, 1997). Efetivamente, a saída precoce da vida ativa, através do desemprego, das pré-reformas ou das reformas antecipadas, em certas circunstâncias, pode conduzir a uma entrada em situação de desemprego de longa duração, levando a uma autogestão desta fase de vida, instituída em obrigação e constrangimento, modificando o sentido e a vivência da entrada da reforma (Debert, 1997; A. T. Fernandes, 2005; Guillemard, 2000, 2003).

Perante o exposto, vários autores defendem o prolongamento da vida profissional ou passar para a reforma de uma forma gradual (Cabral et al., 2013; Calha, 2015; Fonseca, 2004, 2011, 2012; Rosa, 2012). Por exemplo, o modelo de aposentação flexível apresentado pela OCDE prevê ser possível retardar ou antecipar a entrada para reforma para além da idade estipulada pelas políticas públicas, ou ainda possibilitar aos trabalhadores o exercício profissional a tempo parcial (Simões, 2006).

As alterações demográficas respeitantes ao envelhecimento da população na União Europeia associadas à “cultura de uma saída precoce” (Guillemard, 2003), através da adesão a programas de reforma antecipada, traduziram-se na falta de mão-de-obra, assim como, na desvalorização dos profissionais em fim de carreira, limitando a progressão na carreira e o acesso à formação contínua (Caradec, 2009). Feito este que desencadeou a implementação e desenvolvimento de medidas promotoras da reintegração dos adultos/idosos no mercado laboral, aportando uma maior visibilidade à Educação de Adultos (Guimarães & Antunes, 2016). Neste seguimento, o prolongamento da vida ativa já tem sido apontado como uma das soluções, ressaltando o facto de que esta transição é da competência das políticas públicas, criando as

condições necessárias à sua concretização (Cabral et al., 2013). Contudo, importa criar medidas para que seja possível que esta transição seja feita, não ignorando os direitos e a “voz” dos indivíduos. Estudos realizados têm confirmado que as mudanças de políticas sociais de reforma estão entre os preditores mais importantes nas questões relacionadas com o bem-estar subjetivo e com a adaptação à inatividade laboral (Hershey & Henkens, 2014).

Este facto torna-se paradoxal, já que a reforma teve origem nos avanços tecnológicos verificados no século XIX, obrigando a uma diminuição dos postos de trabalho que justamente também se traduziu pela discriminação aos trabalhadores idosos tidos como improdutivos e incapazes de acompanhar as novas tecnologias, tornando-se os excluídos do mundo laboral e instituindo-se meios de subsistência, com a criação dos serviços de segurança social (Simões, 2006).

Para além disso, as limitações/constrangimentos pessoais e sociais associados ao aumento da idade que instigam a exclusão ou diminuição na participação social e profissional, o envelhecimento, tem chamado atenção para os riscos inerentes à sustentabilidade dos sistemas da segurança social (Cabral et al., 2013).

Considerando o conjunto as diversas abordagens mencionadas, o tempo de passagem para a reforma pode ser definido como a idade específica em que os trabalhadores se aposentam da sua atividade profissional principal ou atual ou do mercado de trabalho em geral. De igual modo é estabelecido através de um momento que marca a idade de reforma legalmente instituída, sendo que a reforma antecipada precede essa idade de reforma e a pós reforma acontece posteriormente à idade normativa. A fixação da idade de reforma depende de uma pluralidade de fatores contextuais integrando padrões sociais e demográficos, princípios culturais e organizacionais, sistemas de proteção social públicos e empresariais (Fisher, Chaffee & Sonnega, 2016).

Importa também salientar, a (in)satisfação com a atividade profissional, o capital económico e a (in)existência de programas de preparação para a reforma, como os principais fatores que influenciam a entrada na inatividade laboral. Como razões para a entrada voluntária na reforma, indica-se a necessidade de ficar em casa, responsabilidades de cuidado a familiares, a insatisfação com o trabalho, juntamente com o aumento do tempo para se dedicar a outras atividades. Por outro lado, os problemas de saúde, a idade normativa de reforma, incentivos à reforma e o desemprego são apontados como principais argumentos para a entrada involuntária na inatividade laboral (Atchley, 1976; Fisher, Chaffee & Sonnega, 2016).

5.2. Teorias sociais sobre o envelhecimento

Antes de mais importa referir a importância de analisar as várias perspetivas teóricas para melhor estudar um fenómeno tendo em conta os seus vários prismas. No campo da sociologia do envelhecimento, as abordagens compreensivas, em que os atores sociais procuram compreender o fenómeno e os sentidos da sua existência, ultrapassaram as abordagens funcionalistas de inspiração marxista, “mais preocupadas em descrever os mecanismos macrosociais e de reportar o lugar atribuído aos idosos na sociedade” (Caradec, 2010, p. 117). As teorias funcionalistas consideram que o indivíduo é caracterizado pelo papel social associado à classe social a que pertence (Caradec, 2010).

Neste sentido, procurar-se-á fazer uma breve incursão pelos vários tipos de teorias sociais clássicas sobre o envelhecimento, em particular na idade da velhice.

A Teoria da Atividade ou Teoria da Adaptação defende a importância da realização de uma atividade para viver a reforma e a velhice e é referenciada por Tomás Agullón (2001), tendo por base vários autores (Cavan, Burgess, Havighurst y Goldhammer, 1949; Havighurst & Albrecht, 1953; Havighurst, 1954, 1961; Havighurst, Neugarten & Tobin, 1968; Palmore, 1968, 1969; Rubio, 1996; Tartler, 1961), como uma corrente funcionalista em que os seus princípios basilares defendem que: i) as pessoas mais idosas devem continuar a manter atividades constantes; ii) o nível de atividade é influenciado pelo estilo de vida e fatores socioeconómicos; iii) para um envelhecimento bem-sucedido é primordial manter e/ou aumentar atividades de diferentes natureza, físicas, mentais e sociais e, iv) o nível de satisfação e felicidade está intimamente relacionado com a realização de uma atividade útil. Para os defensores desta teoria, um envelhecimento bem-sucedido deve conter atividade, sociabilidade e participação, logo após a entrada na reforma o indivíduo deve realizar atividades que lhe oferecem alguma satisfação, tais como *hobbies*, amizades, ócio, voluntariado, entre outras.

Desenvolvida no final da década de 40, a Teoria da Atividade, começou a ser questionada nos anos 60, emergindo a Teoria da Desvinculação Social, desligamento ou “disengagement” como sinónimo de “processo de envelhecimento”, defende a saída de uma participação ativa na sociedade como algo indispensável para os sujeitos que pretendam adaptar-se com sucesso a este período das suas vidas por forma a alcançar um envelhecimento bem-sucedido (Cumming & Henry, 1961). Um dos seus defensores, o sociólogo Parsons, argumentava que o insucesso na atribuição de papéis aos mais idosos adequados ao aproveitamento das suas potencialidades, a

sua maturidade e os conhecimentos poderiam conduzi-los a um “desencorajamento progressivo e a uma alienação da sociedade”. Assim, tornar-se-ia necessário o afastamento dos papéis sociais tradicionais atribuídos aos indivíduos mais idosos, que estes já não se encontram capazes de desempenhar, e a determinação de novas formas de atividades produtivas, tais como o voluntariado, atividades menos exigentes que diversificam de acordo com a sua idade e saúde (Giddens, 2013).

A partir dos anos 70, foi introduzida a segunda geração de teorias, a teoria da estratificação etária ou da idade e a teoria do trajeto de vida ou teoria da continuidade. A teoria da estratificação etária valoriza o papel e a influência das estruturas da sociedade, tal como as políticas de reforma e a estratificação mais inclusiva dos sujeitos idosos na sociedade, no processo de envelhecimento individual (Giddens, 2013). Esta teoria pretende uma integração da estrutura social com a idade, tendo por base dois princípios: i) destruir as barreiras estruturais existentes, criando mais flexibilidade às estruturas não limitando pelo fator idade e ii) uma completa integração da idade/flexibilidade do curso de vida individual, ou seja, dar oportunidade aos sujeitos de serem incluídos em qualquer estrutura independentemente da idade, implicando uma maior heterogeneidade de idades e por conseguinte uma maior interação intergeracional (Riley & Riley, 2000).

Com outro enfoque, a teoria do trajeto de vida “encara o envelhecimento como uma etapa moldada pelos factores históricos, sociais, económicos e ambientais ocorridos em eras anteriores do trajeto de vida”, caracterizando o trajeto de vida como um processo contínuo desde o nascimento até à morte (Giddens, 2013, p. 343).

A teoria da continuidade é compreendida por Atchley (2006, p. 268) “tanto um objetivo ou quanto um desfecho para a maioria dos indivíduos que envelhecem e que a continuidade objetiva das ideias, comportamentos e relacionamentos é o resultado mais prevalente entre indivíduos idosos ao longo do tempo”, procurando explicar a consistência nos seus padrões de comportamentos e relacionamentos ao longo do seu ciclo vital. Deste modo, os defensores desta teoria recomendam aos reformados que mantenham a sua identidade e autoconceito, não devendo experimentar mudanças significativas no seu bem-estar (Wang & Alterman, 2016) e, assumem que os indivíduos agem por forma a adaptarem-se (Atchley, 1982).

A terceira e última geração de teorias, apresentada por Giddens (2013), refere-se à teoria da economia política. Avançada por Carroll Estes, propõe uma explicação de como o Estado e o capitalismo contribuíram para o processo de dominação e marginalização dos sujeitos mais

idosos. É uma perspectiva centrada na função dos sistemas económicos e políticos na formatação e na reprodução da partilha de poder e das desigualdades sociais.

As políticas sociais respeitantes a remunerações, saúde e segurança social, são compreendidas enquanto resultado de atritos sociais, conflitos e lutas de poder, de dominação. Já as políticas de velhice retratam a estratificação racial, de classe e de género da sociedade.

Essas teorias fornecem um quadro teórico valioso para se entender o processo de envelhecimento e a transição para a inatividade laboral, permitindo uma abordagem mais holística e multidimensional na análise desses fenómenos. Elas destacam a necessidade de políticas e práticas que promovam a igualdade de oportunidades, o respeito aos direitos dos idosos e a construção de sociedades inclusivas para todas as faixas etárias.

5.3. Modelos de transição e adaptação à inatividade laboral / reforma

A transição para a inatividade laboral/reforma caracteriza-se por constituir um processo complexo e dinâmico influenciado pelas experiências individuais e que se encontra inserido em estruturas sociais e organizacionais (Szinovacz, 2003).

O termo transição é caracterizado como um evento de vida ou não, que pressupõe alterações nos sujeitos nos seus vários domínios: nas relações, rotinas, comportamentos, entre outros, sobre os próprios e o seu contexto envolvendo ganhos e/ou perdas (Schlossberg, Waters, & Goodman, 1995; Schlossberg, 1981).

Nesta perspectiva, podem ser considerados três tipos de transições [ao nível do momento/acontecimento]: a transição antecipada, a imprevista e a de não evento.

A transição antecipada é caracterizada por ser a que contempla a normalidade com a realização de factos expectáveis, tais como: entrada para a escola, mercado de trabalho, casamento, reforma.

A transição imprevista compreende as ocorrências não previsíveis e inesperadas. Transições em não evento englobam as situações que o sujeito aguardava, sem nunca ocorrerem, provocando alterações na sua vida, como um casamento que nunca ocorreu ou a promoção que nunca se manifestou.

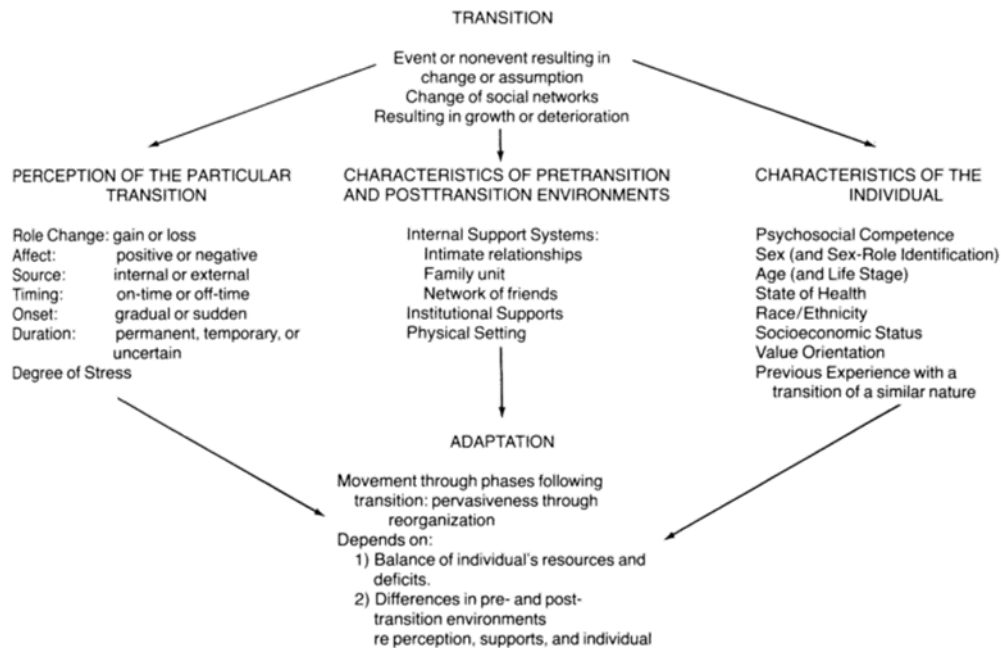


Figura 1

Modelo de análise da adaptação à transição segundo Schlossberg (1981, p. 5)

Na sua análise aos modelos de adaptação à transição, Schlossberg (1981) faz referência a três grupos de aspectos que exercem grande influência na adaptação à transição, diferenciando-os pelas *percepções* particulares do sujeito perante a transição, pelas *características* pré e pós transição do contexto e pelas *características* sentidas pelo indivíduo que experimenta a transição. A interação das diversas variáveis produz o resultado de adaptação ou falha na adaptação à transição. Tendo em conta esta perspectiva, a “adaptação à transição é um processo durante o qual um indivíduo passa de estar totalmente preocupado com a transição para integrar a transição para sua vida” (Schlossberg, 1981, p. 6). Sendo que a adaptação resulta da constância dessas variáveis, num “processo dinâmico, um movimento através dos vários estágios de uma transição particular” (p. 7).

Todavia, para compreender a transição para a reforma, ela deve ser analisada tendo em conta outras variáveis e fatores, com grande influência para o seu processo. Os autores Schlossberg, Waters e Goodman (1995) identificam como principais fatores que influenciam no processo de transição, ou seja, na capacidade dos sujeitos para lidar com a transição, o que resultou no Sistema dos Quatro S, sendo eles: *Situation* (situação), *Self* (eu), *Supports* (suporte) e *Strategies* (estratégias). Além disso, mencionam ainda três fatores envolvendo os conceitos de perspectiva, de contexto e de impacto. O conceito de perspectiva diz respeito aos significados

atribuídos ao mesmo fenómeno pelos indivíduos; já o de contexto tem em conta, a configuração em que aconteceu, o local da reforma, podendo englobar não só o sujeito, mas também os seus amigos, familiares, tipo de trabalho, saúde ou recursos financeiros. Por fim, o conceito de impacto avalia o grau em que a transição para a reforma se manifestou no dia-a-dia do indivíduo.

Um dos primeiros modelos de adaptação para a reforma, foi proposto por Atchley, em 1976. Assente numa teoria funcionalista, Atchley, identificou seis fases para a reforma: i) a pré-reforma; ii) a reforma propriamente dita, subdividida em 3 fases, "Lua-de-mel", rotina de reforma imediata e descanso e relaxamento; iii) o período de desencanto; iv) de reorientação; v) o de estabilização ou reforma rotina, e por fim, vi) o de dependência ou fase de término da reforma (Atchley, 1976; Atchley & Barusch, 2004). Considerada como período de planeamento para a reforma, a pré-reforma depende do momento em que a reforma acontecerá, sendo constituída por duas fases, aquela que antecede de uma forma próxima o tempo do momento da reforma e a que se distancia desse mesmo momento. Englobada no estágio de reforma, a fase "Lua-de-mel" pode ter lugar logo de imediato à entrada no período de reforma, caracterizada por um momento de entusiasmo em que os indivíduos tentam "fazer todas as coisas que nunca tiveram tempo para o fazer antes". Não experienciada por todos os indivíduos, os que a vivenciam não o fazem de forma universal, uma das razões prende-se com as limitações sentidas, entre as quais, o nível económico, situação de saúde e familiar. Esta fase, pode ser de curta ou de longa duração, já que a maior parte das pessoas são incapazes de manter permanentemente o mesmo ritmo de "euforia" (Atchley, 1976, p. 68; 1982, p. 68). É durante a fase de descanso e relaxamento, que os indivíduos que a vivenciam procuram recuperar das tensões e pressões geradas durante a atividade laboral. Geralmente, a maioria dos seres humanos que planearam a sua reforma, no final de seis meses, estabelecem "uma rotina de atividades satisfatórias e duradouras" (Atchley, 1976, p.68; 1982, pp. 126-127). Na terceira fase identificada, não raras vezes, os sujeitos já em tempo de inatividade "experimentam um período de decepção, desencantamento ou mesmo depressão, (...) desilusão (...), ou mínimo de satisfação", não existindo uma baliza temporal ou critérios para prever quem poderá experimentar esta fase (Atchley, 1976, pp. 68-69). Contudo, Atchley (1976, 1982) alude a que, para aqueles que passam na vida por um período de desencanto, é imprescindível haver um momento de reorientação para que se "recomponham" (p. 69), por forma a passarem para um ciclo de "estabilidade" mais satisfatória. Isto é, acederem à fase de estabilização ou de reforma-rotina, em que o cidadão ocupa o seu papel de reformado como "um adulto autossuficiente, seguindo seu próprio caminho para administrar os seus próprios assuntos, não incomodando

ninguém” (p.70). O último estágio denominado de dependência ou fase de término da reforma, é considerado como “fase de transição para o último estágio da vida”, fase em que os idosos apresentam de forma permanente problemas de saúde ou mesmo incapacidades perdendo a sua independência, perdendo o papel de pessoa reformada para assumir o papel de pessoa dependente (Atchley, 1976; Atchley & Barusch, 2004, p. 260). Muito embora este modelo seja dos mais utilizados pelos autores que tratam desta problemática, não existe um consenso sobre a sua definição nem sobre a duração de cada um dos estágios que podem ocorrer na vida de um ser humano. Tendo em conta o exposto, conclui-se que são vários os fatores que podem condicionar estas fases, como a falta de saúde física e/ou psicológica, ou ainda como refere Atchley (1982, p. 127), “a incapacidade e o baixo nível socioeconómico” o que acaba também por limitar a capacidade do sujeito em desfrutar da liberdade que a reforma representa.

Em 1972, Anne- Marie Guillemard (1972; 2002) apresenta a sua teoria de modos de vida na reforma, sendo esta mais tarde complementada, tendo em consideração a evolução da situação dos reformados, que experimentam uma melhor integração económica e um afastamento precoce do mercado de trabalho. Essas transformações modificaram de forma significativa as práticas de reforma, devido aos recursos económicos, socioculturais e educativos acumulados durante a vida.

Deste modo, a autora referencia cinco modelos de reforma que já foram fruto de algumas alterações (Castells & Guillemard, 1971; Guillemard, 2002):

- i) a reforma-reforma, tempo de paragem da atividade laboral, fortemente marcado pela exclusão social, em que o tempo era dedicado à manutenção da vida do indivíduo, ocupando-o nas atividades pessoais do dia-a-dia e nas atividades da vida de casa;
- ii) a reforma-terceira idade, que consiste na passagem da atividade profissional para novas atividades criativas, resultado do equilíbrio criado entre a vida de trabalho e a vida de lazer que possibilitou aos indivíduos a mobilização de várias potencialidades que podem ser utilizadas durante toda a vida;
- iii) a reforma- consumo, dividida em reforma-família, orientada para o quadro familiar e, a reforma-lazer, mais direcionada para o consumo de massas, que se tornou uma prática mais completa fruto do aumento dos recursos financeiros e do aumento da rede de relações sociais, assim como, da melhoria do estado de saúde;
- iv) a reforma-reivindicação, relacionando o ser biológico e o social, procura contestar a percepção do idoso na sociedade, propondo uma conceção assente na especificidade social e comunitária dos interesses e necessidades dos idosos;

- v) a reforma-participação, trata da relação dos mais idosos na sociedade, manifestando a reprodução e adaptação às formas sociais já existentes, participando nas manifestações da sociedade.

As mudanças ocorridas entre o fim da vida ativa e a inatividade profissional sofreram uma evolução antagónica. Se de um lado ocorre a integração económica da população idosa, simultaneamente continua-se a assistir à sua marginalização e exclusão social, uma vez que na Europa não se conseguiu preservar um papel ativo e útil da população idosa que se encontra em crescimento. Estas transformações conduziram ao desenvolvimento de novas práticas de contestação por parte dos reformados, surgindo um outro modelo de reforma, a reforma solidária, que integra a forma de reforma-participação e reforma-revindicação, direcionada para uma participação associativa dos reformados (Guillemard, 2002).

Caradec (2010) alude que as condições de reforma têm um papel fundamental na forma como se vive a transição, salientando que: quem vive só ou possui baixo capital económico e/ou ter problemas de saúde, apresenta uma maior predisposição para uma difícil adaptação à reforma. Para se poder apreender as diferenças de adaptação à inatividade profissional, é preciso considerar algumas variáveis de ordem individual e social que nos facilitam a interpretação dos comportamentos dos indivíduos depois da reforma, o porquê de alguns optarem por uma vida mais ativa ou simplesmente por uma vida de tempo de descanso (Fonseca, 2009). A passagem para a reforma deve ser, desta forma, compreendida com base na condição da pessoa adulta, tendo em conta, a inter-relação de determinantes individuais, mas também, familiares, sociais e organizacionais, compreendendo aspetos biográficos, de saúde, capacidade de *agency*, padrões contextuais, demográficos e económicos, características e circunstâncias profissionais, o significado atribuído ao trabalho, para além dos interesses existentes além da vida laboral (Barnes-Farrell, 2003; Fisher, Chaffee & Sonnega, 2016; Fonseca, 2009; Moen, 1996; Shultz, Morton & Weckerle, 1998; van Solinge & Henkens, 2007; Wang, 2007; Wang, Henkens & van Solinge, 2011).

Por forma a identificar e perceber os modos de adaptação à inatividade profissional/reforma, Hornstein & Wapner (1985) realizaram um estudo a indivíduos um mês antes do início da sua reforma e ao fim de 6/8 meses após o seu início, demonstrando a existência de quatro formas de adaptação à reforma, apresentadas no seguinte quadro:

Quadro 1

Dimensões e modelos de adaptação para a reforma

	Transição para a velhice	Novo começo	Continuação	Rutura imposta
Significado atribuído	Fim da vida ativa; tempo de descanso; entrada para a última fase da vida.	Início de nova fase da vida; tempo para viver de acordo com as suas próprias necessidades.	Tempo de continuação das atividades escolhidas.	Sentido de perda da atividade; período de frustração, falta de foco.
Modo de adaptação	Afastamento gradual do mercado de trabalho; transição percebida significativamente.	Rápido afastamento do mundo do trabalho; desejo de seguir em frente a própria reforma.	Percepção mínima da transição para a reforma.	Rutura abrupta com o trabalho; "em choque", com incerteza como devem proceder.
Atitude em relação ao trabalho	Agradável, mas pressionado; muitas vezes frustrante nos recentes.	Geralmente insatisfatório.	Altamente valorizado e satisfatório ou não muito significativo.	Principal forma de autodefinição e identidade; tempo de desenvolvimento pessoal.
Nível de atividade pós-reforma	Cansado, com menos energia, altamente passivo.	Altamente ativo, energético.	Moderadamente ativo, sem mudanças significativas.	Geralmente imobilizado psicologicamente; atividade passiva e baixa.
Natureza da reforma objetivos e atividades	Indecisão na direção a tomar; muito tarde para começar novos projetos; baixo nível de realização e satisfação de atividades e hobbies anteriores.	Realização ou organização de atividades em direção aos objetivos específicos para novos projetos.	Articulação clara dos objetivos sem novas atividades; atividades anteriores valorizadas da mesma forma.	Alguns objetivos e experiências não satisfatórias; frustração em encontrar atividades para substituir o trabalho; principalmente envolvidos em atividades diárias e hobbies não de forma satisfatória.

Fonte: Adaptado de Hornstein e Wapner, 1985, pp. 302-303

Por seu lado, Fonseca (2004; 2011), numa perspetiva de ciclo de vida, apresenta três padrões de transição-adaptação à reforma, tendo como referência o acontecimento da passagem à reforma juntamente com os antecedentes e consequências experimentadas pelos indivíduos nesse acontecimento. Propondo, o Padrão AG (Abertura-Ganhos), o Padrão VR (Vulnerabilidade-Risco) e o Padrão PD (Perdas-Desligamento). Caracterizado por manter uma postura de vida positiva e uma atitude de abertura aos vários contextos de vida, seja pessoal, coletivo ou ambiental, o Padrão de Abertura-Ganhos, possibilita, através da junção desses elementos, a ocorrência de transformações entendidas como ganhos desenvolvimentais. Por sua vez, o Padrão Vulnerabilidade-Risco, é qualificado pelo incremento de situações de vulnerabilidade pessoal e relacional, originando uma satisfação de vida e de bem-estar diminuída, acarretando consequências negativas no desenvolvimento dos sujeitos, colocando em risco, mais concretamente o desenvolvimento psicológico. Por fim, o Padrão Perdas-Desligamento, é sinónimo de perdas gerais no desenvolvimento, levando a uma grande insatisfação pessoal das vivências de vida por parte dos indivíduos, do isolamento e da dificuldade de ocupar os tempos de forma prazerosa, ocorrendo um desligamento social. De referir, que estes padrões não são evolutivos, nem muito menos estanques, sendo que os sujeitos podem incluir-se principalmente em um ou outro padrão (Fonseca, 2009).

Na ótica de Henkens e colegas (2018), os indivíduos em fase de reforma preparam, modelam e ajustam as suas vidas, por forma a adotarem estilos de vida coerentes, que lhes aportem estrutura e significado ao seu tempo livre. Por outras palavras, entende-se que a vida dos reformados não é totalmente improvisada, e que os reformados adotam estilos de vida que dão coerência, estrutura, e sentido ao seu lazer. Para os cientistas sociais e comportamentais, a identificação de tais estilos de vida é interessante por direito próprio. Tal investigação pode ajudar a responder a questões importantes sobre a natureza emergente da reforma contemporânea. Em particular, as despesas com pensões públicas para períodos de reforma mais longos podem exigir, em troca, que esta fase da vida adquira objetivos para além da gratificação pessoal, aplicando o reservatório de capital humano dos reformados a novos papéis e responsabilidades na vida comunitária. Por norma, os investigadores avaliam o ajustamento à reforma ou à qualidade da vida dos reformados utilizando medidas de emoções e bem-estar (para uma visão geral ver van Solinge, 2013).

Tomando outra direção, o ajustamento também pode ser concebido em conformidade com as reconhecidas formas de agir como reformado, respondendo a orientações culturais e morais

sobre o uso do tempo, do dinheiro, da sociabilidade e da autossatisfação. Um "bom reformado" talvez procure continuidade com papéis de longa data, ou assista a discursos prescritos sobre o envelhecimento ativo ou consumo de lazer. Como membros de comunidades morais, as pessoas obedecem a certos padrões a fim de tornar as suas vidas inteligíveis para si próprias e para os outros (Katz & Laliberte-Rudman, 2004). Voluntariamente ou sob constrangimento, os reformados adaptam-se aos arquétipos predominantes de reforma.

Como já referido, a transição para a inatividade laboral/reforma, tal como todas as alterações que ocorrem ao longo do ciclo de vida, é efetuada de forma muito diferente dependendo dos indivíduos, o que para uns é realizado de uma forma rápida e positiva, para outros, não o é. Centrado na transição entre a vida profissional e a reforma e na identidade assumida pelo "novo reformado", o autor Dominique Thierry (2006, 2010), apresenta quatro tipos de transições:

- i. Transição-reprodução, neste tipo de transição, o indivíduo não identifica uma mudança significativa, sendo que as atividades e o *status* não se alteram ou o sujeito investe em novas atividades mantendo o mesmo ritmo, o mesmo exercício de poder e de reconhecimento. Este tipo de transição é entendido por muitos como forma de negar o envelhecimento. A questão que se coloca está relacionada com a natureza de atividades desenvolvidas, que podem ser do tipo ocupacional ou "construtivas", permitindo construir um novo equilíbrio ou uma nova identidade.
- ii. Transição-transposição: o ritmo e a referência ao tempo não são iguais, o sujeito apresenta uma postura mais hedonista, procurando atividades mais equilibradas, diversificadas e prazerosas. A preferência pela realização de atividades socialmente uteis, particularmente associativas, traduz-se na transferência do uso das suas competências profissionais, revelando uma falta de rutura com as atividades profissionais. Esta transposição desta fase é facilitada se o sujeito dispõe de múltiplos recursos identitários: origem familiar ou contextual; redes sociais; desenvolvimento ou participação em interesses para além dos profissionais, tais como, lazer, associativismo ou voluntariado, etc....Caso contrário, a transposição é feita através de um processo lento e introspetivo, geralmente sem suporte e sem estrutura.
- iii. Transição-ruptura: a ruptura com a vida anterior acontece quer por sua iniciativa, quer por obrigação, levando a pensar e organizar um género de vida diferente, podendo assumir duas posturas. Quando ocorre por intermédio de uma ruptura por escolha, tem como objetivo, a realização de um novo projeto de vida visa a produção de mudanças, tais

como a escolha de mudar de residência ou de realizar um sonho antigo. Quando realizado por uma rutura por defeito, surge pela necessidade em reduzir o ritmo ou o tipo de atividades. A escolha das atividades é realizada por oportunidade ou pela pressão criada pela oportunidade. Os primeiros tempos de paragem, são direcionados para atividades de caráter funcional, relacionadas com a manutenção pessoal do dia-a-dia, melhoria do estado de saúde e de desenvolvimento pessoal. As atividades poderão ainda, ser centradas na solidariedade familiar e a lida de casa.

- iv. Transição-impossível ou transição mal-assumida, caracterizada pela grande angústia existencial do sujeito, que realiza atividades ocupacionais por forma a ocupar o seu tempo livre sem nenhuma motivação. Esta situação pode desencadear dois comportamentos antagónicos: a diminuição ou não realização de atividades ou a hiperatividade como refúgio desse sofrimento, desenvolvendo atividades como forma de terapia.

Analisando as várias teorias utilizadas para explicar e compreender o fenómeno da transição para a inatividade laboral/reforma profissional, afirma-se que as mesmas, “podem ser visualizadas como posicionadas em um *continuum*, dependendo se elas explicam as transições e o comportamento adaptativo por idiossincronismo individual, ciclo de vida ou idade cronológica” (Schlossberg, 1981, p. 3).

A passagem para a inatividade laboral, para a maioria dos sujeitos, não assinala apenas o fim da atividade profissional; é também o fim de um período longo que marcou a vida, moldou os hábitos, definiu prioridades e condicionou desejos, podendo ser, ao mesmo tempo, um momento de libertação e de renovação (viver com outro ritmo, estabelecer novas metas, investir na formação pessoal, relacionar-se mais com os outros...) ou um momento de sofrimento e perda (de objetivos, de prestígio, de amigos, de capacidade financeira...). (Fonseca, 2012, p. 84)

O paradoxo e a complexidade presente na fase de “transição - adaptação” para a inatividade laboral, emerge da panóplia de mudanças envolvidas no processo que podem ser concomitantes e, por vezes, incompatíveis. Como Fonseca (2012, p. 92) indica, mesmo quando as mudanças trazem ganhos, acarretam perdas, originando sentimentos de decepção, infelicidade e desânimo, que acompanham a sensação do sujeito se sentir “deslocado” do seu mundo. Na passagem para

a inatividade profissional, mesmo sendo ela efetuada de forma previsível, as mudanças provocadas podem gerar sentimentos contraditórios, pois mesmo se a liberdade e controlo sobre a sua vida na época da reforma é apetecível, já a incerteza do que se passará suscita anseios e outros sentimentos mais negativos.

Como referido ao longo deste capítulo, são múltiplos os fatores que contribuem ou condicionam a fase de transição para a inatividade laboral, com impacto na adaptação ao tempo de reforma. Entre esses fatores, destacam-se a “desocialização profissional antecipada”, a crença na “crise” da reforma e o envolvimento em novas atividades. As principais dificuldades reportadas nessa fase de transição são a perda de *status*, a alteração do papel social e a desvinculação ao grupo de pares formado pelos colegas de trabalho. Não obstante, é importante ressaltar que a presença dessas adversidades não indica necessariamente uma adaptação difícil, pelo contrário, o número de indivíduos que se adaptam facilmente à sua nova forma de vida é superior àqueles que atravessam uma adaptação difícil (Caradec, 2008).

Fundamentado no processo de construção identitária, Caradec (2008) especifica quais os mecanismos psicossociais que operam na reconstrução identitária e facilitam a transição para a inatividade:

- i) “a desocialização profissional antecipada” caracterizada por um certo desinvestimento profissional que ocorre nos últimos meses ou anos de trabalho;
- ii) a crença na “crise” da reforma, que atua como um aviso para as mudanças que podem ocorrer, nomeadamente em relação ao *status* do indivíduo;
- iii) o envolvimento em novas atividades. Esse envolvimento pode mobilizar vários tipos de suporte: coletivos, constituídos pelas representações positivas sobre a reforma e os papéis sociais mais valorizados nessa fase; suportes pessoais ou identitários, composto pelas competências e capacidades que o sujeito detém e que podem ser transferidas para outras áreas; e por fim, os suportes relacionais, assente no apoio prestado pelos familiares ou amigos, que acompanham esta fase.

Em conclusão, a reconstrução identitária revela ter um papel decisivo para uma boa adaptação à reforma. O seu início acontece antes da entrada para a reforma, precedida de um período mais ou menos longo de preparação e que pode passar despercebido. Seguidamente, presencia-se através do envolvimento em atividades e na presença dos diversos tipos de suportes mobilizados.

Face ao exposto, pode-se concluir que a transição e adaptação à passagem para a inatividade laboral/reforma profissional são influenciadas por uma diversidade de fatores. Esses fatores incluem elementos individuais como características biopsicossociais, experiências e vivências de vida. Além disso, o contexto, desempenha um papel importante, envolvendo interações familiares, com a sociedade e outros aspetos ambientais. A forma como ocorre a transição também é relevante, incluindo se foi uma escolha voluntária ou imposta, se foi um progresso gradual ou abrupto. Assim, é importante ressaltar que cada indivíduo enfrentará essa transição de forma única, e os efeitos dos diferentes fatores podem variar. O que confirma a evidência de que a transição para a inatividade laboral/reforma representa um dos momentos mais marcantes na vida humana, podendo provocar transformações profundas nas vidas dos indivíduos (Caradec, 2004; Daniel, Antunes & Amaral, 2015; Fonseca, 2004, 2009, 2012; Guillemard, 1972; Loureiro, 2011; R. Sousa, 2006; Veloso, 2004).

Partindo deste pressuposto, compreender a complexidade desse processo de transição e adaptação permite desenvolver estratégias e políticas que promovam uma transição e adaptação bem-sucedida à fase de inatividade laboral e à condição sénior.

6. Perspetivas e experiências da transição para inatividade laboral e condição sénior a partir de estudos realizados

Os estudos analisados sobre a temática da transição para a inatividade laboral não apresentam resultados unânimes. Esta falta de consenso pode ser atribuída, em parte, à escassez de pesquisas específicas realizadas sobre essa problemática. Sendo mais explorada na área de psicologia, gerontologia e sociologia em comparação à área da educação.

Ana A. Fernandes (1997), no seu estudo sobre o envelhecimento, comprovou que a idade, o sexo, o capital cultural detido pelos idosos, a profissão exercida, o nível de escolaridade, as relações e sociabilidades intergeracionais, nomeadamente entre elementos da mesma família e as respostas institucionais de cuidados sociais direcionados para a velhice influem na forma como se vivencia a velhice. Aborda ainda como as políticas sociais de velhice e as representações sociais têm efeitos sobre a vida das pessoas mais idosas.

O projeto “ReCriar o futuro – Advita” desenvolvido pelo Instituto para o Desenvolvimento Social [IDS] - Departamento de Envelhecimento e Dependência (2001), nas entrevistas realizadas aos reformados sobre a sua vivência e preparação para a inatividade profissional, obteve os

seguintes resultados: para a maioria dos inquiridos o conceito de inatividade profissional/reforma é sinónimo de "pobreza", "doença", "invalidez" e "decadência", somente uma pequena minoria considera esse período como tempo de descanso e para a realização de atividades de lazer. De forma coincidente com outros estudos, os adultos não prepararam o período para a reforma. As principais dificuldades apontadas para este período é a falta de meios financeiros de subsistência, a probabilidade de doenças e a inatividade, no entanto são incapazes de enumerar medidas preventivas para colmatar essas dificuldades. Os entrevistados consideram uma mais-valia a existência de programas de informação/prevenção/preparação para a inatividade laboral, com a divulgação de informação dos aspetos burocráticos subjacentes à mesma. No que respeita às atividades de ocupação de tempos livres, salientaram os passeios e os jogos sociais (cartas e dominó), uma pequena faixa de respondentes referiu a prática de exercício físico, tal como a hidroginástica e a natação. A grande maioria dos entrevistados “apresentam uma imagem negativa de si como reformados, considerando-se pessoas inactivas, sem qualidade de vida e com sentimentos de tristeza e de perda” (IDS, 2001, p. 32). As sugestões de melhoria da condição de reformado apresentadas centram-se no aumento do montante da reforma, por forma a atender aos encargos financeiros associados à satisfação das necessidades básicas de vida. A ausência de objetivos pessoais durante o período de reforma é por vezes congruente com as questões de problemas de saúde, a insuficiência de recursos económicos, o isolamento social e familiar. O estudo conclui com a necessidade sentida da planificação e preparação desta fase da vida, que não vêm sendo desenvolvidas devido à falta de informação e de programas específicos a serem implementados, tornando-se crucial e a elaboração e implementação de “medidas e planos de preparação para a reforma, transversais, que deem resposta às muitas necessidades sentidas” (p. 32).

Na sua investigação Fonseca (2004) concluiu que a perceção e os sentimentos gerados pela inatividade profissional diferem de pessoa para pessoa, e estas diferenças podem manifestar-se independentemente da profissão desenvolvida, dos recursos financeiros que possuem, de onde vivem, entre outros, com influência no seu bem-estar. Deprendendo que a população idosa nos primeiros anos de passagem à inatividade profissional/reforma vive suficientemente satisfeita para desfrutar de uma boa saúde percecionada e conseguindo realizar de forma prazerosa as atividades que a liberdade, autonomia e tempo livre permite usufruir. O mesmo autor realça que a transição é motivada por fatores de ordem ambiental, económico e biopsicossociais e refere também que, mesmo com a falta de preparação para a reforma, se verifica que os sujeitos ocupam o tempo

com atividades de interesse individual, tais como, viajar, conviver, voluntariado, entre outras, ficando evidente que a passagem para a inatividade profissional, mesmo não sendo planeada, é pensada com a aproximação do término da vida profissional ativa. Contudo, com a preparação ou não da reforma e/ou se foi ou não desejada, existem vários fatores que determinam a satisfação e bem-estar dos indivíduos na sua condição de inativos profissionais: questões relacionadas com a saúde, o tipo de atividades realizadas, a ocupação do tempo livre, os recursos financeiros, a participação em novos projetos e objetivos, as relações conjugais e familiares existentes, o nível de autoestima e de autoconceito, a integração e interação no contexto social, assim como expectativas perante o futuro. Assim, Fonseca (2004) salienta que os sujeitos que experimentam de uma forma positiva estes fatores, apresentam um maior bem-estar em oposição aos que demonstram um nível de bem-estar mais baixo, e que exibem maiores problemas de saúde, montando-se vulneráveis ao isolamento social e que não conseguem ter objetivos de vida. Este autor termina por especificar que o “fim do trabalho” pode não implicar unicamente a cessação da vida laboral, mas perturbar as interações sociais, uma vez que é atribuída uma grande importância às atividades laborais na inserção social dos sujeitos. Os diferentes padrões de integração profissional correspondem a comportamentos distintos face à transição para a reforma, exemplificando o caso das mulheres que podem não atribuir à profissão exercida a mesma importância que os homens, devido à acumulação da vida laboral com os afazeres domésticos e a educação dos filhos. Ainda relacionado com a atividade profissional encontra-se as habilitações académicas, uma vez que quanto maior o nível de escolaridade dos reformados maior a satisfação com a vida nas suas várias dimensões. A preocupação de dependência criada nos idosos pelo receio de não conseguirem manter o mesmo estilo de vida, está mais relacionada com a temática da velhice do que propriamente com a reforma, já que “a condição do “eu reformado” é vivida em simultâneo com a percepção do “eu que envelhece”, sendo difícil muitas vezes distinguir os efeitos de uma e de outra condição sobre a vida psicológica” (p. 430). Em conclusão, o autor refere a existência de uma relação entre o tempo de inatividade profissional e a satisfação com a vida, pois “à medida que o tempo de reforma vai aumentando, diminui a satisfação de vida” (Fonseca, 2004, p. 472). Na sua análise aos principais motivos de satisfação com a reforma, conclui-se que o que mais contribui encontra-se relacionado com a “liberdade e controlo da vida pessoal”, seguido da “ausência de stresse”, sendo que as “atividades sociais” representam o aspeto a que as pessoas atribuíram menos importância. Por sua vez, quanto ao processo de transição-adaptação à reforma, menciona que este tem vindo a suceder cada vez mais cedo e que representa a adoção de novos

papéis, muito embora não represente um momento de stress, sendo entendido como um acontecimento inevitável no ciclo de vida, um momento de satisfação de vida principalmente nos indivíduos com menos idade, vivenciado pela maioria dos reformados como tempo de liberdade, momento de experimentar novas atividades prazerosas. São, então, elencadas uma série de dimensões que influenciam a transição-adaptação bem-sucedida para a reforma, tais como: a vida profissional e as atividades extraprofissionais; o nível económico e de saúde, as redes de apoio; acontecimentos de vida; grau de escolaridade; o acesso a serviços e recursos comunitários, as expectativas e projetos para o futuro, e por fim, o tempo de reforma. Finalmente, aponta-se uma série de diligências no sentido de evitar ou minimizar o impacto negativo da transição à reforma, medidas de natureza *sociopolítica* e contextual, fazendo apelo à realização de atividades coletivas, evitar o isolamento, criação de laços e promoção da educação/formação; e, as medidas de cariz *pessoal* assentam na transição gradual e flexível na entrada para a inatividade profissional, evitar o preconceito cronológico do tempo para a reforma, promoção do sentimento de pertença e participação na sociedade, estimular o bem-estar físico e psicossocial.

No seu estudo Cerqueira (2010) relacionou os domínios biopsicológico e social constatando que tendencialmente os indivíduos que se preocupam com a preparação da velhice podem manifestar imagens positivas quer negativas da velhice e do seu processo de envelhecimento. No estudo deste autor demonstra-se que as pessoas que manifestam imagens positivas preocupam-se com a preparação da velhice e tendem a planear a seu futuro; já as que manifestam imagens flutuantes, ora positivas ora negativas, não consideram a preparação como um fator importante. De destacar que, são os mais idosos com menores habilitações escolares que demonstram tendencialmente imagens negativas mesmo que valorizem a preparação para a velhice. A autora afirma que a promoção de um envelhecimento bem-sucedido passa pela transformação dos estereótipos ou preconceitos associados ao processo de envelhecimento, devendo se fazer refletir nas dimensões individuais, familiares, sociais e institucionais.

Neto (2010), na sua investigação a profissionais da área da saúde e de educação, verificou no primeiro estudo que o aumento de tempo para dedicar à família e a expectativa de libertação do *stress* profissional encontram-se entre as atitudes positivas perante a inatividade profissional. No seu segundo estudo, destacou a realização de atividades de lazer como as principais perspetivas pós-reforma, incluindo exercer atividades gratificantes que não possuíam tempo para praticar ou dando continuidade às que já exerciam. A intenção de permanecer profissionalmente ativo foi expressa por alguns sujeitos. As questões relacionadas com a saúde ou a inatividade são as

principais preocupações demonstradas nesta fase de vida. Constatou-se que o sexo feminino apresenta uma atitude mais positiva em relação à transição, mostrando maior interesse pela dimensão cultural, especificamente a leitura. Verificou-se que o aumento da idade influi numa atitude mais positiva relativa à inatividade assim como o desejo de se reformar. Quanto à preparação para a inatividade laboral, a grande maioria dos indivíduos, apesar de não terem frequentado nenhum programa de preparação para a inatividade laboral, responderam ter planeado o período de reforma com atividades tais como: “viajar; escrever livros; desenvolver actividades artísticas (música, pintura, cinema, arranjos florais, restauração, culinária); realizar actividades físicas; cuidar da família; fazer voluntariado” (Neto 2010, p. 150). Deste estudo ressaltou também a questão de que a maioria dos sujeitos não utilizou nenhuma estratégia nem frequentou alguma instituição para ajudar na preparação da sua transição para a inatividade profissional.

No seu estudo Guerreiro (2018), com recurso a histórias de vida, verificou que a entrada na reforma é mais satisfatória quando existe uma menor satisfação profissional. Por sua vez, a adaptação a esta fase da vida está relacionada com o desenvolvimento de atividades e com a rede de sociabilidades, sendo que as pessoas que participam em atividades prazerosas e/ou as que têm uma rede de apoio social alargada experienciam uma melhor adaptação. Ressalta ainda o facto de que, muito embora a transição para a reforma carece na sua maioria de preparação, quando realizada contribuiu para uma ótima adaptação à reforma. Quando a entrada na reforma é realizada de forma involuntária a sua adaptação revela-se mais difícil. Sublinha também, que a reforma é uma fase pós-trabalho, que possibilita desfrutar do tempo de reforma com atividades até então impossíveis de realizar.

Silva (2011) confrontou as expectativas dos idosos com a teoria das representações sociais. Os resultados obtidos identificam a possibilidade de coexistir uma representação social da velhice assente nos princípios: ganhos e perdas e biológico e psicossocial. Os dados recolhidos apresentam uma visão sobre a velhice que se torna mais negativa à medida que a idade dos indivíduos aumenta, os adolescentes e os jovens adultos revelam um ponto de vista neutro ou positivo, começando a alterar-se com o avançar da idade, sendo os mais idosos que ostentam uma representação mais negativa. Demonstrou ainda existir uma diferenciação das atividades desempenhadas por género durante a velhice, para além de se afastar do mundo de trabalho, as atividades realizadas apontam para que os papéis de género se mantenham. Concluiu ainda, que

os indivíduos evidenciam uma apresentação mais positiva da sua velhice de que propriamente da velhice dos outros, assente no papel proactivo que estes têm na preparação da sua velhice.

Explorando uma vertente psicológica Loureiro (2011) e Loureiro e colegas (2014), nos estudos orientados para a questão da saúde, salienta que esta fase é marcada pela conjuntura socioeconómica e política, referindo que a situação sociodemográfica, os motivos e as expectativas que sustentavam em relação à transição para a inatividade laboral, tiveram influência na forma como as pessoas experienciaram a transição, indicando como principais mudanças e/ou dificuldades sentidas a adaptação a uma nova rotina do seu dia-a-dia, a ocupação do tempo livre, os recursos económico-financeiros, a solidão e a diminuição da autoestima, ressaltando o papel das famílias como a principal fonte de apoio (Loureiro, 2011). Quando a transição ocorre juntamente com acontecimentos que não são esperados, é vivenciada com muita dificuldade e de forma muito negativa. A autora conclui que as aceções atribuídas ao processo de adaptação à entrada na reforma são reaprender a “estar” a “sentir” e a “ser”. Infere-se também que a transição para a inatividade está intrinsecamente interligada às características pessoais das pessoas idosas, bem como às suas experiências de vida.

Os resultados encontrados por Cabral et al. (2013), entre os vários grupos de população estudada, sugerem que a maioria não encontrou dificuldades na transição para a reforma, encarando-a como tempo de descanso, acrescentando que a grande maioria dos indivíduos não tenciona manter a atividade profissional. Um dos aspetos focados naquele estudo foi a questão das redes interpessoais onde se verifica que a alteração da composição dessa rede não ocorre na fase de transição para a inatividade profissional, mas no seu prosseguimento e nos sujeitos mais idosos.

Por sua vez, com uma abordagem económica, destaca-se a investigação de Carneiro (2012) assente na avaliação do impacto do envelhecimento português, que procurou identificar as respostas de serviços sociais e de proximidade, determinar o impacto da criação de emprego e novas competências na prestação de cuidados aos idosos e, avaliar a sustentabilidade das instituições. Os resultados obtidos demonstram um aumento de programas de cuidados direcionados à população mais idosa.

O estudo das perspetivas e experiências de transição para a inatividade profissional e condição sénior, nas suas dimensões socioeducativas, de uma forma mais específica, foi investigado por Generoso (2013), que identificou dois perfis de transição para a inatividade. O primeiro refere-se à transição quando não é realizada de forma programada e involuntária existindo

por parte dos sujeitos uma grande valorização do trabalho, originando uma fase de transição mais difícil. O segundo perfil, resultante da preparação para essa fase com menor valorização profissional acompanhada por uma reforma voluntária, o que facilita a fase inicial de transição, sendo vivenciada de uma forma mais satisfatória. Constata-se ainda que a transição para a inatividade profissional não é preparada, nem pensada. Uma vez que a maioria dos indivíduos inquiridos não teve nenhum tipo de aconselhamento, não existindo uma preparação para a reforma, o que demonstra não se encontrar instituído qualquer tipo de apoio informal ou formal na sua planificação ou que favoreça uma transição flexível e gradual para a inatividade, o que pode justificar o sentimento existente de menor satisfação com a vida e de maior ansiedade após a retirada da vida profissional. Neste mesmo estudo verificou-se uma relação entre satisfação com a inatividade profissional e a ocupação dos tempos livres, referindo que as atividades direcionadas para a comunidade ou de desenvolvimento pessoal são reconhecidas como sendo mais satisfatórias. No entanto, os indivíduos não valorizam o prolongamento das atividades remuneradas, assim como o voluntariado, estando a inatividade profissional associada de forma positiva ao tempo de descanso, de ócio e das oportunidades de escolha. É demonstrado que as pessoas com o intuito de (re)construir identidades e de minimizar os constrangimentos relativos à experiência de transição utilizam estratégias compensatórias de ação criativa, baseando-se numa aprendizagem biográfica, através das suas histórias de vida, da sua capacidade de *agency*. Comparativamente ao antes e após a inatividade laboral não se constata mudanças significativas relativas à saúde, participação social e ocupação dos tempos livres; em contraste, aponta-se um ligeiro aumento da atividade física e das de educação e formação de adultos.

Bessa (2015) encontrou convergências entre sujeitos de diferentes profissões na sua investigação onde procurou identificar diversas formas de vivenciar a reforma de sujeitos médicos, oficiais da Guarda Nacional Republicana, agricultores e trabalhadores da construção civil. Fazendo recurso às tipologias de práticas de reforma de Guillemard (1972, 2002), a investigadora identificou algumas tipologias diferenciadas das referidas. Nos resultados obtidos constata-se que o tipo de práticas de inatividade mais importante para os inquiridos é, para os médicos, a que apresenta uma postura *solidária*, para os oficiais da Guarda Nacional Republicana o tipo de práticas de reforma de *autoestima* e, para os restantes, de *proximidade*. Quanto às atividades de lazer mais realizadas prendem-se com: ver televisão; leitura; ler jornais; ler revistas e caminhar, sendo as menos praticadas viajar; visitar museus; ir ao teatro. Este estudo contraria a investigação

de Rosa (2016) que destaca que as diferenças de comportamento e lazer são marcadas pelo nível de instrução.

Direcionada para uma vertente de Educação ao Longo da Vida, encontra-se o projeto de ação/intervenção social de Coelho (2020). Como principais resultados destaca-se a importância do envolvimento dos idosos em práticas socioeducativas, como forma de combater o isolamento e a exclusão social, fomentando o convívio, a integração social e a educação ao longo da vida.

No seu estudo comparativo entre os países do Sul da Europa e na Escandinávia, Calha (2015) aporta os seguintes contributos: o envelhecimento e a condição sénior estão correlacionados com fatores relacionados com a qualidade de vida, os modelos de vivência (segundo variáveis de sexo, características hereditárias, habilitações académicas, classe social, capital cultural e profissional), as relações sociais existentes, a satisfação com a saúde, a satisfação com a vida e com a importância atribuída às atividades sociais e de lazer. Nos dados apresentados, a autora demonstra a existência de diferenças entre os países do Sul da Europa e da Escandinávia, particularmente ao nível do papel do idoso nas famílias, com maior destaque nos países do Sul, onde a família tem um papel social preponderante, contrariamente à Escandinávia possivelmente devido aos meios formais de suporte social existentes.

Num outro estudo realizado por Loureiro e colegas (2016), a transição para a inatividade profissional/reforma é vivida de uma forma calma, condição favorável a um envelhecimento bem-sucedido, onde a alteração do ritmo de vida é percecionada como a principal mudança desta fase. Sentida essa transição concomitantemente com sentimentos de ganho ou perda, ganhos ao “nível biofisiológico, psicoemocional, económico e de qualidade de vida” e o sentimento de perda relacionada com a dimensão interpessoal, especificamente com a perda de *status* e identidade social, marcada também por dimensões de solidão, desencantamento, desamparo e depressão.

A partir do seu estudo, Guedes (2015) procurou testar se a tipologia sobre os modos de vida de Guillemard de 1972 podia ser verificada no contexto português, assim como construir uma tipologia de modos de vida na reforma. Com esta investigação, concluiu-se que a experiência de vida e as vivências dos sujeitos influenciam a vida na reforma; verifica-se que nos indivíduos que não foram capazes de acumular recursos diversificados, o momento de transição pode ser vivenciado como um período de crise. Os indivíduos que revelam problemas de saúde são os que se sentem insatisfeitos ou muito insatisfeitos com a fase de reforma. Já os que transitaram para a inatividade profissional por opção própria são os que mais pensaram nessa fase e os que se sentem menos inúteis, sendo os que mais participam em associações de voluntariado e a

organizações pertencentes à comunidade. O afastamento do mercado de trabalho assume duas perspectivas contraditórias, dependendo da importância que é atribuída ao trabalho pelos sujeitos. Assim, para os sujeitos que não lhe atribuem grande significado, a inatividade é considerada como uma oportunidade de realizar novos projetos, ter mais tempo para dedicar à família e aos amigos ou mesmo para contrair novos papéis e responsabilidades. Para os sujeitos que atribuíam grande importância ao trabalho, o seu afastamento é sentido como “a agudização de uma situação de privação, a perda de redes, de rotinas, de hábitos e de rendimentos, tornando a vida ainda mais limitada” (Guedes, 2015, p. 174). Corroborando com outros estudos, a diferença de género, a atividade profissional desenvolvida, o contexto habitacional e a ocupação de tempos livres são fatores que influenciam a transição para a inatividade profissional. Argumenta-se que o processo de transição para a inatividade profissional é instigado socialmente, salientando a importância da implementação de mecanismos e dispositivos de políticas sociais que garantissem condições de formação adequadas, bem como políticas de emprego conscienciosas.

Veloso (2004) no seu estudo sobre a emergência das Universidades da Terceira Idade (UTI), destaca as várias vertentes das UTI na promoção de envelhecimento ativo, o que consequentemente contribui para uma inatividade profissional bem-sucedida, ajudando de uma forma muito positiva o afastamento dos estigmas e preconceitos negativos acerca dos idosos e da velhice. A participação nestas instituições permite o estabelecimento de redes de sociabilidades e o reforço do capital social dos participantes. Um dos contributos salientados pela autora é a restituição do sentido de vida e do tempo aos indivíduos que vivenciaram a inatividade como um corte. O estudo salienta ainda o papel de protagonistas assumido pelos reformados na gestão da universidade de terceira idade estudada. Por fim, realça-se as ações desenvolvidas pela UTI, a sociabilidade, as aprendizagens em várias áreas e a prática de voluntariado. Em conclusão, a autora defende a participação dos reformados em associações e/ou organizações como forma de devolver um novo significado ao tempo e às suas vidas, sendo que o tempo de reforma “poderá significar adaptações, aprendizagens, desafios, oportunidades de concretização de projectos/desejos” (Veloso, 2004, pp. 377-381).

J. Ferreira (2007), no seu trabalho decorrente de 6 anos de investigação, estudo efetuado a um concelho pertencente ao norte litoral de Portugal, confirmou, o que muitos estudos já concluíram, que as variáveis género e idade têm grande influência na qualidade de vida dos idosos, sendo que o sexo feminino apresenta uma maior duração de vida, contudo associada a uma menor qualidade de vida. Os dados recolhidos evidenciaram ainda que existe uma correlação entre o

nível de escolaridade e o tipo de residência dos indivíduos, dado que os detentores de um maior nível de habilitações tendem a habitar em moradias próprias, existindo ainda uma correlação positiva entre o grau de escolaridade e uma melhor autoperceção do estado de saúde, satisfação nas relações familiares e sociais bem como a situação económica. A maioria dos inquiridos indicou a reforma como principal proveniência dos seus rendimentos, sendo que a pensão de reforma é devida ao limite de idade legalmente imposta, tratando-se de trabalhadores em setores de trabalho intensivo, com baixos rendimentos e qualificações. No que respeita às atividades realizadas pelos sujeitos inquiridos, no mês anterior ao estudo, verificou-se que a grande maioria se considera como pessoa autónoma e ativa, praticante de atividades físicas, embora poucas mantivessem atividades de lazer e recreativas ou frequentassem alguma instituição, organização ou associação. Aferida a satisfação e as preocupações com a vida os indivíduos inquiridos revelaram preocupação ou muita preocupação com a família, a saúde e a segurança. Numa análise comparativa do índice de Qualidade de Vida entre três estudos, um de uma cidade do litoral com dados dos anos 2005-2006, um segundo sobre uma cidade do interior do país com o levantamento de dados realizado nos anos 2000 e 2001 e um outro centrado no Centro e o Sul do país durante os anos 1993-1994, o autor identificou nos idosos estudados a existência de dois perfis de idosos. Um grupo constituído por pessoas idosas com necessidades em cuidados básicos, no qual não existe um nível de comunicação das pessoas mais idosas ou concentra-se no domicílio, não ostentam autonomia, nem realizam atividades de índole ocupacional ou lúdicas, alguns elementos referiram ainda, não terem relações familiares nem recursos suficientes. Em oposição, encontramos o perfil do idoso com necessidades socioeducativas onde se incluem os idosos que detêm uma qualidade de vida satisfatória e aqueles que têm meios e capacidade de usufruir de serviços que auxiliem e prolonguem as suas “capacidades e competências” (p. 246). Em jeito de conclusão, J. Ferreira (2007) aponta a escolaridade como o fator que maior diferencia a população inquirida, defendendo um maior investimento na área da educação, apontando que “esta parece traçar um destino que separa, discrimina e condiciona a vida dos sujeitos” (p. 258). Refere ainda, que as associações locais se desenvolvem sem um diagnóstico ou a existência de um Plano Gerontológico Nacional prévio, resultado de políticas sociais direcionadas para o envelhecimento “parcelares, sectorizadas e não sistémicas” (p. 255).

Por seu lado, Rebelo (2021) no seu estudo, procurou compreender o modo como os reformados se relacionam com a condição de reforma. Os principais resultados da sua investigação atestam as diversas dinâmicas da sociedade que intervêm na relação das pessoas

com a reforma, validando as seguintes: o envelhecimento da população; os contextos de aprendizagem; as redes sociais de suporte informal; a atividade profissional; atividades sociais e de lazer. Demonstram igualmente, que a relação dos reformados com a reforma é influenciada pela heterogeneidade dos percursos biográficos nas suas várias dimensões. Quanto a idade ideal de reforma os entrevistados, na sua maioria, referiram os 65 anos, sendo os indivíduos com reformas antecipadas os que mais pretendem retomar o trabalho profissional. Em consonância com outros estudos, os indivíduos consideraram que muito embora não tenham participado em ações de preparação para a reforma, estas poderiam ser benéficas. Os tempos de reforma são preenchidos por diversas atividades, enfatizando a realização de voluntariado em instituições sociais e paroquiais de proximidade. Verifica-se ainda que os homens comparativamente às mulheres passam mais tempo fora do espaço de residência, quanto às principais atividades desenvolvidas no domicílio pelos reformados, encontram-se as tarefas relacionadas com a vida doméstica, ver televisão, a leitura e o uso do computador e da internet. Os fatores enumerados que condicionam a ocupação dos tempos livres, são de ordem pessoal, familiar, económicas e de contexto habitacional. A maior disponibilidade de tempo com a entrada na reforma possibilitou uma alteração em comportamentos promotores de bem-estar. Este estudo contribuiu para a construção de uma tipologia de modos de relação com a reforma, a saber: Instrumental, Reservado, Relacional e Condicionado.

Internacionalmente realçamos as seguintes investigações orientadas para apreender as perspetivas e vivências dos indivíduos sobre/na transição para a reforma. Topa e Alcover (2015) avançam com a conceção de que a transição para a inatividade profissional/reforma deve ser entendida como uma experiência pessoal, como um processo e como uma instituição profissional. Como experiência pessoal devido à necessidade de requerer diversas competências que auxiliem o sujeito a se adaptar a essa fase. Como processo, a transição para a inatividade profissional/reforma refere-se às decisões tomadas sobre a forma escolhida para o afastamento/saída do mercado de trabalho. Por sua vez, a transição para a inatividade profissional/reforma é entendida como instituição social, uma vez que tem influências quer das expectativas e perceções criadas pelos trabalhadores mais jovens quer pelos mais idosos. Nos dois estudos realizados em Espanha, pretendiam examinar a influências dos fatores psicossociais nas intenções e adaptação à inatividade profissional em sujeitos de 60 anos. Os resultados obtidos confirmaram como certos fatores psicossociais, tais como fatores de natureza pessoal, social e contextual, se relacionam com a adaptação à inatividade profissional, especificamente, o

envolvimento com o trabalho, a identidade e a privação relativa. A transição para a inatividade profissional/reforma pode ainda ser influenciada pelas percepções e mudanças relativas ao trabalho e ao contexto social, aportando implicações na preparação para a inatividade profissional, intervindo no projeto de vida, nas decisões de carreira e conseqüentemente na adaptação à inatividade profissional. Este estudo veio reforçar os resultados obtidos por vários autores, no que concerne aos profissionais e/ou educadores que trabalham com as pessoas idosas, referindo que a prática de aconselhamento para a preparação de uma transição para a inatividade profissional bem-sucedida, não se concentra em modelos promotores de sucesso desta etapa da vida, ressaltando ainda que as políticas direcionadas para a velhice, tal como, as iniciativas de preparação para a inatividade profissional/reforma devem-se focar numa abordagem holística na preparação dos futuros reformados, especialmente os que a enfrentam precocemente e de forma inesperada.

Num estudo realizado no Brasil por Duarte e Melo-Silva (2009), envolvendo indivíduos com idades compreendidas entre os 40 e 69 anos divididos por três estratos sociais, no momento da pré-transição para a inatividade profissional e após aproximadamente doze meses, os resultados obtidos apontaram para sentimentos de insegurança ora devido à instabilidade financeira sentida ora à perda de papéis sociais. No primeiro momento do estudo os sujeitos declaram sentir-se marginalizados devido ao estigma de improdutividade, além de constrangidos pelo sentimento de “culpa” referindo que a “condição de não-trabalho é associada à vadiagem”; simultaneamente a inatividade profissional é esperada como “tempo reservado ao prazer e ao lazer”, todavia, condicionada pelos recursos económicos de cada grupo (p.48). Para os grupos economicamente mais vulneráveis, a transição para a inatividade profissional é tida como a substituição dos seus rendimentos e não como um aumento no seu orçamento estando a ser encarada como decréscimo da qualidade de vida e de oportunidades e, conseqüentemente, dos seus direitos como cidadãos, consequência da “desigualdade e insuficiência de condições construídas pela organização política do país” (p. 49). A população estudada viu na realização de iniciativas de voluntariado uma forma de se sentirem úteis contribuindo para o bem-estar social. No segundo momento do estudo, cerca de 12 meses após a transição para a inatividade profissional, o sentimento de insegurança e de incerteza perante a condição de reformado não desapareceu. As autoras demonstraram que a vivência do tempo livre difere entre os grupos estudados e entre condições financeiras, prevalecendo para todos a vontade de usufruir de maiores e melhores relações familiares. Assim como procuraram melhores condições de satisfação com a vida, com a manutenção do bem-estar

físico e com uma participação comunitária ativa. As autoras concluíram ainda que a vivência desta etapa da vida é influenciada por questões sociais e pessoais, nomeadamente pela condição económica e recursos subjetivos que os sujeitos detêm e realçaram a necessidade da promoção de programas orientados para a preparação para a inatividade profissional.

Davies e Jenkins (2013) investigaram, numa perspetiva de curso de vida, a importância atribuída ao trabalho e/ou à transição para a inatividade profissional dos docentes académicos ingleses e como os sujeitos geriram essa transição. Através das diferenças encontradas identificaram cinco tipos suscetíveis de caracterizar a transição para inatividade laboral/reforma. Os sujeitos caracterizados como “Clean Breakers”, que visionam a reforma como um afastamento do trabalho normal e desejado, considerado como fase de lazer, em que frequentemente intensificam e desenvolvem outras atividades de lazer. A principal diferença entre este e os outros tipos é que estes indivíduos não tencionam voltar ao mercado de trabalho. Os “Continuing Scholars” que conceituam a passagem para a inatividade como um marco significativo nos seus deveres e obrigações perante o local de trabalho, optando por permanecer associados ao mundo profissional selecionando as atividades que desejam desenvolver. Os “Opportunists” que retratam os profissionais que procuram assumir novas atividades profissionais externas durante a reforma e que ao longo do tempo esperam uma redução gradual do trabalho. Os “Reluctant” que veem a inatividade profissional como algo imposto, indesejável, considerando-a como uma perda de identidade. Por fim, os autores identificam os “Avoiders”, que constituem o grupo de pessoas indecisas sem planos de reforma, aqueles que não realizaram ajustes nas suas atividades de trabalho, referindo que, para estes, o período de transição será uma fase difícil. Este estudo revelou uma realidade bem complexa entre os profissionais académicos, devido às implicações paradoxais existentes entre as atitudes dos indivíduos, o seu capital social e profissional e as políticas e práticas das organizações e sociedade.

Partindo de um estudo realizado no Reino Unido nos anos 60 por Norbert Elias sobre jovens trabalhadores, os autores Goodwin e O'Connor (2014) entrevistaram uma parte dos indivíduos envolvidos nesse estudo, por forma a apreenderem as perceções sentidas na fase de transição para a inatividade profissional assim como as proporções e o impacto da sua preparação. Os autores procuraram aplicar a abordagem teórica criada por Elias sobre a transição dos jovens para o trabalho para compreenderem os ajustes que os indivíduos necessitam fazer após a entrada para a inatividade profissional. Os dados recolhidos sugeriram que os indivíduos adotaram estratégias para lidar com as incertezas provocadas pela fase da inatividade profissional. Os

entrevistados destacaram mudanças nas relações familiares e na ocupação dos tempos livres, muitos deles desejavam continuar a trabalhar em regime *part-time* com o intuito de não passarem por uma rutura abrupta com o mercado profissional, visando manter o seu *status* social. Alguns admitiram que não pretendem abandonar o seu trabalho baseando-se num sentimento de que muitas pessoas morriam após entrarem na reforma, não tendo oportunidade de usufruir da liberdade e do tempo de lazer alcançados, demonstrando algum receio na perda de saúde física e mental. Este estudo conclui que a diferença entre as perceções sobre um determinado fenómeno e a sua vivência pode ser experimentada como um “choque”, uma vez que se pode ter ideias fantasiosas de uma determinada realidade. Assim, muitos dos entrevistados detinham uma imaginação acerca do seu futuro como reformados, ideias fantasiosas centradas em tempos de lazer infinitos, não perspetivando problemas de saúde ou dificuldades financeiras e momentos de tédio. Os autores aludem ainda que o facto de que estes reformados, denominados de “baby boomers”, poderiam ter perspetivado uma experiência de reforma diferente, devido e segundo a opinião de muitos autores, ao momento de ingresso no mercado de trabalho, durante a “idade de ouro” do emprego, com maior estabilidade financeira e de condições de saúde, outros autores refutam essa ideia, uma vez que essa geração vivenciou períodos de recessão e desaceleração económica, estando a sua inatividade profissional também ela, marcada por momentos de incertezas e de ansiedade.

A investigação realizada em 2001 por Ekerdt, Hackney, Koslosk e DeViney, com base nos dados recolhidos sobre saúde e reforma, entre 1992 e 1994 a trabalhadores com idades compreendidas entre os 51 e 61 anos, teve como principal objetivo analisar de que forma os trabalhadores que acederam à reforma antecipada preparam a sua entrada na reforma. Os dados destacaram que alguns trabalhadores não possuem ou não mencionam ter planos para a entrada na reforma. Indicando que muitos não sabem como irão ocupar o seu tempo de reforma. Referem também que perante a heterogeneidade reportada das expectativas para a reforma, vários investigadores, durante o processo de análise de dados excluem ou agregam certas variáveis tornando os resultados de pesquisa circunstâncias e pouco fiáveis no que respeita as perspetivas dos futuros reformados.

Heaven e colegas (2016), na investigação realizada no norte de Inglaterra a pessoas com idades compreendidas entre os 53 e os 77 anos, pretenderam estudar as opiniões sobre a saúde, e bem-estar durante a transição para a inatividade profissional e a receção de intervenção durante esse período. Demonstraram que os indivíduos não manifestaram satisfação com o seu bem-estar

e os papéis sociais desenvolvidos, contrariando outros estudos que integraram pessoas idosas com maior tempo de reforma, associando mesmo esta fase de vida à fase da terceira idade. No que respeita aos relacionamentos sociais, o convívio com os familiares ou outros indivíduos através de atividades comunitárias foi considerado um elemento importante para o bem-estar, realçaram ainda que, a participação social, além de beneficiar a sociedade, favorece a estimulação física e cognitiva dos envolvidos, confirmando que a saúde física e mental e a capacidade financeira são recursos fundamentais para alcançar o bem-estar. A maioria dos participantes assumiram não planear a fase de inatividade profissional e, mesmo com a existência de vários tipos de estilos de vida durante a transição, os autores defendem a existência de projetos de intervenção direcionados para a preparação para a inatividade profissional. Considerando que a fase de transição apresenta oportunidades promotoras de bem-estar e saúde, ressaltando que os projetos devem apelar à participação de parceiros, família ou empregadores, entre outros, incentivando os idosos a alterarem os seus comportamentos traçando objetivos desejados, planear e implementar estratégias mobilizando ou adquirindo competências necessárias para os alcançarem.

As pesquisadoras Djukanović e Peterson (2016) entrevistaram 13 indivíduos recentemente reformados, num estudo realizado na Suécia centrado nas experiências sentidas do último ano de trabalho e após a reforma. Na análise emergiram dois temas: 'tornar-se consciente' e 'tornar-se adaptado', subdivididos em nove subtemas onde demonstram as vivências individuais refletindo expectativas e resultados positivos, assim como, sentimentos de tristeza, de desconexão e medos sobre a perda de redes sociais e de identidade. Os resultados indicaram que os indivíduos que mostraram expectativas positivas antes da reforma tendiam a mantê-las no após. O sentimento de liberdade, de ter tempo e capacidade de fazer o que quer, ter controle sobre as suas vidas sendo capazes de tomar as suas próprias decisões, foram factos imputados às vivências após a inatividade profissional. As variedades de experiências na fase da transição para a inatividade profissional devem ser consideradas para apoiar esta fase de preocupações relativas à situação económica, a perda de papéis sociais, isolamento, entre outros.

Hermida, Tartaglini e Stefani (2016) estudaram as expectativas sociais entre géneros na adaptação à inatividade profissional em indivíduos argentinos. Os resultados obtidos demonstraram que as mulheres apresentam uma atitude mais positiva e conseqüente adaptação face à reforma, atribuem maior significado de tempo de descanso, de um novo recomeço ou tempo de continuidade, em que não ocorreram grandes modificações no seu padrão de vida entre a transição da atividade para a inatividade profissional. Por outro lado, os homens associam a

inatividade profissional a uma perda, perda dos papéis sociais atribuídos ao trabalho, da rotina e do estilo de vida. As investigadoras destacam que os projetos de intervenção para a transição da inatividade profissional devem contemplar as diferenças e particularidades apresentadas nesta fase pelos dois géneros.

Num estudo realizado em Itália a 250 administradores públicos com mais de 48 anos, os pesquisadores Chiesa e Sarchielli (2008) pretendiam compreender como o apoio recebido durante a transição para a inatividade profissional poderia influenciar essa etapa no ciclo de vida. Os resultados obtidos demonstraram que se a transição é realizada de forma voluntária e antecipada as expectativas tendem ser positivas, constituindo uma oportunidade para recuperar o tempo para cultivar interesses e as relações sociais perdidas pelos compromissos do trabalho. A perda de identidade social e a ansiedade criada devido ao afastamento das funções sociais nas empresas foi um facto também demonstrado. Este estudo mostrou ainda o papel crucial do apoio social recebido nesta fase de várias identidades; o apoio recebido pela parte da entidade empregadora, nomeadamente pelo supervisor tem um efeito direto sobre a ansiedade e a perda da identidade social; quanto aos colegas de trabalho não ficou comprovado que o sentimento de ansiedade pode aumentar fruto da exclusão social. Por sua vez, a família apresenta um papel importante na adaptação à reforma, bem como o apoio dos amigos, já que promovem a identidade social e as relações sociais. Durante a fase de preparação para a inatividade os sujeitos alteram as suas atitudes tendo o apoio social um papel preponderante para desenvolver atitudes positivas.

Com base nos estudos apresentados e em muitos outros sobre esta temática, pode-se invocar alguns dos principais fatores que condicionam positivamente ou negativamente a transição para a inatividade laboral entre os quais: fatores biopsicossociais individuais e familiares, fatores socioeconómicos e sociodemográficos, capital cultural, social e económico, posição perante a situação profissional e satisfação perante o trabalho, a participação social e educativa, experiências e modelos de vivências, satisfação com a vida e qualidade de vida e, a perceção sobre a saúde e sobre o envelhecimento.

Importa ressaltar a particular relevância atribuída à influência exercida pelos contextos históricos, sociais e políticos, quer ao nível local quer global, com precursões diretas e indiretas aos fatores atrás mencionados. Sendo que a vivência na fase de transição condicionará a fase de reforma, uma vez que,

retirement is thus a multistage process, involving the preparation (planning), the actual process of labour force exit (retirement transition), the post-retirement adjustment to the loss

of the work role and the social ties associated with work and the development of a satisfactory post-retirement lifestyle. (van Solinge, 2012, p. 319)

7. A considerar...

Ao longo do presente capítulo, procurou-se conceptualizar os principais conceitos e modelos teóricos inerentes à temática em estudo e apresentar as principais perspetivas e estudos realizados no âmbito da transição para a inatividade laboral/reforma. Nestes pontos, pretende-se sistematizar algumas das principais ideias.

O envelhecimento da população traz consigo desafios sociais, económicos e políticos, que demandam a promoção da participação e autonomia dos idosos. A conceção da velhice ao longo dos séculos tem sido ambígua e influenciada pelo contexto histórico, *status* social e experiências individuais, evidenciando que a diversidade da velhice é uma construção social. Enquanto a velhice pode ser valorizada por sua sabedoria e experiência, também pode sofrer estigmas sociais como uma fase improdutiva e um fardo para a sociedade.

Com o surgimento dos sistemas de reforma no século XX, a velhice passou a ser definida como uma fase de inatividade laboral, com direito à pensão de velhice. Essa definição impacta o padrão de vida, o modo de vida e a integração social das pessoas idosas, resultando na divisão das idades de vida, incluindo a ideia da "terceira idade". A construção social da terceira idade busca combater os estereótipos negativos dessa fase, proporcionando oportunidades de envelhecimento bem-sucedido, momentos de exploração de novas identidades e/ou recuperação de projetos, vivenciados socialmente entre gerações e em coletividade.

No entanto, é crucial reconhecer a diversidade e a fluidez das fases finais da vida, influenciadas pela condição sénior ou idosa. A qualidade de vida dos idosos é influenciada por diversos fatores individuais e sociais, como históricos, políticos, económicos, geográficos e culturais. A heterogeneidade da condição sénior reflete as expectativas e os papéis atribuídos aos idosos pela sociedade, sendo fundamental compreender essa interação entre necessidades individuais e recursos externos. A transição para a inatividade laboral é um momento crucial no processo de envelhecimento, e sua conceção evoluiu ao longo do tempo, trazendo mudanças significativas no ciclo de vida e na condição sénior. Essa transição tem impacto não apenas na vida dos indivíduos, mas também de suas famílias, empregadores, sistemas de pensões e

mercado de trabalho. Nesse contexto, é importante adotar o paradigma do envelhecimento ativo, que busca criar oportunidades e serviços para a população idosa, visando melhorar sua qualidade de vida e promover sua participação social.

Os principais fatores de influência na transição para a inatividade laboral/reforma são a idade, o sexo, o capital económico e sociocultural detido pelos idosos, a atividade profissional anteriormente exercida, o nível de escolaridade, as relações e sociabilidades intergeracionais, o contexto habitacional, e as respostas institucionais de cuidados sociais direcionados para a velhice, como a ocupação dos tempos livres e a instabilidade financeira (Duarte & Melo-Silva 2009; A. A. Fernandes, 1997; J. Ferreira, 2007; Fonseca, 2004; Guedes, 2015).

Apesar da perceção em relação à reforma variar de pessoa para pessoa, evidenciou-se uma perceção negativa face à velhice, ou seja, os indivíduos tendem a apresentar uma imagem negativa de si como reformados, considerando-se pessoas inativas, sem qualidade de vida e com sentimentos de tristeza e de perda, especificamente com a perda de *status* e identidade social, descrevendo a inatividade profissional/reforma como sinónimo de "pobreza", "doença", "invalidez" e "decadência" (IDS, 2001), marcada por dimensões de solidão, desencantamento, desamparo e depressão (Loureiro et al., 2016). Os sentimentos acima mencionados poderão variar conforme a valorização que cada indivíduo atribui ao trabalho. Para os indivíduos que valorizam pouco o trabalho, a inatividade é considerada como uma oportunidade de realizar novos projetos, ter mais tempo para dedicar à família e aos amigos ou mesmo para contrair novos papéis e responsabilidades. Por sua vez, quando é atribuída uma grande importância ao trabalho, o afastamento da vida laboral é sentido de forma negativa, associado a sentimentos de privação e de perda, tornando a vivência limitada" (Guedes, 2015).

A perceção face à reforma tem influência no bem-estar da pessoa e esse bem-estar é influenciado por diferentes fatores, a saúde, atividades realizadas, recursos financeiros, participação em novos projetos/objetivos, relações sociabilidade, autoestima, autoconceito, integração, interação social, expectativas (Fonseca 2004). A maioria destes fatores poderiam ser trabalhados em casos de preparação para a reforma, no entanto, a maioria dos estudos revelou que não existem planos de preparação para a inatividade laboral/reforma (Fonseca 2004; Generoso, 2013; IDS, 2001), muito embora se reconheçam os efeitos positivos da preparação e planeamento da velhice e ela seja valorizada pelos indivíduos (Cerqueira, 2010).

As maiores dificuldades sentidas referem-se à falta de meios financeiros, doenças, adaptação às novas rotinas, ocupação dos tempos livres e, em muitos casos, à solidão (IDS, 2001;

Loureiro 2011). Embora considerada uma dificuldade, a ocupação dos tempos livres acaba por não ser diversificada, centrando-se, especialmente, na realização de passeios, participação em jogos sociais, leitura e ver televisão (Bessa, 2015; IDS, 2001), contudo, são consideradas como atividades gratificantes (Neto, 2010). A prática de exercício físico apresenta algumas incongruências, se, por um lado, apenas uma pequena minoria identifica a prática de exercício físico (IDS, 2001), em outros casos, foi reportado um aumento da atividade física (Generoso, 2013). Embora pesem as dificuldades e as poucas diversidades relatadas na ocupação dos tempos livres, a maioria dos indivíduos acaba por não referir problemas na transição para a inatividade laboral/reforma (Cabral et al., 2013). Face aos aspetos anteriormente mencionados, verificaram-se algumas diferenças em função do género (J. Ferreira, 2007; Guedes, 2015; Neto, 2010; Silva 2011), por exemplo, as mulheres apresentaram um maior interesse cultural, como, a leitura.

Importa ainda destacar o papel das dinâmicas socioeducativas, em concreto, das UTI na promoção do envelhecimento ativo, o que contribui para reforma bem-sucedida, ajudando no afastamento dos estigmas e preconceitos negativos acerca dos idosos e da velhice e permitindo o estabelecimento de redes de sociabilidades e do reforço do capital social dos indivíduos (Velo, 2004). A promoção de um envelhecimento bem-sucedido passa pela transformação dos estereótipos ou preconceitos associados ao processo de envelhecimento, devendo se fazer refletir nas dimensões individuais, familiares, sociais e institucionais (Cerqueira, 2010). Estes aspetos reforçam a importância de políticas sociais dirigidas a indivíduos nesta fase de vida (A. A. Fernandes, 1997), de programas orientados para a preparação para a inatividade profissional (Duarte & Melo-Silva 2009; IDS, 2001), considerados em falta a nível nacional, e de programas de cuidados direcionadas para a pessoa idosa, para os quais se tem vindo a registar um aumento (Carneiro, 2012). Por sua vez, registou-se que as associações locais se desenvolvem sem um diagnóstico ou a existência de um Plano Gerontológico Nacional prévio, resultado de políticas sociais direcionadas para o envelhecimento preconizadas de forma fragmentada e sectorizada e não contínua (J. Ferreira, 2007). Por seu lado, as iniciativas de preparação para a inatividade profissional/reforma devem-se focar numa abordagem holística na preparação dos futuros reformados, especialmente os que a enfrentam precocemente e de forma inesperada (Topa & Alcover, 2015). A participação dos reformados em associações e/ou organizações permitiria a atribuição de um novo significado ao tempo e às suas vidas (Velo, 2004).

Como processo contínuo, singular e heterogêneo a fase de transição para a inatividade laboral tem influência nas vivências futuras dos sujeitos, mas também dos que lhes são mais próximos, nomeadamente as suas famílias e/ou amigos, não descurando a comunidade em que estão inseridos.

Como ficou patente, as investigações na área indicam que os sujeitos procuram uma boa adaptação e a melhoria da qualidade de vida na fase de transição para a inatividade profissional recorrendo à participação em atividades socioeducativas, por forma a vivenciarem um envelhecimento bem-sucedido, saudável e ativo, aumentando e/ou mantendo as seus conhecimentos, competências e aprendizagens, contribuindo significativamente para a satisfação da sua condição sénior. Alguns autores, sugerem ainda a perceção dos indivíduos na importância da planificação e preparação para a inatividade laboral através da realização de programas/medidas/iniciativas coletivas e comunitárias, bem como, para a existência de políticas públicas sociais que potenciem e promovam o envelhecimento ativo.

Partindo destes pressupostos, este estudo apresenta como finalidade compreender e aprofundar as experiências e perspetivas dos indivíduos na sua transição para a inatividade laboral/reforma, assim como, a perceção acerca das dimensões que caracterizam a condição sénior através da experiência dos sujeitos.

CAPTÍTULO II - EDUCAÇÃO PERMANENTE E EDUCAÇÃO E APRENDIZAGEM AO LONGO DA VIDA

O conceito de educação permanente foi sofrendo alterações ao longo da sua história, tendo sofrido, segundo L. Lima (2007, p. 101), um processo de reconceptualização, bem como a sua “expressão alternativa de ‘educação ao longo da vida’”. Considerado um conceito ambíguo e em constante mutação não somente devido ao seu contexto histórico, mas também fruto de um jogo de forças sociais, políticas e culturais, assumindo diversos significados em conformidade com a sociedade em que se encontra inserido (Gelpi, 1983; 2005). Definido pela sua própria prática, é percebido como um “conceito global de educação relativo a políticas e a atividades educativas que atendem tanto aos objetivos de um indivíduo como aos de grupos sociais ou de uma sociedade em seu conjunto” (Gelpi, 1983, pp. 30-31). Como finalidade, a perspectiva da educação permanente propõe prover os indivíduos dos conhecimentos necessários para o seu desenvolvimento pessoal global e ativo na comunidade (Gelpi, 2005). O mesmo autor refere que a educação permanente se concebe e experiencia de forma muito particular em consequência do contexto institucional, profissional, cultural e existencial de cada ser humano.

Assumindo que as singularidades e vivências dos indivíduos influenciam o conceito de educação permanente, esta pode ser concebida como resposta às necessidades culturais e educativas presentes na sociedade ou, tendo em conta uma perspectiva menos positiva, como forma de manipulação (Gelpi, 2005), um meio de dominação entre os opressores e os oprimidos. Tendo em conta esta perspectiva, Licínio Lima (2012a) refere que o conceito de educação permanente, provavelmente para muitos grupos sociais, sempre existiu, como instrumento libertador ou mesmo dominador.

Uma das principais premissas da educação permanente sugerida por Gelpi (1983, 2005) é que a construção da aprendizagem de índole globalizante não ocupe determinados espaços nem tempos da vida do ser humano e de que todos os espaços e experiências de vida podem ser suscetíveis de aprendizagens, não se cingindo unicamente a uma educação formal, englobando também a educação não formal e informal, bem como a autoeducação. Neste sentido e tendo como objetivo a equidade no acesso à educação, a educação permanente, para o autor, apresenta-se como um conceito capaz de definir uma política, o método e uma prática educativa (Gelpi, 1994).

Segundo o relatório *Apprendre à être* (Faure et al., 1972, p. 205), o conceito de educação permanente estende-se a todos os domínios da educação, “não é nem um sistema nem um sector educativo, mas o princípio no qual se baseia a organização global de um sistema, e, portanto, a elaboração de cada uma das suas partes”, com a finalidade de integrar no processo educativo as várias dimensões da existência humana, tempo e espaço de vida (Requejo Osorio, 2003). Nos seus fundamentos realçam-se várias características básicas da educação: i) processo de desenvolvimento humano e de realização individual e da sociedade; ii) considerar a educação, nas suas dimensões formais e não formais, como um processo *continuum* ao longo da vida, iii) individualizar, personalizar e democratizar todo o processo educativo (Faure et al., 1972). Desta forma, a educação permanente é tida como um processo educativo que ocorre ao longo da vida dos indivíduos, não se limita unicamente ao modelo escolar, estando presente em todas as atividades desenvolvidas no âmbito pessoal ou profissional dos sujeitos, com o designio de desenvolvimento holístico dos indivíduos e sociedades.

Derivada de uma corrente crítica, a educação permanente, assente nos ideais dos direitos humanos e da democracia, permite um desenvolvimento integrado de índole holístico e humanista (C. Antunes, 2001; Dias, 2009; Requejo Osorio, 2003). Decorrente da sua abrangência, multiplicidade e complexidade é-nos impossível estabelecer o início do conceito de educação permanente, historicamente definido pelas oportunidades respeitantes da prática de educação e sua respetiva consciencialização, em que o seu desenvolvimento poderá ter ocorrido em certo tipo de sociedade particular ou em um determinado período (Gelpi, 2005), estando a sua criação mais longínqua do que se pode pensar (L. Lima, 2012a). Contudo, a sua expansão remonta aos inícios do século XX devido às transformações sociais, políticas e culturais ocorridas durante esse período. As críticas colocadas ao modelo educativo hegemónico, incapaz de dar resposta aos desafios colocados à sociedade emergente do período pós-guerra, resultaram numa forte contestação da norma social instituída através de manifestações instigadas por um movimento de crítica constituído essencialmente por jovens estudantes, ativistas e intelectuais da época do renomado movimento da educação permanente (Barros, 2011). É perante estes desenvolvimentos que o conceito de educação permanente foi renovado e desenvolvido crítica e conscientemente, com maior consolidação a partir dos anos 70 (Barros, 2011), decorrente do recente entendimento sobre educação enfatizado pelo mencionado Relatório da Comissão Internacional para o Desenvolvimento da Educação, denominado *Learning to Be: The World of Education Today and Tomorrow* de 1972 (Canário, 1999, 2001). Aqui, a educação assenta em quatro premissas: na

solidariedade governamental e da população; na democracia como um direito individual de cada um participar ativamente no seu processo educativo; no desenvolvimento holístico do indivíduo em todos os contextos de vida e, por último, a educação como princípio global e permanente, capaz de dotar o sujeito ao longo da sua vida, “de um conhecimento em constante evolução e de aprender a ser” (Faure et al., 1972, p. XVI). Popularmente mais conhecido por Relatório Faure, é apontado por Canário (2001, p. 91) como um “manifesto da educação permanente” determinado por “um período marcado por iniciativas e movimentos sociais que tornaram possível articular a produção de práticas educativas inovadoras, com intenções de transformação social”. É ainda considerado “pedra angular” para a criação de uma “cidade educativa”, bem como desígnio principal das políticas educativas (L. Lima, 2007, p. 13). A educação permanente, é assim, percebida como um processo educativo global, integrado e permanente, com dimensões individuais e sociais, abrangendo todas as formas, expressões e momentos, capaz de preparar o ser humano ao longo da sua vida, em todas as suas situações e circunstâncias de vida (Faure et al., 1972). Consequentemente, a educação deve ser estruturada enquanto um *continuum* cuja duração acompanha a duração da própria vida (Faure et al., 1972). Nesta sequência de ideias, Lengrand (1972, 1975) defende a educação permanente como um processo educativo individual e global, que visa essencialmente preparar os indivíduos, nas suas diferentes dimensões de existência, para a vida numa sociedade moderna. A educação pode, assim, dizer respeito à totalidade das atividades do ser humano relacionadas com o lazer e o trabalho, não se cingindo unicamente ao contexto escolar. Para tal, é fundamental uma educação para a democracia, capaz de preparar cidadãos informados e implicados no processo democrático, aptos a defender os interesses da “*res publica*”, ou seja, os interesses públicos (Lengrand, 1975).

Todavia, só em 1976, na Conferência Geral de Nairobi é que o conceito de educação permanente é definido, estabelecendo-se ainda os seus normativos operacionais, distinguindo a Educação de Adultos e a educação permanente, bem como os seus processos, processos estes que se interrelacionam (Requejo Osorio, 2003). Designada como um projeto global, a educação permanente está presente em todos e qualquer processo educativo, escolar e não escolar, em que o ser humano é considerado o único autor da sua educação através da interação das suas ações e reflexão, devendo abranger todas as dimensões da vida e áreas de conhecimento permitindo um desenvolvimento integral (UNESCO, 1977). Recomenda-se que o Estado e outras organizações deveriam estimular todos os indivíduos para a necessidade de uma educação permanente, sendo

da competência do Estado assegurar os meios técnicos, administrativos e financeiros necessários à concretização dos objetivos da educação permanente (UNESCO, 1977).

As concepções consagradas pela UNESCO e pelo Conselho da Europa, dos anos 60 e 70 do século XX, de uma educação permanente assente nos ideais social-democrata do Estado de bem-estar e de uma pedagogia crítica e emancipatória articulada com a educação popular de adultos, foram dando lugar a uma ideologia política subordinada à aprendizagem ao longo da vida (L. Lima, 2018). As mudanças ocorridas a partir dos anos 80, resultantes dos novos desafios da época decorrentes das transformações sociais, económicas e políticas, produziram uma viragem no campo da educação, nomeadamente na Educação de Adultos, resultando no abandono da perspetiva da educação permanente em prol da bandeira da aprendizagem ao longo da vida. Neste seguimento, os “Trinta anos gloriosos” período compreendido entre 1945-1975, denominada época de afirmação da educação permanente, conduziram à “rutura” dos seus ideais, evidenciando uma ideologia instrumental da educação assente no modelo de racionalidade económica (Canário, 2013). A Educação de Adultos sofre assim uma erosão política associada à adoção da designada estratégia de aprendizagem ao longo da vida (L. Lima, 2014).

As transformações decorridas a partir dos anos 90, alicerçadas numa perspetiva de aprendizagem ao longo da vida, procedentes das correntes da gestão, direcionadas para a produtividade, a competitividade, adaptabilidade, empregabilidade e coesão social, deram destaque à formação profissional contínua (Barros, 2011; Canário, 2013). Neste seguimento, no início de século, mais concretamente desde 1995, o conceito de aprendizagem ao longo da vida, constituiu uma perspetiva hegemónica dos discursos sobre Educação de Adultos (Barros, 2011). O mesmo entendimento sobre educação foi apresentado em 1995 pelo Parlamento e o Conselho Europeu, proclamando o ano 1996, Ano Europeu da Educação e da Formação ao Longo da Vida. Consequência do Tratado da Comunidade Europeia, da proposta da Comissão e dos pareceres do Comité Económico e Social e do Comité das Regiões, bem como considerando as propostas da Comissão Europeia (1994), que constam no seu Livro Branco sobre a educação e a formação, denominado *Crescimento, competitividade, emprego. Os desafios para entrar no século XXI* (publicado em 1994) onde se previam os apoios nas políticas e práticas que visavam a persecução dos objetivos propostos, lutar contra o desemprego. Lançado em 1995, o Livro Branco *Ensinar e aprender, rumo à sociedade cognitiva* propõe uma descrição e análise aos desafios a enfrentar, bem como a definição das orientações de ação, visando colocar em prática a execução das medidas do seu antecedente nos domínios da educação e formação, considerados “principais

vectores de identificação, integração, promoção social e realização pessoal”, com capacidades de garantir um futuro melhor na sociedade e a realização pessoal dos sujeitos (CE, 1995, p. 6).

Muito embora o discurso aponte inicialmente para um direcionamento humanista e reitera a ideia de que,

relacionar a educação e a formação com a questão do emprego não significa que a educação e a formação se vão reduzir a uma oferta de qualificações. A educação e a formação têm como função essencial a integração social e o desenvolvimento individual, através da partilha de valores comuns, da transmissão de um património cultural e da aprendizagem da autonomia. (CE, 1995, p.7)

De seguida, o documento acrescenta que se esse princípio não perspetivar a empregabilidade e o desenvolvimento profissional é inútil, remetendo para o seu ideal economicista e tecnocrático de uma educação e formação com qualidade, capaz de habilitar os indivíduos para o emprego. Desta forma, se aponta como principal objetivo apoiar políticas e educação e formação capazes de posicionar a Europa na sociedade cognitiva, adaptando-a ao mundo tecnológico, capacitando-a a controlar os fenómenos da mundialização.

Pese embora a utilização dos termos educação e aprendizagem como conceitos semelhantes, analisando os discursos dos atores envolvidos, evidencia-se uma significação concetual de cariz político e ideológico bem distinto, resultante do contexto histórico, político e sobretudo económico que a marcam. Licínio Lima (2007; 2014) sustenta a tese de que, se inicialmente, a distinção entre os termos residia na sua origem linguística, com a educação permanente oriundo do francês (*éducation permanente*) e a educação ao longo da vida de origem anglo-saxónica (*lifelong education*). Ao longo das últimas décadas, a reconceptualização tem sido marcada pelos discursos políticos, económicos e da gestão. O autor fundamenta que o processo de ressemantização do conceito de educação, presente na terminologia “educação ao longo da vida”, tem privilegiado expressões com conotação qualificacionistas e técnico-instrumentais, tais como: formação, aprendizagem, qualificação, capacitação, habilidades, empregabilidade e empreendedorismo. Fomenta-se, assim, uma aprendizagem centrada na competitividade económica, que visa a aquisição de vantagens competitivas, marcada pelo “aprender a ter” (L. Lima, 2010, p. 14). Deste modo, os conceitos e terminologias destes processos educativos tiveram a sua génese no processo sociopolítico construído e consolidado nos discursos e práticas presentes e derivados da sua ação educativa (Barros, 2011). A este propósito, a autora caracteriza

duas perspectivas político-filosóficas: a primeira abordagem instituída na tradição crítica, assente nas teorias do conflito e na escola de pensamento marxista e neomarxista, representada pelos ideais de transformação social, de carácter humanista e solidária, características presentes na perspectiva da educação permanente; por sua vez, a segunda de tradição tecnocrática e gestionária, ancorada nas teorias do consenso e na escola de pensamento funcionalista com destaque para a aprendizagem ao longo da vida (Barros, 2011).

Retomado e atualizado no relatório da UNESCO – *Educação um tesouro a descobrir*, o conceito de educação ao longo da vida foi considerado “como uma das chaves de acesso ao século XXI”, defendendo a necessidade de progredir para “uma sociedade educativa” (Delors et al., 1998, pp. 18-19). É concebido como abrangendo todos os processos educativos que proporcionam ao ser humano cultivar uma pluridimensionalidade, desde a sua infância até à sua morte, possibilitando um melhor conhecimento sobre o mundo, sobre as outras pessoas e sobre os próprios, sendo caracterizado por um “*continuum* educativo, coextensivo à vida e ampliado às dimensões da sociedade” (Delors et al., 1998, p. 104). Aquele conceito apela para a necessidade de considerar como complementares os diversos espaços, tempos, campos e formas de educação (educação formal, não formal e informal) e de integrar os quatro pilares da educação (aprender a ser, aprender a conhecer, aprender a fazer e aprender a viver juntos) (Delors et al., 1998). A educação ao longo da vida, é igualmente percecionada como meio de alcançar o equilíbrio entre determinadas circunstâncias de vida, o trabalho, as aprendizagens, uma cidadania ativa e participativa (Delors et al., 1998). Apesar da aprendizagem ao longo da vida dominar os discursos e as agendas políticas da época, na perspectiva de L. Lima (2007), este relatório apresenta uma exceção por recusar uma abordagem puramente economicista ou unicamente pragmática, revelando-se como uma crítica à competitividade. Acrescenta ainda que pelo facto de o relatório assumir os quatro pilares da educação, não defende um paradigma alternativo à educação ao longo da vida, mas sim a própria educação ao longo da vida, uma vez que considera esses quatro pilares indispensáveis a uma educação ao longo da vida. Tendo em conta esta perspectiva, pode-se aferir nela estarem reunidas todas as condições necessárias para argumentar a favor de um desenvolvimento holístico do indivíduo, um desenvolvimento abrangente, integral, integrado e contextualizado. Nesse sentido, admite-se a relevância do seu foco pluridimensional para um construto do ser humano, dos seus conhecimentos, competências e capacidade para intervir, instigando a um maior conhecimento de si próprio e do seu meio envolvente, fomentando uma participação ativa no trabalho e na comunidade.

Na esteira de Licínio Lima (2007, p. 36), a educação durante toda a vida precisa de ser direcionada para a capacidade de reagir criticamente à presença heterónoma das “necessidades objectivas’ da competitividade económica, da emulação e do puro ajustamento funcional à realidade”, incrementando uma educação assente na solidariedade, na aprendizagem reflexiva e, se necessário for, em “situações de desaprendizagem que permitam reaprender e aprender o novo”. Pode, assim, defender-se que, atendendo a P. Freire (1985, p. 31), “o homem, como um ser histórico, inserido num permanente movimento de procura, faz e refaz constantemente o seu saber”.

Neste sentido, é essencial que a educação seja permanente e realizada de forma contínua, tendo lugar em todos os contextos, espaços e tempo, ao longo de todo o ciclo de vida, a ter início na nossa concepção até à nossa morte, enfatizando a máxima de que, “a educação é e deve ser um processo próprio de evolução e desenvolvimento pessoal e comunitário”, promotora de uma participação ativa e democrática dos cidadãos, tendo em vista uma transformação humanista e solidária da sociedade (Nunes, 2017, p. 26).

Na V CONFINTEA realizada em Hamburgo (1997) pela UNESCO, surgiu um novo paradigma, o de aprendizagem ao longo da vida. Durante esse encontro é evidenciada a preocupação de redefinir os conceitos: educação permanente em prol de aprendizagem ao longo da vida; educação e formação de adultos em substituição de Educação de Adultos e de competências sucedendo a saberes e conhecimentos (Cavaco, 2009). Esta reorientação, para a autora, representa uma rutura ideológica apesar de ter sido omitido nos discursos, discursos esses influenciados pelas políticas da União Europeia e pela publicação em 1996 do livro *Educação um tesouro a descobrir*.

A aprendizagem ao longo da vida passa de um constituinte da educação e da formação a um princípio orientador de aprendizagens (CE, 2000). Desta forma, o conceito de educação foi reduzido, ou até mesmo, substituído, nos discursos e nas agendas políticas nacionais e internacionais, pelo de aprendizagem, ou seja, antepondo a aprendizagem ao longo da vida (ALV) à educação ao longo da vida. A aprendizagem ao longo da vida constitui-se como forma de disponibilizar às pessoas os meios necessários para o prosseguimento da sua educação tendo como finalidade obter mais certificados, convertendo-se assim numa “certificação ao longo da vida” – lifelong certification (Siteo, 2006). Segundo Barros (2011), na opinião de muitos autores, entre eles, Licínio Lima (2005), Canário (2003, 2013) e Silvestre (2003), a principal dissemelhança entre estes conceitos é fundamentalmente de natureza ideológica e política,

consistindo no facto de que a educação permanente apresenta o seu enfoque numa educação de índole humanista e solidária, contrariamente à aprendizagem ao longo da vida que se baseia na teoria do capital humano. Tendo em consideração esta perspetiva, esta transição conceitual é estruturada através do desgaste dos “ideais da Educação Permanente”, apresentando-se sob a forma de “uma rutura e não uma continuidade” (Canário, 2013, p. 17). Derivada de uma perspetiva tecnocrática e gestionária resultante do pensamento funcionalista (Barros, 2011), a aprendizagem ao longo da vida, subordinada “a objetivos funcionais e de adaptação às *necessidades* da economia e do mercado de trabalho”, é apreendida como método de qualificação do capital humano, bem como de gestão de recursos humanos (L. Lima, 2007, p. 20; 2019). Assim, ainda segundo L. Lima (2007, 2019), este paradigma de aprendizagem ao longo da vida apresenta uma intencionalidade de enquadramento com as exigências económicas e sociais voltadas para a adaptabilidade, a empregabilidade e a competitividade no mercado global, bem como para a mobilidade. Essa conceção apresenta como principal finalidade a eficácia económica e a *performatividade* competitiva, com a máxima de “aprender para ganhar” e “conhecer para competir”, consideradas ferramentas essenciais da “economia do conhecimento” e da “sociedade da aprendizagem”, fazendo emergir na ótica do autor, um novo tipo de pedagogia (L. Lima, 2012a, 2012b, 2014, 2019). Uma pedagogia empreendedorista, assente em ideais de mínimos democráticos e máximos competitivos, direcionada para o empreendedorismo e “contra o outro”, tendo como premissa formar e socializar permanentemente os sujeitos com competências necessárias adaptadas às exigências emergentes da economia e do mercado de trabalho, cada vez mais competitivos (Lima, 2019, 2021). A educação passa a estar vinculada aos imperativos da economia competitiva, à empregabilidade, empreendedorismo e ao trabalho, uma educação adaptada funcionalmente e isomorficamente às necessidades económicas e sociais existentes.

Esta abordagem é substanciada pelo Conselho Europeu de Lisboa realizado no ano 2000, assinalado como um momento decisivo nas orientações e ações políticas a adotar na União Europeia (CE, 2000). Aí é atribuído à aprendizagem ao longo da vida um papel prioritário por forma a garantir a consecução do objetivo estratégico traçado: “tornar-se no espaço económico mais dinâmico e competitivo do mundo baseado no conhecimento e capaz de garantir um crescimento económico sustentável, com mais e melhores empregos, e com maior coesão social” (Estratégia de Lisboa, 2006, p. 5; Hozjan, 2009). Neste âmbito, a aprendizagem ao longo da vida é definida como o conjunto de atividades de aprendizagem contínua e intencionais, que visem o desenvolvimento de conhecimentos, de competências e de aptidões (CE, 2000). Durante a Cimeira

de Lisboa é decretada a aplicação de um novo método aberto de coordenação, para ajudar os Estados-Membros a desenvolverem as suas políticas; aí é ainda, recomendada a aplicação do princípio de subsidiariedade, permitindo uma abordagem descentralizada, transferindo uma maior responsabilidade social aos parceiros sociais, em particular às empresas, e sociedade civil no que respeita às práticas de aprendizagem ao longo da vida (Estratégia Lisboa, Conselho Europeu, 2000). O método aberto de coordenação (MAC), segundo os autores Alexiadou, Fink-Hafner e Lange (2010, p. 346), considerado como um meio de governação, é constituído por vários instrumentos que têm como finalidade orientar a mudança educacional nos sistemas nacionais e concomitantemente apresenta-se como um catalisador para uma mudança mais abrangente, assim como, para a reformulação do processo de elaboração de políticas nacionais de educação compatíveis com os discursos europeus, “uma “Europa económica” globalmente competitiva e a sua associada versão limitada de uma “Europa social””, promovendo o paradigma neoliberal de uma educação para a economia.

Esta perspetiva é antagónica à visão retratada mais tarde pela UNESCO na Conferência Internacional de Educação de Adultos – CONFITEA VI, em que a aprendizagem ao longo da vida compreende “uma filosofia, um marco conceitual e um princípio organizador de todas as formas de educação, baseada em valores inclusivos, emancipatórios, humanistas e democráticos, sendo abrangente e parte integrante da visão de uma sociedade do conhecimento” (UNESCO, 2010, p. 6). É ainda à luz desta CONFITEA VI que a designação *educação e aprendizagem ao longo da vida* se afirma, integrando como parte constituinte a aprendizagem ao longo da vida, abrangendo a aprendizagem nas dimensões formal, não formal e informal (UNESCO, 2010).

Neste âmbito, o regresso aos atributos da educação e da aprendizagem na era do novo capitalismo, na opinião de L. Lima (2010), e apesar de envolver de novas premissas, não abandonou o mesmo princípio centrado numa abordagem reatualizada do “capital humano”. Perante este cenário, o mesmo autor sustenta a necessidade de uma “revalorização ética da vida ao longo da educação, da formação e da aprendizagem, por referência a um conceito de aprendizagem socialmente responsável e sustentável” (2007, pp. 34-36). Isto é, através de uma aprendizagem crítica e de uma educação para a solidariedade humana, assim como, aprendizagens que possibilitem a reaprender e a aprender novamente, que fomentem a reflexão sobre valores e objetivos e que apresente um conhecimento consolidado, mas acima de tudo crítico. Deste modo, é necessário ter a capacidade de aprender a desaprender, aprender para a vida e para uma educação potencializadora da criação de uma identidade social (L. Lima, 2012a).

1. Educação de Adultos

Entendida como um processo transversal a todos os indivíduos, a Educação de Adultos implica a criação de melhores condições para o desenvolvimento humano “em todas as dimensões, de maneira global e harmónica, até à plena realização” (Dias, 2009, p. 161). Assim, é apontado como um processo comum a todo o ser humano, visto que, “ninguém educa ninguém, como tampouco ninguém se educa a si mesmo: os homens se educam em comunhão, mediatizados pelo mundo” (P. Freire, 2008, p. 39). Tendo em consideração que as características individuais do ser humano têm por base a “multiplicidade das situações e circunstâncias da existência”, numa perspetiva educativa global e integrada, estando ao serviço dos sujeitos e da sociedade (Silvestre, 2003, p. 58), a Educação de Adultos pode ser considerada como parte integrante da educação devido às suas características de complementaridade, continuidade, diversidade e globalidade (Castro, Guimarães & Sancho, 2007). De salientar que o acesso à educação, e conseqüentemente à Educação de Adultos, constitui um direito fundamental do ser humano legitimado pela Declaração Universal dos Direitos Humanos de 1948, sendo reconhecido como um direito que assiste todos os indivíduos permitindo o seu desenvolvimento e sendo ainda considerado imprescindível para o reconhecimento e o respeito dos direitos fundamentais e liberdades (Gadotti, 2011).

A Educação de Adultos é reconhecida como um subsistema constituinte da educação permanente (L. Lima, 2014). O seu conceito comporta, segundo o autor Ramón Flecha (1994), uma grande ambigüidade e amplitude permitindo diversas aceções do termo, fruto do tempo, do contexto e/ou do autor que o cita. Marcada, ainda, historicamente pelo conjunto de orientações políticas, práticas educativas e métodos de intervenção da educação popular (L. Lima, 2006), a Educação de adultos é definida por Canário (1999, pp. 11-12) “como um processo largo e uniforme que se confunde com o processo de vida de cada indivíduo”. Caracterizada por se constituir numa ‘educação globalizada’, devendo estar constantemente em interação com as diversas esferas da vida do indivíduo, é perspetivada como uma educação capaz de fomentar a participação dos sujeitos na sociedade (Requejo Osorio, 2003). Deste modo, têm a oportunidade de transformar a sua realidade e o seu trabalho, podendo “criar um mundo próprio: seu eu e as suas circunstâncias” (P. Freire, 1981, p. 16). Tendo em conta o mencionado, a Educação de Adultos integra uma panóplia diversa de conteúdos e práticas, por forma a habilitar as pessoas com conhecimentos e valores essenciais para o seu desenvolvimento holístico, objetivando uma

participação ativa na sociedade através do exercício dos seus direitos e da tomada de decisão. A Educação de Adultos pode, assim, ser reconhecida como essencial para a “igualdade, inclusão social, para a redução da pobreza e para a construção de sociedades justas, solidárias, sustentáveis e baseadas no conhecimento” (UNESCO, 2010, p. 7).

Sendo a Educação de Adultos perspectivada como processo abrangente e multifacetado patente na vida de cada indivíduo, abarca as dimensões formal, não formal e informal, o que nos impossibilita de precisar o momento do seu aparecimento. Nesta linha de ideias, autores como Canário (1999) e Dias (2009) afirmam que a Educação de Adultos sempre existiu, contudo, o seu desenvolvimento ocorre nos países mais avançados, no decurso do século XIX e meados do século XX, onde passa a ser reconhecida como processo permanente e como componente integrante do sistema educativo. Citando Terrot, Canário (1999, p. 11) explica que este facto foi facilitado por quatro fatores: “o nascimento e emergência do conceito, as iniciativas do Estado na alfabetização, iniciativas associadas à formação profissional e à educação política visando o exercício do sufrágio universal”. Muito embora, só após a II Guerra Mundial é que se assiste à sua consolidação, por forma a dotar os indivíduos de capacidades de reconstrução e/ou estabelecimento da independência nacional (Canário, 1999; Dias, 2009). Aquele processo de consolidação assenta fundamentalmente em iniciativas de índole não estatal de natureza popular, política, sindical e associativa, com origem na educação popular, assim como no processo de constituição e consolidação dos sistemas escolares nacionais, que se estenderam à Educação de Adultos numa lógica de ensino de segunda oportunidade. No período de rescaldo pós II Guerra Mundial e durante as décadas seguintes, ficando conhecido pelos “trinta anos gloriosos”, a Educação de Adultos assinala um incremento. Durante o período pós-Guerra, os Estados Unidos da América vencedores da II Guerra Mundial lideraram a reconstrução da Europa e Japão numa nova ordem internacional de regulação política (ONU) e económica, com a criação de vários tratados, bem como formação de instituições supranacionais de regulação económica (FMI, Banco Mundial [BM] e OCDE). O crescimento económico ocorrido criou a necessidade urgente de qualificação de mão-de-obra e de alfabetização levando a elevados níveis de investimento em educação (Canário, 2018). Desta forma, a ONU, através da UNESCO, influencia as orientações no campo da educação, especificamente da Educação de Adultos, na sua vertente de alfabetização e de formação profissional.

1.1. Conferências Internacionais no campo da Educação de Adultos

Conferindo relevo à escala mundial surgem desta forma, as Conferências Internacionais da UNESCO, particularmente conhecidas por CONFINTEA, que se foram desenrolando com o intuito da Educação de Adultos servir de ferramenta para o desenvolvimento político, social e humanitário da época. As Conferências Internacionais, para além de fornecer uma visão do espírito e circunstâncias desse período, pretendiam reunir um conjunto de visões idealísticas e de orientações estratégicas que apontassem qual o rumo a seguir pela Humanidade (Ireland & Spezia, 2014).

A I Conferência Internacional de Educação de Adultos, realizou-se em Elseneur, na Dinamarca, em 1949. À luz desta conferência, a Educação de Adultos foi considerada uma atividade especializada, sistemática e organizada tendo em vista os ideais de progresso democrático e social e o desenvolvimento industrial, apresentando como premissa o dever de cumprir as exigências culturais e as necessidades individuais e sociais, bem como os problemas a enfrentar. Sublinhava-se ainda que deveria respeitar as necessidades particulares, sociais e nacionais e a urgência dos problemas a resolver (UNESCO, 1949). Num período marcado pela necessidade de restabelecer a paz, a Educação de Adultos é percecionada como forma de firmar a paz e alcançar a harmonia e um entendimento internacional, nomeadamente entre as nações que estiveram em guerra (Ireland & Spezia, 2014). É igualmente vista ainda como resposta às mudanças ocorridas, à falta de valores e à degradação dos bens materiais, espirituais e morais, mediante o desenvolvimento dos valores humanos e morais, por forma a restabelecer a verdade, a liberdade, a justiça e a tolerância (UNESCO, 1976). A Educação de Adultos é reconhecida como forma de alcançar a justiça social e a igualdade educacional, considerada fundamental para o desenvolvimento económico e social (Ireland & Spezia, 2014). Nesta conferência, surge ainda o conceito de formação contínua dos adultos, fruto da necessidade e urgência de acelerar o processo de atualização de conhecimentos do capital humano para fazer frente aos desafios apresentados na sociedade da época (Dias, 2009).

Em 1960, é realizada em Montreal a II Conferência Mundial intitulada *A Educação de Adultos num mundo em mudança*. Num período marcado por múltiplas alterações socioculturais, políticas, económicas e tecnológicas é atribuído à Educação de Adultos um papel de caráter humanista e técnico (UNESCO, 1960). O analfabetismo funcional relatado pelos países industrializados, configurou um desafio para o qual a aprendizagem era a solução (Ireland &

Spezia, 2014). Perante isto, esta conferência reconhece como principal prioridade da Educação de Adultos a alfabetização (Dias, 2009). O desajustamento entre a escola e o mundo do trabalho, criado pelas inovações tecnológicas, fundou a necessidade de uma Educação de Adultos voltada para uma vertente mais profissional e técnica e uma outra dimensão mais generalista e humana, idealizada no nível nacional e internacional, fomentando uma política de interajuda, cooperativa e solidária (C. Antunes, 2001; Canário, 1999). Reconhece-se a educação como um processo que se desenvolve ao longo da vida, sendo simultaneamente um direito que assiste a todos os cidadãos e da responsabilidade da humanidade (Ireland & Spezia, 2014). Por consequência, é de suma importância assumir a Educação de Adultos como parte integrante dos sistemas educativos, devendo todos os países garantir a educação profissional, cívica e sociocultural a todos os interessados (Alves et al., 2014).

Realizada em Tóquio no ano de 1972, a III conferência constatou a necessidade de a população compreender e controlar de forma mais efetiva as consequências das mudanças que se apresentam, através da educação; esta deve ainda permitir o desenvolvimento pessoal e a participação ativa na sociedade (Dias, 2009; UNESCO, 1972). Nesse sentido, a educação é percebida como um produto da sociedade e ao mesmo tempo um fator que molda esta última (UNESCO, 1972). A educação deve, assim, ter a capacidade de compatibilizar os saberes práticos e os teóricos, o trabalho e a aprendizagem (UNESCO, 1972). Perante este cenário, surge uma nova concepção de alfabetização funcional de âmbito mais global e amplo, visando um desenvolvimento integrado, concluindo de que a “*educação funcional coincide com a educação integral*” (Dias, 2009, p. 175). Este paradigma educativo assente numa dimensão de desenvolvimento integral e de participação no desenvolvimento sociocultural e económico, induz a reestruturação dos sistemas educativos e o desenrolar de ações formativas fora deste sistema (C. Antunes, 2001, 2008; Dias, 2009; UNESCO, 1972, 1976). Desse modo, a democratização do acesso à educação por todos, destacando os mais desfavorecidos, e a educação funcional constituem as principais orientações desta conferência. Durante esta Conferência foi criada uma Comissão com a missão de elaborar um estudo sobre a Educação de Adultos, documento apresentado na 19ª reunião preparatória da IV Conferência Internacional de Educação de Adultos.

Lengrand (1972) considera que, apesar de todos os esforços de diversas instituições, principalmente, não-governamentais, a Educação de Adultos ainda se encontra numa fase muito embrionária, comparada com outros setores da educação, como a educação para as crianças e a formação profissional. Reconhece que a Educação de Adultos deve ser percebida como a

educação da liberdade, à liberdade e para a liberdade, livre de razões profissionais, políticas ou de modelos que não lhe são conhecidos. Nesse mesmo ano, foi publicado o estudo realizado pela Comissão Internacional sobre o desenvolvimento da educação, coordenado por Edgar Faure, intitulado “Aprender a ser”. Este chamou a atenção para a crise mundial que a educação atravessava devido à incapacidade dos modelos educativos e sistemas de educação impostos, que não conseguiram acompanhar as transformações sociais, a revolução científica-técnica, resultando em várias contestações, dando a título de exemplo a ocorrida em França em Maio de 68. A revolução científica-técnica estaria a afetar a humanidade no seu todo sendo necessário reforçar as exigências democráticas; para tal a Comissão sublinha que a educação deve ser considerada do domínio político (Faure et al., 1972).

Procedente à conferência de Tóquio, realizou-se em 1976, a Reunião de Nairobi, na qual, como já mencionado, foi apresentado o documento do estudo realizado sobre a Educação de Adultos. Na supracitada recomendação, Conferência Geral da Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura de Nairobi, a Educação de Adultos é caracterizada como o conjunto dos processos educativos organizados que, independentemente do seu conteúdo, do nível e do método e da sua forma, permitem que as pessoas consideradas socialmente adultas se desenvolvam integralmente e participem de forma equilibrada e autónoma no desenvolvimento sociocultural e económico. É considerada “um subconjunto integrado num projeto global de educação permanente”, em que o indivíduo é o “agente da sua educação pelo meio de uma constante interação entre as suas ações e a sua reflexão” (UNESCO, 1976, anexo I, p. 4). Esta conceção do sujeito como agente da sua educação acentua não só a responsabilidade do próprio, mas também da restante sociedade. Neste contexto, segundo C. Antunes (2001, p. 56), a educação é entendida como um projeto “onde todos aprendem, ensinam, educam e são educados”. A educação promove, assim, a integração na sociedade gerando um sentimento de pertença e, conseqüentemente, incentiva a participação ativa na sociedade, o desenvolvimento de competências críticas integrado num processo de educação contínuo, assente no desenvolvimento social, cultural e económico. Por forma a garantir a sua consecução, recomenda-se aos Estados reconhecer a Educação de Adultos como um componente do seu sistema educativo e como um elemento constitutivo da sua política de desenvolvimento sociocultural e económico, tendo o dever de fomentar a criação de estruturas, a elaboração e execução de programas, bem como a aplicação de métodos educativos capazes de dar resposta às necessidades e aspirações de todos os adultos (UNESCO, 1976). Os seus conteúdos devem responder às singularidades de todos os

sujeitos, ao seu desenvolvimento individual e à participação na vida da sociedade. São, ainda, tidas em consideração as particularidades das ações de educação direcionadas para as pessoas adultas/idosas, focando a transição para a reforma (UNESCO, 1976). Enfatiza-se a perspectiva de que a educação deve decorrer ao longo de toda a vida de uma forma global e holística, devendo ser ajustada aos interesses, desejos e necessidades dos intervenientes. Posto isto, é de referir a imprescindibilidade em se aumentar e/ou desenvolver novos conteúdos programáticos e espaços educativos coerentes e próprios às circunstâncias e necessidades de cada nação e de se abranger todos os subsistemas educativos, com o intuito de satisfazer as aspirações educativas dos sujeitos (C. Antunes, 2001, 2008).

De salientar que a utilização do conceito de educação permanente no enquadramento das CONFINTEA foi ocorrendo desde Montreal, contudo na conferência de Tóquio o termo é substituído por educação ao longo da vida ganhando uma maior visibilidade (Ireland & Spezia, 2014).

A IV Conferência Internacional decorreu em Paris no ano de 1985, alicerçada sob o direito de aprender, afirmou que aprender é a chave para a sobrevivência da humanidade, como tal, não deve ser entendido apenas como um instrumento de desenvolvimento económico, mas como um dos direitos fundamentais do homem, tendo de ser responsabilidade dos Estados garantir esse direito, bem como criar as devidas condições para o seu cumprimento (Ireland & Spezia, 2014). Na mesma linha da sua antecessora, o enfoque é a formação profissional, a educação em geral, dinâmicas educativas de caráter cívico, cultural e com preocupações da utilização dos *mass media*. São mais uma vez demonstradas as preocupações com os desafios sociais que ocorrem, de sublinhar: a luta contra o racismo e o *apartheid*, os direitos humanos e as liberdades fundamentais; a paz e o meio ambiente. A educação é uma vez mais percecionada como uma condição para o emprego e apreciação cultural, instrumento de desenvolvimento integral da personalidade (UNESCO, 1985). O que denota que as preocupações económicas se encontram a par com as preocupações de desenvolvimento integral do cidadão, estratégia adotada tendo em vista o desenvolvimento das nações, bem como a manutenção da paz.

A Conferência Mundial da Educação para Todos, realizada em Jomtien na Tailândia (1990), reafirma a educação como um direito fundamental, capaz de contribuir para um mundo mais seguro, sadio, próspero e ambientalmente mais puro, se constituindo um contributo essencial para o “progresso social, económico e cultural, a tolerância e a cooperação internacional” (UNESCO, 1998, p. 2). Percecionada como um processo de aprendizagem permanente, global e contínua, objetiva dar resposta às necessidades básicas de aprendizagem apresentadas por todos os

indivíduos ao longo da vida, bem como das sociedades. Tornando-se imprescindível desenvolver e/ou reforçar políticas educacionais de apoio nos vários setores social, cultural e económico, assim como o fomentar o fortalecimento da solidariedade internacional (UNESCO, 1998).

Em 1994, o Livro Branco reforça a necessidade de adaptar os sistemas de ensino e de formação, apostando especialmente numa educação ao longo da vida, como forma de solucionar os desafios colocados pelo crescimento, competitividade e o emprego, considerando a formação “um instrumento de uma política activa do mercado de trabalho” capaz de adaptar as qualificações profissionais às exigências do mercado de trabalho (CE, 1994, p. 139). Neste documento, reflete ainda a pretensão da desresponsabilização por parte dos Estados no que à educação e/ou formação diz respeito, manifestando a necessidade de uma maior intervenção pelo setor privado, quer ao nível dos sistemas de educação e/ou formação profissional, quer ao nível das orientações políticas.

Mantendo a mesma abordagem, as Conferências Europeias sobre a Educação de Adultos, realizadas em Atenas (1994) e Dresden (1995) expressam as demandas políticas da União Europeia para a Educação de Adultos, atribuindo à educação e formação o objetivo de contribuir para a competitividade do mercado de trabalho por parte dos cidadãos europeus. A educação deve também contribuir para a construção de uma identidade europeia, sendo lançado em Dresden os programas Sócrates e Leonardo. Estas conferências vêm reforçar a necessidade relatada pelas suas antecessoras, a criação de um conjunto de medidas que visem a melhorar o acesso à educação e /ou formação (C. Antunes, 2001). O relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre a Educação para o século XXI, denominado *Educação um tesouro a descobrir*, publicado em 1996, estabelece o conceito de educação ao longo da vida, justificada pela necessidade de ampliar e renovar o conceito de educação permanente. Perante esta Comissão, a educação deve ser “encarada como uma construção contínua da pessoa humana, dos seus saberes e aptidões, da sua capacidade de discernir e agir”, rumo a uma “sociedade educativa” (Delors, 1998, p. 18). Perante esta abordagem, a educação deve ser entendida englobando as dimensões profissionais, pessoais, sociais, culturais, cívicas e económicas, possibilitando aos indivíduos um desenvolvimento integral e contínuo, ao nível dos conhecimentos e competências, dos seus comportamentos e atitudes. Como já anteriormente mencionado, nesta Comissão são definidos os quatros pilares da educação, tidos como as bases da educação. Considerada uma referência na evolução das políticas de educação e formação de adultos, resultado do seu poder no contexto de intervenção e estruturação, posicionamento quanto às agendas políticas e respetiva

apresentação para o exterior (Melo, L. Lima & Almeida, 2002), a V Conferência de Educação de Adultos decorreu em Hamburgo, no ano 1997. Nos documentos estruturantes desta conferência a Declaração de Hamburgo e a agenda para o Futuro, a Educação de Adultos é entendida como a “chave para entrar no séc. XXI” (UNESCO, 1999, p. 19). Definida como “todo processo de aprendizagem, formal ou informal, em que pessoas consideradas “adultas” pela sociedade desenvolvem suas habilidades, enriquecem seu conhecimento e aperfeiçoam suas qualificações técnicas e profissionais, direcionando-as, para a satisfação de suas necessidades e as de sua sociedade” (p. 19). Pautada a base da democracia, justiça e igualdade entre sexos, uma educação de índole “holística” e “multissetorial” capaz de integrar todos os domínios de atividade cultural, social e económica, visando a construção de uma sociedade internacionalmente cooperante e solidária (p. 55). A Educação de Adultos é percebida como o meio fundamental para os indivíduos ultrapassarem os desafios colocados pelas transformações da sociedade de então. Neste contexto, a educação além de objetivar o desenvolvimento e a aquisição de conhecimentos, competências e técnicas, intenta capacitar os indivíduos sejam capazes de os transferir para o seu dia-a-dia, permitindo a compreensão do mundo e resolução dos seus problemas (C. Antunes, 2001, 2008). Esta conferência, procurou manifestar “a centralidade do homem para o processo de desenvolvimento e a essência da aprendizagem para o seu desenvolvimento” (Ireland & Spezia, 2014, p. 45). Tida como um processo de aprendizagem permanente que pode ocorrer em outros contextos e modalidades, de âmbito formal e não-formal, institucional ou não institucional, não se limitando à escola, desenrolando-se para lá dos sistemas educativos, obrigando à sua reorganização. As alterações administrativas originadas permitiram a integração da formação de base, da formação profissionalizante e da formação cultural e cívica na Educação de Adultos (C. Antunes, 2008; UNESCO, 1999). Servindo-se do facto das Nações Unidas pretenderem transformar o ano de 1999 no Ano Internacional dos Idosos, a Comissão desta conferência comprometeu-se a planear atividades com o intuito de demonstrar a maneira que a Educação de Adultos dispõe para reforçar o papel das pessoas idosas na construção da sociedade (UNESCO, 1997).

A VI Conferência Internacional de Educação de Adultos, decorreu em 2009 em Belém do Pará, no Brasil, teve como tema central “Vivendo aprendendo para um futuro viável: o poder da aprendizagem e da Educação de Adultos”. Nos seus principais pontos inicia por reiterar o papel da aprendizagem e de Educação de Adultos conforme o preconizado em conferências precedentes. Comprometendo-se, de forma urgente e célere, a impulsionar a agenda da aprendizagem e da

Educação de Adultos, reconhecendo a sua importância para o desenvolvimento humano e social. Essa conferência reafirmou a definição estabelecida na recomendação de Nairobi e posteriormente aprofundada na Declaração de Hamburgo (UNESCO, 2010). Ressalta a função atribuída à aprendizagem ao longo da vida, vista como elemento essencial para a resolução de “questões globais e desafios educacionais”, atestando que a aprendizagem e Educação de Adultos configura “um componente significativo do processo de aprendizagem ao longo da vida, envolvendo um *continuum* que passa da aprendizagem formal para a não formal e para a informal” (p. 6). Capaz de qualificar os sujeitos para exercerem e ampliarem os seus direitos e controlem as suas vidas, “imperativos para o alcance da equidade e da inclusão social, para a redução da pobreza e para a construção de sociedades justas, solidárias, sustentáveis e baseadas no conhecimento” (p. 7). A última CONFINTEA VII, realizada em Marraquexe em 2022, assinalou um avanço significativo na esfera da educação de adultos, posicionando-se em consonância com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU. Diferenciando-se pelo foco no uso das tecnologias de informação e comunicação como mecanismos facilitadores do acesso e da inclusão educacionais, sublinhando a importância de desenvolver estruturas que apoiem direitos humanos, à justiça social e à sustentabilidade. Este evento reiterou o papel transformador da educação de adultos no desenvolvimento sustentável, reafirmando sua importância na construção de sociedades mais equitativas e resilientes. A necessidade de adaptabilidade e aprendizagem contínua, exacerbada pela pandemia da COVID-19, reforçou a urgência da educação ao longo da vida. Assim, a CONFINTEA VII representa um ponto de viragem, apelando para a implementação de estratégias holísticas e integradas que atendam às demandas de um mundo em evolução (UNESCO, 2023).

Ao longo dos tempos o desenvolvimento e as alterações de que a Educação de Adultos foi alvo, resultou na evolução do conceito, tornando-se “vítima da sua própria ambiguidade” (Ireland & Spezia, 2014, p. 54). Por sua vez, a aprendizagem e a Educação de Adultos, concetualmente, “são ricas e multirreferenciadas, mas sua própria diversidade e riqueza tornam a sua definição complexa, e problemática a coleta de dados e informação sobre o que é ofertado, por quem e para quem”, impossibilitando uma definição clara e que retrate a sua totalidade (Ireland & Spezia, 2014, p. 54).

A complexificação do mundo, os avanços tecnológicos e científicos ocorridos tiveram implicações ao nível das práticas, conteúdos, contextos e políticas de Educação de Adultos. Revisitando as conceções atribuída à Educação de Adultos no decorrer das várias conferências, constata-se que nas primeiras ela é entendida como motor para o desenvolvimento económico e

social, no decurso dos anos passou a ter um carácter mais humanista atendendo o desenvolvimento integral e contínuo do ser humano e das sociedades. Mais tarde, com a evolução dos mercados de trabalho, os indivíduos necessitam de orientar a sua educação para práticas organizadas numa lógica de formação profissional direccionadas para a empregabilidade, a competitividade e o emprego, tornando-se fulcral orientá-los no sentido de um desenvolvimento integral, não negligenciando as oportunidades de mercado, tendo em vista a melhoria das suas condições de vida.

No seguimento da evolução sofrida pela Educação de Adultos, na opinião de Canário (2013, p. 14), a Educação de Adultos “se modificou, desagregou e ruiu” depreendendo que a educação e formação inscreve-se numa lógica economicista, exibindo uma “visão redutora e pobre de educação” (Canário, 1999, p. 89). Deste modo, “as políticas de educação e formação, constituem um terreno político, desejavelmente sujeito ao debate e à controvérsia, que implica escolhas e opções quer ao nível dos meios, quer, principalmente, dos fins” (Canário, 2003, p. 191). A educação “com preocupações democráticas, emancipatórias e de cidadania, é por conveniência, relegada e substituída por um projeto redutor que centra as ações educativas e os seus objetivos a uma lógica economicista e de mercado de trabalho” (C. Antunes, 2008, p. 75), sendo essencial orientar a Educação de Adultos, por forma a preparar ser humanos conscientes, críticos e participativos (C. Antunes, 2008). Neste sentido, “a difusão das práticas educativas dirigidas a adultos é acompanhada por um processo de diferenciação interna e de complexificação do próprio campo da Educação de Adultos, cuja marca mais relevante passa a ser, a da sua heterogeneidade”, este processo sustenta-se na sua prática educativa, na pluralidade dos contextos e na diversidade da figura/perfil do educador (Canário, 1999, p. 13). As práticas educativas integram as finalidades, os modos e os intervenientes da ação educativa. Por sua vez, o segundo eixo de diferenciação diz respeito à diversidade de instituições, em que o carácter educativo especializado e hegemónico atribuído à escola foi substituído com o crescimento da educação de carácter não formal e informal. O último eixo, corresponde aos atores sociais que intervêm nos processos educativos, no qual qualquer pessoa pode ser um educador (Canário, 1999).

Segundo Ireland e Spezia (2014), apesar do papel das várias COFINTEA realizadas nos últimos 60 anos ser avaliado como benéfico para a sobrevivência e crescimento da Educação de Adultos, os seus procedimentos nunca foram rigorosamente avaliados. Contudo, as Comissões de estudo sobre a Educação de Adultos criadas pelas conferências evidenciam a falta de

implementação de algumas das medidas referidas nas recomendações. Prova disso, o Balanço Intermediário da V CONFINTEA revela, que os compromissos assumidos nessa conferência, não mereceram a devida atenção, apresentando em algumas áreas uma regressão, bem como o declínio no financiamento público (Ireland & Spezia, 2014). Por sua vez, o primeiro relatório de monitorização e informação sobre compromissos assumidos em Belém – GRALE, tendo por base as informações dos cinco relatórios regionais, confirmou baixos níveis de participação e a desigualdade no acesso à aprendizagem, sendo esta mais evidenciada nos países industrializados como política económica. Por sua vez, nos países do Sul, predominam programas de alfabetização fundamental (Ireland & Spezia, 2014).

O desenvolvimento da educação das pessoas adultas reflete-se no desenvolvimento das sociedades, mesmo que, os principais objetivos permaneçam longe de serem atingidos, várias evidências demonstraram que a educação com cariz humanista, independentemente do seu crescimento, situou-se muito abaixo do esperado, comprovado pelo cenário de guerras e lutas que diariamente se assiste. Denotando-se a falta de valores fundamentais para a implementação de uma sociedade democrática e educativa, capaz de restaurar a paz, igualdade de direitos e solidariedade, não descurando o seu lado económico. Perante isto, educação tem um papel essencial devendo dotar os indivíduos de meios que permitam instigar o seu desenvolvimento holístico de forma contínua e permanente. Dito isto, é legítimo afirmar que, é necessário reestruturar, as agendas políticas educativas, bem como, todos os sistemas educativos e as estratégias adotadas, tornando-se evidente que os sistemas educativos não devem unicamente constituir “um *locus* de reprodução normativa” sendo imprescindível a sua execução (L. Lima, 1991, p. 141). Desta forma, “se impõe o reexame do papel da educação que, não sendo fazedora de tudo é um fator fundamental na reinvenção do mundo” (P. Freire, 2001, p. 10).

1.2. Educação adultos em Portugal

O campo da Educação de Adultos, numa perspetiva socio histórica apresenta particularidades de responsabilidade do Estado, com competências de suporte, coordenação e apoio de intervenções socioeducativas inseridas em determinados contextos e autonomamente avocadas na e/ou pela sociedade (F. Antunes & Peroni, 2017).

Em Portugal, o seu contexto político tem sido marcado por “políticas educativas descontínuas” provocando “ausências, descontinuidades e abandonos” nas agendas de política

educativa, constituindo “uma presença apagada e intermitente da Educação de Adultos” (L. Lima, 2007, pp. 71-73). Podendo-se afirmar que, “a heterogeneidade e a pluralidade da Educação de Adultos enquanto campo de práticas sociais nunca foi objeto de políticas públicas globais e polifacetadas, mas sim de orientações segmentadas e heterogêneas, geralmente de curto prazo” (L. Lima & Guimarães, 2018, p. 604).

Após a Revolução de 1974, durante o Programa do I Governo Constitucional, assistiu-se ao renascimento e à criação de novas organizações de Educação de Adultos, em que o seu plano de ação incidia na alfabetização, em projetos e animação sociocultural e educativa, bem como em atividades de educação de base de adultos (Capucha, 2013; L. Lima, 2007). Perante isto, a Educação de Adultos ficou associada, segundo Licínio Lima e Guimarães (2018, p. 610), a uma lógica de intervenção democrática-emancipatória, em que as dinâmicas educativas eram promovidas por instituições da sociedade civil, típicas da educação popular. Estas iniciativas possuíam uma ação descentralizada, sendo organizadas “sem um fio condutor predeterminado e unificador e à margem de uma política pública estatal ou da ação organizativa da administração pública” (L. Lima & Guimarães, 2018, p. 610). A Educação de Adultos era dinamizada pela sociedade civil que reconstituía as suas relações com o Estado, na medida que o mesmo se encontrava em transformação (Alves et al., 2016). Entre 1975 e 1976, o Ministério da Educação, através da Direção-Geral de Educação Permanente, visando reformar os conteúdos e processos de Educação de Adultos (Melo, 2019), decretou apoiar e colaborar nas atividades das várias associações de educação popular (Decreto-lei n.º 384/76 de 20 de maio, art.º 2.º-2). Mediante a criação do seu Programa de Ação pretendeu implementar uma política governamental de apoio estatal para “o desenvolvimento de processos de educação popular autogerida” (Canário, 2018, abstract). As mudanças provocadas pela centralização estatal ao nível do funcionamento das organizações de educação popular, que quem a falta de apoio estatal obrigou a se emanciparem e/ou se adaptarem a novas formas ditando o fim a muitas delas (Alves et al., 2016).

Em 1979, na alçada do Programa do V Governo Constitucional com influência nas recomendações da UNESCO, a Lei n.º 3/79 determina a elaboração de um Plano Nacional de Alfabetização e de Educação de Bases dos Adultos [PNAEBA], com o objetivo de erradicação do analfabetismo e articulação da ação governamental com as associações populares; assim como, foi aprovado a criação de uma Instituto Nacional de Educação de Adultos, que nunca chegou a ser criado (L. Lima, 2007; Melo, Lima, & Almeida, 2002).

No ano 1986, foi aprovada a Lei de Bases do Sistema Educativo que originou uma reforma educativa e a reorganização do subsistema de Educação de Adultos, impulsionada pela entrada de Portugal na Comunidade Económica Europeia. Os processos de globalização económica associados conferem destaque ao ensino recorrente de adultos e à formação profissional, numa lógica de escolarização de Educação de Adultos, sendo que a Educação de Adultos é apagada da agenda, dos discursos e medidas de política educativa (L. Lima, 2007; Melo, Lima, & Almeida, 2002), estando representada na “Lei de forma fragmentada e insular” (L. Lima, 2005, p. 41). Perante este contexto, afetada pelo agravamento da conjuntura económica que se fez sentir verifica-se um abandono de funções por parte da Direção-Geral do Ministério da Educação, passando as ações de Educação de Adultos de lógica democrática-emancipatória a se realizarem à margem do Estado, através de projetos de investigação-ação participativos desenvolvidos em articulação entre instituições de ensino superior e associações ou projetos comunitários, entre outros, ou associando-se a outros setores beneficiando de apoios de políticas sociais referentes a programas comunitários (L. Lima, 2007). A entrada de Portugal na União Europeia facilitou o acesso a programas de financiamento permitindo a grupos da sociedade civil a elaboração de projetos e ações de Educação de Adultos numa lógica de *bottom-up*, tendo como base as necessidades da população, enquanto a ação estatal impulsionava a Educação de Adultos em educação de segunda oportunidade (Alves et al., 2016, p. 158). Assistiu-se, desta forma, a uma deslocação de programas de Educação de Adultos na sua vertente cívica e humanista da esfera e responsabilidade do sistema educativo em prol do sistema social. A lógica político-educativa da gestão de recursos humanos presentes nos meados das décadas de 1980 e 1990 pouco valorizaram o campo da Educação de Adultos, uma vez que, mesmo com a entrada de fundos económicos ao abrigo dos Programas Operacionais de Desenvolvimento da Educação para Portugal (PRODEP I e PRODEP II), baseando a sua ação educativa nas modalidades de ensino recorrente e de formação profissional, contribuíram para reforçar a certificação escolar e a qualificação social (L. Lima, 2007). Face a este contexto, em meados dos anos 90, a Educação de Adultos é caracterizada por uma elevada crise e desinstitucionalização, estando unicamente centrado no ensino recorrente e na formação profissional, sendo as restantes áreas de intervenção silenciadas (L. Lima, 2005, 2007). Demonstrando que para o Estado Português, a Educação de Adultos ia se revelando uma forma funcionalista de compensação do insucesso da educação formal (Alves et al., 2016, p. 158).

Em 1996, o Programa do XIII Governo Constitucional e o Pacto educativo para o Futuro, assente na educação e formação global dos indivíduos ao longo da vida, voltaram a considerar a Educação de Adultos nos seus discursos e agendas políticas, prevendo-se a articulação entre a educação de base de adultos e a formação profissional (Cavaco, 2008; L. Lima, 2007; Melo, Lima & Almeida, 2002, p. 114). Nesta sequência, a Secretária de Estado da Educação e Inovação, constituiu, em 1997, um Grupo de Trabalho para o desenvolvimento da Educação e Formação de Adultos coordenado por Alberto Melo (Melo et al., 1998), que no ano seguinte publicaram um documento de estratégia com orientações e propostas para o desenvolvimento da Educação de Adultos. Em 1998, foi lançado o Programa para o Desenvolvimento da Educação e Formação de Adultos, bem como, a criação de um Grupo de Missão para o Desenvolvimento da Educação e Formação de Adultos responsável pela concretização do Programa para o Desenvolvimento e pela construção de uma agência nacional de educação e formação de adultos, do qual originou a criação da Agência Nacional de Educação e Formação de Adultos [ANEFA] em 1999 (Capucha, 2013; L. Lima, 2007; Melo, Lima & Almeida, 2002). A ANEFA pretendeu articular a ação conjunta do Ministério da Educação e do Ministério do Trabalho na criação de uma oferta educativa capaz de responder às particularidades da população e, simultaneamente, elevar as qualificações académicas e profissionais dos cidadãos (Alves et al., 2016, p. 159). Apesar de se verificar diferenças significativas em termos estruturais, de competências e de recursos, entre a ANEFA concebida e a decretada, viu a sua capacidade de ação muito limitada, sem peso político e recursos humanos, são lhe atribuídas importantes realizações, tais como: criação de uma rede de Centros de Reconhecimento e, Validação e Certificação de Competências [CRVCC]; cursos de Educação e Formação de Adultos [EFA] com dupla certificação; concursos de boas práticas de educação e formação de adultos e, as Acções S@ber+, lançamento de publicações e materiais de informação e divulgação (Cavaco, 2008; L. Lima, 2007; Melo, Lima & Almeida, 2002). O direcionamento político dominante de desenvolvimento económico e qualificação de recursos humanos remetendo a Educação de Adultos para uma lógica vocacionalista de produção de capital humano e de mão-de-obra qualificada legitimam a extinção da ANEFA em 2002 e a criação da Direcção-Geral de Formação Vocacional [DGFV]. Perante esta alteração o Ministério da Educação altera a categoria Educação de Adultos por “educação e formação de adultos”, “qualificação dos recursos humanos”, “formação vocacional” e “qualificação ao longo da vida” (L. Lima, 2007, p. 95). Na ótica de Fátima Antunes (2011), o relançamento das políticas de Educação de Adultos ocorridas a partir de 1997 correspondem a uma dupla demanda, por parte da sociedade civil,

através de comunidades interpretativas e de dinâmicas socioeducativas, assim como, pela vertente económica, veiculada nas orientações do quadro da Estratégia Europeia de Emprego. Acrescentando ainda que, a criação da ANEFA, mais tarde a DGFV, foram implementadas numa abordagem assente nos modelos de “lógicas de serviço público e de programa” passando para a “lógica da candidatura”, este último evidenciado no regulamento de acesso aos apoios financeiros da União Europeia, em 2001, através do PRODEP III.

A extensão da ANEFA conduziu a que alguns dos seus projetos fossem integrados na recém-criada DGFV, nomeadamente, o “Programa S@ber+” (1999-2006) em que se incluíam os Centros de RVCC e os Cursos EFA (F. Antunes, 2011).

Vinculado às orientações europeias e pautado pela qualificação do capital humano com meio de progresso, o Plano Tecnológico instituiu-se como forma de intensificação do acesso à aprendizagem ao longo da vida, com o intuito de atualizar e aprofundar as competências dos indivíduos (L. Lima & Guimarães, 2018), preparando a população para os desafios da sociedade do conhecimento, através do seu desenvolvimento científico e tecnológico (Portugal, 2005). Executada a partir de 2005, a Iniciativa Novas Oportunidades, visava entre outros, certificar e requalificar a população ativa, o reforço no ensino tecnológico e aumentar o investimento na aprendizagem ao longo da vida, estabelecendo como meta qualificar entre 2006 e 2010 um milhão de ativos (Estratégia de Lisboa, 2006). Com a convicção política de que o futuro económico do país necessitava de um profundo e amplo processo de modernização tecnológica e qualificação do capital humano, estimando que o acréscimo de um ano de escolaridade da população se traduz no aumento do crescimento anual do PIB entre 0,3 e 0,5% (Capucha, 2013).

Entre 2006 e 2007, assiste-se ao reforço das medidas de qualificação da população, entre as quais o decreto que regulamenta a possibilidade de conclusão do ensino secundário por sujeitos com percursos de formação incompletos em planos de estudos extintos, assim como, o reforma do sistema de Formação Profissional, ainda nesse período, em substituição da DGFV, foi criada a Agência Nacional para a Qualificação [ANQ], sob tutela do Ministério da Educação e do Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social (Capucha, 2013). O Plano Tecnológico e a Iniciativa Novas Oportunidades, executados a partir de 2005, continuou na égide de um Estado gestor marcado por uma orientação neoliberal (F. Antunes, 2011), ou ainda, segundo o quadro de análise proposto por L. Lima e Guimarães (2018), obedecendo a uma lógica de gestão de recursos humanos. Neste contexto, a política pública de educação e formação de Adultos implementada visava, particularmente atender “a preocupações de *governabilidade*, com evasão do Estado face

a compromissos com direitos e demandas das populações”, recorrendo à “privatização, mercantilização e liberação da educação, articulados com processos de estatização e de alargamento instrumental do círculo da governação” (F. Antunes, 2013, p. 115). Esta forma de governação gestonária de dispersão do Estado permite a este de se assumir como um gestor estratégico, capaz de monopolizar o centro de decisões políticas, convocando as organizações da sociedade civil, as quais contratualiza a execução de ações educativas para nelas delegar parcelas de poder, responsabilidades e funções estatais (F. Antunes, 2013). Desta forma, o Estado através das políticas neoliberais implementadas conseguiu o apoio do terceiro setor para colmatar a sua demissão na área educativa e social, não deixando, contudo, de exercer funções de regulação e controlo (Alves et al., 2016).

De assinalar que, a existência divergente de práticas e ação política, induziu a uma diversa, ambivalente e heterogênea apropriação das políticas pelos diversos agentes de Educação de Adultos, sejam, as instituições, os profissionais e/ou o público adulto (F. Antunes & Peroni, 2017). Uma das expressões deste fenómeno, verifica-se entre 2007 e 2011, em que se regista a maior taxa de participação de adultos impulsionada pela presença de oferta flexível e pedagogicamente adequadas ao público adulto quer de caráter formal quer não formal, terminada com a suspensão do quadro de assistência financeira instituído pelo Fundo Monetário Internacional, Banco Central Europeu [BCE] e a Comissão Europeia (Capucha, 2013; L. Lima & Guimarães, 2018). Apesar da grande taxa de adesão nos programas de educação e aprendizagem de adultos, os relatórios oficiais de balanço evidenciaram que até 2010, o Programa Educação e Formação 2010, ficou-se por um dos cinco valores de referência do desempenho médio da Europa. Em consequência, é aprovada a Resolução do Conselho sobre a agenda europeia, para o período 2012-2014, no quadro da Estratégia UE 2020 e do Programa Educação e Formação 2020. Entre as recomendações, objetivos e estratégias, do documento criado, identifica-se: o estímulo e aumento da participação; oportunidades de segunda chance; percursos de aprendizagem flexíveis; o incremento de oportunidades de aprendizagem intergeracional e por parte dos adultos mais velhos, dentre outros. Contudo, a baixa taxa de participação de adultos na educação e formação mantem-se (F. Antunes, 2020). Em 2013, assistiu-se à extinção dos Centros Novas Oportunidades [CNO] e à criação dos Centros para a Qualificação e Ensino Profissional [CQEP] (Capucha, 2013), denominado por um fenómeno de destruição das práticas de Educação de Adultos, ocorrendo a uma indiferença relativa aos problemas da população no que às necessidades de aprendizagem ao longo da vida, diz respeito, tendo ocorrido à demissão do Estado de uma das suas funções

básicas, a garantia do direito à educação (Alves et al., 2016). Lançado em 2016, o Programa Qualifica tem como principal objetivo melhorar os níveis de qualificação e de empregabilidade da população, visando aproximar o país das metas de convergência no que respeita à aprendizagem ao longo da vida com a média dos restantes países da União Europeia (Portugal, 2016; Qualifica¹¹). Com essa finalidade, foram criados centros de Educação de Adultos, centrando-se nos RVCC e nos cursos EFA, com menor expressão, não permitindo alcançar a dimensão da política vigente até 2011 nem adotar uma política pública de lógica democrática-emancipatória (L. Lima & Guimarães, 2018). Efetivamente, o relatório de balanço de 2015, sobre o Programa Educação e Formação 2020, indicia ser improvável que as opções políticas realizadas impulsionem o nível de participação de adultos na aprendizagem ao longo da vida, acrescentando ao facto de que existiu uma diminuição das estruturas públicas, do apoio económicos de recursos que asseguram as políticas públicas de educação e aprendizagem de adultos (F. Antunes, 2020).

Passando em retrospectiva, a Educação de Adultos desde 1974, previu o desenvolvimento de vários projetos e atividades delimitados no tempo, pautadas ao nível político pela ausência de consistência, descontinuidades e fragmentação (Alves et al., 2016). Exposto isto, conclui-se que a Educação de Adultos é marcada por uma presença apagada e intermitente nas agendas de política educativa, resultante quer da falta de participação da população adulta em iniciativas educativas, quer pelas dissonâncias entre as decisões políticas e os setores socioeducativos que se encontram no terreno (L. Lima & Guimarães, 2018). Importa ainda referir, que as políticas públicas são impulsionadas e enquadradas pelo financiamento procedente da União Europeia que frequentemente não permite a vinculação a políticas e estruturas permanentes, sendo substituídas por programas e organismos temporários (F. Antunes & Peroni, 2017).

Em jeito de balanço, a Educação de Adultos enfrenta, segundo Alves et al. (2016), vários problemas, os quais se destacam: o reduzido reconhecimento social; a predominância do curto prazo; a inexistência de financiamento específico; a excessiva valorização de projetos e ações de carácter formal; o peso da não participação; a diversidade de formas de intervenção educativa e pedagógica; a integração fácil noutros projetos que não são exclusivamente de Educação de Adultos e o aumento da participação. Na ótica de F. Antunes (2015), o projeto societal que se encontra no terreno procura criar um sistema público de educação empobrecido, esta problemática é argumentada tendo em consideração uma perspetiva assente nas políticas, processos e atores responsáveis pela privatização que têm ocorrido em Portugal. Em que o Estado,

¹¹ <https://www.qualifica.gov.pt/>

além de assumir um papel de protagonista, é também responsável pelo patrocínio, pela legitimação e favorecimento de alguns atores e processos; o aumento de vozes e lutas sociopolíticas em prol dos interesses particulares em relação ao bem comum, assim como, a política de austeridade implementada desde 2011, assente num projeto societal neoliberal, promoveu a privatização tendo em vista a omissão de vários direitos fundamentais, entre os quais, a transformação do estatuto, o papel e o âmbito da educação pública, bem como do seu sistema público (F. Antunes, 2015).

Como resultado, verifica-se que a Educação de Adultos pública se caracteriza pela valorização de ações de educação e formação profissional para jovens e adultos em idade ativa, omitindo os adultos profissionalmente inativos por razões de reforma (Velo, 2011).

1.3. Gerontologia educativa

Emergindo na década de 70 do século XX, a gerontologia educativa surge com a principal preocupação em integrar a terceira idade e as suas problemáticas no campo da educação. Na definição proposta por Peterson em 1976, reformulada em 1980, a gerontologia educativa constitui um campo de estudo e prática que integra e interrelaciona, questões relacionadas com a educação de pessoas adultas e idosas, questões relativas ao processo de envelhecimento e a formação de profissionais para atuarem nessa área. Em 1983, Frank Glendenning propõe uma redefinição conceptual, acrescentando o conceito de educação gerontológica. Teorizando a gerontologia educativa como processo de educação de adultos/ idosos, a educação gerontológica passa a designar a formação de profissionais. Esta perspetiva é defendida mais tarde por Jarvis, alcançando consenso entre os especialistas (Jarvis, 1990).

A gerontologia educativa apresenta-se como uma dinâmica capaz de dar resposta às necessidades, interesses e expectativas educativas do público idoso. Ainda segundo Velo (2004, 2011), a gerontologia, mais concretamente a gerontologia educativa, teve responsabilidade na disseminação desta conceção de terceira idade, bem como a forma em que os implicados a devem viver, o que contribuiu para a explicitação das políticas de terceira idade e práticas educativas afetas. Com base nas várias perspetivas sociológicas para análise do campo educativo, a autora considera a perspetiva crítica, como a mais pertinente já que, derivando da teoria crítica, possibilita a discussão e problematização das diversas dinâmicas educativas de Educação de Adultos idosos. Considerando a educação um direito universal, Velo (2004,

2011), alega que as políticas implementadas podem não garantir esse direito universal devido à lógica mercantil da Educação de Adultos assumida pelo Estado, reafirmando a importância da teoria crítica com vista a alteração desta conjuntura da Educação de Adultos, possibilitando um acesso à educação para todos. Passando a Educação de Adultos, desta forma, a ser encarada muito mais do que uma maneira de passar o tempo ou impedir o envelhecimento, ou de transmissão de saberes, mas sim, uma educação libertadora e de *empowerment*, que possibilite que o indivíduo seja “ele próprio também produtor de cultura” (Velo, 2004, p. 275).

A função social da gerontologia educativa pretende desenvolver/aprofundar, conhecimentos, competências e experiências de vida, possibilitando um desenvolvimento contínuo e o fomento da participação e relações sociais (Cachioni & Neri, 2004). Baseia-se numa conceção libertadora e emancipadora que procura romper a hegemonia dando voz ao idoso implicando-o nas suas lutas, criando oportunidades de transformar as estruturas sociais de opressão, geradora de equidade das relações humanas capaz de promover a democracia, a liberdade e autenticidade (Formosa, 2002, 2012). Como campo de intervenção educativo, objetiva “prevenir o declínio prematuro, facilitar o desenvolvimento de papéis significativos para as pessoas seniores, fomentar o desenvolvimento psicológico de modo a prolongar a saúde, os anos produtivos e aumentar a qualidade de vida” (Requejo Osório, 2003, p. 280). Uma vez que, com a idade, recorrendo à educação consegue-se que os indivíduos mantenham a sua plasticidade mental, tornando-se possível, a uma grande parte de indivíduos viver uma vida dita normal (Simões, 2006). As dinâmicas educativas devem assentar numa visão holística do envelhecimento, fundamentando-se numa abordagem emancipadora e proactiva, visando o autocuidado físico, intelectual e psíquico, assim como o desenvolvimento e/ou manutenção de uma vida ativa e autónoma (C. Antunes, 2015; Velo, 2004, 2011).

2. Políticas para a reforma e desafios do envelhecimento ativo

Nas últimas décadas, as mudanças que se têm verificado estrutura etária da população, em particular nas sociedades mais desenvolvidas, revelam um aumento da população nas faixas etárias mais elevadas, um aumento da longevidade e concomitantemente, uma diminuição da população mais jovem, originando o envelhecimento populacional.

O fenómeno do envelhecimento populacional demarca-se por consequências de cariz demográfica, sociocultural e económica, política e cívica, as quais desafiam os Estados na

condução das suas práticas e políticas públicas sociais, direcionando este estudo, uma particular atenção às políticas sociais dirigidas à terceira idade, fundamentalmente as políticas sociais educativas que acompanham este processo.

Na sua definição social, o envelhecimento populacional representa um processo social, pelo qual, não se pode negar a influência política nesse processo. Atendendo a esta perspectiva, a idade como construto social é determinada por processos sociais de nível micro e mega que ocorrem nas diferentes sociedades em que a influência exercida pelas políticas sociais tem impacto no envelhecimento da população. É da competência das políticas sociais, intervir em questões relacionadas com o mercado de trabalho e a proteção social, entre outras, estabelecer a idade em que os sujeitos devem abandonar a sua atividade profissional ou definir o acesso aos sistemas de reforma. Este papel desempenhado pelas políticas sociais, torna as políticas públicas implementadas responsáveis por determinar o tipo de envelhecimento vivenciado em cada país (Walker, 2002b).

No que respeita à transição para a inatividade profissional/reforma verificou-se estar marcada por múltiplas variáveis, tal como a construção social das idades da vida. As mudanças sociais verificadas e o contexto político em que se vive (considerando o conjunto de desafios e influências que marcaram a história desse contexto) são fatores também eles relevantes.

A emergência dos Estados sociais teve como principal finalidade resolver os problemas causados pelas guerras, imputando ao Estado assegurar a paz, através de mecanismos de legitimação da autoridade dos governantes, através de um contrato/compromisso. Não obstante, esse consentimento entre a sociedade e a autoridade do regime político, o controle social que está subjacente legitima as desigualdades sociais, exercendo, segundo as ideologias weberianas, uma violência simbólica. Constituídos elementos estruturantes da sociedade: o Estado, o mercado e a comunidade, são da responsabilidade do Estado a articulação das relações e influências que uns geram sobre os outros e, não raras vezes, sobre ele próprio, criando tensões e conflitos (Estanque, 2017). Estas dinâmicas definem o Estado como “arena política”, campo de lutas, de forças e de alianças entre os oprimidos e os opressores. Originando várias formas de Estado: o Estado capitalista ou liberal, o Estado regulador, o Estado neoliberal, o Estado instrumento e Estado-providência ou de bem-estar. A hegemonia do Estado sobre o mercado e a comunidade, após a II Guerra Mundial, consolidou o Estado-providência na Europa, criando um equilíbrio entre a produção industrial e a redistribuição, promovendo o poder de compra e a sustentabilidade das

políticas de segurança e proteção social. O Estado-providência instaurado nas sociedades capitalistas, tem como base:

um pacto entre o capital e o trabalho sob a égide do Estado, com o objectivo fundamental de compatibilizar capitalismo e democracia; uma relação constante, mesmo que tensa, entre acumulação e legitimação; um elevado nível de despesas em investimentos e consumos sociais; e uma estrutura administrativa consciente de que os direitos sociais são direitos dos cidadãos e não produtos de benevolência estatal. (B. Santos, 1992, p. 47)

O Estado de bem-estar social assume um papel de regulador face aos conflitos sociais, pelo que assegura formas de redistribuir a riqueza produzida sob a forma de acesso aos serviços sociais, articulando este compromisso social entre o capitalismo industrial e a democracia política.

Com a instauração do Estado-providência assistiu-se a um alargamento dos direitos sociais e, concomitantemente, à reivindicação dos mesmos pela população, incluindo pelos mais idosos. Ao conjunto das intervenções públicas estruturantes, derivadas pela relação estabelecida, de forma explícita ou implícita, entre a “velhice” e a sociedade constituiu a emergência de uma política específica para os idosos (Guillemard, 1986, p. 157). Essas intervenções estatais sobre a velhice e a sociedade podem ser reconstruídas a partir de três eixos políticos: “a velhice como direito social à reforma”, “a velhice como modo de vida” e o “nível e modo de participação dos idosos no sistema de produção” (Guillemard, 1986, p. 158).

Desta forma, a evolução dos serviços sociais, concretamente, da proteção social, originou a constituição generalizada e a universalização dos sistemas de reforma o que marcou a forma de vivência na velhice e de gestão da mesma. As políticas sociais de proteção, tal como o direito à reforma e a intervenção das instituições e agentes especializados nas questões da velhice, foram responsáveis pela constituição da “*terceira idade*” como categoria social (Lenoir, 1998, p. 76). Aportando à velhice uma nova imagem, a terceira idade, exerce um papel de legitimação que contribuiu para uma categorização simbólica das gerações desconsideradas socialmente. O mesmo autor, salienta que os discursos sobre a velhice, com uma conotação negativa, são substituídos em benefício da forma como é considerada pela classe média, isto é, “pessoas idosas” ou “terceira idade”, que apresentam necessidades de atividades de natureza culturais e psicológicas. O “conceito de *terceira idade* pretende assim romper com uma imagem da velhice associada à decrepitude, à indigência, à dependência e doença, passando a significar uma velhice autónoma, capaz e ativa” (Veloso, 2011, p. 29).

Segundo Lenoir (1979), os primeiros regimes de reforma foram criados no século XVIII e generalizados nos finais do século XIX e inícios do século XX, transformando a “velhice invisível” numa “velhice identificada” (Guillemard, 1980).

Os sistemas de reforma foram criados com a finalidade de resolver o problema social causado com a “velhice”. As péssimas condições de vida e de trabalho vividas pelos operários na emergente sociedade industrial eram agravadas a partir do momento que estes deixavam de trabalhar, devido à organização capitalista dos mercados de trabalho e das atitudes associadas. Até à implementação dos sistemas de reforma, as pessoas idosas no fim da vida ativa, tidos como “improdutivos”, inválidos ou incapazes para produzir, não usufruíram salários ou reformas, estando ao encargo dos filhos ou das instituições de assistência social. A emergência das políticas de reforma garantiu um meio de subsistência permitindo uma manutenção financeira durante a velhice (Lenoir, 1998).

A análise da formação das políticas no contexto da terceira idade evidência lógicas sociais distintas, por vezes incongruentes aos princípios defendidos pelas políticas para a terceira idade. Deste modo, as ações desenvolvidas nos diferentes eixos (reforma, modos de vida, emprego) exprimem as relações de forças e as controvérsias entre os atores sociais, assim como, a sua capacidade de influência no Estado. (Guillemard, 1986, p. 170)

Entre 1945 e 1975, durante os “trinta anos gloriosos” do Estado-providência, as principais economias da Europa atravessaram um período de equilíbrio entre o Estado e o mercado, marcado pelo crescimento económico e uma harmonia entre a produção e distribuição, o que permitiu um maior poder de compra e a sustentabilidade das políticas de proteção social e de segurança, sugerindo ser o primeiro modelo económico e de bem-estar com êxito convertendo-se numa solução ao modelo de socialismo real, objetivando o desenvolvimento e a emancipação da humanidade (Estanque, 2017). O mesmo autor menciona, que a partir dos anos 70 e 80, a Europa confronta-se com ideologias liberais, globais em que o mercado ganha hegemonia com o recuo do Estado - o despotismo global ou despotismo hegemónico, em que a regulação se realizou através das múltiplas conexões transnacionais dinamizadas pela globalização e pelo capitalismo financeiro (p. 44-45). Nesta sequência, reconhece-se que após os 30 anos da instauração dos sistemas de segurança social, este já não funciona, a decadência do estado-providência representou uma “relevante e pertinente controvérsia cuja argumentação relativa à inviabilidade do modelo adotado, baseado na repartição, remetia frequentemente para a questão demográfica,

por um lado, e, por outro lado, para a organização ternária do ciclo de vida: formação, trabalho e reforma” (A. A. Fernandes, 2016, p. 14). Originando a transformação do desenvolvimento de políticas direcionadas para novas formas de vida na velhice centradas na inserção e manutenção social da população idosa, para uma política de velhice de gestão económica através de políticas como mecanismo regulador do emprego (Guillemard, 1986). Perseguindo essa perspetiva, Walker (2002b) adverte que os sistemas de proteção social europeus precisam de se adaptar às transformações demográficas, sociais e económicas ocorridas nas últimas décadas, tais como: a globalização, a natureza inconstante do mercado de trabalho, assim como, a reconstrução do curso de vida.

Desde os anos 60, assiste-se à emergência de várias correntes teóricas que objetivam um envelhecimento ativo, bem como, uma boa adaptação para fase de transição para a inatividade laboral, fazendo uma breve análise conclui-se que todas elas defendem uma participação ativa dos indivíduos na sociedade por forma a promover a sua inclusão, enfatizando a manutenção ou o aumento na participação em atividades de diversa natureza (Atchley, 2006; Cumming & Henry, 1961; Giddens, 2013; Riley & Riley, 2000; Tomás Agullón, 2001; Wang & Alterman, 2016). Neste sentido, Debert (1997), defende a pertinência para que o tempo de reforma se torne num período de transformação pessoal e de realização de atividades satisfatórias e agradáveis. Tendo em conta o mencionado, desde as políticas públicas sociais e/ou programas desenvolvidos por instâncias internacionais, às práticas desenvolvidas ao nível mais local, ou mesmo individual, são determinantes para um envelhecimento ativo e saudável. Em resposta ao envelhecimento da população, a Comissão Europeia e a Organização Mundial de Saúde conceituam as políticas e práticas promotoras do desenvolvimento e/ou manutenção de um envelhecimento ativo de grande relevância (OMS, 2015). Em Portugal, à semelhança dos Estados membros da União Europeia, o compromisso político com o envelhecimento ativo reflete uma posição de destaque nas agendas políticas. Reconhecido, a título de exemplo, no relatório do terceiro ciclo de revisão e avaliação da implementação do Plano Internacional de Ação de Madrid sobre o Envelhecimento [MIPAA] desenvolvido pelo Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social [MTSS], onde se ilustra as medidas implementadas em Portugal desde 2012 a 2016 em resposta aos objetivos estabelecidos na Declaração Ministerial de Viena e aos compromissos da Comissão Económica das Nações Unidas para a Europa [UNECE], da Estratégia de Implementação Regional (RIS) e do Plano Internacional de Ação de Madrid sobre o Envelhecimento (MTSS & GEP, 2017). Neste documento estão presentes as várias ações e medidas políticas implementadas em Portugal sobre

o envelhecimento, em torno de quatro objetivos: i) promover o prolongamento da vida ativa e manter a capacidade de trabalho; ii) promover a participação, a inclusão e a não discriminação social das pessoas mais velhas; iii) promover a saúde, a independência e a dignidade e, iv) reforçar a solidariedade entre gerações (MTSSS & GEP, 2017).

Quanto às iniciativas desenvolvidas de cariz socioeducativo salienta-se medidas políticas ativas de apoio ao emprego e formação profissional com particular atenção aos trabalhadores mais velhos; a promoção para a participação e integração dos idosos na sociedade através das universidades seniores e o projeto de voluntariado para maiores de 55 “Mais Valia”. A campanha “Locais de trabalho seguros e saudáveis” que entre outros objetivos, procurou encorajar o intercâmbio de informações e boas práticas nos locais de trabalho. A participação dos indivíduos idosos em programas de aprendizagem ao longo da vida por intermédio do Programa Qualifica, o Programa Formação em competências Básicas, promovido pelo Instituto de Emprego e Formação Profissional [IEFP], com o objetivo de melhorar as competências e aumentar a qualificação dos portugueses com vista a combater a exclusão social. Com o objetivo de promover a integração e participação das pessoas mais idosas em atividades de natureza cultural, desportiva, social e lazer destaca-se o “Programa Intergerações”, o “Projeto Viver Melhor”, o “Programa Dias tranquilos”, “Portugal no coração”, “Turismo Sénior e Saúde e Termalismo Sénior”. O desenvolvimento de ações de sensibilização e formação para as questões de género e envelhecimento, com o projeto “Género e Envelhecimento: o futuro começa agora!”, o “Projeto Género e Envelhecimento: planear o futuro agora!” e o “Programa Intergeneracional ImAGES”. Com a finalidade de fomentar e fortalecer o diálogo entre as gerações e a aprendizagem intergeracional enquadra-se o Programa Intergeneracional da Aldeia de Santa Isabel, onde foram desenvolvidos vários projetos, entre os quais, “Mais Viver Mais Aprender”, “Coração Amigo” e “Horta Comunitária”. Por fim, salienta-se ao nível de intervenção nas empresas o projeto “GRACE – Grupo de Reflexão e Apoio à Cidadania Empresarial” que se focou na partilha de boas práticas por forma a sensibilizar para o envelhecimento ativo e suas oportunidades e desafios (MTSSS & GEP, 2017). No mesmo ano, destaca-se também, a proposta do Grupo de Trabalho Interministerial (Despacho n.º 12427/2016) da Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável (ENEAS) 2017-2025 que confirma o compromisso assumido por Portugal com a Estratégia e o Plano de Ação Global para o Envelhecimento Saudável da Organização Mundial da Saúde e com os princípios e objetivos primordiais da União Europeia, em questões da promoção do envelhecimento ativo, presentes em iniciativas como as Propostas de Ação da UE para a promoção do Envelhecimento Ativo e Saudável

e da Solidariedade entre Gerações (ENEAS, 2017). A própria proposta da Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025, tem como missão “promover a saúde e o bem-estar, a participação, a não discriminação, a inclusão, a segurança e a investigação no sentido de aumentar a capacidade funcional, a autonomia e a qualidade de vida das pessoas à medida que envelhecem” (ENEAS, 2017, p. 18). Assente nos valores e princípios preconizados pelas Nações Unidas, OMS, Plano Nacional de Saúde, Lei de Bases do Sistema de Segurança Social e Ministério da Justiça, a ENEAS criou redes com o Plano Nacional de Saúde e os seus vários Programas Prioritários e Nacionais de Saúde, com a Estratégia e Plano de Ação Global para o Envelhecimento Saudável da Organização Mundial de Saúde, assim como, com as Propostas de Ação da União Europeia para a Promoção do Envelhecimento Ativo e Saudável e da Solidariedade entre Gerações, e ainda, com a Agenda 2030 (ENEAS, 2017). Estruturada em torno de 4 eixos estratégicos (saúde, participação, segurança e medição, monitorização e investigação) a sua intervenção é primordialmente centrada nos sistemas de saúde e social, contudo, assente numa abordagem intersectorial e multidisciplinar das entidades de economia social, procurando mobilizar vários setores, tais como: Ministério da Saúde, Direção-Geral da Saúde, Ministério da Justiça, Instituto da Segurança Social, I.P., Instituições Particulares de Solidariedade Social, Ministério da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior, Ministério da Educação, forças de segurança, Associação Portuguesa de Apoio à Vítima, Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género, Associação Nacional de Municípios Portugueses, Setor Social e Solidário, Rede Cidades Saudáveis, Instituto do Emprego e Formação Profissional, entre outras (ENEAS, 2017).

Também a Declaração de Lisboa, da 4ª Conferência Ministerial sobre o Envelhecimento da Comissão Económica Europeia [CEE], realizada em Lisboa (2017), sob o título, “Uma sociedade sustentável para todas as idades: realizar o potencial de viver mais tempo”, aponta para um avanço significativo na concretização dos compromissos traçados na estratégia regional de execução do Plano Internacional de Ação de Madrid, ao nível nacional ou local, admite ainda, a utilização de métodos inovadores na prestação de serviços educativos, formativos, de emprego, culturais, de lazer e do turismo social, de uma readaptação na saúde e nos serviços de proteção social, e do encorajamento de um abordagem intersectorial de trabalho em rede (CEE, 2017). Sublinha que as políticas de envelhecimento e a sua execução é da competência e da responsabilidade de toda a sociedade, reconhece existir uma ligação entre o envelhecimento populacional e o desenvolvimento económico, social e ambiental defendendo a implementação da Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas e da preconização dos seus objetivos, tais

como: a promoção do bem-estar em todas as idades, a promoção do emprego produtivo e de um trabalho decente para todos e o acesso à formação ao longo de toda a vida, entre outros (CEE, 2017).

Encontra-se também, vários projetos direcionados para o envelhecimento ativo promovidos por organizações não governamentais e dinamizados por diversas instituições, a título de exemplo, salienta-se o projeto “Bem envelhecer”¹², promovido pela European Anti Poverty (Rede Europeia Anti Pobreza), projetos desenvolvidos por consórcios em colaboração com universidades, como caso dos projetos: “Envelhecimento + Ativo”¹³ e o “Projeto Rede @proximar – Projeto de Apoio à População Idosa”¹⁴ desenvolvidos pela Universidade do Minho, o projeto “Porto4Ageing”¹⁵ da Universidade do Porto, o “Ageing@Coimbra”¹⁶ da Universidade de Coimbra e a Escola Superior de Enfermagem de Coimbra e Cáritas Diocesana de Coimbra, entre muitos outros. Em 2021, foi lançada pela Comissão Europeia a iniciativa “European Innovation Partnership in Active and Healthy Aging” (EIP on AHA), com a premissa de fomentar a inovação e a transformação na utilização do digital tendo em vista um envelhecimento ativo e saudável. No âmbito desta iniciativa, surge em 2021 a Rede Portuguesa de Envelhecimento Saudável e Ativo (RePEEnSA)¹⁷, integrando grupos de ação e os centros de referência em envelhecimento ativo e saudável, Porto4Ageing, Ageing@Coimbra, Lisbon-AHA, Algarve Active Ageing e o AgeINFuture. Composta por três pilares, o pilar “Envelhecimento Saudável e Ativo” é pretende implementar ações nas áreas: i) educação, formação e ações ao longo da vida; ii) adaptação do mercado de trabalho e, oportunidades e desafios da reforma. De referir o Programa de Aprendizagem ao Longo da Vida (PALV) criado em 2003 pela Universidade dos Açores em parceria com o poder local, que se destinava a estudantes seniores e/ou reformados alicerçado no pressuposto de combater o isolamento e a exclusão social e contribuir para o envelhecimento ativo (Medeiros, 2012). Ainda a um nível mais informal, salienta-se várias iniciativas dinamizadas por inúmeras organizações governamentais e não governamentais, como: instituições, associações, sindicatos, órgãos de poder local, IPSS, forças de segurança, entre outras.

Já no contexto da transição para a inatividade laboral, pese embora muitos estudos defendam a preparação para esta fase de vida em prol do envelhecimento ativo e bem sucedido (Barros de Oliveira, 2005; M. Ferreira, 2013; Neto, 2010; Simões, 2006; van Solinge & Henkens,

¹² <https://www.eapn.pt/projeto/201/projeto-bem-envelhecer-iv>

¹³ <http://www.sas.uminho.pt/Moduleleft.aspx?mdl=~ /Modules/Eventos/EventosView.aspx&ItemId=99&Mid=28&lang=pt-PT&pageid=35&tabid=23>

¹⁴ https://www.ie.uminho.pt/pt/Eventos/newsIEMinho/Paginas/News_julho2020/Projetos_de_Interacao_com_a_Sociedade.aspx

¹⁵ <https://www.porto4ageing.up.pt/>

¹⁶ <https://ageingcoimbra.pt/>

¹⁷ <https://repensa.pt/sobre/>

2005; Wang & Shultz, 2009), em Portugal não se verifica o desenvolvimento contínuo de projetos ou programas direcionados para este público e, quando existem, são projetos pontuais que se centram mais numa perspetiva de promoção da saúde, exemplo apresentado pelo projeto de investigação REATIVA. Desenvolvidos em 2013 e 2015, o Reforma e Programa REATIVA, incidiram a sua intervenção a sujeitos e respetivas famílias que se encontravam na fase de transição para a reforma ou na condição de reformados há menos de 5 anos inscritos em três unidades de saúde pertencentes à administração Regional de Saúde do Centro (Loureiro et al., 2015). Importa salientar uma iniciativa proposta pelo Instituto para o Desenvolvimento Social, o Projecto Recriar o Futuro que visava promover a preparação para a reforma. Segundo M. Ferreira (2013), este projeto não se encontra em execução devido à não existência de candidaturas por parte das entidades empregadoras. Ainda, numa perspetiva de educação para a reforma, verifica-se a dinamização de atividades educativas¹⁸, através de workshops, formações e seminários, por empresas privadas, particularmente por empresas de formação e consultoria.

3. Políticas públicas sociais de transição para a reforma no contexto português

Com um olhar mais introspetivo em Portugal, Ana A. Fernandes (2016, p. 22), especifica que “Portugal foi um dos países da Europa ocidental onde mais tardiamente foi institucionalizado o direito universal a uma pensão de reforma associada ao trabalho”. Com o surgimento de um Estado-providência em contraciclo, acompanhado por várias dificuldades e crescendo o facto de ser um país semiperiférico, nunca atingiu o poder semelhante aos restantes países (Estanque, 2017). No rescaldo de um golpe de Estado de 1976, Portugal caminha para um período de normalização constitucional, em direção de uma sociedade socialista sem classes sociais onde as forças de esquerda tinham grande hegemonia, em 1986 com a entrada na Comunidade Económica Europeia, assistiu-se a uma normalização sociológica, assegurando o capitalismo e a democracia burguesa. Declarado um país pouco industrializado com uma economia autarcia, de natureza semiperiférica, com a integração na CEE viu impulsionado, pelo menos, nos primeiros anos, a economia e a sua vertente social (B. Santos, 1992). Especificamente, nas políticas sociais e no emprego público, em particular, na área da educação e saúde, concluindo que, a europeização das políticas públicas interfere fortemente a economia e o setor social, não obstante não conseguiu um desenvolvimento similar aos restantes estados-membros (Estanque, 2017).

¹⁸ A título de exemplo: “Projeto R”, “EPIS” e “Fundação EDP”

Quanto às políticas para a terceira idade, entre 1975 e 1976, as principais mudanças registaram-se nos sistemas de reforma, já a forma de gerir e tratar a velhice foi-se alterando a um ritmo mais lento e progressivo (Veloso, 2007, 2011). A nova forma de gerir a velhice surge com a implementação de uma política de terceira idade, preconizada na Constituição de 1976, em que foram propostas medidas que visavam a manutenção dos idosos no domicílio. De modo a garantir, a vivência da velhice de forma autónoma e ativa, fomentando a integração social e promover o envelhecimento através de dinâmicas socioculturais, recreativas e desportivas. Assim, impulsionada por esta política, assistiu-se à criação e expansão de serviços e instituições para a terceira idade. Mais especificamente, a constituição de centros de dia, apoio domiciliário, centros de convívio, lares, casa de repouso e Universidades da Terceira Idade. No entanto, no período compreendido entre 1985 e 1995, no contexto de crise do Estado-providência ocorre um desinvestimento público, no que às políticas específicas para a terceira idade diz respeito, optando-se pela promoção de iniciativas do foro privado ou do setor social, como, as IPSS (Veloso, 2011). Apesar da adesão de Portugal à Comunidade Europeia, ter ocorrido em 1986, a sua expressão só se fez sentir na década de 90, com o surgimento do primeiro Programa de Apoio Comunitário às Pessoas Idosas. Em 1992, o Conselho das Comunidade Europeias tendo em consideração o Ano Europeu dos Idosos e da Solidariedade entre as Gerações (1993), preconizou o desenvolvimento de várias ações de informação e sensibilização, assim como a criação de uma rede de projetos-piloto, com vista a persecução dos objetivos: enfatizar a dimensão social comunitária, sensibilizar a sociedade para as questões relacionadas com a população idosa e promover a solidariedade entre gerações (Decisão do Conselho n.º 92/440/CEE citado em Veloso, 2004). O Programa de Apoio Integrado a Idosos, implementado em 1994, promoveu diferentes projetos tais como: serviço de apoio domiciliário, centro de apoio a dependentes, passes para a terceira idade, cartão do idoso, serviço de telealarme e formação de serviços humanos. Além destes, foram ainda financiados projetos na área da saúde e termalismo e o turismo sénior, estes geridos pela Fundação INATEL (Veloso, 2011). Citando a mesma autora, em 1999, Ano Internacional das Pessoas Idosas, decorreu em Portugal um levantamento da situação dos idosos no contexto do sistema educativo. Os dados obtidos revelaram a existência de pessoas idosas a frequentarem o 1º e 2º ciclo; a presença de bolseiros como formadores, com mais de 60 anos e que orientavam cursos relacionados às artes no contexto educativo extraescolar; que os cursos de culinária, costura, bordados e tecelagem eram assistidos por sujeitos com idade superior a 60 anos; as atividades de ocupação de tempos livres eram dinamizadas por professores e bolseiros, tendo

lugar nos centros sociais, de dia, de convívio, lares e patronatos; a presença de projetos educativos promotores da defesa do ambiente, a solidariedade e a entreatajuda dando origem a projetos de intervenção socioeducativa, cultural e recreativa e projetos intergeracionais e, a natureza pontual das iniciativas organizadas. O que demonstra a “inexistência de uma política global e integrada, quer a nível da política para a terceira idade, quer da política da Educação de Adultos” (Velo, 2011, p. 117).

No entendimento de B. Santos (1992), Portugal um semi-estado-providência viu ampliado os direitos sociais e a desvitalização das lutas de classe, contudo este assentou-se num modelo antagónico, onde a democracia e capitalismo são incompatíveis, com a articulação entre o capital e o trabalho. Não havendo capitalismo sem exploração e coerção, génese do estado capitalista e, estado-providência sem aquisição de direitos, verificou-se uma humanização da exploração, o que constitui um paradoxo. Mais tarde, a universalização do capitalismo, as funções do Estado estão iminentes à vinculação dos interesses do mercado, no controlo social e na manutenção da ordem do *status quo*, admitindo-se que o processo de globalização que estava a ocorrer, intensificou as interações de escala mundial. Defendendo não existir um único processo de globalização, B. Santos (2002, p. 26), define esses processos como “fenómenos multifacetados com dimensões económicas, sociais, políticas, culturais, religiosas e jurídicas interligadas de modo complexo”. Ao que Giddens (1991, p. 153), acrescenta que embora a globalização seja “um processo de desenvolvimento desigual que tanto fragmenta quanto coordena” e que tendencialmente se desenvolve à escala mundial, existem e coexistem outras realidades que se cruzam e articulam, organizando redes de organizações sociais. Processo complexo que tem como uma das suas consequências a reestruturação de novas formas de vida, não se resumindo apenas a uma luta de poderes ou de influências das comunidades locais ou dos Estados para o campo global, a globalização, cria também pressões para outorgar autonomia ao nível local (Giddens, 2006), resultado da criação de realidades heterogéneas, construídas pela ação humana. Neste sentido, perante um contexto de globalização, a integração dos países nas organizações de instâncias internacionais, conduziu a uma redução do Estado de bem-estar e a uma desresponsabilização do papel do Estado em termos das políticas, sem exceção para as políticas de educação, transferindo a responsabilidade do governo para as empresas e sociedade civil (Field & Schemmann, 1997). A título ilustrativo, convoca-se a “Estratégia Nacional de Envelhecimento Activo” referido no relatório do Plano Nacional de Emprego 2005-2008 (Portugal, 2005), em que, se por um lado, Portugal implementa as normas provenientes da União Europeia e de instâncias internacionais, tais como:

Organização das Nações Unidas, Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico, Organização Internacional do Trabalho e Banco Mundial, sobre as medidas que devem ser tomadas, face às implicações do envelhecimento populacional na economia, no mercado de trabalho e na sustentabilidade dos sistemas de segurança social. Por outro lado, assistiu-se a instituições particulares de solidariedade social, entre outras, a desenvolverem e/ou criarem respostas necessárias para o cumprimento dessas medidas (Veloso, 2011).

Interessa aqui especificar, que, em Portugal, essa transferência de responsabilidade do Estado para as empresas e sociedade civil não se verificou, mais sim, uma incorporação por parte da sociedade civil nas funções do Estado. Como se verificou, a entrada de Portugal na União Europeia, não trouxe só vantagens, como outros países europeus, ao integrar uma instância supranacional perde-se autonomia e soberania, visto que o seu papel de influência foi reduzido em prol das orientações das agendas globais, do mesmo modo, que as políticas educativas. No entanto, as particularidades da sociedade portuguesa, no que à dimensão social diz respeito, a sua “economia solidária”, mais conhecida por terceiro setor, tem exercido um papel importante ao nível da solidariedade, minimizando as ineficiências do Estado social o que auxiliou a “despolitizar” medidas de exigência europeia (Estanque, 2017, p. 54). Ideia esta defendida por B. Santos (1992, p. 47), ao referir que “o défice da atuação do Estado Português” é compensado por uma sociedade providência forte. Dado que o terceiro setor pode “protagonizar uma nova proposta de regulação social, mais justa, capaz de repor a equação entre regulação social e emancipação social” (B. Santos 1999, p. 19). Processo que se tem acentuado com a crise económica e as políticas de austeridade implementadas (Capucha, 2014; Estanque, 2017). Essas instituições e organizações intentam constituir uma economia social e solidária, isto é, uma “economia mais justa, democrática e sustentável, com a produção e distribuição de bens e serviços necessários a uma vida digna” (Ramos, 2011, p. 256). A este respeito, convoca-se Afonso (2003), que sustenta,

ser necessário discutir em maior profundidade a valorização das redes (ou parcerias) entre actores colectivos e o Estado, porque, embora traduzam uma das alternativas mais inovadoras e interessantes das actuais políticas educacionais, elas também escondem uma nova (e mais eficaz) forma de legitimação da ação do Estado, num contexto de retração das políticas públicas e dos direitos sociais, económicos e culturais. (p. 40)

Uma vez, que o terceiro setor, embora fundado por iniciativas privadas, tem financiamento e orientações do Estado (Ramos, 2011). Neste sentido, B. Santos (2002, pp. 30-31), refere existir pelo menos dois tipos de globalização: a globalização neoliberal representante de um “regime de acumulação do capital” visando “dessocializar o capital”, que compete com uma “globalização alternativa, contra hegemônica” composta por iniciativas e movimentos sociais que procuram um mundo melhor e mais justo, criando “novos caminhos de emancipação social”, propondo entre outros uma democracia participativa. Para que tal ocorra, é necessário promover a participação ativa dos agentes sociais, por forma a dotar os indivíduos de “ferramentas e competências emancipatórias e de empoderamento” tendo em vista o desenvolvimento pessoal e das comunidades. Através de práticas impulsionadoras do intercâmbio geracional, intergeracional e interinstitucional, que lhes permitam a aquisição de novas competências e aprendizagens e que, intensifique as relações interpessoais e de convivialidade, proporcionando o bem-estar físico e psicológico, bem como, a melhoria da qualidade de vida (Nunes & C. Antunes, 2017). Fazendo referência a Amartya Sen (2007), o processo de desenvolvimento pessoal e comunitário é fortemente motivado pela inter-relação dos papéis instrumentais da liberdade: as facilidades económicas, as liberdades políticas, as oportunidades sociais, as garantias de transparência e a segurança protetora, e a necessidade de expansão e apoio a uma panóplia de instituições, tais como, sistemas democráticos e serviços de educação, entre outras, que podem integrar um conjunto de iniciativas privadas ou públicas, onde a liberdade é primordial no que respeita aos fins e ao meios desse desenvolvimento, visto que os indivíduos devem estar ativamente implicados nesse processo. Esta participação ativa e o sentimento de criação de valor são impactantes para o desenvolvimento do bem-estar, para o aumento e/ou manutenção da qualidade de vida, para a aquisição de novas aprendizagens e partilha de saberes, para a convivência, favorecendo a vivência de um envelhecimento ativo e de desenvolvimento pessoal ao longo da vida. A participação dos indivíduos na transformação das suas realidades permite, não só melhorar as condições de vida da própria pessoa, mas também a transformar e a desenvolver as comunidades onde estão inseridos, reforçando o sentimento de pertença e de desenvolvimento sociocomunitário, promovendo uma melhor adaptação à fase de vida que estão vivenciando. Em jeito de conclusão, A. Teixeira Fernandes (2005), admite que, por forma a contrariar o movimento neoliberal da época atual, deve-se valorizar a velhice como uma fase em desenvolvimento, auxiliando os idosos a experimentar os seus direitos e deveres de cidadania, sociais e culturais, constituindo um desafio não só para o Estado, mas para as instituições e sociedade civil, um desafio coletivo e individual.

A participação ativa dos indivíduos reformados nas comunidades em que estão inseridos permite-lhes viver essa fase da vida com significado, apropriando-se do tempo de reforma como espaço de “adaptações, aprendizagens, desafios, oportunidades de concretização de projectos/desejos” (Veloso, 2004, pp. 380-381). Os autores Cachioni e Neri (2004) sublinham a importância do envolvimento e/ou participação ativa dos idosos na sociedade, como meio de *empowerment* dos sujeitos através do reconhecimento dos seus saberes e experiências de vida.

Como se pode constatar, ao longo de décadas, a Educação de Adultos foi sofrendo várias transformações devido às conjunturas da época, demonstradas nas CONFINTEA que têm vindo a ser realizadas. Aqui importa salientar, no que à União Europeia e a Portugal dizem respeito, a educação direcionada para os adultos idosos começa a ganhar relevância na Europa após 2006, mas só em 2012, decretado o Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e Solidariedade entre Gerações, é que atinge a reputação de que goza atualmente (Guimarães & F. Antunes, 2016).

Contudo, vários autores reconhecem a falta de valorização das políticas educativas, confirmando a inexistência de políticas contínuas e globais da Educação de Adultos, uma Educação de Adultos assente em valores democráticos e emancipatórios, levando à marginalização deste campo (C. Antunes, 2008; Canário, 2013; L. Lima, 2007; Veloso, 2004, 2011). Acrescentam ainda que o Estado assume um papel muito reduzido no que respeita às dimensões socioeducativas desse processo, dando prioridade a programas e políticas educativas de natureza economicista, onde é valorizada a educação e formação profissional, direcionada para jovens e adultos que se encontrem em idade ativa, excluindo desta forma os reformados (C. Antunes, 2008; Veloso, 2004, 2011). A educação direcionada para este segmento da população surgiu e desenvolveu-se à margem do poder central do Estado (Guimarães & F. Antunes, 2016).

4. A considerar...

A Educação de Adultos integra uma panóplia diversa de conteúdos e práticas, por forma a habilitar as pessoas com conhecimentos e valores essenciais para o seu desenvolvimento holístico, objetivando uma participação ativa na sociedade através do exercício dos seus direitos e da tomada de decisão informada. Entendida como meio essencial para a promoção de uma participação ativa na sociedade, para a inclusão social e melhoria da qualidade de vida das pessoas e das comunidades. Essa pode ser considerada uma abordagem ideal aos objetivos inerentes ao desenvolvimento de políticas e programas socioeducativos direcionados aos adultos na transição

para a inatividade laboral e reforma. Visão alicerçada à escala mundial pelas Conferências Internacionais da UNESCO, particularmente conhecidas como CONFINTEA, que se foram desenrolando com o intuito da Educação de Adultos servir de ferramenta para o desenvolvimento político, social e humanitário da época. As Conferências Internacionais, para além de fornecer uma visão do espírito e circunstâncias desse período, pretendiam reunir um conjunto de visões idealísticas e de orientações estratégicas que apontassem qual o rumo a seguir pela Humanidade (Ireland & Spezia, 2014).

Apesar da participação nacional nesta Conferências Internacionais, em Portugal, o seu contexto político tem sido marcado por “políticas educativas descontínuas” provocando “ausências, discontinuidades e abandonos” nas agendas de política educativa, constituindo “uma presença apagada e intermitente da Educação de Adultos” (L. Lima, 2007, pp. 71-73). Essa inconsistência no desenvolvimento de políticas públicas globais e polifacetadas, aliada ao facto de Portugal ter sido um dos países da Europa Ocidental onde mais tardiamente foi institucionalizado o direito universal a uma pensão de reforma associada ao trabalho, permite reconhecer inúmeros problemas no campo da Educação de Adultos, tais como, o reduzido reconhecimento social, a predominância do curto prazo, a inexistência de financiamento específico, a excessiva valorização de projetos e ações de carácter formal, o peso da não participação, a diversidade de formas de intervenção educativa e pedagógica, e a integração fácil em projetos que não são exclusivamente voltados para a Educação de Adultos.

Ao longo do presente capítulo também foram analisadas as políticas e desafios colocados ao envelhecimento ativo, bem como as políticas sociais e educativas implementadas e os programas educativos desenvolvidos ao longo dos últimos anos. Concluindo-se neste âmbito que, independentemente das particularidades experimentadas na entrada da reforma, os indivíduos vivenciam-na de forma muito singular e que a falta de uma boa adaptação podia gerar sentimentos que contrariam a conceção de um envelhecimento ativo. Ou seja, apesar de estarem demonstrados os efeitos positivos de uma preparação para a inatividade laboral através de dinâmicas socioeducativas, em Portugal, esta prática está longe de ser concretizada. É com base nestes pressupostos que foram identificadas as duas últimas questões de investigação norteadoras desta tese: Como são entendidas as dimensões socioeducativas destes processos pelos indivíduos? e, Como se articulam as políticas públicas e educativas com a transição para a condição sénior e o envelhecimento ativo?.

CAPÍTULO III - METODOLOGIA DE INVESTIGAÇÃO

Neste capítulo pretende-se fazer uma breve exposição sobre a metodologia de investigação utilizada, de uma forma reflexiva, a fim de compreender e apreender de forma mais aprofundada as realidades do objeto em estudo. Deste modo, importa clarificar alguns conceitos utilizados durante o processo investigativo.

Definindo a investigação como “tentativa sistemática de atribuição a respostas às questões” que o pesquisador pretende obter (Tuckman, 2000, p. 5), esta deve estar devidamente fundamentada em pressupostos teóricos válidos pela comunidade científica. Chizzotti (1991, p. 35) caracteriza o processo de investigação como “o conjunto de operações sucessivas e distintas, mas interdependentes, realizadas por um ou mais investigadores, a fim de recolher sistematicamente informações válidas sobre um fenómeno observável, para explicá-lo e compreendê-lo”. Desta forma, todo o processo investigativo deve atender às várias dimensões teóricas no qual se inscreve, desde a sua idealização à sua concretização, iniciando por responder às questões: “como se constrói o conhecimento científico?” e “o que é real e o que é a realidade?”. Estas duas questões podem ser respondidas articulando o conceito – Epistemologia. Segundo o dicionário da Porto Editora, Epistemologia deriva de grego epistémē (conhecimento) + logos (tratado) + -ia, assim, tendo em conta o referido, define-se por “gnosiologia ou teoria do conhecimento”, no seu sentido lato senso, ou “estudo crítico dos princípios, hipóteses e resultados das diversas ciências, com o fim de lhes determinar a origem lógica, o valor e o objetivo”.

O conceito de paradigma é definido por Thomas Kuhn como “realizações científicas universalmente reconhecidas que, durante algum tempo, fornecem problemas e soluções modelares para uma comunidade de praticantes de uma ciência” (Kuhn, 1998, p. 133), considerados a “fonte de métodos, áreas problemáticas e padrões de solução aceites por qualquer comunidade científica amadurecida, em qualquer época” (Kuhn, 1998, p. 137). Muito embora criticado por vários autores das Ciências Sociais e Humanas, entre os quais, Hermínio Martins (1996, p. 74), pelo paradoxo que apresenta aos investigadores das ciência sociais kuhnianos, defendendo que “os “paradigmas” kuhnianos são, virtualmente por definição, monopolistas, hegemónicos e exclusivos durante um certo período de tempo” (p. 77), enfatiza ainda a ideia contraditória da existência “de paradigmas coexistentes, incompatíveis e competitivos, excepto numa situação” (p. 77) de conflito entre o paradigma vigente/dominante e do “candidato a

paradigma (...) [sendo estes] limitados a segmentos de disciplinas” (p. 78). Uma outra crítica assenta na defesa “da metodologia como geradora e guardiã do consenso” (p. 78), já que esta rejeita que os “métodos de investigação não são desprovidos de teoria ou epistemologicamente neutrais” (p. 79). Continuando nas críticas feitas aos investigadores da sociologia, concretamente aos que metodologicamente recorrem “ao modelo de consenso combinada com o de um modelo de sistemas sociais anti-consenso” (Martins, 1996, p. 81), ou seja, com a teoria do conflito. Os paradigmas epistemológicos dizem respeito “à forma pela qual é concebida a relação entre sujeito e objeto no processo de conhecimento” (Severino, 2002, p. 108). Na esteira de outros autores, dada a complexidade e a pluralidade do objeto de estudo das ciências sociais e humanas, pelo facto de este não poder ser investigado nem compreendido recorrendo a um só paradigma epistemológico tornou-se essencial afastar a hegemonia nomotética do paradigma positivista vigente, criando-se novos paradigmas alternativos o que se pode designar por um “pluralismo paradigmático” (Severino, 2002, p. 108), assumindo desta forma o carácter subjetivo e transdisciplinar da teoria, fundamental para a apreensão de todos os fenómenos das ciências da educação, tendo em consideração que o seu objeto de estudo é um “objeto em construção” (Carvalho, 1996, p. 129), não sendo possível desintegrar os seus princípios ideológicos marcados socioculturalmente reprodutores de valores (Carvalho, 1996, p. 146).

A especificidade das Ciências da Educação reside no facto de que o(s) sujeito(s) envolvidos (s) são seres repletos de singularidade e complexidade, uma vez que cada indivíduo é considerado “uma pessoa única, irrepitível e insubstituível” (Dias, 2009, p. 252). Essa particularidade torna as Ciências Sociais pluri ou multiparadigmáticas e incomensuráveis resultado de uma abordagem construtivista, dialética e hermenêutica, antagónica à abordagem positivista existente, a qual está condicionada por um regime autárcico, monoparadigmático. Na ótica de Martins (1996, p. 241), a racionalidade dialética é a única que pode levar por diante o projeto da emancipação humana. Dito isto, Boaventura de Sousa Santos (1993, p. 37) acrescenta que um paradigma deve ser simultaneamente científico e social, originando a aproximação das ciências naturais e das sociais e a respetiva distinção e entre elas, que por sua vez, valoriza os estudos humanísticos (pp. 40-43). Podendo-se afirmar que, se as ciências são uma construção social, todas as ciências são humanas. Resumido de uma forma singular por Almeida e Pinto (1987, pp. 365-366) quando referem que “os produtos-conhecimentos resultantes de uma prática científica são, duplamente determinados: directamente, pelas condições teóricas da produção científica; indirectamente, pelas condições sociais dessa produção”. Seguindo a mesma linha de pensamento, Caride Gómez

(2005), define paradigma como a totalidade de valores, crenças, técnicas e soluções demonstradas/utilizadas numa determinada investigação/estudo, sendo que, os modelos e técnicas utilizadas na investigação, são condicionados pelo mesmo. Considerando esta perspetiva pode-se assim inferir, que toda a investigação, metodologia, métodos e técnicas, embora regida por um paradigma epistemológico, é fortemente influenciável pelas ideologias políticas, socioculturais e religiosas, bem como, pelos saberes/conhecimentos das experiências/vivências dos indivíduos. Reforçando este ideal (B. Santos, 1993, p. 58) alega que “a condição epistemológica da ciência repercute-se na condição existencial dos cientistas”.

Por conseguinte, a investigação é descrita como “um procedimento formal com método de pensamento reflexivo que requer um tratamento científico e se constitui no caminho para se conhecer a realidade ou para descobrir verdades parciais” (Marconi & Lakatos, 2007, p. 15), ou seja, para a criação, aprofundamento e/ou compreensão de um determinado conhecimento. A pesquisa social apresenta, assim, uma variedade de propósitos, entre os quais: exploração, descrição, compreensão e explicação dos fenómenos, pode também tentar incentivar a mudança dessa realidade e possível avaliação dessa mudança (Blaikie, 1995, p. 203). A realidade é assim percecionada pelo “conjunto de significados socialmente construídos e negociados; ela dá-se a conhecer da forma como é percebida” (Bogdan & Biklen, 1994, p. 54). “Afinal, se todo o conhecimento é autoconhecimento, também o desconhecimento é auto-desconhecimento” (B. Santos, 2008, p. 92). Neste contexto, é pertinente reafirmar os campos da investigação científica das Ciências Sociais e Humanas, mais concretamente das Ciências de Educação, não se dedicam à análise direta da realidade em si ou de suas partes fragmentadas, mas sim no estudo de objetos científicos que são construídos através da própria atividade investigativa (Canário, 2005). Neste sentido, o conhecimento a construir tem por base fundamentos teóricos conceptuais e metodológicos cientificamente válidos, reconhecidos e agregados por outros pesquisadores (Pacheco, 2010, p. 13). Devendo, contudo, rejeitar a vertente economicista e competitiva marcada pelo do contexto político e institucional da investigação para usos meramente políticos e ideológicos da classe dominante (L. Lima, 2010, p. 63). Perante o exposto, Canário (1995) atesta que toda a investigação tem inerente o seu objetivo de estudo, delineado a partir de uma visão científica particular sobre o fragmento da realidade que se pretende estudar.

Desta forma, considera-se que a construção de qualquer dispositivo investigativo constitui um processo em que “os modos de investigação e as técnicas de recolha de informação decorrem,

e são parte constitutiva e integrante, do processo de construção do objecto de estudo” (Canário, 1995, p. 106).

Destarte, importa esclarecer o que se entende por metodologia, método e técnicas, uma vez que, é uma questão problemática e sem consenso entre os vários especialistas da área. Por metodologia entende-se por um exame crítico aos métodos e técnicas empregues dando sentido à investigação, entendida por Almeida e Pinto (1987, p. 384) “a organização crítica das práticas de investigação”. Como perspectiva orientadora de todo o processo de investigação, Marconi e Lakatos (2003, p. 221) mencionam que a sua especificidade procura responder “a um só tempo, às questões como?, com quê?, onde?, quanto?”, abarcando para tal: o método de abordagem, “caracterizado por uma abordagem mais ampla, em nível de abstração mais elevado, dos fenômenos da natureza e da sociedade (..), que engloba o indutivo, o dedutivo, o hipotético-dedutivo e o dialético” e, o método de procedimento constituído por “etapas mais concretas da investigação, com finalidade mais restrita em termos de explicação geral dos fenômenos menos abstratos”. Tendo como objetivo entender todo o processo de investigação nos seus vários estágios.

Os métodos, por sua vez, são considerados como uma característica de investigar, condicionada pelo objetivo e abordagem que orienta (Rodríguez Gómez, Gil Flores & García Jiménez, 1996). Podendo ser apontados como uma filosofia de trabalho que confere sentido às técnicas, percecionados como uma estratégia integrada de pesquisa que “organiza criticamente as práticas de investigação” (Costa, 1987, p. 129). Entendido por Marconi e Lakatos (2003, p. 83), como “o conjunto das atividades sistemáticas e racionais que, com maior segurança e economia, permite alcançar o objetivo - conhecimentos válidos e verdadeiros -, traçando o caminho a ser seguido, detectando erros e auxiliando as decisões do cientista”. Sendo definido por Bisquerra (1989) como o caminho/trajeto a seguir na construção do conhecimento. Seguindo Almeida e Pinto (1987, pp. 384-386), os métodos são compostos pelas operações técnicas de investigação, podendo ser de natureza experimental, de medida e de casos. As técnicas de investigação são caracterizadas pelos “procedimentos bem definidos e transmissíveis, destinados na recolha e tratamento da informação requerida pela atividade de pesquisa” (Almeida & Pinto, 1987, p. 380). Com carácter instrumental, são consideradas práticas de recolha de informações, que contemplam “um conjunto de preceitos ou processos de que se serve uma ciência, [mas], também, a habilidade para usar esses preceitos ou normas, na obtenção de seus propósitos” (Marconi & Lakatos, 2003, p. 222). Dito isto, como investigadores, importa refletir no seguinte

pensamento: dominar o método e a teoria é tornar-se um pensador consciente de si, um homem que trabalha e tem consciência das suposições e implicações do que pretende fazer. Ser dominado pelo método é simplesmente ser impedido de trabalhar, de tentar, ou seja, de descobrir alguma coisa que esteja acontecendo no mundo (Mills, 1982, p. 133).

Neste seguimento, Giddens (1996, p. 183) argumenta que a investigação em Ciências Sociais deve seguir aproximadamente uma proposta que atente: i) o objeto de estudo, isto é, a produção da sociedade e sua reprodução; ii) os limites e os modos de ação da investigação; iii) a forma em que a realidade social é observada e caracterizada e, v) a concetualização deve ser realizada tendo em consideração os quadros de significado apresentado como “metalinguagens”.

Sendo a vivência da passagem para a reforma condicionada por fatores que influenciam a probabilidade da experiência de um envelhecimento ativo, numa perspetiva de educação ao longo da vida, importa aprofundar este tema por forma a melhor o compreender. Desta forma, para a realização deste estudo, recorreu-se a uma investigação ancorada numa abordagem metodológica mista, que combina procedimentos e técnicas de natureza quantitativa e qualitativa, numa tentativa de estudar o fenómeno num todo.

Embora, consideradas antagónicas no extremo das suas conceções epistemológicas, o seu uso simultâneo torna-as complementares, de referir ainda, que as suas características não são estanques podendo-se articular entre elas, criando uma espécie de “hibridismo metodológico”. Deste modo, o uso destas duas perspetivas metodológicas, embora diferentes, complementam-se no estudo de uma temática, compensando as fraquezas e os aspetos não observáveis de cada método (Flick, 2013, p. 270), podendo suprir as suas limitações. Já como argumenta Blaikie (1995, p. 215), não existe uma fórmula ideal para alcançar o conhecimento social e, todos e qualquer métodos e técnicas de investigação envolvem não só suposições, julgamentos ou compromissos, mas também possuem as suas deficiências.

A abordagem quantitativa assente num polo positivista em que o conhecimento é, segundo os autores Lessard-Hébert, Goutin e Goyettee (1994, pp. 37-41), construído na experiência empírica fundamentando-se nos seguintes propósitos: no simplismo; no materialismo e realismo ingénuo, no objetivismo e no empirismo, no nomotetismo, na predição e na neutralidade axiológica. Tendo em conta esta perspetiva, a abordagem quantitativa baseia a sua ação na mensuração ou quantificação, denominados hipotéticodedutivos são particularistas e objetivos, sendo orientados para o resultado os dados apresentados são fiáveis, a sua abordagem centra-se num polo mais positivista, ocorrendo um maior distanciamento entre o investigado e investigador,

existindo, portanto, uma menor interferência (Cook & Reichardt, 1979). A investigação que mobiliza procedimentos de natureza quantitativa (como o inquérito por questionário) permite recolher dados de uma amostra de indivíduos mais alargada, proporcionando um estudo representativo da população-alvo, facilitando a análise e interpretação dos resultados evitando distorções (Diehl & Tatim, 2004), conseguindo-se maior controlo das variáveis (Cook & Reichardt, 1979).

A investigação qualitativa, por sua vez, mostra-se particularmente relevante no “estudo das relações sociais, dada a pluralidade dos universos de vida”, fruto das constantes alterações sociais e consecutiva multiplicidade dos contextos e estilos de vida (Flick, 2013, p. 2). Apresenta como principal finalidade investigar os fenómenos no seu ambiente natural analisando toda a sua complexidade, com o intuito de melhor compreender os comportamentos e os critérios dos investigados a partir da leitura que estes fazem da sua realidade, sendo a recolha de informação realizada através do contacto direto com os indivíduos, pretendendo ser o mais descritiva possível (Bogdan & Biklen, 1994). Assumindo a realidade e o sujeito elementos indissociáveis, a abordagem qualitativa é um processo dinâmico entre situações/problema e respetiva interpretação, em que o investigador assume uma atitude participante (Hernández Sampieri, & Fernández Collado & Baptista Lucio 2003). O sujeito é tido como um ser em permanente interação com o meio, sendo o conhecimento resultado de um construto derivado de subjetividades e experiências dos indivíduos (Caride Gómez, 2005). Com o propósito de compreender pormenorizadamente e interpretar os comportamentos e significações dos investigados (Giroux & Tremblay, 2009). Posto que, “os sujeitos só compreendem o mundo social que os compreende” (Bourdieu, 2006, p. 446). Através de retratos sociológicos, baseados em 10 entrevistas biográficas, procurou-se aprofundar exhaustivamente as perspetivas e experiências dos sujeitos sobre a condição sénior e o envelhecimento ativo, tendo como ponto de referência a transição para a inatividade profissional/reforma nas dimensões socioeducativas.

Como se apontou, esta investigação foi constituída por uma *pluralidade metodológica*, combinando procedimentos mais típicos de abordagens quantitativas, num primeiro momento, para seguidamente aprofundar o conhecimento através de procedimentos metodológicos qualitativos.

1. Pesquisa e análise documental

A pesquisa documental, percebida como método de colheita e verificação de informação pertinente para a investigação, constitui um elemento da heurística investigativa (Albarello et al., 1997). Neste seguimento, este estudo iniciou-se com pesquisa documental que se desenrolou em todas as fases de investigação. Foi com base na pesquisa e análise documental que foi desenvolvida a construção do referencial teórico, tal como refere Giddens (1996, p. 167) em sociologia como em qualquer tipo de ciência “não existem observações ou «dados» isentos de teoria”. Como método de recolha e de verificação de dados a pesquisa documental possibilitou aprofundar o quadro teórico proporcionando o conhecimento do “estado da arte” assim como, obter modelos comparativos da problemática (Saint- Georges, 1997). Já que, explícita ou não, todo o tipo de investigação tem a teoria como base (Bogdan & Bliklen, 2010, p. 52). A sua utilização justifica-se pelo interesse do levantamento documental, com a finalidade de os analisar ou encontrar elementos pertinentes à problemática em estudo (Quivy & Campenhoudt, 1998).

Quanto à análise documental, o seu principal objetivo prendeu-se com a dedução lógica das informações organizadas (Vala, 2001). Podendo contemplar documentos de diversa natureza e fontes (Albarello et al., 1997; Bogdan & Biklen, 1994) para este estudo centrámo-nos na análise documental essencialmente em vários documentos institucionais e legislativos, como relatórios de Conferências e Programas de Governos Constitucionais de instâncias nacionais e internacionais de educação e de educação de adultos, nomeadamente da UNESCO, CE, OCDE, OMS e WHO; Decretos-lei; dados estatísticos do PORDATA e INE e em obras e/ou trabalhos de autores de referência nas áreas a estudar, entre outras fontes de dados. A análise de informação incidiu ainda nos dados recolhidos através dos inquéritos por questionário, diários de bordo e nas entrevistas.

Esta estratégia proporcionou reunir um vasto conhecimento e entendimento da problemática, tendo como referência os vários especialistas da área a estudar, as políticas públicas implementadas nacionalmente e internacionais, assim como, as percepções e experiências dos investigados.

Com intuito de esclarecer e confirmar as informações recolhidas, procedeu-se a uma triangulação de dados. Como *modus operandi*, o cruzamento dos dados científicos com os empíricos permitiu obter um leque plural de informações sobre uma determinada realidade, não se resumindo unicamente a representações de um ator, servindo também, como modo de validação dos dados (Albarello, et al., 1997; Merriam, 1998; Stake, 1995; Yin, 2002).

2. Inquérito por questionário

Com uma abordagem quantitativa, utilizou-se o inquérito por questionário, processo técnico recorrentemente empregue na investigação empírica por parte das ciências sociais, principalmente utilizado quando se objetiva alcançar uma amostra ampla da população a investigar (Diehl & Tatim, 2004) permitiu recolher informações num breve espaço de tempo sobre os comportamentos de um indivíduo (Ghiglione & Matalon, 1993). O seu propósito dirigiu-se a obter um maior conhecimento do público, no que respeita às suas condições de vida, concretamente a situação socioprofissional ou familiar, condutas ou valores (Quivy & Campenhoudt, 1998) na transição para a inatividade laboral e condição sénior. Assumido por Albarello e colegas (1997, p. 52), como “tanto um ponto de chegada de uma reflexão como o ponto de partida para análises ulteriores”, a sua elaboração instiga a uma reflexão do processo investigativo, servindo de base para a construção do guião das entrevistas. O inquérito baseou-se num conjunto de perguntas padronizadas (Albarello et al., 1997; Almeida & Pinto, 1980), embora neste caso ao contrário do que defendem os autores citados, não foi aplicado em amostras representativas do público a investigar, uma vez, que o objetivo não recaía em obter uma representatividade estatística, e sim uma representatividade social (Guerra, 2006). O recurso ao inquérito justifica-se ainda pela sua finalidade em desencadear as mensagens dos indivíduos inquiridos, com o objetivo de proceder à sua interpretação e generalização (Ghiglione & Matalon, 1993). Constituído por questões estruturadas baseado unicamente na linguagem do investigador, “obrigando” o entrevistado a fazer a sua própria interpretação do fenómeno a investigar, mesmo que este tenha uma outra visão sobre o facto. Sublinha-se ainda o facto, de que na construção do inquérito por questionário optou-se por incluir perguntas fechadas e perguntas abertas, tendo estas últimas o desígnio de captar o significado e sentidos atribuídos pelos inquiridos sobre essas temáticas. Na sua elaboração foi contemplada uma grande pluralidade de variáveis já validadas pelos estudos empíricos existentes na literatura relativa à problemática, nomeadamente: faixa etária, sexo, estado civil, habilitações académicas, ocupação profissional, contexto habitacional, grau de dependência, bem-estar, saúde, redes de suporte social, rendimentos, participação social/cultural/religiosa (Apêndice 1). Em sequência do exposto, este inquérito integra questões adaptadas a partir de outras investigações, a citar: Cabral et al. (2013), J. Ferreira (2007), Loureiro (2011) e, Suarez Cuba e Alcalá Espinoza (2014).

Com o objetivo de recolher uma grande representatividade da população e permitir possíveis comparações de atitudes ou comportamentos entre grupos e subgrupos (Albarello et al., 1997), foram aplicados/recolhidos 1036 inquéritos por questionário, através de uma amostragem de bola de neve. Os inquéritos foram administrados de forma direta ou indireta e sempre que possível via *online*, a uma população residente num concelho de média dimensão do norte litoral de Portugal, que reunissem os critérios pré-estabelecidos: viver no concelho e possuir um hiato de idade compreendida entre os 50 e os 75 anos.

Dado que, que uma das possíveis limitações da aplicação do nosso inquérito por questionário seria a dificuldade em abranger um número significativo de adultos/idosos isolados, ponderou-se várias formas de abordagem a esse público através das entidades locais.

Neste sentido, numa fase inicial procedeu-se ao contato via email ou por telefone a todas as juntas de freguesia ou representantes das juntas de freguesia para divulgação da investigação e solicitação para administração e/ou distribuição dos inquéritos, contudo devido a vários fatores limitadores (ausência de recursos físicos e humanos, horário de funcionamento restritos, falta de resposta por parte dos responsáveis das Freguesias), houve a necessidade de adaptar esta estratégia, e contatar instituições, associações e grupos não formais circunscritos à mesma unidade sociogeográfica. Uma outra limitação a apontar para além das questões logísticas, como a falta de recursos tais como equipamentos digitais com acesso à internet ou a falta de rede de internet em vários locais, o prazo a cumprir revelou-se um dos mais desafiadores.

Antes da administração, o inquérito por questionário foi submetido a um pré-teste. O objetivo da realização de um pré-teste prendeu-se pelo facto de, muito embora, o inquérito por questionário ter sido adaptado de outros inquéritos por sua vez já validados, era necessário apurar a sua operacionalização, tornando-o mais perceptível para os participantes:

- i. perceber quais as questões em que tiveram mais dificuldades de resposta;
- ii. conhecer quais as dúvidas levantadas;
- iii. compreender se o motivo das dúvidas, diziam respeito: à falta de conhecimento do assunto, a dificuldades de interpretação ou se as questões não estariam bem claras para os indivíduos e,
- iv. analisar as reações dos participantes perante as questões.

O pré-teste foi aplicado a 10 indivíduos residentes num concelho diferente do que foi realizado o estudo, entre os dias 13 e 15 de maio. A sujeitos com idades compreendidas entre os 58 anos e os 75 anos, mais concretamente, dois de 58 anos, um de 63, 65 e 69 anos, os restantes

cinco apresentavam idades dos 73 anos aos 75 anos. Estes foram escolhidos propositadamente e numa primeira fase foram contactados presencialmente nas suas habitações onde lhes foi explicado o objetivo do pré-teste e após aceitarem participar de forma voluntária, foi administrado o questionário de forma indireta com uma duração entre os 30 a 45 minutos por cada.

Durante a leitura das questões e respetivas respostas, iam surgindo dúvidas que iam sendo esclarecidas e anotadas para posterior revisão.

Neste sentido, aponta-se os seguintes resultados:

1. A maioria dos inquiridos tiveram dificuldade em compreender a questão sobre a pertença ou não, ao mesmo grupo étnico da maioria portuguesa.
2. A pergunta “Em que classe social pensa incluir-se”, levantou algumas dúvidas de resposta, uma vez que, como os inquiridos não usufruem de grandes rendimentos não sabiam qual a classe a indicar.
3. Os sujeitos A, B, C, F, G e H, questionaram sobre a pergunta relativa ao agregado familiar “Quantas pessoas constitui o seu agregado familiar”, pois não sabiam se o agregado familiar diz respeito a todos os elementos constituintes da família direta ou só aqueles que vivem em comunhão de “casa e mesa”.
4. A dúvida seguinte indicada pela grande maioria dos participantes, era com relação às escalas utilizadas, pedindo frequentemente, que a repetisse por estas estarem numeradas, o que exigia uma maior concentração para responderem.
5. Quando foi pedido para completarem a frase “Considero uma pessoa sénior quando...”, os indivíduos C, F e G não sabiam o significado de “pessoa sénior”, tendo lhes sido elucidado para que pudessem responder.
6. Na pergunta, “Qual o motivo de passagem à reforma”, uma pessoa pediu para assinalar o item “Outro: qual?”.
7. “Que tipo de apoio considera essencial /ou gostaria de usufruir na transição para a inatividade profissional/reforma?”, foi uma das questões que mereceu explicações a dois participantes, assim como a questão “Na sua opinião, quais os benefícios ou contributos que as pessoas mais idosas executam na realização da sua atividade profissional?”
8. À questão sobre as políticas públicas direcionadas para o envelhecimento ativo, foi uma questão contestada por quatro inquiridos. Três deles só responderam perante o reforço de que se estava a indagar sobre as políticas orientadas para o idoso, todavia uma

peessoa não respondeu argumentando “Não me fale de política, eu não falo sobre política” (sujeito F).

Em suma, a maioria dos participantes acharam o inquérito muito extenso, contudo, bastante pertinente, mostrando-se mesmo contentes por serem abordados sobre o assunto em questão. Quanto à natureza das questões, unicamente um dos inquiridos não compreendeu a pertinência da questão relativa à opinião dos mais novos sobre as competências profissionais dos mais idosos. Ainda de salientar, que as perguntas e/ou respostas pedidas para serem repetidas não foi, por falta de compreensão, mas por falta de concentração e atenção, estas perguntas eram referentes a questões com vários itens de resposta e predominantemente encontravam-se na parte final do inquérito.

Como estratégias de correção elenca-se as seguintes:

1. À questão sobre a pertença ao mesmo grupo étnico, optou-se por usar a mesma terminologia do European Social Survey- ESS, acrescentando a “raça”.
2. Quanto à questão sobre o agregado familiar, colocou-se no inquérito uma breve definição do que seria considerado agregado familiar, ou seja, “pessoas que vivam em economia comum”.
3. Relativamente às questões de escalas tipo “Likert”, no inquérito alterou-se a numeração para o grau correspondente.
4. No que à alínea 6 diz respeito, a resposta dada foi acrescentada ao inquérito. Essa mesma resposta já tinha sido contemplada no inquérito e eliminada na fase de exclusão, já que, poderia estar abrangida por outro item, contudo, decidiu-se por incluí-la novamente.
5. A pergunta “Na sua opinião, quais os benefícios ou contributos que as pessoas mais idosas executam na realização da sua atividade profissional?” foi alvo de reformulação para tentar ficar mais clara para os inquiridos.

A aplicação deste pré-teste, além das contribuições dos participantes, propiciou definir algumas orientações a adotar no momento de administração. Sendo uma delas, a leitura das questões e respostas deve ser feita em voz alta e lentamente, tendo em atenção “cortar” logo que possível as divagações dos sujeitos que o façam, pois verificou-se de que muitos deles sentem necessidade de serem ouvidos. Além disso, serviu de alerta para as questões que consideram o momento “Durante a transição para a inatividade profissional”, momento este que não deve ser

considerado para os sujeitos respondam 0 na questão relativa ao tempo de transição para a inatividade.

Após efetuar as alterações apontadas pelo pré-teste, procedeu-se à administração do inquérito por questionário. O inquérito por questionário foi aplicado entre os meses de outubro e a primeira semana de dezembro de 2018, a indivíduos com idades compreendidas entre os 50 e os 75 anos de idade, residentes num concelho do litoral norte de Portugal.

A sua administração foi maioritariamente realizada pela investigadora, através de visitas a diversas instituições, empresas, casas particulares e grupos não formais e informais. Perante a impossibilidade de administração era enviado, via *e-mail* ou *Facebook*, o *link* do inquérito ou entregue inquéritos em suporte papel aos indivíduos interessados para responderem em casa e/ou entregarem a possíveis interessados, especificamente a familiares, que reunissem o perfil.

De mencionar, que, devido aos limites técnicos e logísticos, a maioria dos inquéritos foram administrados de forma indireta pela investigadora em suporte papel. Durante a aplicação dos questionários optou-se por entregar um exemplar em papel permitindo ao inquirido acompanhar a leitura das questões e respostas. Esta estratégia mostrou-se útil na medida que facilitou no entendimento das perguntas e respostas, proporcionando alguma segurança ao inquirido.

Os restantes foram aplicados ou distribuídos por profissionais que exerciam funções na área da educação não formal e intervenção comunitária, após uma breve formação apresentada pela investigadora (Tabela 1).

Tabela 1

Síntese da aplicação dos questionários

Administração	Nº de inquéritos	Tipo de administração
Grupos informais	216	Administração direta
Grupos não formais	170	Administração direta e indireta
Associações	240	Administração direta e indireta em papel e via <i>online</i>
Universidades sénior	36	Administração direta em papel e via <i>online</i>
Centros de Convívio	65	Administração direta e indireta
Empresas	14	Administração direta e indireta
Juntas de Freguesia	64	Administração direta e indireta
IPSS	9	Administração direta
Casa Particular	157	Administração direta e indireta
Particular	33	Administração direta via <i>online</i>

A administração dos inquéritos foi acompanhada pela realização de um diário de bordo onde foram registadas as condições/situação de administração e anotadas observações ou relatos dos participantes que foram considerados pertinentes para a investigação (Apêndice 2).

Após uma análise aos inquéritos administrados, um total de 1004 foram considerados válidos.

Os inquéritos restantes não foram validados por motivos vários, como a falta de indicação da idade ou concelho de residência dos participantes, idade fora do intervalo pretendido, residência fora do concelho de estudo, ou ainda, respostas a questões pouco coerentes ou um elevado número de questões não respondidas. Importa referir que os inquéritos que foram aplicados ou distribuídos por outros profissionais afetos às instituições que não os que obtiveram formação ou aqueles que não estavam acompanhados do formulário onde constavam as informações relativas às condições de administração, foram anulados uma vez que não foi possível confirmar o método de resposta. No total não foram validados 32 inquéritos por questionário.

É relevante ressaltar que todas as questões éticas de investigação foram consideradas ao longo de todo o processo, isto é, desde a elaboração dos instrumentos até ao tratamento dos dados. À semelhança de todos os instrumentos utilizados neste estudo, o inquérito e o consentimento informado foram validados pela Comissão de Ética da Universidade do Minho (Anexo 1). Para salvaguarda dos direitos dos respondentes, na primeira página do inquérito foi incluído o consentimento informado, no qual os participantes foram informados sobre o objeto de estudo, o carácter anónimo e confidencial do instrumento, e o direito à não resposta (Apêndice 3). Para além disso, incluiu-se um segundo termo de consentimento informado para expressarem a eventual disponibilidade de participação na segunda fase deste estudo ou em investigações posteriores (Apêndice 4).

O tratamento estatístico dos dados obtidos foi efetuado através da utilização do software IBM *Statistical Package for Social Sciences*, versão 25.0.

As questões abertas em que não foram pertinentes para a análise estatística foram tratadas através de uma análise temática, conforme o procedimento descrito na seção “Retratos Sociológicos”.

3. Entrevista

Considerada como uma das técnicas privilegiadas de recolha de informação na pesquisa qualitativa, a entrevista, baseia-se num processo de interação direta entre os atores sociais, mais concretamente entre o entrevistador que objetiva obter informações e o entrevistado (Haguette, 2008). Através do recurso à entrevista, procurou-se uma recolha de informação e de elementos reflexivos ricos e heterogêneos, em que através da profundidade dos dados recolhidos, do seu poder de flexibilidade e da sua prática diretividade permitiu recolher testemunhos e significações dos próprios sujeitos (Quivy & Campenhoudt, 2008).

O contato direto entre o investigador e os envolvidos no estudo possibilitou a recolha de informações narradas na linguagem dos próprios sujeitos, proporcionando apreender e compreender como os interlocutores interpretam, percebem e atribuem significado a determinadas situações e comportamentos (Bogdan & Biklen, 1994; Quivy & Campenhoudt, 2008).

No âmbito da presente investigação, as entrevistas tinham como principal propósito a construção de retratos sociológicos. Neste seguimento, optou-se pela utilização da entrevista biográfica semidiretiva, com o intuito de dar voz aos autores permitindo uma abordagem mais aprofundada sobre as experiências e expectativas da e sobre a transição para a inatividade laboral e condição sénior, bem como as dinâmicas socioeducativas subjacentes. Essa escolha possibilitou uma melhor compreensão do tema em estudo.

Na esteira de Deleroy-Momberger (2012), a entrevista biográfica tem como finalidade compreender a apreender a configuração *sui generis* de acontecimentos, relações, significados e interpretações que os sujeitos conferem à sua existência, contribuindo para a percepção de si enquanto ser singular.

4. “Retratos sociológicos”

Como mencionado anteriormente, na abordagem mais qualitativa optou-se pela construção de “retratos sociológicos”, uma vez que se acredita, que a melhor forma de compreender o indivíduo na sua complexidade é através do conjunto das suas socializações, contemplando o produto das suas relações internas e externas (Lahire, 2004, p. 37). Os Retratos sociológicos, como dispositivo metodológico, pressupõe a utilização da entrevista biográfica trabalhada com

maior profundidade seguida de uma reflexão biográfica (Lahire, 2005). A abordagem metodológica foi realizada de forma aplicada, isto é, orientada para os objetivos específicos desta investigação, o que se revelou uma metodologia adequada, tendo em conta, a complexidade da realidade social que se pretende estudar, nomeadamente a pluralidade do ator social. Tendo em consideração esta perspetiva, Lahire (2003, 2005) define o indivíduo como um ator plural produto das experiências e aquisições passadas, o resultado da integração de múltiplas situações e contextos de socialização experienciados, defendendo que “o singular é necessariamente plural”, resultante da complexidade do indivíduo com vivências heterogêneas muitas das vezes, contraditórias (Lahire, 2005, p. 25). Cientes da potencialidade deste dispositivo, este estudo, contemplou a construção de 10 “retratos sociológicos” através dos quais se descortinou as “regularidades sociológicas” bem como, as “contratendências, das contradições e exceções correlativas à “regra sociológica” (Lopes, 2012, p. 83).

Tendo em vista, a construção de “retratos sociológicos”, importa referir que a escolha dos entrevistados foi realizada através do conhecimento de indivíduos interessados em colaborar por parte da investigadora ou de seus contatos próximos e, que reunissem uma heterogeneidade de características. Deste modo, realizou-se 10 entrevistas biográficas, estabelecendo-se como critérios de seleção: faixa etária, sexo, condição perante o trabalho, tipo de instituição que frequenta ou dinâmicas socioeducativas que frequentam e envolvimento socioeducativo, isto é, o número de atividades em que participa e sua frequência, procurou-se ainda que os entrevistados fossem residentes em diferentes locais do concelho. Com o intuito de abranger entrevistados com várias situações profissionais em função do sexo, o número de sujeitos entrevistados ultrapassou o número inicialmente previsto, passando de 8 para 10 indivíduos.

Uma das especificidades das entrevistas biográficas orientadas para retratos sociológicos centra-se no seu guião. Com este propósito, elaborou-se um guião para a realização de duas entrevistas com relevância teórico-empírica em que as variáveis a ter em conta surgem da literatura de referência e dos resultados mais significativos obtidos através do inquérito por questionário, direcionando as questões com maior ênfase para os objetivos de investigação, procurando focar todos os aspetos de vida dos indivíduos (Lahire, 2003). Neste sentido, o guião de entrevista intencionou abarcar questões sobre os vários “mundos da vida” (Lopes, 2014, p. 102), ou seja, dos múltiplos contextos de ação, tentando “captar as variações intra-individuais, tanto do ponto de vista diacrônico como sincrônico” (Lahire, 2004, p. 39). Cumprindo este pressuposto, o guião de entrevista contemplou vários temas, entre eles: vida familiar; redes de

sociabilidades; percurso escolar e profissional; atividades culturais e recreativas, com o intuito de se compreender como foi vivenciada quanto às várias dimensões de análise das trajetórias de vida do indivíduo, desde a infância e o percurso educativo, percurso profissional, a transição para a inatividade laboral, a reforma ou as perspectivas para a mesma e as experiências em atividades socioeducativas, nas suas dimensões diacrónica e sincrónica (Apêndice 5). O recurso a esta estratégia pretendeu apurar o “social individualizado” do “ator plural” (Lahire, 2005), concebendo o indivíduo “como produto complexo de processos múltiplos de socialização” (Lahire, 2003, pp. 332-333), um ser “multi-socializado e multideterminado” (Lahire, 2013, p. 18). Muito embora, o guião das entrevistas pretende-se abranger com maior profundidade as dimensões de socialização pelos indivíduos, os objetivos da presente investigação, bem como, as circunstâncias e forma de aplicação desta metodologia, teve como propósito recolher informações de caráter menos exaustivo, com menor densidade e mais focado para as dimensões socioeducativas vivenciadas na fase de transição para a inatividade laboral e condição sénior.

Seguidamente, procedeu-se ao agendamento e à realização de duas sessões de entrevistas por sujeito, à exceção de um indivíduo que só efetuou uma entrevista. As entrevistas foram agendadas em função da disponibilidade dos envolvidos e das condições sanitárias em vigor de resposta à situação epidemiológica vivida durante a pandemia de COVID-19 e realizadas nos locais escolhidos pelos entrevistados. O primeiro momento da entrevista realizou-se entre o dia 13 e 28 de setembro de 2019, a segunda vaga, devido às circunstâncias epidemiológicas vivenciadas entre os anos 2020 e 2021 juntamente a razões pessoais que afetaram a investigadora, ocorreram entre 12 junho e 20 de setembro de 2022. Quanto ao local, 8 entrevistas foram efetuadas nas residências dos indivíduos, 5 nos locais de trabalho e 6 em instituições. Cada entrevista teve uma duração de tempo estimado entre 1 hora e 4 horas, totalizando aproximadamente 32 horas e 30 minutos. Cada encontro iniciou pelos agradecimentos e apresentação dos objetivos do estudo, dos termos do Consentimento Informado (anonimato, confidencialidade e direito à não resposta) (Apêndice 7), solicitação da gravação áudio e pelo esclarecimento de questões. Após sua transcrição as entrevistas, foram entregues aos participantes, para sua aprovação ou eventual correção. É ainda de referir, que as transcrições das entrevistas retratam o mais fielmente possível as respostas e interações dos sujeitos. Nesta sequência, procedeu-se à execução de uma análise temática (Apêndice 6). Obedecendo à metodologia proposta por Lahire (2004) para a construção de um retrato, o passo seguinte passou por transformar as entrevistas numa narrativa como se tratasse num relato de vida do entrevistado. Nesse prosseguimento foram efetuadas várias

aproximações de “retratos sociológicos” implicando a interpretação sociológica dos dados recolhidos. De salientar, de que, pese embora o dispositivo dos retratos neste estudo se direccionou à compreensão de experiências e percursos de vida, não possuem a profundidade aplicada à maioria dos estudos de Lahire, por este facto e em concordância com vários autores, nomeadamente Lopes (2010), decidiu-se a utilização do termo “retratos sociológicos” em prejuízo de Retratos Sociológicos. Ao contrário do sugerido por Lopes (2010), optou-se por não colocar um título ao retrato, de forma a não incitar o leitor para uma das diversas dimensões de cada retrato, considerando ainda o facto de que “as diversas práticas, atitudes, etc. de um indivíduo singular não são redutíveis à uma fórmula geradora” (Lahire, 2004, p. 45). De encontro com a mesma perspectiva, não se elaborou uma conclusão que resumisse o indivíduo retratado, aceitando a justificação dada por Lahire (2004, p. 46), quando argumenta que a ausência de um título atraente, a falta de uma conclusão que objetive resumir o personagem, um trabalho assente no respeito da coerência global das atitudes e dos comportamentos, incita o leitor a atingir “um outro modo de compreensão do mundo social”, tendo em conta esta perspectiva, cada retrato é concluído com uma apresentação de uma conclusão teórica remetendo para os pontos interpretativos significativamente discutidos.

Para tratamento e análise dos dados das entrevistas, tal como das questões abertas do inquérito por questionário recorreu-se a uma análise de conteúdo temática, com o intuito de descortinar os significados e sentidos (Ghiglione & Matalon, 1993). Esta análise revelou-se fundamental para organizar de forma sistemática os materiais recolhidos e aumentar a apreensão e compreensão dos dados (Bogdan & Biklen, 1994), proporcionando uma melhor leitura da realidade estudada. Quanto à técnica usada, numa primeira instância, realizou-se uma leitura flutuante da informação, para seguidamente procedeu-se à sistematização dos dados em categorias de codificação. As categorias emergiram através de uma análise indutiva, apoiada no teor das entrevistas ou inquéritos, nas questões de investigação e no quadro conceptual (Bogdan & Biklen, 1994). Esta técnica apresentou-se numa forma “rápida e eficaz na condição de se aplicar a discursos directos (significações manifestas) e simples” (Bardin, 1979, p.153). Na apresentação de excertos das entrevistas optou-se por forma a garantir o anonimato os usos de um nome fictício, já para os testemunhos do diário de bordo, foram identificados pelo código t seguido de um número, sendo que cada número corresponde a um participante.

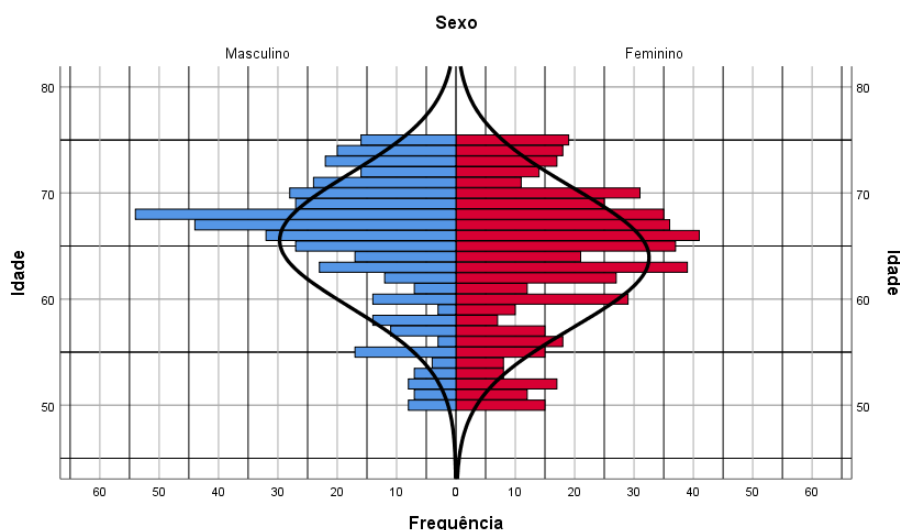
CAPÍTULO IV – CARACTERÍSTICAS E PERCURSOS NA TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE LABORAL/REFORMA

1. Caracterização Sociodemográfica e Económica da população estudada

No total foram inquiridas 1004 pessoas com idades compreendidas entre os 50 e 75 anos, com uma média de idades de 64,67 anos ($DP= 6.476$), a moda encontra-se nos 68 anos. A observação do gráfico 1 permite identificar uma distribuição da população entre sexos tendencialmente simétrica. Estes dados são semelhantes aos do PORDATA (2018), verificando-se que, em 2018, a população com idades compreendidas entre os 50 e 69 anos residente deste concelho era maioritariamente do sexo feminino (53%), contudo a média de idades era inferior à dos inquiridos no presente estudo. Em 2021, estes os valores do PORDATA (2021) não sofreram grandes variações, sendo que a população do sexo feminino residente neste município situava-se ligeiramente acima dos 52%.

Gráfico 1

Sexo por idades



Na tabela 2, verifica-se que 621 dos inquiridos, mais de 61% da população inquirida têm escolaridade até ao 1º ciclo, com o 2º ciclo representam 14.9%, 8.8% o 3º ciclo e 2.7% o ensino secundário, 5.8% sujeitos têm o ensino superior e 5.3% não sabem ler nem escrever. Apesar de não se ter encontrado um baixo número de analfabetismo, verificou-se um baixo nível académico

entre os inquiridos. As pessoas com mais idade foram as que apresentaram níveis de escolaridade mais baixos, inclusive são as mais idosas as que não sabem ler nem escrever. Durante a administração dos inquéritos, muitos dos sujeitos com mais de 65 anos que tinham habilitações superiores ao 1º ciclo, mencionaram ter frequentado as Novas Oportunidades. Os dados apurados não são muito díspares aos apresentados por Cabral et al. (2013) e Cabral e Ferreira (2013), em que 6.1% dos inquiridos não sabiam ler nem escrever, 51.9% detinham o 1º ciclo, 6.5% o 2º ciclo e 14.1% o 3º ciclo, o secundário foi completado por 10.5% e 11% detinham habilitações de grau superior. As pequenas diferenças percentuais podem ser devidas à diferença do período de tempo ocorrido entre as duas recolhas de dados, sem descurar obviamente as particularidades da população em estudo.

Tabela 2

Distribuição das habilitações académicas dos inquiridos

	<i>n</i>	<i>%</i>
N/S ler e escrever	53	5.3
Até 1º ciclo	621	61.8
2 ciclo	150	14.9
3 ciclo	88	8,8
Secundário	27	2.7
Ensino Superior	58	5,8
Sabe ler e escrever sem grau	1	.1
Total	998	100.0

Quanto ao nível de literacia, fazendo uma análise por sexo, apura-se que 69% dos inquiridos pertencentes ao sexo feminino detêm até ao 1º ciclo de escolaridade, 50.7% concluíram o 1º ciclo, em que 26.6% têm idades compreendidas entre os 50 e 65 anos. A população feminina analfabeta representa 6%, sendo que 5.4% tem idade igual ou superior a 69 anos e que 5.4% das senhoras têm o ensino superior, estando mais representativo nas idades mais baixas, ou seja, 3.3% têm idade compreendida entre os 50 e os 60 anos. Por sua vez, 4.6% dos homens não sabe ler nem escrever, a população masculina que não completou o 1º ciclo é mais representativa entre mais idosos correspondendo a 13.4%, já 44.3 % completaram o 1º ciclo sendo que 20.6% dos que possuem o 1º ciclo têm idades compreendidas entre os 66 e os 69 anos. Dos inquiridos do sexo masculino que detêm o 2º ciclo 16.1% têm até os 69 anos, 8.7% completaram o 3º ciclo e 3% que detêm o secundário. Os que afirmaram possuir o ensino superior representam 6.3% do universo masculino e são os que apresentam idades inferiores (Tabela I – Apêndice 8).

No geral, pode-se concluir que os homens possuem níveis de escolaridade mais elevados do que as mulheres. Este aspeto é corroborado pelos testemunhos recolhidos, em que os que possuem menos escolaridade, nomeadamente as senhoras, salientam que às circunstâncias socioeconómicas, históricas, culturais e políticas, experimentadas não possibilitaram aumentar o seu capital escolar, como refere um testemunho quando disse: “Dantes logo de pequenas as meninas iam para as casas servir e não iam para a escola, cresceram muito mal informadas” (t286). Existe ainda quem saiba ler e escrever sem ter frequentado nenhum tipo de sistema escolar formal ou não formal como o caso de um participante que conta: “Quem me ensinou a ler e a escrever foi um amigo meu, um grande amigo, teve cá uma paciência e agora aqui estou eu a aprender nos computadores” (t64).

Quanto ao estado civil, a maioria dos sujeitos inquiridos são casados (79,1%), seguindo-se os viúvos (12,9%), o que espelha um pouco as características próprias desta faixa etária. Já, os dados do PORDATA de 2018 referentes à população do concelho com a mesma idade, afere-se que cerca de 58% dos indivíduos pertencem ao rol dos casados. Por sua vez, o estudo representativo da população portuguesa com idade superior a 50 anos, realizado em 2011, coordenado por Cabral et al. (2013), revelou que 63.9% são casados, 9.6% são separados ou divorciados, 20.2% são viúvos e 6.3% da população encontravam-se solteiros (Tabela II – Apêndice 8).

Questionados se habitavam sós, 129 (12.9%) responderam afirmativamente, sendo as pessoas com maior idade e com maior incidência nas mulheres as que se encontram nesta situação; 65.7% coabitam com mais uma pessoa, os restantes 21.2% vivem em núcleos familiares compostos por três pessoas ou mais. Constata-se ainda que os agregados familiares são compostos em média por dois elementos ($M = 2,22$) e o máximo de elementos indicados foi de 6 pessoas (Tabela III - Apêndice 8).

A maioria dos lares são constituídos por casais. De referir que cerca de 76.9% dos sujeitos responderam habitar com o cônjuge, sendo que 77.8% habitam unicamente em casal e 21.1% dos agregados familiares são ainda compostos pelos filhos/noras ou genros, sendo que os agregados constituídos pelo inquirido e um filho corresponde a 11.3%. De referir que 44.8% dos inquiridos que coabitam com os filhos compõem agregados de 3 pessoas e 28.3% de 4 pessoas, assim 15.5% representa a percentagem de inquiridos cujos filhos fazem parte do agregado familiar composto por mais de 5 pessoas (Tabela IV - Apêndice 8).

O baixo número de pessoas que compõem o agregado familiar, é uma preocupação expressa pelos inquiridos, principalmente entre os que viviam em casal e ficam a viver sozinhos, que podem demonstrar um certo desespero, como o caso do testemunho seguinte: “Eu agora só peço que “Deus” me leve, depois de morrer a minha mulher fiquei só, era a minha companhia” (t297). Outros não querem ser institucionalizados e pretendem que a família se ocupe deles como o caso do testemunho seguinte: “Eu rezo muitas vezes para quando estiver doente e mais velho para que os meus filhos me deixem ficar em casa, que não me levem para nenhum lado” (t54). Por outro lado, a solidariedade familiar é um dos fatores responsáveis pela não institucionalização dos mais idosos como conta o testemunho: “Eu vivo só com a minha mãe, tive a sorte de conseguir a reforma porque assim posso cuidar dela, senão não sei quem cuidava dela, metê-la num lar nem pensar, não há dinheiro e gosto muito dela para a abandonar num sítio daqueles, quando for eu, vai ser bem pior, não tenho filhos e não estou a ver nenhum sobrinho a cuidar de mim” (t11). Esta solidariedade familiar é também responsável pela existência de núcleos familiares mais alargados, como o exemplo “Agora o meu filho veio viver comigo, a mulher ficou desempregada e o dinheiro dele não chega para pagar renda de casa e a escola dos filhos, assim vieram para minha casa e vamo-nos arranjando como podemos” (t145).

Dados muito divergentes quando comparados com os dados dos sujeitos com a mesma idade obtidos no PORDATA relativos ao ano 2018, no concelho estudado, quanto à composição do agregado familiar observa-se que os dados estão mais uniformemente distribuídos, sendo que, 23% dos habitantes residem sós, 24% residem em casal, 34% partilham a casa com os filhos, 11% vivem em regime monoparental e 8% constituem outro tipo de coabitação. Por sua vez, Cabral et al. (2013) e Cabral e Ferreira (2013) verificaram que, em 2011, 20.1% das pessoas viviam sozinhas e 38% em casal. Os agregados familiares constituídos por duas pessoas representavam 45.3% da população e 19.3% eram constituídos por 3 pessoas. Apuraram ainda que 56.8% dos sujeitos que viviam sozinhos eram viúvos e 75% pertenciam ao sexo feminino.

No que à classe social dos sujeitos diz respeito, verifica-se que 56,2% considera pertencer às classes mais baixas e 35,1% à classe média (Tabela V - Apêndice 8). Importa realçar que estes dados indicam a perceção dos inquiridos sobre a sua classe social o que se pode considerar como classe social subjetiva. Os dados apurados são semelhantes ao encontrados nos estudos de Cabral et al. (2013) e Cabral e Ferreira (2013) em que a grande maioria dos portugueses, com 50 ou mais anos, referiram pertencer à classe baixa (55.3%), seguidos da classe média com 40.5% das respostas, os restantes 4.2% mencionaram pertencer à classe alta.

Os rendimentos, tal como a escolaridade, são dados importantes de caracterização dos grupos sociais. Baixos rendimentos, ou mesmo pobreza, são frequentemente associados a discursos negativos sobre a velhice, as quais se juntam situações de doença e de solidão, aspetos que podem implicar dependência. Numa perspetiva de bem-estar e qualidade de vida, o rendimento assume um papel importante como fator que pode influenciar a autonomia ou sua manutenção, independência e segurança dos indivíduos, já que a capacidade económica possibilita oportunidade de acesso a recursos básicos, tais como: melhor alimentação, habitação e cuidados de saúde (Moreira, 2020). Estes resultados refletem o valor do rendimento auferido pelos inquiridos, em que cerca dos 62% dos respondentes declararam receber um valor entre os 201€ e os 580€, representando 67.4% dos sujeitos que habitam sós, 15.2% recebiam entre 581€ e os 700€ (Tabela VI - Apêndice 8). Questionados sobre os valores auferidos em casal, cerca de 30% responderam auferir rendimentos entre 701€ e 1000€ e 27.4% entre os 1001 e os 1500€ (Tabela VII - Apêndice 8). Através destes valores verifica-se que a condição económica da população estudada não é a das mais favorecidas. Ainda segundo o Observatório Nacional Luta Contra a Pobreza (2020), no ano 2018, a taxa de risco de pobreza e exclusão social dos indivíduos com 65 ou mais anos se encontrava nos 21.2%. Relembrar que durante o ano de 2018 o valor da retribuição mínima mensal garantida era de 580€ (Decreto-Lei nº 156/2017 de 28 de dezembro) e 705€ em 2022 (Decreto-Lei nº 109-B/2021) e a pensão de velhice e invalidez, segundo dados do PORDATA, estava fixada em 2018 nos 269.08€ e em 2022 nos 278.05€. Dizer ainda que muito embora a diferença não seja muito expressiva, estes dados seguem a tendência dos resultados apresentados por Cabral et al. (2013) e Cabral e Ferreira (2013), no que se refere ao peso que as condições económicas representa nas configurações dos quadros de vida, constatando-se que os indivíduos que vivem sozinhos apresentam um rendimento superior comparativamente aos que habitam com outras pessoas.

O descontentamento quanto ao valor remuneratório dos salários e principalmente das pensões de velhice é reportado ao longo das entrevistas por questionário, sendo alvo de muitos comentários negativos demonstrando um total descrédito e indignação pelo sistema social e político implementado, mostrando-se muito críticos e revoltados com as circunstâncias de vida, como visível em alguns dos testemunhos relatados a seguir: “Eu não tenho nada a esconder, pode colocar aí a miséria que ganho” (t58); “Escrevo Portugal com letra pequena, estamos num país de vergonha, a saúde está como está, as reformas baixas, o nível de vida sempre a aumentar, não sei onde isto vai parar” (t32); “Estamos mal para pertencer a um país europeu estamos muito

abaixo dos outros países, por exemplo, em Espanha o salário mínimo é muito mais alto, quem pagar uma renda, para onde vai o dinheiro? para a renda, a água e luz” (t260); “Quando me tiraram dinheiro da reforma foi como quem me “arrancasse os dentes”, não se faz, trabalhei tanto e aturei tanto para ter uma reforma maiorzinha e depois . . . tira-nos o dinheiro, porque não descontaram aos deputados que ganham muito, não, foi a quem toda a vida fez alguma coisa pelo país, isto é uma injustiça” (t266); “As pensões demoram muito tempo a chegar, existem pessoas com muitas dificuldades. O Estado está péssimo, demora na entrega dos subsídios de funeral e pensão, mas quando nós precisamos temos de pagar logo” (t34); “O Governo não faz nada para nos ajudar, quando eramos novos trabalhamos que nem uns mouros, agora cortam-nos nas reformas, isto é uma maravilha, está bom para os malandros” (t48); “Desconta-se tanto, custa-me um bocadinho pagar o IRS, afinal foi do meu trabalho, e a reforma não assim nenhuma fortuna” (t273).

Perante o desagrado das condições de vida, os inquiridos relatam algumas estratégias ou soluções encontradas para conseguirem fazer frente às necessidades, há quem pondere continuar a exercer uma atividade remunerada, podendo ser constatado nos depoimentos: “A reforma que recebo de França é que compõe 1 bocadinho senão ganhava 1 miséria”; “Durante a reforma terei na mesma de trabalhar porque a minha reforma vai ser muito baixa, perto dos 300 euros” (t260); ou ainda, “Para se conseguir alguma coisa temos de trabalhar, fazer alguns biscates” (t303). Como forma de sobrevivência o seguinte inquirido recorre ao apoio da família: “Já me sinto velha, sem forças para lutar, já me resta pouco para viver, eu já não me reconheço, sempre tive uma boa vida enquanto trabalhava, depois fiquei doente e vivo da caridade da família. Tiraram-me a dignidade, descontei tanto e agora não ganho sequer para os medicamentos, se não são eles cá e a minha família a ajudar não sei, já estava morta (t31).

Contudo, a falta de capacidade de praticar solidariedade para com os filhos, é algo que cria uma grande mágoa e preocupação nos inquiridos, exemplo disso salienta-se as seguintes afirmações: “Hoje os idosos ainda têm de ajudar os filhos financeiramente” (t274); “O meu maior desgosto com a reforma é de o dinheiro ser pouco e não dá para ajudar os meus filhos, essa é a parte mais difícil” (t189); “O dinheiro mal chega para mim, não consigo ajudar os meus filhos que também precisam, nem eles a mim, estamos num país de miséria, mas só para alguns, repare bem nesta injustiça (tirando um papel da carteira com um recorte de uma revista com a imagem de dois cheques), estes . . . que nunca descontaram olhe quanto recebem por mês, e estes . . .

que passam a vida a roubar, e nós sem dinheiro para o mínimo e ainda têm boas casas sem pagarem” (t33).

O baixo rendimento constitui também uma condicionante para viverem uma vida pós trabalho mais tranquila e dedicada a atividades que gostem ou que gostariam de frequentar, como atesta alguns dos sujeitos: “Está bem, está, passear e ir de férias bem eu queria e o mais importante, com esta reforma que é uma miséria, mal dá para ir à cidade todas as semanas passear” (t210); “Na reforma ir de férias quatro vezes ao ano era um desejo meu, falta é condições” (t258); “Eu gostava de ir de férias, sabe nunca fui e agora de velho não tenho dinheiro para ir” (t296); “As nossas reformas são tão baixas que temos de poupar caso nos aconteça alguma coisa, por isso, não saímos daqui a minha mulher vai conversando com as vizinhas e eu vou ali abaixo e entretenho-me a jogar patela (jogo popular mais conhecido por chincalhão)” (t23); “Não tenho dinheiro para passear, não tenho dinheiro para gastar, tenho dinheiro para sobreviver” (t33).

Apesar do descontentamento, são poucos os inquiridos atestam que o facto de algumas das reformas serem baixas está relacionado com o valor dos descontos efetuados durante a vida profissional, referindo que “Muitas pessoas recebem reformas baixas porque quando trabalhavam não queriam descontar e não descontavam do que recebiam, por isso, é que algumas reformas são baixas” (t62), ou “Eu trabalhava como muita gente a jornaleiro e os patrões não faziam descontos e agora temos reformas que não chegam para a farmácia, eu “graças a Deus” não morro à fome porque cultivo umas coisinhas e ainda vendo alguma coisa para uns senhores Doutores que vêm cá, mas não dá para juntar se ficar doente sem poder trabalhar não sei como vou fazer, os filhos trabalham e estão longe e também tenho vergonha de lhes pedir” (t295).

Por fim, independente dos motivos que levam/levaram a valores remuneratórios baixos, está bem patente a consciência da necessidade de uma maior e mais musculada intervenção por parte do estado social e político, reconhecendo ser “importante acabar com reformas baixas para poderem viver com dignidade, com mais saúde e alegria” (t301).

Quanto à ocupação dos inquiridos verifica-se que apenas 25.9% dos inquiridos com idades entre os 50 e os 75 anos encontram-se no ativo. O maior número de pessoas encontra-se na situação de reformados o correspondente a 64.5%, este dado vai de encontro ao expectável, uma vez que a média de idades da população inquirida se situa nos 64.67 anos e a moda nos 68 anos. Analisando a tabela 3 constata-se que existe um maior número de mulheres que estão no ativo é superior à dos homens, bem como, o número de mulheres que se encontram desempregadas e

que nunca trabalharam. Estes dados não se distanciam muito do retrato ocupacional dos idosos apresentado por Cabral et al. (2013) e Cabral e Ferreira (2013) em que a população ativa correspondia a 25.1% dos inquiridos, 7.7% estavam desempregados e 67.3% encontravam-se reformados, apesar das percentagens por sexo variarem.

Tabela 3

Situação profissional do inquirido por sexo

		Sexo		Total	
		Feminino	Masculino		
Situação profissional do inquirido	Trabalhador no ativo	n	134	120	254
		% em Sexo	25.9	26.0	25.9
	Desempregado(a)	n	59	15	74
		% em Sexo	11.4	3.3	7.6
	Nunca trabalhou	n	18	2	20
		% em Sexo	3.5	0.4	2.0
	Reformado(a)	n	307	324	631
		% em Sexo	59.3	70.3	64.5
	Total	n	518	461	979
		% em Sexo	100.0	100.0	100.0

Quanto à localidade de residência, 56.7% da população inquirida reside em meio rural, com maior expressão os que habitam em meio rural industrializado constituindo 41.7%. Os que habitam em meio urbano refletem 43.4% da população, em que 31.3% têm residência em polo industrializado (Tabela 4).

Tabela 4

Localidade de residência

	<i>n</i>	<i>%</i>
Rural	150	14.9
Rural industrializado	419	41.7
Urbano	121	12.1
Urbano industrializado	314	31.3
Total	1004	100.0

Analisando a existência de possíveis correlações entre a localidade, ou seja, se habita em meio urbano ou rural, com ou sem industrialização e o local da residência, com o tipo de habitação (habitação própria ou não) e os itens de satisfação com as características residenciais, apurou-se correlações estatisticamente significativas ao nível de ($p < .01$ e $p < .05$) (Tabela 5).

Tabela 5*Coefficientes de correlação de Spearman entre os itens de relacionados com a residência dos inquiridos*

	Habitação	Local residência	C. habitação	Comunidade	Serviços públicos	Serviços saúde	Serviços comércio	Serviços transportes	Atividades culturais	Zonas verdes	Segurança
Localidade	.068	-.098	-.060	-.108	.331	.271	.399	.403	.279	-.022	.350
Habitação	1.000	-.322	-.355	-.218	-.112	-.136	-.085	-.047	-.138	-.117	-.101
Local residência		1.000	.568	.670	-.004	.144	.038	.079	.012	.275	.056
Condições habitação			1.000	.493	.054	.124	.052	.054	.100	.222	.071
Comunidade				1.000	-.082	.085	-.033	.007	-.049	.240	-.008
Serviços públicos					1.000	.621	.788	.730	.763	.225	.642
Serviços saúde						1.000	.726	.627	.532	.097	.428
Serviços comércio							1.000	.816	.689	.232	.640
Serviços transportes								1.000	.644	.203	.571
Atividades culturais									1.000	.299	.666
Zonas verdes										1.000	.279

* $p < .05$, 2 extremidades. ** $p < .01$, 2 extremidades.

Os inquiridos que habitam em casa própria demonstram uma maior satisfação nos restantes itens de satisfação com a exceção para a proximidade de serviços de transporte, não existindo uma correlação com este, pese embora as correlações sejam fracas ou muito fracas.

A satisfação com a localidade onde os inquiridos residem, apresenta também correlações estatisticamente significativas ($p < .01$) fracas (com coeficientes de correlação com uma variação entre os valores de $\rho = .271$ e $\rho = .403$) com vários itens, explicando que a variável se encontra relacionada, com a satisfação de proximidade de serviços públicos, de saúde, comércio, proximidade de serviços de transportes públicos, atividades culturais e de segurança e policiamento.

Já a satisfação com local de residência, tal como a satisfação das condições de habitação estão correlacionadas moderadamente com a satisfação com a comunidade e/ou bairro de residência, demonstrando que os laços sociais estabelecidos entre a comunidade e o sentimento de pertença influenciou para uma maior satisfação. Como foi declarado verbalmente pelos inquiridos, a título de exemplo referencia-se: “Eu gosto muito de viver aqui, tenho bons vizinhos é um sítio calmo, mas se precisarmos de alguma coisa temos de ir fora” (t146) ou “Toda a gente se conhece, é um meio muito pequeno, ajudámo-nos uns aos outros quando é preciso” (t41).

O isolamento é um fator mencionado marcado com alguma preocupação: “Nós aqui vivemos no sossego, só tenho medo que aconteça alguma coisa, pois além do meu marido não tenho ninguém que me valha, passamos todo o dia os dois aqui sozinhos até a minha netinha sair da escola” (t3), ou “Eu não tenho vizinhos muito perto, às vezes passam-se dias sem ver ninguém” (t297). O individualismo societal também foi mencionado por um dos inquiridos, aludindo de que, “As pessoas vivem muito para si, cada um olha por si” (t299).

Por sua vez, a correlação entre a satisfação da proximidade dos serviços sociais e públicos é superior ao grau de satisfação da proximidade de zonas verdes, sendo que as primeiras apresentam uma correlação moderada ou forte com coeficientes de correlação que oscilam entre $\rho = .428$ e $\rho = .816$, por sua vez, o coeficiente de correlação maior que se encontrou com a satisfação com a proximidade de zonas verdes é de $\rho = .299$, respeitante à proximidade de atividades culturais.

Ainda com respeito à satisfação da proximidade de atividades culturais por parte dos inquiridos, constatou-se que esta se encontra estatisticamente correlacionada moderadamente com a proximidade dos serviços sociais e públicos, bem como, como com a localidade de residência, este último apresenta uma correlação fraca ($\rho = .279$). Estes dados revelam que não

existe grande diferenciação entre a satisfação com a proximidade de atividades culturais nos inquiridos que habitam em meio rural ou urbano.

No decorrer das entrevistas por inquérito, as opiniões dos indivíduos evidenciam o mesmo, ou seja, o nível de satisfação com a existência de meios rurais sem ou com serviços sociais, públicos e atividades socioeducativas e culturais próximas não difere muito dos inquiridos que habitam em meios mais urbanos com ou sem esses serviços. Sendo que uma das queixas mais recorrentes é o sentimento de isolamento social, havendo quem mencione que desde que deixou de trabalhar sente-se isolado, como o caso de uma entrevistada residente numa freguesia ruralizada, sem indústria e afastada de qualquer tipo de serviços de comércio e de atividades educativas e culturais, que se lamentou de que “desde que deixei de trabalhar a sensação que tenho é que me fecharam neste mundo, sem ter nada o que fazer” (t2). Uma outra, acrescenta, “Sinto-me como se estivéssemos abandonados, imagine que nem a Junta de Freguesia está aberta todos os dias, quando precisamos temos de ir à vila, já viu bem, se estivermos doentes temos de chamar um táxi, a mim o que me safa é que o meu marido conduz, mas se ele ficar doente tenho de pedir ao meu filho para o vir buscar ou então chamar um táxi” (t4). Ou ainda, “Aqui não se passa nada, vivemos isolados, o que nos vale é os dois dias que a Junta está aberta para tratar do que precisamos, senão temos de ir a (cidade concelhia) ou a (cidade mais próxima) que ainda fica mais perto” (t40), ainda de referir “Não estamos perto de nada, qualquer assunto a tratar temos de ir à cidade” (t59).

Já no que ao nível de satisfação pela existência próxima e consequente participação em atividades culturais diz respeito, na aplicação dos inquéritos, verificou-se a existência de instituições que possibilitam a participação em atividades culturais e socioeducativas, quer ao nível rural como urbano, sendo que nos locais mais ruralizadas as atividades são na sua grande maioria dinamizadas pelos órgãos de poder local, isto é, pelas Juntas de Freguesia ou União de Juntas de Freguesia, embora em algumas localidades existem centros paroquiais e/ou sociais que realizem atividades para a ocupação dos tempos livres, as mesmas estão restritas aos sujeitos inscritos nesses centros, sendo mais frequentados por idosos com algumas limitações físicas e/ou cognitivas. Como comprovam os seguintes relatos: “Sei que há algumas juntas e centros que têm atividades para ocuparem os mais idosos, tenho lá uma vizinha, é pena não ser todos os dias, assim as pessoas têm com que passar o tempo e convivem com outras” (t7)”, ou, “Nós não temos nada aqui, nem o essencial, como centro de saúde ou um local para fazer compras, quanto mais atividades para os seniores, só os passeios da Junta” (t19) e “Eu até gostava de fazer alguma

coisa [atividades] para aliviar um bocado a cabeça, mas não há nada próximo, nós aqui só temos o centro de dia e quando vou lá vejo-os sentados a olhar para a parede, não se faz nada aqui” (t23). Constatou-se ainda, a existência de atividades dinamizadas por instituições que não pertencem à localidade onde estão a ser desenvolvidas, como atestado por um cidadão: “Às vezes vem cá o teatro e eu vou sempre ver só se não posso, senão passo a vida no campo” (t202), outros atestam: “Nós não pudemos participar em nada, aqui não temos nada, só a ginástica, se precisarmos temos de ir para outros sítios ou para a cidade, pelo menos aproveito a ginástica” (t8), ou ainda, “Aqui não se passa nada, estamos esquecidos, principalmente os idosos, temos a ginástica e quem quiser outras atividades têm de ir para outra freguesia e pagar” (t147) e “Eu estava mais satisfeita se estivesse um sítio onde teria alguma coisa para ocupar a cabeça, nós aqui estamos quase abandonados” (t65). Apesar de existirem atividades a serem desenvolvidas nas localidades mais rurais, estes são os que mais se lamentam pela falta de atividades, bem como pela falta de meios financeiros e/ou de transporte. Comprovados pelos testemunhos: “Nós cá, não temos centros de convívio, mas como estamos perto da cidade às vezes vou, agora no inverno com o frio e quando está a chover aborrece-me e não vou tantas vezes, se não, costumo a ir, é mais pelo convívio, fazem alguns passeios e tardes de cinema e eu gosto de ir” (t123), “Quem quer ir para atividades tem de ir para fora e ficam longe” (t170), condicionados como referido pelo acesso a transportes públicos “Mesmo nos transportes a população está muito mal servida, se quiserem ir a (cidade concelhia) só têm 4 carreiras, 2 idas e 2 voltas, duas de manhã e duas de tarde, se precisarem de resolver algum assunto, se forem de manhã só voltam à tarde, muitos que não têm carro optam pelo táxi” (t43), quer economicamente, “Atividades para nós? não temos nada, a única coisa que faço é ir duas vezes por semana à piscina e já não fica muito barato” (t93).

2. Redes de Sociabilidade

Conscientes da importância do papel das redes sociais na vida dos sujeitos, foi colocada uma questão sobre a relação com a família e amigos, com recurso às perguntas relativas ao Índice APGAR Familiar com uma escala de cinco pontos, contudo a análise efetuada não pretendeu avaliar a funcionalidade familiar, mas medir o grau de satisfação em relação às interações estabelecidas entre os respondentes e respetivas famílias e amigos.

Nesta análise verificou-se que o índice de satisfação apresentado pelos inquiridos com relação à família, agregado familiar e amigos é bastante satisfatória, revelando índices de satisfação superiores aos encontrados por J. Ferreira (2007). Verificou-se em ambos os estudos que o item com menor percentagem de resposta, diz respeito à forma com que a família aceita e apoia o início de novas atividades ou mudança de estilo de vida, com 46.1%. Observa-se ainda que existe um maior grau de satisfação com os itens relacionados com os amigos comparativamente aos itens familiares, em que 63.3% referiu ter amigos próximos com quem possa contar, 62.7% encontra-se satisfeito com o apoio recebido pelos amigos enquanto a satisfação com o apoio com a família reside nos 55.1% (Tabela 6).

Tabela 6

Itens de satisfação social dos inquiridos

	Nunca	Quase nunca	Algumas vezes	Quase sempre	Sempre
Satisfeito(a) com ajuda da minha família	.5	.9	5.8	37.7	55.1
Satisfeito(a) como em família conversamos e partilhamos os problemas	.8	1.6	8.1	40.0	49.4
Satisfeito(a) como a família aceita e apoia	.9	2.4	9.3	41.3	46.1
Satisfeito(a) como a família demonstra carinho	.5	.6	5.2	39.3	54.3
Satisfeito(a) com o tempo que passo em família	.6	1.7	10.5	40.2	46.9
Satisfeito(a) como o agregado partilha espaços da casa	.6	.2	4.4	32.3	62.5
Satisfeito como o agregado partilha rendimentos	1.2	.6	2.3	32.6	63.3
Tenho amigos próximos que posso recorrer	.6	1.1	3.1	32.0	63.3
Satisfeito(a) com o apoio dos amigos	.7	.7	3.1	32.7	62.7

O teste de correlação entre os itens de satisfação familiar e amigos com as variáveis: idade, sexo, estado civil, e habilitações literárias constatou-se não existir correlações em muitos itens e as que demonstravam algum tipo de correlação esta era muito fraca. Deste modo, só se considerou como relevante a correlação entre a idade dos sujeitos e a satisfação familiar que se apresenta estatisticamente significativa ($p < .01$), muito embora indica-nos existir uma correlação negativa muito fraca ou quase nula com valores de Pearson muito próximos de 0 variando de ($p = -.090$ a $-.117$), entre as variáveis idade e satisfação familiar, apreendendo que com o aumento da idade existe uma tendência para o aumento da insatisfação familiar. Constata-se ainda que existem evidências estatísticas para confirmar a existência de uma correlação significativa entre

os vários itens de satisfação familiar. Assim, o grau de satisfação entre: a forma como em família conversam e partilham os seus problemas e a forma como aceitam e apoiam os desejos de iniciar novas atividades ou de modificar o estilo de vida e a forma de como a família demonstra o seu afeto apresentam uma correlação forte. Já os restantes níveis de satisfação estão correlacionados moderadamente (Tabela 7).

Tabela 7

Coefficientes de correlação linear de Pearson entre os itens de satisfação familiar e idade dos inquiridos

	Satisfeito(a) com ajuda da minha família	Satisfeito(a) como conversamos e partilhamos os problemas	Satisfeito(a) como aceita e apoia	Satisfeito(a) como demonstra carinho	Satisfeito(a) com o tempo
Idade	-.108 ^{**}	-.090 ^{**}	-.107 ^{**}	-.117 ^{**}	-.105 ^{**}
Satisfeito(a) com ajuda da minha família	1	.762 ^{**}	.725 ^{**}	.786 ^{**}	.663 ^{**}
Satisfeito(a) como conversamos e partilhamos os problemas		1	.807 ^{**}	.810 ^{**}	.679 ^{**}
Satisfeito(a) como aceita e apoia			1	.770 ^{**}	.663 ^{**}
Satisfeito(a) como demonstra carinho				1	.735 ^{**}

^{**} $p < .01$, 2 extremidades.

Como indicam alguns depoimentos dos inquiridos, em que a solidariedade familiar é constante e necessária: “Estive 5 anos a cuidar dos meus sogros, foi muito difícil, eram muitos filhos e ninguém se chegou, tinha de estar 24 sobre 24, sem receber nada” (t285) e “É necessário dar apoio aos familiares que deixam de trabalhar para ajudar os outros, normalmente é a família que ajuda a pagar esse “ordenado”, mas depois quando as pessoas morrem quem fica a tomar conta delas, ficam “sem pau nem bola”. “Têm de se despedirem para tomar conta dos pais ou do marido ou mulher e depois deles morrerem, ficam sem direito a nada” (t185). Por sua vez, são vários que referem receber um maior apoio dos vizinhos e amigos, a título de exemplo: “Era bom ter os meus filhos por perto, se precisar de alguma coisa tenho mais ajuda dos amigos do que dos meus filhos” (t101), ou “É muito difícil tenho a minha mulher com uma doença oncológica e tenho que a acompanhar, tem de estar sempre alguém em casa, mesmo agora para cá vir pedi a uma vizinha que fosse lá a casa, é deste apoio que preciso” (t108), ou ainda, “Os meus filhos ajudam

quando podem, mas também trabalham, o que me vale são os vizinhos” (t108), uma vez que estão conscientes de que “Nestes meios pequenos tentamos ajudar uns aos outros” (t285), opinião contrária deste testemunho, “Ninguém pode estar a contar com os filhos nem com terceiros, toda a gente tem a vida ocupada com o trabalho” (t291). O apoio dos amigos, por vezes estende-se para manifestações de carinho e bem-estar, como se pode atestar pelo seguinte relato: “Fiz 50 anos de casada e naquele tempo não havia dinheiro para ir de lua-de-mel, sabe que tive um casal amigo que me ofereceu uma viagem para ir agora de lua-de-mel” (t12).

3. Participação em Dinâmicas Socioeducativas

Questionados sobre se participam em atividades socioeducativas e em que tipo de atividades participam, 41.6% do nosso público respondeu participar em dinâmicas socioeducativas, sendo que 23.4% responderam frequentar atividades de educação e formação e 28.3% frequentam atividades sociocomunitárias (Tabela 8).

Tabela 8

Participação Atividades Educação Formação e Sociocomunitárias

	Atividades de Educação Formação		Atividades Sociocomunitárias	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Não	768	76.6	713	71.7
Sim	234	23.4	281	28.3
Total	1002	100.0	994	100.0

Apurando o nível de participação segundo as habilitações literárias dos inquiridos e o sexo, verificou-se que a maioria não participou em atividades de educação e formação, 74,6% das mulheres e 79,4% dos homens. Os que frequentam ostentam níveis de escolaridade mais elevados e pertencem ao sexo feminino (14%). Já no que respeita à participação em atividades sociocomunitárias pode-se aferir que o número de participantes é superior em comparação com as atividades de educação e formação, continuando o sexo feminino e os sujeitos com menores habilitações académicas a ter uma maior adesão, representando 23.9% da população do sexo feminino. Constata-se que a maioria eram detentores do 1º ciclo, os dados indicaram ainda que com o aumento do nível académico, mais precisamente, a partir do 3º ciclo, aumentava o número de participantes em atividades de educação e formação comparativamente com os participantes de atividades sociocomunitárias (Tabela VIII – Apêndice 8). Pese embora, existir uma correlação

fraca para um nível de significância de $p < .01$, entre as habilitações académicas e a participação em atividades de educação e formação ($\rho = .198$) para o sexo feminino e ($\rho = .242$) para os homens os dados apresentaram ainda uma correlação fraca entre a participação em atividades de educação e formação e atividades sociocomunitárias no sexo masculino ($\rho = .340$; $p < .01$) (Tabela IX – Apêndice 8).

Comparando a participação em atividades socioeducativas por situação profissional, observa-se que o número de pessoas reformadas a realizarem atividades socioeducativas é maior comparativamente aos profissionais não reformados (Tabela X – Apêndice 8). Alguns relatos ilustrativos: “Depois da reforma é que comecei a aproveitar mais a vida, tinha mais tempo, reformei-me muito cedo e graças a Deus ainda com saúde para andar” (t15); “Agora depois de viúva para passar o tempo, faço voluntariado e vou ao grupo de convívio, só tenho pena de não ser todos os dias” (t15). Dados contraditórios aos obtidos por Cabral et al. (2013) e Cabral e Ferreira (2013), concluindo-se que as atividades de educação e formação são tendencialmente menos frequentadas pelo público reformado. Sobre este facto, A. Teixeira Fernandes (2005) acrescenta que o tempo de reforma significa não só a separação do mundo profissional, mas igualmente das suas atividades e formas de vida, sublinhando que unicamente um número reduzido da população participa em instituições sociais e culturais.

Quanto à percentagem de participação em atividades socioeducativas por profissão apurou-se que a maioria dos respondentes eram trabalhadores da indústria, construção e maquinaria com 17.1% dos sujeitos participantes em atividades sociocomunitárias e 10.5% em atividades de educação e formação; seguidos dos trabalhadores de serviços pessoais, proteção, segurança e vendedores com 5.9% que participavam em atividades sociocomunitárias e 3.6% em atividades de educação e formação. Aferiu-se ainda os elementos que mais frequentam as atividades de educação e formação em comparação com as atividades sociocomunitárias profissionalmente desempenhavam funções de técnicos de profissionais intermédios, trabalhadores da função pública, trabalhadores de transportes e manobreadores de obras, especialistas de atividades intelectuais científicas e dirigentes, diretores, gestores e empresários. Como se verifica neste estudo, o número de indivíduos que participam em atividades de índole sociocomunitária é superior aos que participam em atividades de educação/formação, no entanto são os que possuem um maior grau de literacia e uma categoria profissional mais elevada que participam com maior expressão em atividades de educação/formação (Tabela XI – Apêndice 8).

Analisando o tipo de atividades frequentadas, confirma-se que as atividades de âmbito desportivo são as mais frequentadas, seguidas de informática, atividades de cariz religioso e de música. Fato este atestado por muitos testemunhos que realizam ginástica e/ou hidroginástica pelo menos duas vezes por semana entre os quais (t25; t73; t86; t87; t96; t100; t103; t104; t105; t136; t137; t148; t149, t150; t171). As aulas de informática são frequentadas, entre outros, pelos depoimentos (t22; t26; t63; t149; t182; t214). Atividades relacionadas com música, as mais mencionadas são aprender a tocar cavaquinho, cantar estão referenciadas nos testemunhos (t46; t52 e t178). Consegue-se ainda aferir que, para os inquiridos, não existe uma nítida separação entre o tipo de atividades em que participam. Uma vez que, as únicas atividades consideradas diferenciadoras entre o tipo de educação e formação e sociocomunitárias, são as atividades relacionadas com passeios e jogos sociais, incluindo estas últimas no domínio de atividades sociocomunitárias (Tabela 9). De assinalar ainda que 62.05% da população respondeu frequentar um só género de atividades e os restantes 37.95% participam em dois ou mais tipos de atividades (Tabela XII – Apêndice 8).

Tabela 9

Tipo de atividades frequentadas

Educação e formação		Sociocomunitárias	
	<i>n</i>		<i>n</i>
História	13	História	2
Informática	68	Informática	9
Música e dança	34	Música e dança	44
Teatro	8	Teatro	9
Culinária/nutrição	9	Culinária/nutrição	2
Inglês	5	Inglês	10
Literatura e escrita	25	Literatura e escrita	10
Trabalhos manuais e costura	6	Trabalhos manuais e costura	7
Desportivas	47	Desportivas	137
Profissionais	34	Profissionais	1
Cívica	9	Cívicas	34
Religiosa	3	Religiosas	39
Neuro ginástica	2	Neuro ginástica	2
Psicologia	4	Psicologia	1
		Passeios	6
		Jogos sociais	1

Verifica-se uma correlação fraca ($\rho = .074$) entre o local de residência e a participação em atividades sociocomunitárias, com um grau de significância de 95% ($p < .05$). Verifica-se ainda uma correlação fraca significativa ($p < .01$) entre o local de residência e a participação em atividades de educação e formação ($\rho = .145$), bem como entre as participações nos dois tipos de atividades socioeducativas ($\rho = .170$) (Tabela 10).

Perante as impressões dos nossos inquiridos houve com comentasse de que: “Há freguesias mais pequenas do que a nossa e têm muitas atividades nós, temos ginástica e pouco mais” (t44) e “Eu estava mais satisfeita se estivesse um sítio onde teria alguma coisa para ocupar a cabeça, nós aqui estamos quase abandonados” (t65).

Tabela 10

Correlação entre localidade participação entre atividades socioeducativas

	Participação atividades Educação Formação	Participação atividades sociocomunitárias
Localidade de residência	.145**	.074*
Participação atividades Educação Formação		.170*

** $p < .01$, 2 extremidades. * $p < .05$, 2 extremidades.

Ao realizar uma correlação entre as variáveis habilitações académicas, categoria profissional, e participação em atividades socioeducativas, verifica-se existir uma correlação moderada entre as variáveis habilitações académicas e situação profissional ($\rho = -.453$, $p < .01$). Ressalta o facto de existir ainda uma correlação fraca entre as variáveis habilitações académicas e a participação em atividades de educação e formação ($\rho = .215$, $p < .01$) e não existir correlação entre as habilitações académicas e participação e atividades sociocomunitárias, uma vez que a população tendencialmente não diferencia as atividades de educação e formação das atividades sociocomunitárias. Este facto pode ainda ser visualizado nesta análise que nos indica existir uma correlação ainda que fraca nestas últimas variáveis ($\rho = .170$, $p < .01$) (Tabela 11).

Como o caso dum inquirido aquando da administração do inquérito perguntou: “O que é isto de atividades sociocomunitárias?” (t81).

Tabela 11

Correlação entre habilitações académicas, categoria profissional, e participação em atividades socioeducativas

	Categoria profissional próprio	Participação atividades Educação Formação	Participação atividades sociocomunitárias
Habilitações académicas	-.453 ^{**}	.215 ^{**}	-.015
Categoria profissional próprio		-.112 ^{**}	.053
Participação atividades Educação Formação			.170 ^{**}

^{**} $p < .01$, 2 extremidades.

Esta condição demonstrada pelo nosso público-alvo, a dificuldade em diferenciar atividades de educação/formação das sociocomunitárias, levou a que fosse contemplada uma variável mais abrangente englobando estes dois tipos de atividades a qual se apresenta como participação em atividades socioeducativas. Deste modo, estudando este fenómeno de participação em atividades de educação e formação e/ou participação em atividades sociocomunitárias, de forma mais global, isto é, a participação em atividades socioeducativas, tentou-se verificar a existência de associações entre a frequência em atividades com as variáveis: sexo, idade, estado civil, habilitações, situação profissional, dimensão do agregado, coabitação com o cônjuge, grau de satisfação familiar e grau de satisfação com os amigos. Ao relacionar as variáveis descritas verificou-se que existe uma associação estatisticamente significativa entre a presença em atividades socioeducativas e o sexo dos inquiridos ($\chi^2(1) = 65.434$; $p < .001$) com uma associação de 25.5%. Observa-se que as mulheres são as mais participativas (53.3%). A idade segue a mesma tendência encontrando-se significativamente associada ($\chi^2(3) = 8.930$; $p = .030$). Os dados confirmam ainda de que as atividades são mais frequentadas pelos sujeitos entre os 61 e os 69 anos, já os indivíduos com mais de 69 anos são os que menos frequentam atividades (34.6%), possuindo um grau de associação de 9.4% (V Cramer = .094). Como já referido, existe uma correlação fraca estatisticamente significativa entre as habilitações académicas e a participação nas atividades de educação e formação, criando uma associação estatisticamente significativa ($\chi^2(4) = 15.362$; $p = .004$) entre as habilitações escolares dos inquiridos e a participação em atividades socioeducativas de 12.4% (V Cramer = .124).

Atesta-se também a existência de uma associação estatisticamente significativa de 70% (Phi= .070) entre a situação profissional e a participação em atividades socioeducativas ($\chi^2(1) = 4.568$; $p = 0.030$), sendo os cidadãos que estão reformados apresentam uma participação

superior aos que se encontram no ativo. A coabitação com o cônjuge, segue a mesma tendência exibindo uma associação estatisticamente significativa ($\chi^2(1) = 6.060$; $p = .014$) de 79% ($\Phi = .079$). A remuneração auferida pelo próprio inquirido e/ou pelo casal, estatisticamente encontram-se significativamente associadas ($\chi^2(3) = 18.105$; $p > .001$; V Cramer = .165) e ($\chi^2(3) = 22.432$; $p > .001$; V Cramer = .200), respetivamente, indicando que as pessoas que ostentam maiores rendimentos são os que apresentam maior taxa de frequência em atividades socioeducativas.

Com uma orientação contrária, não foi visualizada a associação entre a participação em atividades socioeducativas e o estado civil, a dimensão do agregado familiar, o grau de satisfação familiar e grau de satisfação com os amigos (Tabela XII – Apêndice 8).

As declarações prestadas pelos inquiridos, sobre a participação em atividades socioeducativas, estão mais direcionadas para os fatores idade e financeiro. Se para alguns o fator idade não é condicionante para frequentar atividades educativas: “Agora com esta idade, decidi aprender a tocar cavaquinho, ajuda a manter-me ativo e a aliviar a cabeça” (t46). No entanto, existe quem possua ideia contraditória “Isso de ir para a escola com esta idade não sei o que me parece, para mim não dá” (t75), ou ainda, “Acha que com esta idade, tenho paciência para ir aprender alguma coisa” (t 97). A incompreensão de muitos está também presente: “A escola não é para as crianças e os jovens, agora também há para os idosos? Agora é mesmo “aprender até morrer”” (t77), ou mesmo: “Eu às vezes digo aos meus vizinhos, ides para a universidade aos 80 anos fazer o quê? Se ainda fosse para aprender a escrever e a ler, agora não percebo o que eles vão fazer, mas isso é lá com eles” (t205).

Relativamente às questões financeiras, as opiniões não diferem muito, os baixos rendimentos das famílias inquiridas e conseqüentemente o fraco capital económico que possuem fazem sentir condicionalismos na participação em dinâmicas socioeducativas: “Não tenho dinheiro para passear, não tenho dinheiro para gastar, tenho dinheiro para sobreviver” (t33); “A reforma é que é pequena, gostava muito de viajar, conhecer outros países” (t180), seja, “Há muitas atividades que gostava de fazer, mas muitas delas são pagas e o dinheiro não estica” (t254), “Atividades para nós? não temos nada, a única coisa que faço é ir duas vezes por semana à piscina e já não fica muito barato” (t93). Há quem lamente confessando de que: “As atividades para o envelhecimento ativo é só para quem tem dinheiro, pagar as quotas e as deslocações não é para reformas baixas como a minha” (t90), ou ainda, “As nossas reformas são tão baixas que temos de poupar caso nos aconteça alguma coisa, por isso, não saímos daqui a minha mulher vai conversando com as vizinhas e eu vou ali abaixo e entretenho-me a jogar patela (jogo popular mais

conhecido por chincalhão)” (t23), ou “Gostava de ir para a Universidade Sénior, mas fica longe e só tem uma aula por dia, para ir todos os dias fica muito caro” (t99). Aliado aos recursos financeiros, alguns sujeitos realçam ainda a parca condição de saúde que os impede de serem mais ativos: “Se fosse mais nova e tivesse muito dinheiro ia a todas as atividades e passeios que pudesse, agora não tenho nem saúde nem dinheiro” (t211), ou então, “Até gostava de fazer atividades se tivesse saúde e o dinheiro chegasse” (t190), e ainda, “Há muitas atividades que gostava de fazer, mas muitas delas são pagas e o dinheiro não estica” (t254). Todavia, existe quem reforce os esforços feitos ao longo da vida, por forma a viver uma ocupar de forma prazerosa os seus tempos livres em tempo de reforma, “Como cá não temos nada, eu inscrevi-me na Universidade Sénior para aprender a mexer com o computador e em história, mas porque tenho algum dinheirinho, também trabalhei muito, porque senão não dava, pagar deslocações e as quotas não é para qualquer um, tive sorte sempre foi poupado e agora posso fazer isto” (t26). Por fim, houve quem se referiu à satisfação sobre o apoio de um amigo que contribuiu para que participasse em atividades de TIC, “Quem me ensinou a ler e a escrever foi um amigo meu, um grande amigo, teve cá uma paciência e agora aqui estou eu a aprender nos computadores” (t64).

Na esteira de Cabral et al. (2013) e Cabral e Ferreira (2013), são vários os fatores que delimitam os níveis de participação em atividades sociais, entre os quais: o sexo, o nível de literacia e a condição económica. O que corrobora os dados obtidos neste estudo, em que se denota que o capital cultural, social e económico dos indivíduos exerce uma influência no tipo de atividades desenvolvidas.

4. Perspetivas acerca do Envelhecimento Ativo e Condição Sénior

Com o intuito de perceber algumas das configurações atribuídas à condição sénior, foi-lhes perguntado a partir de quando consideravam a entrada na idade sénior, nesta questão poderiam assinalar até três opções, podendo ainda acrescentar um outro item de resposta. Partindo do princípio que o termo sénior representa para muitos a terceira idade a qual para muitos começa com a entrada para a reforma, não é de estranhar que mais de 48% dos inquiridos situassem o início da idade sénior na entrada para a reforma, e em maior número os que já se encontram na condição de reforma. Denota-se ainda uma perceção tendencialmente negativa para a sua caracterização, principalmente no público já reformado, uma vez que os que se encontram no ativo apresentam uma perceção mais otimista para a entrada na idade sénior, sendo poucos os que a

relacionam com as limitações decorrentes de problemas de saúde ou na dificuldade de lidar com a resolução de problemas (Tabela 12).

Tabela 12

Opinião sobre a entrada na idade sénior por parte dos inquiridos

	Não reformados		Reformados	
	n	%	n	%
Ter mais autonomia	188	50.9	181	49.1
Não possuir objetivos	182	56.5	140	43.5
Entra na idade da reforma	158	34.1	306	65.9
Quando começam a aparecer problemas de saúde	61	23.6	198	76.4
Quando sente dificuldades em resolver situações do dia-a-dia	84	24.1	265	75.9
Outro	3	20.0	12	80.0

Analisando as respostas abertas, os inquiridos acrescentaram que a entrada na idade sénior poderá estar relacionada com a idade, apontando a partir dos 45 anos, outros depois dos 65 e 70 anos, a entrada na velhice e/ou o estatuto de idoso foram também reportados, a título de exemplo mencionaram: “quando tem tempo de fazer o que lhe apetece e no final do mês receber uma pensão”, “podemos ser seniores e termos capacidades e não termos problemas de saúde”, ter mais tempo para aproveitar a vida”; já numa perspetiva mais negativa evidenciaram, entre outros: “quando não tiver condições para trabalhar”, “quando começa a perder as faculdades mentais”, ou “quando se chega a uma certa idade por muita vontade que se tenha o corpo começa a rejeitar, a falta de energia”, ou “quando não se consegue fazer as coisas por si própria”; o sentimento de deixar de ter paciência: “quando deixo de ter pachorra com muitas coisas” e o sentimento de solidão: “quando começar a sentir-me menos acompanhada”, também foram referidos, bem como houve quem considerasse o início da idade sénior aquando a ocorrência de todos os itens constantes no inquérito. Mais uma vez focado em questões da idade, um inquirido alega “As pessoas vão “murchando” com a idade, agora estamos bem e com a idade piora” (t 224).

Confrontados sobre quais as medidas sociais do Estado direcionadas para os seniores e/ou o envelhecimento ativo, constatou-se que cerca de 65% dos inquiridos desconhecem algum tipo de medidas, sendo os homens em situação de reforma os que menos conhecem. Constata-se que independentemente do sexo ou da situação profissional mais de 95% dos inquiridos são da opinião que existe pouca informação sobre as políticas públicas e/ou projetos direcionados para os seniores perspetivando o envelhecimento ativo, sendo os homens reformados os que declararam

ter um menor conhecimento, o que pode justificar os dados anteriores. De salientar que 96.1% da população apresenta a mesma opinião (Tabela XIV – Apêndice 8).

Quanto à questão sobre se as instituições públicas e sociais cuidam dos interesses dos seniores, os dados mostram que cerca de 84% dos respondentes têm opinião negativa, sendo os homens em situação de não reformados os que representam a maior percentagem.

Os depoimentos recolhidos durante a administração do inquérito refletem essa situação, bem como, as estratégias definidas à posteriori para a aplicação dos inquéritos por questionário, uma vez, que muitas as Juntas de Freguesia, enquanto poder local mais próximo da população, funcionam em horários reduzidos ou não possuem condições físicas necessárias, obrigando a adotar outras medidas de administração. Por sua vez, os cidadãos, sobre as instituições estatais de poder local apontaram: “Sinto-me como se estivéssemos abandonados, imagine que nem a Junta de Freguesia está aberta todos os dias” (t4), “O Governo não se preocupa com os desempregados que têm uma família para manter, quanto mais com os velhotes, nem a Junta está aberta quando precisamos” (t94), e “Como é que as instituições podem tomar conta dos interesses dos idosos, dou o exemplo da Junta de Freguesia onde moro, só está aberta um dia por semana” (t173). As queixas estendem-se às instituições de saúde, mencionando de que: “O nosso país está cada vez pior, até para ir fazer um penso ao centro de saúde é preciso levar os pensos, é uma pouca-vergonha” (t6), ou ainda, “Era muito bom que existisse mais apoio para os mais idosos, não vejo jeito, cada vez, mesmo em termos de saúde é pior” (t56) e, “Escrevo Portugal com letra pequena, estamos num país de vergonha, a saúde está como está, as reformas baixas, o nível de vida sempre a aumentar, não sei onde isto vai parar” (t32). As lamentações englobam ainda outro tipo de serviços e respostas sociais, chegando mesmo a ser comparados com outros países: “Ainda dizem que há países piores que o nosso, até custa a acreditar, se precisarmos de uma consulta estamos tempos à espera, vamos às finanças ou à segurança social não nos informam e ainda somos mal atendidos, tenho família no estrangeiro e lá não é nada como aqui, eles ainda ficam varados com o custo das coisas” (t120), “Estamos mal para pertencer a um país europeu estamos muito abaixo dos outros países, por exemplo, em Espanha o salário mínimo é muito mais alto, quem pagar uma renda, para onde vai o dinheiro? Para a renda, a água e luz” (t260) e, “Este país é uma pouca-vergonha, não cuida das pessoas, desconta-se tanto, paga-se por tudo e os serviços são maus e ainda se queixam e estão sempre a fazer greve, se ganhassem tanto como nós o país parava” (t107).

Quanto às instituições e serviços mais direcionados para os reformados e adultos/maduros, numa ótica mais socioeducativa e cultural, indicam que as “Medidas para os seniores, nem infantários há que chegue para as crianças que são poucas, quanto mais para os seniores” (t30), “Há poucas escolas para os mais pequenos, agora para os mais velhos, só o centro de dia” (t60), indicando ainda: “Os nossos idosos não têm quem cuidem deles, para os colocar num lar é muito difícil e é necessário ter dinheiro para eles entrarem e se as reformas forem pequenas a família ainda tem de ajudar, mas acho que cada vez mais, há pessoas mais novas ir para lares ou centros de dia (t5)”, bem como, “Nós não temos escola para as crianças, quanto mais atividades para os mais velhos, veja lá, nem centro de dia, não temos nada, só velhotes” (t162). Apontando de que “Ainda existe um longo caminho a percorrer para a Estado e sociedade cuidar dos interesses dos seniores” (t57), “O Estado ainda não tem capacidade de responder às necessidades das pessoas adultas e dos idosos em particular” (t61), especificando ainda de que relativo à questão se as instituições cuidam dos interesses dos seniores: “Às vezes dizem uma coisa e depois fazem outra” (t279). Quanto às questões políticas em particular, aludem: “Políticas, política é só para favorecer quem está no Governo não é para o “Zé-povinho” (t67), também, “As pensões demoram muito tempo a chegar, existem pessoas com muitas dificuldades. O Estado está péssimo, demora na entrega dos subsídios de funeral e pensão, mas quando nós precisamos temos de pagar logo” (t34). Realçando “Eu pensei que com este Governo as coisas iam melhorar, mas são todos iguais só olham para o seu umbigo” (t94), se justificando com argumentos tais como: “O Governo não faz nada para nos ajudar, quando eramos novos trabalhamos que nem uns mouros, agora cortam-nos nas reformas, isto é uma maravilha, está bom para os malandros” (t48), ou, “Quando me tiraram dinheiro da reforma foi como quem me “arrancasse os dentes”, não se faz, trabalhei tanto e aturei tanto para ter uma reforma maiorzinha e depois [...] tira-nos o dinheiro, porque não descontaram aos deputados que ganham muito, não, foi a quem toda a vida fez alguma coisa pelo país, isto é uma injustiça” (t266) e “Há famílias que têm vergonha de pedir ajuda, têm vergonha de dar a cara, vivem da ajuda da família e amigos e outras que têm dinheiro e vão buscar comida e às vezes até a votam fora, o Estado deveria controlar isto” (t260). Evidenciam de que “Ainda há muita falta de informação sobre os nossos direitos enquanto cidadãos, acho que é geral” (t169), constatando de que “Os idosos ainda são muito mal tratados no nosso país” (t167). Já no que a projetos e/ou programas orientados numa perspetiva ao longo da vida diz respeito, muitos são da opinião de que: “Hoje em dia fala-se muito no envelhecimento ativo, mas ninguém faz nada, olhe os centros de dia que metem lá os idosos todo o dia sentados a olhar para a televisão, já para não

falar nos lares, que só para lá entrar até a “camisa nos tiram” e depois morrem quase logo, é o mundo em que vivemos, sabe isto não é da crise, isso é desculpa, é falta de humanidade, de boa vontade, enquanto pudemos trabalhar descontamos tudo, agora que precisamos não temos direito a nada, até as taxas no centro de saúde temos de pagar” (t120), seja, “Isto do envelhecimento ativo é só conversa, porque depois não há nada, há os passeios organizados pela Junta e algumas sessões de sensibilização, mas do resto mais nada” (t168).

Estes dados espelham a imagem negativa que os portugueses detêm sobre a falta de medidas e políticas públicas e sociais por parte dos organismos do Estado, confirmando as conclusões de Estanque (2017), quando apoiado em vários estudos, afirma que os portugueses detêm perceções negativas sobre as políticas sociais, no que diz respeito, à situação económica do país, à atuação do governo, à confiança nos políticos, bem como, à confiança social e institucional na saúde e na educação.

5. Transição para a Inatividade Laboral/Reforma

Partindo de que o propósito e foco central desta investigação é o estudo das experiências e perspetivas dos indivíduos sobre a transição para a inatividade laboral, tornou-se premente aprofundar os diversos significados que os nossos inquiridos possuíam sobre este tema, por forma a melhor conhecer as questões centrais desta problemática em estudo. Com base na literatura já existente, procurou-se explorar os fatores que contribuem, possibilitam, condicionam ou limitam o processo de transição para a inatividade laboral e condição sénior com enfoque na educação ao longo da vida e consequentemente nas dimensões socioeducativas adjacentes.

Percecionada como um marco no ciclo de vida do adulto/idoso, a entrada para a reforma é vivenciada de forma singular e heterógena pelos sujeitos, tornando a experiência do processo de transição um dos fenómenos que mais pode interferir na adaptação ao tempo de reforma. Desta forma, pretendeu-se analisar quais as características pessoais, sociais, contextuais, culturais, económicas, políticas e históricas dos indivíduos possuem um papel mais relevante e/ou diferenciado nas vivências/experiências vividas nesta fase de vida.

Por conseguinte, foram colocadas perguntas relativas às vivências ou expectativas presentes para a fase de transição para a inatividade laboral.

Com base nas respostas dadas, revelou-se de que a média de idade para a entrada na inatividade laboral situa-se nos 61.39 anos ($DP= 4.173$). De ressaltar que a média de entrada na

inatividade nas mulheres é ligeiramente mais baixa do que nos homens situando-se nos 60.69 anos e 62.05 anos, respetivamente. Sendo estas que transitaram para a reforma com menos de 60 anos em maior número. O inquirido mais novo que entrou na reforma tinha apenas 38 anos e mais velho apesar da idade formalmente institucionalizada da reforma se situar nos 66.4 anos respondeu ter entrado na reforma com 68 anos. Dados confirmados pelos estudos de Cabral et al. (2013) e Cabral e Ferreira (2013), que apontam que a maioria da população portuguesa com mais de 50 anos já se encontra numa situação de reforma e que a idade de transição para a reforma ocorre nos 60.3 anos.

Quanto aos motivos referidos para a entrada antecipada na inatividade profissional, 42.90% da população aludiu razões de saúde como a principal causa, seguidamente 18.10% razões relacionadas com o desemprego, as questões relacionadas com opção própria ou o cumprimento do tempo contributivo mostraram-se significativas quanto ao motivo de reforma antecipada. Verificou-se que o sexo não é uma variável diferenciadora, estando os valores muito próximos entre os dois sexos (Tabela 13).

Tabela 13

Motivos de entrada na inatividade profissional antecipada por sexo

	Sexo					
	Feminino		Masculino		Total	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Estado de saúde	79	44.6	61	40.9	140	42.9
Cansaço	5	2.8	3	2.0	8	2.5
Cuidado de familiares	11	6.2	3	2.0	14	4.3
Opção própria	17	9.6	19	12.8	36	11.0
Cônjuge reformado	5	2.8	1	0.7	6	1.8
Ter rendimentos	5	2.8	1	0.7	6	1.8
Desemprego	31	17.5	28	18.8	59	18.1
Tempo contributivo	10	5.6	24	16.1	34	10.4
Falência ou reestruturação empresa	14	7.9	9	6.0	23	7.1
Total	177	100.0	149	100.0	326	100.0

Durante a aplicação dos inquéritos relacionaram o facto de estar desempregado para aceder à reforma antecipada, expondo: “Estar desempregada foi o pior que me aconteceu, agora meti os papéis para a reforma estou à espera” (t151). O cuidado para com a família revelou-se aqui também um motivo de reforma antecipada: “Eu vivo só com a minha mãe, tive a sorte de conseguir a reforma porque assim posso cuidar dela, senão não sei quem cuidava dela, metê-la num lar

nem pensar, não há dinheiro e gosto muito dela para a abandonar num sítio daqueles (t11). Contudo constatou-se que as políticas de reforma e os valores de pensão atribuídos condicionam as entradas na reforma antecipada, contando: “Já algum tempo que estou para meter para a reforma, estou à espera que acabem com as penalizações, a reforma já é baixa com as penalizações ainda pior” (t152). Contrariamente, ao relato de um outro inquirido que frisou: “Depois da reforma é que comecei a aproveitar mais a vida, tinha mais tempo, reformei-me muito cedo e graças a Deus ainda com saúde para andar” (t15). A reforma antecipada por motivos de saúde e de ordem familiar foram igualmente, as principais razões mencionadas pelos inquiridos no estudo de Cabral e Ferreira (2013).

Ao cruzar os motivos evocados para a entrada antecipada na inatividade laboral com a idade e o sexo dos inquiridos, pode-se aferir, e como anteriormente referido, o estado de saúde é o principal motivo invocado correspondendo a 40.66% dos que anteciparam a sua entrada para a reforma tinham menos de 60 anos, tendo as mulheres uma taxa ligeiramente superior (Tabela 14).

Tabela 14

Motivos de entrada antecipada na inatividade laboral por idade de entrada e sexo

Motivo	Sexo			
	Feminino		Masculino	
	%	Idade	%	Idade
Estado de saúde	23.08	Menos de 60 anos	17.58	Menos de 60 anos
Cansaço	2.20	Até aos 64 anos	1.10	Entre os 60 e 64 anos
Cuidado de familiares	3.30	Menos de 60 anos	1.10	Menos de 60 anos
Opção própria	3.85	Entre os 60 e 64 anos	4.40	Entre os 60 e 64 anos
Cônjuge reformado	1.65	60 e 64 anos	0.55	Entre os 60 e 64 anos
Ter rendimentos	1.65	Menos de 60 anos	0.55	Entre os 60 e 64 anos
Desemprego	9.89	Menos de 60 anos	7.14	Entre os 60 e 64 anos
Tempo contributivo	5.49	Até aos 64 anos	9.89	Entre os 60 e 64 anos
Falência ou reestruturação empresa	3.30	Entre os 60 e 64 anos	3.30	Entre os 60 e 64 anos
Total	54.40		45.60	

O desemprego e o tempo contributivo revelaram-se também dos motivos mais referenciados o desemprego mais no sexo feminino com idade inferior a 60 anos (9.89%) e o tempo contributivo nos homens com idades compreendidas entre os 60 e os 64 anos, com uma percentagem de 9.89%. Pode-se concluir que o número de mulheres que entraram em situação de inatividade mais cedo é ligeiramente superior ao dos homens, correspondendo a 54.4% e 45.6% respetivamente.

4.1. Tempo de adaptação à inatividade laboral

O tempo de adaptação à inatividade laboral pode ser um bom indicador se o período de transição ocorreu ou espera-se que ocorra, para aqueles que ainda não se encontram nessa fase, sem muitas dificuldades, uma vez que se pode admitir que quanto menor for o tempo de adaptação na sua transição, espera-se que esta seja vivenciada de forma mais positiva, partindo do pressuposto que as preocupações e sentimentos mais negativos associados a essa fase desapareçam aquando da adaptação. Esta ideia é corroborada pelo estudo de Duarte e Melo-Silva (2009), quando referem que 12 meses após a transição para a inatividade profissional, o sentimento de insegurança e de incerteza perante a condição de reformado não desaparece. Para além disso, sabe-se que as experiências na fase da transição para a inatividade profissional devem ser consideradas para apoiar esta fase de preocupações (Djukanović & Peterson, 2016).

Neste seguimento, fazendo a comparação das médias obtidas do tempo de adaptação para a inatividade laboral entre sexos nas diferentes situações profissionais, os dados indicam não existir evidências estatísticas que comprovem a existência de diferença entre as médias de adaptação entre as mulheres e os homens em situação de não reformados ($t(143) = -.098$; $p = .922$), bem como na situação de reformados ($t(328) = 1.817$; $p = .070$). Constata-se ainda, com 95% de confiança, que a diferença de médias entre a população não reformada se situa no intervalo de $-.4686$ a $.4244$, já entre a população reformada, os valores da média se encontra compreendida no intervalo de $-.0263$ a $.6615$. Efetivamente, as médias encontradas de $.918$ ($DP = 1.0553$) para as mulheres em situação de não reformadas e $.940$ ($DP = 1.6557$) para os homens, são semelhantes. Da mesma forma, as médias relativas à população que já se encontrava em situação de reforma, uma vez que, se obteve de médias 1.274 ($DP=1.9222$) para as mulheres e $.957$ ($DP = 1.1889$) para os homens. Estes valores próximos indicam que o fator sexo não têm influência entre o período de adaptação à reforma (Tabela 15).

Tabela 15

Tempo de adaptação à inatividade laboral (em anos) em função do sexo e situação profissional próprio (não) ativo

Situação profissional próprio (não) ativo	Sexo	N	Média	Erro Desvio	Erro padrão da média
Não reformados	Feminino	95	.918	1.0553	.1083
	Masculino	50	.940	1.6557	.2341
Reformados	Feminino	160	1.274	1.9222	.1520
	Masculino	170	.957	1.1889	.0912

Analisando este facto pormenorizadamente, observa-se que cerca de 10% das mulheres que ainda se encontravam no ativo, não esperam ter um período de adaptação entre a sua atividade profissional e a sua saída do mercado de trabalho, resultado um pouco abaixo do obtido entre as mulheres já na reforma. A maior diferença, é encontrada entre os homens ainda no ativo e os reformados, estes últimos apresentaram uma percentagem maior de adaptação do que os seus congéneres ainda no ativo, com 17.14% e 6.07% respetivamente (Tabela 16). Estas condições foram experienciadas pelos inquiridos, quando comentaram: “quanto tempo demorou a adaptar-me à reforma, acho que foi logo” (t115), ainda, “Isto fez-me pensar, não me dei conta que tive de me adaptar a esta vida de reformado” (t112), também, “Nunca pensei que passei por esta fase de transição, agora a ver isto, tem razão, nós vamos tentando adaptarmos nem damos fé” (t68), por fim, “A minha reforma foi de um dia para o outro, foi como se estivesse de férias” (t80), ou mesmo, “Eu não passei por isto” (t 79), referente à fase de transição, embora já reformado.

Tabela 16*Tempo de adaptação à inatividade laboral em anos*

		Não reformados		Reformados		Total	
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
0 anos	Feminino	44	9.54	57	12.36	101	21.91
	Masculino	28	6.07	79	17.14	107	23.21
Até 1 ano	Feminino	24	5.21	50	10.85	74	16.05
	Masculino	9	1.95	44	9.54	53	11.50
Mais de 1 a 2 anos	Feminino	19	4.12	25	5.42	44	9.54
	Masculino	8	1.74	24	5.21	32	6.94
Mais de 2 a 4 anos	Feminino	6	1.30	23	4.99	29	6.29
	Masculino	4	0.87	16	3.47	20	4.34
4 ou mais anos	Feminino	2	0.43	5	1.08	7	1.52
	Masculino	1	0.22	7	1.52	8	1.74
Total		145	31.45	338	73.3	461	100,00

Indagados sobre o tipo de instituições de apoio à transição para a inatividade profissional, mais de 91% da população refere não conhecer, não existindo grande diferença entre o grupo de reformados e não reformados. Em comparação entre sexo no grupo dos não reformados o sexo feminino é o que conhece mais as instituições de apoio (10.5%), contrastando com o grupo de reformados em que neste caso os homens são os que mais conhecem instituições de apoio representando 18.4% da população em situação de reforma.

Tabela 17*Conhecimento dos inquiridos sobre medidas de apoio para a transição para a inatividade laboral*

		Não reformados		Reformados		Total	
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Conhece instituições de apoio	Feminino	16	10.5	15	9.9	31	20.4
	Masculino	7	4.6	28	18.4	35	23.0
Conhece programas de apoio	Feminino	4	2.6	8	5.3	12	7.9
	Masculino	2	1.3	3	2.0	5	3.3
Participa ou participou em algum programa ou atividade de apoio	Feminino	3	2.0	12	7.9	15	9.9
	Masculino	2	1.3	4	2.6	6	3.9
Espera participar programa ou atividade de apoio	Feminino	28	18.4	6	3.9	34	22.4
	Masculino	10	6.6	4	2.6	14	9.2
Total		72	47.4	80	52.6	152	100.0

De realçar que existe por parte dos inquiridos a intenção em participar em programas ou atividades de apoio à transição para a inatividade laboral, quer por parte dos que se encontravam ainda em atividade profissional quer por parte dos que se encontravam em situação de

reformados, muito embora a maioria admite não conhecer nenhum tipo de programas ou atividades, como se consegue identificar pelos seguintes relatos: “Nunca ouvi falar nada disto” (t119) referindo-se a instituições e programas de apoio à transição, seja, “Nunca ouvi falar em instituições ou programas que dão apoio para a reforma, isso existe?” (t56), ou ainda, “Não conheço programas para apoiar a passagem para a reforma, acho que até informação não há que chegue” (t153), também houve quem questionasse, “Não conheço nada para dar apoio para a reforma, isso é alguma lei nova?” (t164) e quem respondesse sobre a participação em programas de apoio à transição “Não, porque penso que não existe” (t 263) e “E de programa ou atividade de apoio à transição? Nunca ouvi falar nisto, nem na televisão, isto existe ou é como os políticos que dizem que há e fazem e depois nada?” (t81).

Quanto ao tipo de instituições de apoio à transição para a inatividade, tendo em conta, os dados recolhidos, as instituições não governamentais estão representadas em maior número (Quadro 2). Embora possa causar algumas dúvidas: “Nunca ouvi falar em nada para ajudar os idosos, só centros de dia, lares e universidades sénior” (t65).

Quadro 2

Tipo de instituições de apoio

Instituições governamentais	Autarquias e Juntas de Freguesia Segurança social Serviço Nacional de Saúde
Instituições não governamentais	Associações de reformados IPSS – Centros de dia, Lares, Casa do Povo e Centros Comunitários Instituições religiosas Instituições desportivas Associações profissionais Universidade sénior Centros de convívio

No que às medidas e/ou apoios sociais e públicos necessários à fase de transição para inatividade laboral diz respeito, através de uma pergunta aberta, a população inquirida considera essencial, como tipo de apoio pretendido as categorias indicadas no quadro 3.

Quadro 3

Tipos de apoio que os inquiridos consideram essenciais à transição para a inatividade laboral

Tipo de apoio	Iniciativas/ necessidades
Económico e laboral	Diminuição da idade de entrada na reforma; Entrada gradualmente na reforma; Valor da reforma mais elevado; Terminar/diminuir as penalizações das reformas antecipadas. Ter uma vida digna; Igualdade de direitos;
Social	Mais e melhor acesso à informação; Mais apoio dos organismos do Estado; Aumento de equipamentos sociais; Apoios humanos, logísticos e financeiros para os cuidadores informais.
Saúde	Melhores condições de acesso à saúde; Beneficiar de maiores participações (medicamentos e consultas).
Educação e lazer	Aumento de equipamentos socioeducativos; Beneficiar mais descontos em atividades culturais e educativas.

Uma categoria mais direcionada para o fator económico e o laboral, uma outra de natureza social, o fator saúde foi também ele apontado, tal como a educação e lazer. Neste último, apontaram a necessidade da existência de um maior número de equipamentos socioeducativos e beneficiar mais descontos nas atividades de índole cultural e educativas. Segundo a opinião dos sujeitos, existe um longo caminho a percorrer, demonstrando ter um baixo nível de informação sobre as atuais políticas públicas, projetos e/ou medidas sociais, se mostrando ainda insatisfeitos com a abrangência de atuação das instituições de apoio existentes nesta fase de vida. Reconhecendo a emergência da implementação de apoios direcionados para a fase de transição para a inatividade laboral, perspetivando um envelhecimento ativo.

Os múltiplos testemunhos referenciados ao longo deste capítulo demonstram o género de apoio que os indivíduos gostariam de usufruir ou ter usufruído na fase de transição para a inatividade laboral, ao qual se pode acrescentar:

- i) **Uma vertente económica:** “Eu gostava de ter tanta coisa agora na reforma, estas páginas todas não chegavam para responder, começava logo por uma reforma mais alta e mais cedo sem penalizações para poder aproveitar, agora cada vez é mais tarde, só quando estamos com os pés no caixão é que temos direito à reforma e alguns morrem sem terem esse direito” (t117), ou, “Depois da reforma fiquei com mais stress devido aos problemas da vida, a doença do meu marido, a falta de dinheiro, é muito complicado gerir isto e é que depois não temos ajudas nenhuma, só em transporte para as consultas e medicamentos vai-se o dinheiro todo” (t 235); “O que as pessoas reformadas

mais precisam é de reformas maiores” (t135); “Eu recebo pouco, mas comparado a muitas pessoas sinto-me feliz, há pessoas que precisam de muita ajuda, mesmo para comprar medicamentos na farmácia” (t70); Toda a vida a descontar a contribuir para a bem-estar do país e agora que estou reformado fazem cortes na reforma, como se o que ganhasse fosse muito” (t102).

- ii) **Uma vertente social:** “Quando vim a reforma tinha feito muitos planos, sabia o que queria fazer, mas depois comecei a senti-me só e voltei ao trabalho, então vou fazendo umas horinhas para ocupar o tempo” (t53); Era importante termos atividades, fazia-nos bem” (t44); “Precisava de haver mais atividades para nós, senão fechamo-nos em casa em frente à televisão e agora com este frio ainda pior” (t71); “Eu não posso sair de casa tenho o meu marido para cuidar, mas tenho pena, não convivo com ninguém, só se vierem cá a casa, senão passo o dia quase sem falar com ninguém” (t73); “Com a idade da reforma sempre a aumentar eu quando lá chegar já estou velho e caduco” (t74).
- iii) **Uma vertente de educação e lazer:** “As atividades para o envelhecimento ativo é só para quem tem dinheiro, pagar as quotas e as deslocações não é para reformas baixas como a minha” (t90); “Gostava que cá tivesse alguma associação que cuidasse de nós, a única coisa que temos é a ginástica na Junta, o que há fica longe” (t96); “O estado e as instituições não tratam de nada” (t29).
- iv) **Uma vertente de saúde:** “Os idosos estão fora do baralho. Tanto precisei deles, tive o meu marido doente e ninguém me ajudou. Os velhos e pobres no nosso país, coitados” (t196) - referente às medidas sociais do estado para seniores; “O Estado não ajuda a cuidar da saúde, estive 7 anos à espera de 1 cirurgia e tive de desistir” (t29). “Estou revoltado contra o sistema, não cuidou de nós e não cuida e ainda nos roubou o subsídio, devia respeitar mais os ex-combatentes pagar a quem deve e que tivesse-mos prioridade nas questões de dados, vieram muitos para cá com graves problemas de saúde. Há pouca informação sobre o acréscimo vitalício de pensão para os ex-combatentes, nem as viúvas recebem, nem sabem que têm direito” (t29); “Quer que lhe diga, estar neste momento desempregada faz-me muito jeito, o meu marido já está doente e posso tomar conta dele” (t10); “Há pessoas que têm muitas dificuldades de saúde e depois sem dinheiro piora tudo” (t22).

Dados estes, que corroboram a perspetiva de A. Teixeira Fernandes (2005) quanto às políticas promotoras de um envelhecimento ativo, referindo não existir medidas de política social

que visem a integração das pessoas idosas, ou as que existem não são as mais apropriadas. O mesmo autor acrescenta ainda, que se verifica uma alteração das práticas das instituições sociais, que têm substituído o serviço orientado para a comunidade para uma fase mais burocrática voltada para os interesses internos do sistema. Por sua vez, Cabral et al. (2013) reporta que o investimento na defesa dos direitos das pessoas mais velhas e suas aspirações é realizado muito esporadicamente, admitindo não existir em Portugal organizações que representem efetivamente os interesses dos idosos. Neste sentido, Lengrand (2001) e Viriot-Durandal (2001) sustentam que existem estudos que comprovam que os grupos de interesses e as organizações de pessoas reformadas se deparam com lógicas de funcionamento e de interesses diferentes, por vezes mesmo opostos aos da população que representam, devendo ser capazes de articular uma lógica de poderes ao nível vertical e horizontal.

Considerando importante tentar perceber as diferenças encontradas nas respostas sociais direcionadas para o público idoso que os inquiridos usufruíram ou pensavam vir a usufruir no contexto da transição para a inatividade laboral em comparação com as elencadas em outros estudos. Partindo da premissa que a reforma percebida por muitos autores, como tempo de descanso e lazer pelos resultados obtidos pode-se depreender a existência de uma tendência em aumentar a frequência das várias respostas sociais ao longo das fases de transição, com ênfase nas respostas mais orientadas para a vertente socioeducativa e de lazer. Nomeadamente, a participação em projetos/programas de educação/formação dinamizados por instituições públicas e/ou sociais, com 3.3% de respostas antes da transição, 6.7% durante a transição e 23.7% após a transição, bem como, frequentar Universidades Sénior ou Clubes Sénior, que passou de 1.5% antes da transição para uns expressivos 17.3% após a transição. Mais direcionados para o lazer, verifica-se também um acréscimo no turismo sénior passando 1.5% para os 19.4% antes e após a transição, a frequência de atividades desportivas para os seniores aumentou exponencialmente de 4.6% antes da transição, para 12.7% durante a transição, culminando nos 39.5% após a transição. A adesão ao passe da 3ª idade é a resposta que apresenta uma maior diferença de percentagem na fase após a transição, este resultado pode dever-se ao fato de esta resposta só estar disponível para pessoas com mais de 65 anos ou com o perfil de reformados (Tabela 18).

Tabela 18*Respostas sociais direcionadas para os idosos que os inquiridos usufruem ou pensam usufruir*

	Antes da transição	Durante a transição	Após a transição
	%	%	%
Apoios financeiros Segurança Social	2.8	2.0	12.0
Utente serviços de Apoio Social	1.1	2.0	12.4
Passe de 3ª idade	1.0	7.7	49.5
Saúde e termalismo sénior	1.9	2.7	7.1
Programas de segurança para Idosos	1.1	2.2	5.8
Atendimento prioritário para idosos	.7	1.3	6.8
Utilizador(a) de bibliotecas	3.5	3.6	4.2
Projetos/programas de educação/formação	3.3	6.7	23.7
Universidades sénior ou Clubes sénior	1.5	6.3	17.3
Visita/atividades a museus e/ou exposições	4.6	5.8	11.0
Frequentador(a) de teatro e/ou cinema	16.0	14.2	19.8
Turismo sénior/Viagens para seniores	1.5	6.7	19.4
Realizar atividades artísticas	3.4	4.2	11.2
Realizar atividades criativas	1.3	1.8	6.3
Ginástica sénior	4.6	12.7	39.5
Realizar atividades comunitárias	2.9	4.9	8.6
Participar ativamente numa associação	3.4	3.6	7.8
Frequentar associação de reformados	.2	1.2	13.9

As respostas com menor diferenciação durante as diversas fases são utilizar bibliotecas e frequentar sessões de teatro ou cinema em que as percentagens de respostas não diferem muito. Por sua vez, o aumento de intenção em participar ativamente numa associação, muito embora, não apresente dados muito significativos e o aumento da frequência numa associação de reformados, corrobora com os estudos de Cabral et al. (2013) e Cabral e Ferreira (2013) que declaram que o tipo e o nível de pertença é característico das determinadas etapas de vida, visto que os sujeitos procuram associações com âmbitos similares aos seus percursos/objetivos/interesses de vida.

Com já mencionado, no que respeita à participação nas várias respostas socioeducativas verifica-se um aumento na participação ou intenção em participar entre as várias fases desde a fase anterior à transição para a inatividade laboral e a fase após a transição, passando pela fase durante a transição, quer entre o público que ainda se encontrava no mercado de trabalho quer dos que já se encontravam reformados. O aumento mais expressivo reflete-se na população que já se encontra no inativo/reformados comparativamente à sua condição de não reformado. De salientar que os inquiridos que se encontram no ativo estão mais sensibilizados para a participação em atividades socioeducativas (Tabela 19).

Tabela 19

Respostas socioeducativas direcionadas para os idosos que os inquiridos usufruem ou pensam usufruir

			Não reformados	Reformados	Total
Antes da transição	Não	n	204	531	735
		% do Total	58.6	84.2	75.1
	Sim	n	144	100	244
		% do Total	41.4	15.8	24.9
Durante a transição	Não	n	170	501	671
		% do Total	48.9	79.4	68.5
	Sim	n	178	130	308
		% do Total	51.1	20.6	31.5
Após a transição	Não	n	73	285	358
		% do Total	21.0	45.2	36.6
	Sim	n	275	346	621
		% do Total	79.0	54.8	63.4

É de esperar que a ocupação dos tempos livres se altere em conformidade com as circunstâncias de vida, quer ao nível das atividades desenvolvidas quer ao nível da frequência de participação nos diferentes tipos de atividades. Neste sentido, indagados sobre a frequência de participação em diversas atividades durante os períodos antes, durante e após a transição para a inatividade laboral, verificou-se uma maior taxa de resposta nas questões relativas à fase anterior e posterior à fase de transição para a inatividade laboral, estando o período antes da transição com uma maior representação com 37.3% das respostas (Tabela 20).

Tabela 20

Número total de respostas de participação nos diferentes períodos por situação profissional

	Ativos		Não ativos		Total	
	n	%	n	%	n	%
Antes da transição para a inatividade profissional	328	40.9	577	35.5	905	37.3
Durante a transição para a inatividade profissional	209	26.1	495	30.5	704	29.0
Após a transição para a inatividade profissional	264	33.0	552	34.0	816	33.7

Dados estes que comprovam a dificuldade de perceção sobre o futuro demonstrada pelos inquiridos aquando do preenchimento dos inquéritos, nomeadamente por parte das pessoas que ainda se encontram no ativo, existindo uma diferença de respostas de cerca de 8% após a transição comparado com o período antes da transição para a inatividade profissional. A percentagem de respostas obtidas indica ainda uma fraca perceção quanto ao período de transição para a

inatividade laboral, uma vez que se regista a menor taxa de respostas com maior incidência no público que se encontra no ativo. A título de exemplo destaca-se o testemunho: “Eu como ainda estou no ativo, não consigo responder a essas questões, nem sei se lá chegarei” (t17).

Quanto ao público na condição de inatividade laboral ou reforma, as percentagens de resposta com respeito à frequência de participação nas atividades, não alteram significativamente durante os três períodos (Tabela XV, XVI, XVII – Apêndice 8). No entanto, no que respeita às atividades propriamente ditas observou-se diferenças na participação nos vários tipos de atividades. Nas atividades que apresentam diferenças mais expressivas na sua frequência de participação ou intenção de participar diariamente identificaram-se as tarefas domésticas com um acréscimo de mais de 10% entre o período antes da inatividade e o após a transição para a inatividade; as atividades associadas à jardinagem e/ou à agricultura registaram um aumento na sua realização diária de cerca 20% entre o período antes e após a inatividade, pese embora, que a maioria 50.3% dos sujeitos responderam nunca realizar este tipo de atividade antes da inatividade, passando para os 38% no período após a inatividade, de referir que a população que se encontra no ativo cerca de 60% admite não realizar tarefas de jardinagem e/ou agricultura e 48.6% não têm intenções em se dedicarem após a transição, contudo 49.4% dos reformados dedicam-se diariamente.

O tempo de reforma é, por muitos autores, considerado tempo de ajuda/solidariedade familiar (Le Borgne-Uguen, 2001; Legrand, 2001; Pennec, 2001), tempo de dedicação e cuidado à família, em que os indivíduos reformados assumem o papel de cuidadores quer dos netos, quer muitas das vezes dos próprios pais e/ou outros familiares dependentes, condição essa que não é transversal a toda a população e que se têm alterado com a emergência de uma nova geração de reformados, resultando conseqüentemente, novos comportamentos sociais (Legrand, 2001). Esta tendência encontra-se plasmada nos dados recolhidos, em que durante o tempo de atividade profissional, 50.5% dos inquiridos referiram nunca cuidarem de familiares ou outras pessoas, 22.8% fazendo-o esporadicamente ao longo do ano, esta prática, durante a transição para a inatividade laboral assume outra configuração, sendo que 38.2% responderam nunca e 32.6% algumas vezes ao ano, já durante o tempo após a transição para a inatividade profissional, 42.6% da população inquirida respondeu algumas vezes e 28.8% nunca. Analisando esta prática entre os sujeitos que estão no ativo e aqueles que se encontram na reforma, a maior diferença encontra-se na frequência diária e semanal na intenção em existir um papel de cuidador, com um decréscimo entre os que se encontram no ativo e os que já se encontram na reforma, ou seja, a

geração que se encontra no ativo tendencialmente tem menos intenções de se dedicar a cuidar de familiares ou outras pessoas diariamente ou semanalmente, do que aqueles que já se encontram reformados. Com respeito às restantes frequências constata-se não existir diferenças significativas, uma vez que, entre os que se encontram em plena atividade profissional 45.0% tencionam ocuparem-se de outras pessoas ocasionalmente ao ano durante a sua reforma e 29.2% nunca tencionam ter um papel de cuidador, já nos que se encontram na reforma 42.0% responderam cuidar de familiares ou outras pessoas algumas vezes ao ano, enquanto 28.9% responderam nunca. Como comprova um os testemunhos: “vou-me entretendo a tomar conta dos netos” (t 170).

Por sua vez, praticar desporto passou de 54.3% da população a responder nunca exercerem práticas desportivas antes da transição para a inatividade passou para uma prática diária de 37.4% na fase durante a transição e 50.1% no período de inatividade laboral, no entanto, constatou-se que a percentagem de prática ou intenção de praticar desporto com a frequência semanal se mantém aproximadamente nos mesmos valores, isto é, por volta dos 30%. Durante o preenchimento dos inquéritos, verificou-se que as atividades físicas mais realizadas são, as aulas de ginástica sénior, a hidroginástica e as caminhadas, como dá conta vários relatos: “Eu venho duas vezes à ginástica e faço duas vezes piscina por semana” (t 137), ou, “Faço ginástica estas duas vezes por semana os outros dias vou caminhar com uma amiga” (t 150) e “faço ginástica duas vezes por semana” (t148), também referido pelos (t 149; t 171)

A frequência de contatos, quer os encontros com os amigos, quer com os familiares os dados revelam uma tendência crescente nos valores de encontros diários, passando os encontros com os amigos de 25.3% no período antes da transição para os 39.2%, já nos encontros com os familiares observa-se uma ligeira subida de 3.9 pontos percentuais, de 23% na fase anterior à transição para a inatividade laboral para os 26.9% em tempos de reforma. Demonstrado pelo testemunho: “todos os dias, encontro-me com os amigos” (t 256). Apesar de existir um número baixo de pessoas que fazem ou pretendem fazer voluntariado, este número é mais expressivo em pessoas já na fase do tempo de reforma, sendo de que fazer voluntariado tem uma maior participação na época após a transição em comparação com a época anterior à transição para a inatividade laboral com 11.3% e 5.5% respetivamente, este fato pode estar relacionado com o aumento de tempo livre vivido pelos reformados, como menciona o t15 “Depois da reforma é que comecei a aproveitar mais a vida, tinha mais tempo . . . para passar o tempo, faço voluntariado”.

Comparando os dados sobre as representações dos inquiridos sobre a sua frequência na participação em atividades de ocupação de tempos livres entre sexo nas três fases respeitantes à transição para a inatividade laboral, apura-se de que as tarefas domésticas, a jardinagem e/ou a agricultura, o voluntariado, a realização de atividades criativas e artesanais são lideradas pelas mulheres nas diversas fases, enquanto, encontrar-se com os amigos e a participação em jogos sociais são atividades mais desenvolvidas pelo sexo masculino.

Os dados recolhidos sugerem existir um ligeiro aumento nas taxas de participação nas várias respostas e/ou atividades sociais entre o período anterior à transição para a inatividade laboral, a fase de transição propriamente dita e, durante o tempo de inatividade laboral, subsistindo em determinados itens diferenças entre os indivíduos do sexo feminino e masculino. Evidencia-se de que as atividades mais valorizadas pelo público inquiridos são as associadas, segundo Cabral e Ferreira (2012), a fatores determinantes ao envelhecimento ativo, tais como, atividades culturais, recreativas, sociais, expressivas e físicas. No seu estudo Generoso (2013), testemunhou que as dimensões socioeducativas mais satisfatórias são as que apresentam um desenvolvimento pessoal e comunitário, tal como o voluntariado, revelando um sentimento de pertença e de utilidade, evidenciado no seguinte depoimento, “vou fazendo aqui voluntariado e já me ajuda a passar o tempo e a sentir-me útil” (t13).

Com enfoque na perspetiva de envelhecimento ativo proposto pelas diversas instâncias nacionais e internacionais, este estudo, à semelhança de muitos outros, corrobora para a existência de um aumento da consciencialização e valorização da participação em atividades promotoras de um envelhecimento ativo, fomentando para a sua frequência, potenciando desta forma, uma melhor adaptação à fase de transição para a inatividade laboral e condição sénior. De ressaltar ainda, o destaque apresentado pelos inquiridos às atividades com dimensões arroladas à saúde, bem-estar e qualidade de vida, às redes de sociabilidades, à participação ativa na sociedade, assim como, às dinâmicas socioeducativas. Pese embora, se observe a existência de um parco envolvimento na participação em atividade de educação ao longo da vida assiste-se a uma tendência crescente na intenção de participação. Evidencia-se ainda, a importância atribuída à educação ao longo da vida por parte da população estudada, podendo ser um indicador do seu reconhecimento como determinante indispensável no e para o desenvolvimento e/ou manutenção de um envelhecimento ativo e bem-sucedido.

4.2. Alteração com a vida de reformado

Sendo a transição para a inatividade laboral um dos marcos mais significativos vivenciados na vida adulta, importa estudar as alterações que a população estudada sentiu ou pensa vir a sentir nesta fase. Neste sentido, pretendeu-se aferir o tipo de relação que se pode estabelecer entre vários fatores e de que como estes podem influenciar as alterações sentidas durante a entrada para a inatividade laboral, tal como, as estratégias adotadas, e a forma de participação em atividades socioeducativas, tendo em vista um envelhecimento ativo.

Quando questionados se sentiram alterações com a vida de reformado, 60.7% dos inquiridos responderam afirmativamente, sendo os detentores de níveis académicos mais baixos os que mais reportaram ter sentido diferenças ($\chi^2(4) = 12.303$; $p = 0.015$) (Tabela XVIII – Apêndice 8). Os dados evidenciam que as pessoas que sentiram alterações com a sua entrada na reforma são na sua maioria as que se reformaram antecipadamente, indicando como motivo superior questões relativas ao estado de saúde, seguidas pelo desemprego e o tempo contributivo. Estes factos, estão em consonância com as conclusões do estudo realizado por Cabral et al. (2013), que demonstra que apenas uma pequena percentagem da população reformada opta por continuar a desenvolver uma atividade profissional, apontando a condição de obterem uma pensão de reforma insuficiente o principal motivo, sucedendo, manter-se ocupado e gostar da atividade desenvolvida. Os mesmos motivos de prolongamento para uma vida ativa após a reforma são elencados na investigação conduzida por P. Ferreira (2015), em que as principais razões apontadas são: não receberem uma pensão reforma suficiente; manterem-se ocupados, gostarem do trabalho desenvolvido e a necessidade de se sentirem úteis.

Indagados sobre as suas redes sociais, mais do que 70% da população que sentiu alterações com a entrada na reforma, compõem agregados familiares de duas pessoas, quase 15% vivem sozinhos, contudo o grau de satisfação familiar é bastante satisfatório, já que 92.8% dos inquiridos responderam estarem sempre ou quase sempre satisfeitos com a interação que têm com a sua família, sendo o sexo masculino o que se revela mais satisfeito (93.7%) (Tabela XIX – Apêndice 8). Este dado corrobora outros resultados encontrados no que respeita à frequência de contatos tidos com a família que são efetuados muito regularmente, já que o contato com a família nuclear acontece diariamente e os restantes semanalmente. A satisfação com o núcleo de amigos é também muito elevada, dando-se uma frequência de contato em mais de 95% diariamente ou semanalmente, com maior predomínio desta última.

Questionados sobre as vivências e estratégias ocorridas com a transição para a reforma, a grande maioria não planeou atividades ou objetivos por forma ocuparem o seu tempo livre, sendo o sexo feminino o que menos planeou, o panorama não muda quanto aos planos a curto prazo, já que continuam a ser as mulheres a admitir em maior número não ter projetos para as próximas semanas (Tabela 21). Dados semelhantes aos encontrados por Fonseca (2004), Generoso (2013), Heaven et al. (2016), entre outros, que atestaram a inexistência de uma preparação para a entrada nesta fase da vida.

Tabela 21

Distribuição dos inquiridos que sentiram alterações com a vida de reformado por sexo

Vivências e estratégias	Sexo					
	Feminino		Masculino		Total	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Reforma antecipada ($\chi^2(1) = 33.507$; $p = .000$)	120	72.7	121	61.7	241	66.8
Entrada na reforma gradualmente ($\chi^2(1) = 56.848$; $p = .000$)	15	9.4	20	10.4	35	9.9
Planear objetivos/atividades ($\chi^2(1) = 9.846$; $p = .002$)	28	17.4	51	26.2	79	22.2
Manter uma atividade remunerada ($\chi^2(1) = 26.799$; $p = .000$)	9	5.5	45	23.4	54	15.2
Projetos próximos ($\chi^2(1) = 25.669$; $p = .000$)	26	18.4	17	9.7	43	13.6
Sentir inútil ($\chi^2(1) = 63.483$; $p = .000$)	93	57.8	104	53.6	197	55.5
Sentir só e isolado ($\chi^2(1) = 11.088$; $p = .001$)	82	51.6	83	42.6	165	46.6
Sentir menos stress e ansiedade ($\chi^2(1) = 6.693$; $p = .010$)	82	55.8	133	71.9	215	64.8

*Categoria com relação significativa: Adjusted residual < -2 ou >2, para um nível de significância de 5%.

Constata-se ainda que, apesar de menos de 10% entraram na reforma de forma gradual, 15% dos inquiridos mantêm uma atividade remunerada. As razões mais importantes elencadas para a realização de uma atividade remunerada são: manterem-se ocupados; melhorar as condições de vida, a necessidade financeira e o gosto em realizar essa atividade. No que ao tempo de adaptação a esta fase da vida diz respeito, a maioria refere ter passado por um período de adaptação superior a um ano, podendo justificar a percentagem significativa revelada sobre os sentimentos negativos experimentados, uma vez que, a maioria elencou terem-se sentido inúteis, só e isolados e mais de um quarto dos inquiridos revelaram ter sentido mais *stress* e ansiedade.

Atendendo às diferentes características do público estudado, os dados recolhidos sugerem que dimensões tais como: a preparação ou falta desta nesta etapa de vida, a (in)existência de projetos futuros, manter uma atividade remunerada e a manifestação de sentimentos com conotações negativas, se encontram estatisticamente relacionadas com as alterações ocorridas durante a entrada para a inatividade laboral/reforma. Alguns testemunhos ilustram essas

dimensões: “Planos! Fazer planos é muito bonito e depois o dinheiro, a reforma mal chega para viver” (t188); “Bem pensei que na reforma ia passear muito, mas quê! Dizia quando me apanhar reformada vou fazer, vai acontecer, saiu-me tudo ao contrário” (t196); “Acho que ainda não arranjei uma depressão por causa da televisão, rio-me, choro, entretenho-me bem com a televisão. Tenho a televisão ligada todo a dia é a minha companhia” (t198); “Entrar na reforma foi fácil, já estava cansada do trabalho, o pior é o resto, se pelo menos o dinheiro fosse o mesmo e, com estes cortes nem lhe digo” (t190); “Sabe como passei bem para a reforma, passei a trabalhar na Igreja, a limpar e assear os altares e a fazer a limpeza na casa do Sr. Padre, passava assim os dias entretida com isto” (t223); “Mas no início que fui para a reforma foi complicado, ter de pensar com quê que ia ocupar tantas horas” (t93); “Foi muito difícil encarar a reforma, fui muito abaixo psicologicamente, tive um grande apoio da parte da minha família e amigos” (t226); “Eu sei o que queria fazer quando estiver na reforma, só falta dinheiro, planos não faltam, falta o essencial, dinheiro para os fazer” (t152); “A vida depois da reforma é complicada, começamos a ficar velhos, sem saúde e as reformas são baixas não dá para nada” (t187); “Agora não tenho horários, ninguém me chama atenção, não tenho quem me ralhe; faço o que quero, quando quero. Estou contente” (t197).

Interpretando estes dados à luz de um horizonte de envelhecimento ativo, pode concluir-se que a falta de uma preparação para a reforma pode induzir sentimentos/experiências menos positivas; todavia, estes podem ser compensados pelos sentimentos de satisfação gerados pelas redes de convivência e de apoio. Pese embora, a amostra deste estudo ser constituída por núcleos familiares pequenos, com uma percentagem alta de adultos/idosos que vivem sós, subsiste um elevado grau de satisfação com os familiares e amigos, assim como, uma constante frequência de contatos, constituindo um bom indicador de um envelhecimento ativo. A questão da convivialidade é também ela estudada na investigação realizada por Cabral e Ferreira (2013) que demonstrou uma forte frequência de relações de convívio entre a população idosa portuguesa. Chiesa e Sarchielli (2008), no seu estudo constataram o papel importante da família e amigos na adaptação à reforma, já que, incrementam a identidade social e as relações sociais.

O envelhecimento ativo, é também ele, influenciado pelo nível de participação na vida da sociedade, neste estudo, esta dimensão encontra-se presente quer nas estratégias implementadas, tais como a participação em dinâmicas socioeducativas, quer no ato dos inquiridos manterem uma atividade. Relativamente ao nível de participação em atividades socioeducativas, observa-se um número baixo de participação, menos de 20% da população que

manifestaram alterações com a sua entrada na inatividade laboral/reforma participam em projetos/programas de educação e formação, número inferior às que participam em atividades sociocomunitárias, contudo inferior a 30%, estes dados são coincidentes quando analisado o número total de reformados que estão envolvidos em dinâmicas socioeducativas. De referir ainda que os que confirmaram terem projetos para as próximas semanas, esses assentam na sua maioria na frequência às atividades socioeducativas em que participam. Resultados estes que evidenciam os de outros investigadores, tal como Cabral et al. (2013), quando refere que as atividades de educação e formação são as menos praticadas pelos reformados durante o seu tempo livre. Contudo Generoso (2013), no estudo sobre o surgimento das Universidades da Terceira Idade focou a importância das dimensões socioeducativas, seguindo a mesma linha de pensamento de Veloso (2004), que destaca o papel preponderante das atividades socioeducativas na promoção do envelhecimento ativo, contribuindo de forma muito significativa para criação de redes de sociabilidades e para a manutenção ou desenvolvimento do capital social dos participantes.

Contudo pode-se afirmar, que perante os resultados obtidos, se assiste a uma crescente consciência da influência positiva na participação ativa dos indivíduos na sociedade quer através da ocupação de tempos livres em atividades de educação ao longo da vida ou pelo prolongamento da sua vida profissional, como dinâmicas promotoras de um envelhecimento ativo.

6. Valorização e Fatores Condição Sénior e Inatividade Laboral

Procurando compreender qual a perceção sobre a condição sénior e a inatividade laboral da população inquirida, procedeu-se a uma análise fatorial com os 29 itens relativos às dimensões mais valorizadas. Nesta análise utilizou-se a extração de componentes principais com rotação varimax. Na verificação dos respetivos índices de fatorização. o teste Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) revelou um índice de .900 e o teste de esfericidade de Bartlett de 9735.906 com um nível de significância de $p > .001$, o que indica uma análise fatorial ajustada. O resultado obtido considera sete componentes que explicam 71.027% da variância. Destacando-se, desta forma, sete dimensões que a população inquirida mais valoriza durante a condição sénior e a fase de transição para a inatividade laboral, representadas na tabela 22, de salientar que foram unicamente tomados em consideração os pesos fatoriais em valores absolutos superiores a .40.

Tabela 22

Dimensões mais valorizadas na transição para a inatividade laboral e condição sénior: matriz de pesos fatoriais

Itens	Componentes						
	1	2	3	4	5	6	7
Tempo para cuidar da saúde	.876						
Passar mais tempo em família	.867						
Mais tempo para atividades prazerosas	.858						
Mais tempo para passear	.822						
Viver descontraidamente	.813						
Gerir melhor o tempo	.783						
Mais tempo para conviver com amigos	.753						
Melhor qualidade de vida	.607						
Frequentar atividades de educação e formação formais		.840					
Visitar museus e exposições		.826					
Ir a espetáculos		.810					
Frequentar atividades de educação e formação não formais		.806					
Realizar atividades criativas		.700					
Realizar atividades comunitárias		.684					
Mais tempo para ler		.658					
Realizar atividades artísticas		.630					
Mais tempo para ficar em casa			.862				
Mais tempo para dedicar à vida de casa			.691				
Passar mais tempo sozinho(a)			.691				
Mais tempo para ver televisão			.585				
Realizar atividades artesanais				.701			
Praticar jogos sociais ou de memória				.651			
Novo começo de vida					.710		
Praticar atividades de desenvolvimento pessoal					.706		
Sentimento de pertença					.663		
Sentimento de utilidade						.898	
Não ser considerado um encargo social						.865	
Tempo para dedicar a projetos adiados							.685
Realizar mais atividades de lazer							.525

Considerando a tabela caracteriza-se os seguintes fatores:

- Fator 1: composto por oito variáveis correlacionadas positivamente. As variáveis que o integram estão mais relacionadas com as questões relativas à forma de gestão e ocupação do tempo livre, orientado quer para cuidar da saúde, quer para a sociabilidade,

quer ainda, para a realização de atividades prazerosas e para a qualidade de vida. Intitulou-se este fator de **Bem-estar**.

- Fator 2: fator também constituído por oito variáveis. As variáveis com pesos mais elevados são as que representam atividades de carácter educativo, formativo e socioculturais. Este fator foi denominado por **Atividades socioeducativas**.
- Fator 3: formado por quatro variáveis pertencentes à esfera individual e doméstica, nomeou-se este fator por **Atividades domésticas**.
- Fator 4: realizar atividades artesanais e praticar jogos sociais ou de memória, são as variáveis que compõem este fator, o qual se apelidou de **Atividades sociocriativas**.
- Fator 5: composto por variáveis relativas a um novo começo de vida, ao desenvolvimento pessoal e ao sentimento de pertença, denominou-se este fator de **Dimensão psicopessoal**.
- Fator 6: sentimento de utilidade e não ser considerado um encargo social são as duas variáveis que apresentam pesos fatoriais mais elevados neste fator, que se designou por **Reconhecimento social**.
- Fator 7: constituído pelas variáveis, tempo para dedicar a projetos adiados e realizar mais atividades de lazer, denominou-se de **Projetos e lazer**.

Posteriormente realizou-se a mesma análise com base na situação profissional dos inquiridos, com o objetivo de comparar as dimensões mais valorizadas pela população que já se encontravam na condição de inatividade laboral/reforma e os que ainda estavam em atividade profissional. Confirmou-se pelos resultados obtidos que a explicação dos dois modelos poderá ser realizada através das sete dimensões presentes no modelo anterior. O modelo respeitante aos inquiridos que se encontram profissionalmente no ativo apresentou os seguintes índices de fatorização: KMO = .884; teste de esfericidade de Bartlett 4564.283 e $p > .001$, obtendo um total de variância explicada pelos sete componentes de 72.868%. Constata-se uma ligeira alteração dos pesos fatoriais de algumas variáveis para a explicação do modelo. Neste seguimento, o Fator 1 é composto pelas variáveis associadas ao Bem-estar; o Fator 2 às Atividades socioeducativas; o Fator 3 às Atividades socio criativas; por sua vez, o Fator 4 encontra-se relacionado com as Atividades domésticas; o Fator 5 diz respeito às variáveis intituladas de Projetos e lazer; no Fator 6 integra as variáveis catalogadas na Dimensão psicopessoal; por fim, o Fator 7 é composto pelas variáveis de Reconhecimento social.

Com uma variância total explicada de 70.788%, o modelo representativo da população inquirida que se encontra na condição de inatividade laboral/reforma, é também ele constituído, tal como já mencionado anteriormente por sete componentes. Os testes KMO e de esfericidade de Bartlett cumprem os valores de .877 e 5614.126, respetivamente, tendo um nível de significância de $p > .001$. Este modelo ostenta diferentes valores absolutos próprios e de percentagens de variância, provocando uma ligeira alteração dos seus fatores explicativos. Nesta sequência, o fator com mais poder explicativo deste modelo, o Fator 1 incorpora as variáveis de Bem-estar; no Fator 2 consta as Atividades socioeducativas; as Atividades domésticas compõem o Fator 3; o Fator 4 encontra-se relacionado com a Dimensão psicopessoal; as Atividades socio criativas constituem o Fator 5; por seu lado, as variáveis representativas do Reconhecimento social encontram-se no Fator 6, finalmente, o Fator 7 é constituído pelas variáveis intituladas de Projetos e lazer.

Os dados apurados são consonantes com as análises aos modelos de adaptação para a transição da reforma de Schlossberg (2011) e Schlossberg, Waters e Goodman (1995), os quais sugerem existir fatores que influenciam o processo de adaptação para a transição, nomeadamente, as questões relativas às perceções, aos significados e ao impacto atribuído às vivências ocorridas durante essa fase, tendo em consideração as características do contexto no período antes e após a transição. Os dados revelam, no que às dimensões mais valorizadas pelos inquiridos diz respeito, não existir diferenças significativas entre a população em geral e entre a população que se encontrava profissionalmente no ativo e os que se encontravam numa condição de reformado, uma vez que, estão presentes as mesmas dimensões nos três modelos. No entanto, apresentam ligeiras diferenças na ordem de importância dos fatores entre os três modelos, de ressaltar, a valorização das dimensões referentes ao Bem-estar e à realização de Atividades socioeducativas, percecionadas como as mais valorizadas pelos inquiridos.

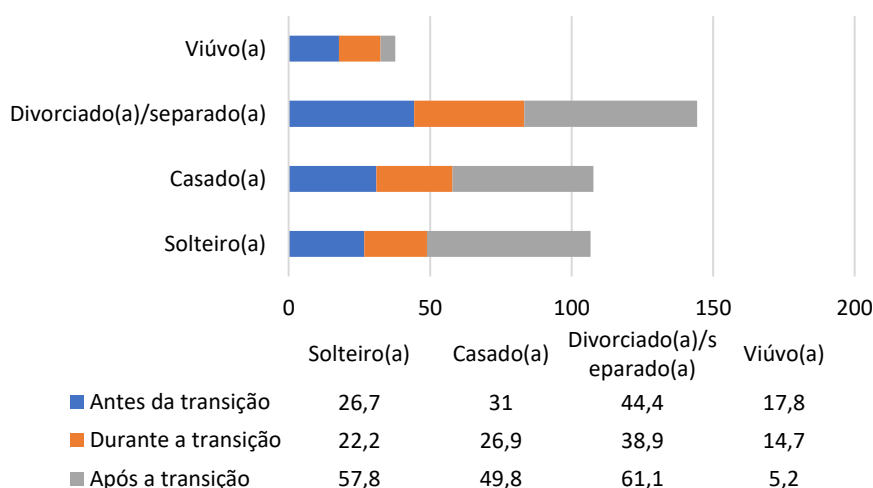
7. Participação na Vida Associativa

Os resultados do presente estudo aferiram com o aumento da idade os indivíduos são tendencialmente menos participativos, registando-se uma maior pertença associativa nos sujeitos entre os 50 e os 60 anos e os com idades entre os 66 e 69 anos. Na fase após a inatividade laboral assiste-se a um aumento considerável de pertença associativa dos sujeitos com mais de 69 anos. Com a idade, os interesses e necessidades vão se alterando bem como o tipo de pertença

associativa, já que a participação é orientada para as associações de carácter religioso, político e de reformados em que a participação tende a aumentar com a idade; este resultado é similar ao que ocorre tendo em conta a variável condição profissional, já que com o aumento da idade os indivíduos encontram-se na condição de reformados e possuem mais tempo livre. Destacar ainda, que as habilitações literárias influenciam a pertença associativa, sendo os detentores de grau académico superior os que mais participam em associações, nas diferentes fases de transição para a reforma. Quanto ao sexo, excetuando o período durante a transição para a reforma, os homens entre os 50 e 60 anos, são os que mais participam em associações, verifica-se ainda uma maior aderência de pertença nos indivíduos divorciados e /ou separados (Gráfico 2).

Gráfico 2

Pertença associativa por estado civil



Os sujeitos com maior pertença associativa são os que usufruem uma remuneração mensal por casal mais elevada, independentemente de ser antes ($c^2(3)= 39.026$; $\rho=.000$), durante ($c^2(3)= 49.877$; $\rho=.000$) ou após ($c^2(3)= 49.709$; $\rho=.000$) a transição para a inatividade (Tabela XX – Apêndice 8).

Considerando os resultados apresentados, é possível afirmar que estes se aproximam dos resultados evidenciados por Legrand (2001). De acordo com este autor, a pertença associativa integra, também ela, uma das dimensões de caracterização de emergência da nova geração de reformados. Perspetivada como um meio de participação ativa na vida da sociedade, pode ser influenciada por vários fatores, tais como: a idade, o sexo, a escolaridade, o estado civil e a

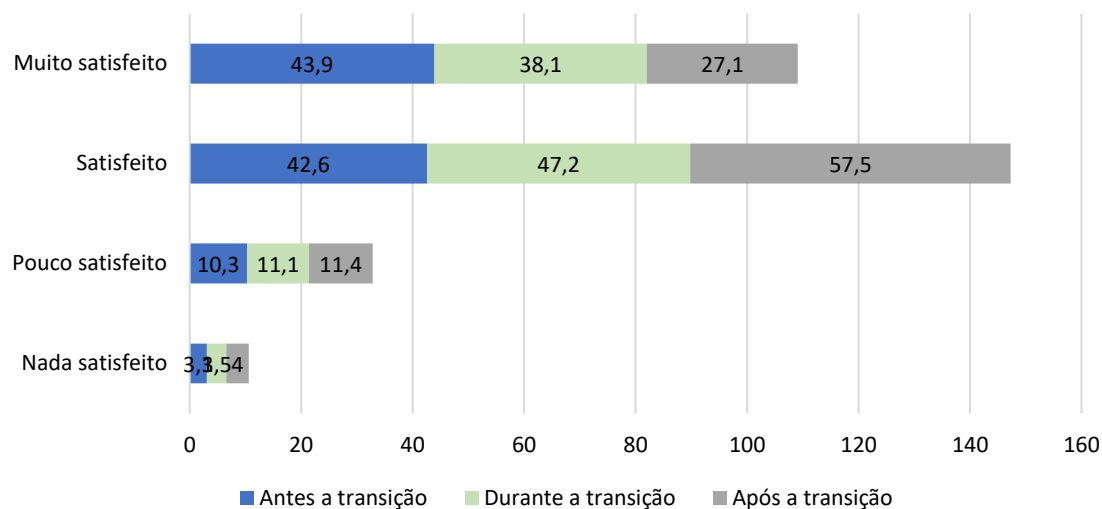
condição económica (Cabral et al., 2013; Cabral & Ferreira, 2013). Os mesmos autores acrescentam que cerca de 60% da população já pertenceram a qualquer associação, porém a participação social tende a diminuir com o aumento da idade. Ao longo do tempo, o tipo de associação vai alterando, sendo as associações direcionadas para o trabalho, para a educação dos filhos, para a política ou associações de moradores vão apresentando menor expressão. Assinalam também, que encontraram diferenças significativas, em relação ao sexo, sendo os homens mais participativos, bem como o estado civil, em que os casados e os viúvos os que mais pertencem a associações. Constataram, ainda, que a pertença associativa aumenta com o nível académico dos indivíduos, tendo em consideração a situação profissional, os ativos têm uma maior participação associativa, os reformados apresentaram uma maior adesão a associações do tipo cultural, de solidariedade social e as associações de atividades ao ar livre.

O cruzamento entre pertença associativa e participação em atividades socioeducativas destacou que os indivíduos com maior pertença associativa são os que tendencialmente frequentam atividades socioeducativas. Ainda de referir que existe uma associação entre pertença associativa na fase antes da transição para a inatividade laboral e a idade, sexo, as habilitações académicas, as atividades socioeducativas e a remuneração por casal. No período durante a transição para a inatividade a associação refere-se à idade, habilitações académicas, atividades socioeducativas e remuneração. Por sua vez, na fase da reforma só se encontra uma associação significativa com a idade, o sexo, as habilitações literárias e a remuneração (Tabela XXI, XXII e XXIII – Apêndice 8).

No que respeita à satisfação na participação na vida social, os dados demonstraram que a maioria dos inquiridos estão satisfeitos com a sua vida social, contudo, os níveis de insatisfação aumentam entre a fase anterior à transição para a inatividade laboral, para a durante e após a transição para a inatividade laboral/reforma (Gráfico 3).

Gráfico 3

Satisfação com a vida social em função da fase de transição para a inatividade laboral



Analisando estes dados pormenorizadamente, constatou-se que, no período anterior à transição para a inatividade laboral, as mulheres são as mais insatisfeitas com a sua participação na vida social. Quanto à idade, os indivíduos mais novos são os mais satisfeitos com a sua participação social. Constatou-se ainda que, os não participam em atividades socioeducativas e os que não estão agregados a uma associação os mais insatisfeitos com a sua vida social. O grau de satisfação na participação social aumenta com o aumento do grau de satisfação na relação com os familiares e amigos (55.3%). De salientar que, estatisticamente para um nível de significância ($p= 0.05$ e 0.01), existem evidências para se considerar que a satisfação da participação social no momento antes da transição para a inatividade laboral está relacionada com a idade, o sexo, as habilitações literárias, o estado civil, votar nas eleições e pertença associativa, apresentando uma relação muito fraca e fraca. A idade, o estado civil, votar nas eleições estão também relacionadas de forma fraca e negativa, apontando existir uma ligeira tendência para com o aumento da idade a satisfação com a participação social baixar. Quanto ao estado civil são os solteiros e os casados que afirmam maior grau de satisfação com a participação na vida social. Os que não exercem o seu direito ao voto encontram-se tendencialmente menos satisfeitos com a sua participação na vida social. Por sua vez, a relação com a família e os amigos e a qualidade de vida estão moderadamente relacionadas (Tabela XXIV – Apêndice 8).

Durante a fase de transição para a inatividade a maioria dos indivíduos mostraram-se satisfeitos com a participação na vida social, quanto às habilitações literárias a maioria dos

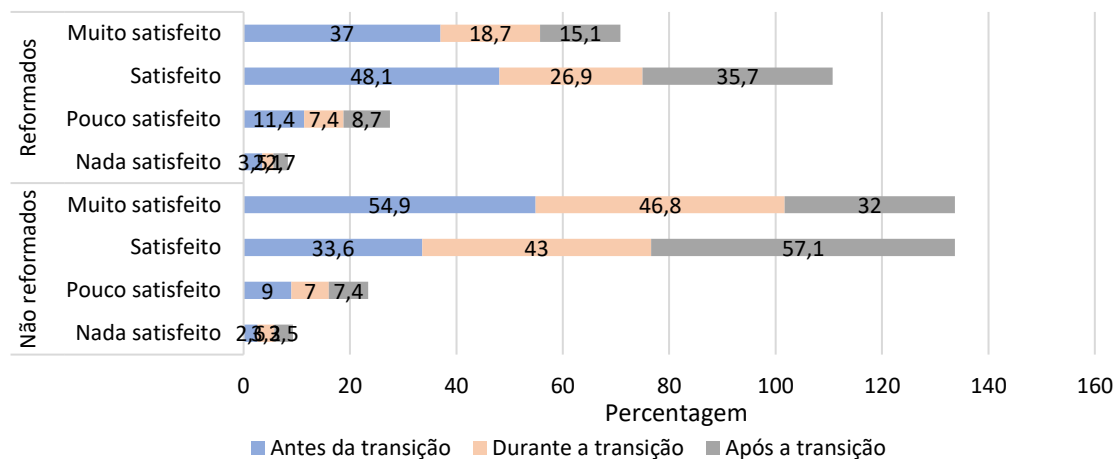
inquiridos encontram-se satisfeitos com exceção para os que detêm o ensino superior que responderam estar muito satisfeitos (72.5%). Relativamente à participação em atividades socioeducativas, os indivíduos não a identificam como relevante para o nível de satisfação na participação social, pese embora, os indivíduos que participam responderam estarem satisfeitos ou muito satisfeitos com a sua participação na vida na sociedade. Dos que pertencem a algum tipo de associação, 60.3% estão muito satisfeitos com a sua participação social. Por último, verifica-se que o grau de satisfação da participação social aumenta à medida que aumenta a satisfação da relação com a família e os amigos, bem como a qualidade de vida. Verifica-se que existe uma relação significativamente fraca da participação da vida social na fase durante a inatividade laboral com a idade, o sexo, as habilitações literárias, fazer voluntariado, votar nas eleições e pertença associativa, enquanto que, a relação com os familiares e amigos a qualidade de vida estão relacionadas moderadamente, de destacar que nesta fase assim como na fase anterior à transição, a idade, o estado civil, o voluntariado e votar nas eleições seguem a mesma tendência (Tabela XXV – Apêndice 8).

Finalmente, após a transição para a inatividade laboral a comparação por sexo e habilitações literárias seguem a tendência anterior, em que a maioria se encontra satisfeita com a participação social. Tendo em conta a participação em atividades socioeducativas 51.8% dos participantes consideram estarem satisfeitos com a participação na vida social. Já a pertença associativa os que responderam estar muito satisfeitos com a sua participação social são os que participam. Após a transição para a inatividade, constata-se aqui também uma tendência significativa entre o aumento da satisfação entre a relação com os familiares e amigos e a qualidade de vida, com a participação social. Existem ainda evidências estatísticas que nos permite afirmar existir uma relação fraca, seguindo o mesmo sentido das anteriores, entre a participação na vida social e a idade, sexo, habilitações literárias, participação em atividade socioeducativas, voluntariado, votar nas eleições e pertença associativa. A relação com a família e amigos e a qualidade de vida relacionam-se moderadamente (Tabela XXVI – Apêndice 8).

Apurou-se que o grau de satisfação com a participação na vida social é maior nas pessoas que se encontram no ativo e que tendencialmente diminuem da fase anterior à transição para a inatividade laboral para a fase após a transição laboral, passando pelo período durante a transição. O que nos indica que mesmo as pessoas que estão no ativo e se encontram muito satisfeitas com a sua participação na sociedade acreditam que o seu nível de satisfação após a inatividade laboral vai ser menor, apesar de 57.1% responder que será satisfatória.

Gráfico 4

Satisfação com a participação na vida social em função da condição profissional



8. Percepção do Estado de Saúde Geral e Bem-Estar

O estado percebido pelas pessoas quanto à sua saúde e bem-estar pode influenciar nas rotinas diárias dos mesmos e, concomitantemente, a participação em atividades socioeducativas. Pela análise da tabela 23, verificou-se que a percepção dos indivíduos sobre a satisfação do seu estado geral de saúde e de bem-estar tem tendências a piorar entre fases anteriores, durante e após a transição para a inatividade laboral. Observa-se que as porcentagens de baixa satisfação, particularmente o valor relativo a *pouco satisfeito*, aumentam ligeiramente quando se passa da fase *anterior à transição* para *durante a transição*, e severamente na fase *após a transição para a reforma*. O que indica que os indivíduos apresentam uma baixa satisfação em alguns dos itens facilitadores do envelhecimento ativo. Alguns dos testemunhos revelam essa insatisfação com a saúde como caso, “problemas de saúde para fazer ginástica” (t22), ou “Depois de entramos na reforma é quando temos mais tempo para gozar a vida e quando temos menos dinheiro e saúde para gozar” (t69) e ainda, “Com a idade começam a aparecer os problemas de saúde” (t275).

Pressupõe-se que estes dados possam ter a ver com o aumento da idade, já que geralmente as pessoas que se encontram numa situação *anterior à transição* têm uma idade inferior aos que vivenciam a transição e estes, menor do que os que passaram a fase de transição.

Tabela 23*Percepção sobre estado de saúde e bem-estar antes, durante e após a transição para a inatividade laboral*

	Antes da transição								Durante a transição								Após a transição							
	Nada satisfeit o		Pouco satisfeito		Satisfeito		Muito satisfeito		Nada satisfeit o		Pouco satisfeito		Satisfeito		Muito satisfeito		Nada satisfeit o		Pouco satisfeito		Satisfeito		Muito satisfeito	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Autonomia física/motora	7	.8	316	35.9	4	.5	548	62.3	11	1.5	346	47.3	2	.3	368	50.3	16	1.9	582	70.0	6	.7	221	26.6
Condições cognitivas e de memória	4	.5	279	31.6	5	.6	591	67.0	5	.7	324	44.7	1	.1	391	53.9	6	.7	595	71.7	5	.6	218	26.3
Bem-estar psicológico	17	1.9	323	36.7	4	.5	529	60.1	22	3.1	384	53.5	5	.7	307	42.8	22	2.7	591	71.5	11	1.3	195	23.6
Estilo de vida saudável	15	1.7	501	56.9	22	2.5	340	38.6	15	2.1	431	60.0	13	1.8	259	36.1	16	1.9	573	69.2	25	3.0	209	25.2
Atitude positiva e/ou perspectiva face à vida	13	1.5	366	41.6	15	1.7	470	53.5	16	2.3	398	54.7	12	1.7	294	41.4	20	2.4	563	68.2	22	2.7	205	24.8
Relação com a família e amigos	4	.5	256	29.1	3	.3	613	69.7	4	.6	257	35.7	1	.1	458	63.6	2	.2	406	49	2	.2	413	49.9
Qualidade de vida	7	.8	399	45.4	18	2.1	452	51.5	13	1.8	375	52.4	16	2.2	312	43.6	15	1.8	554	67.1	17	2.1	234	28.3
Satisfação com a vida	17	1.9	393	44.6	16	1.8	452	51.3	23	3.2	390	53.6	15	2.1	296	40.7	24	2.9	565	68.2	21	2.5	214	25.8
Participação social	20	2.3	354	40.6	76	8.7	292	33.5	19	2.7	316	44.3	70	9.8	204	28.6	25	3	431	52.2	82	9.9	173	21

O cruzamento dos itens de satisfação com a saúde em geral e o bem-estar com a participação em atividades socioeducativas demonstra que a frequência de atividades tem pouco impacto na satisfação nos indivíduos, já que a diferença percentual do grau de satisfação, entre os que frequentam atividades socioeducativas e os que não frequentam, apresenta valores muito reduzidos. *Antes da transição para a inatividade laboral*, os que não frequentam as atividades estão ligeiramente mais insatisfeitos com o seu estilo de vida, qualidade e satisfação com a vida e participação social. Uma boa satisfação com o bem-estar psicológico, as condições de memória e a relação com os amigos leva os indivíduos a não frequentar atividades socioeducativas (Tabela XXVII – Apêndice 8).

Os resultados apurados das fases *durante* e *após a transição* revelam que os sujeitos que apresentam uma maior insatisfação são os que não frequentam atividades socioeducativas, contrariamente aos que frequentam, sendo estes os que se encontram mais satisfeitos. Constatase ainda existir uma associação significativa entre os vários itens estudados e a frequência em atividades socioeducativas na fase *após a transição para a inatividade laboral*. Estes últimos dados sugerem que a frequência em atividades socioeducativas tem um impacto positivo no nível de satisfação dos indivíduos relativamente a questões de saúde e bem-estar (Tabela XXVIII e XXIX – Apêndice 8).

9. Perceção sobre Trabalho Sénior

A forma de tratamento que as sociedades têm para com os seus idosos denuncia as condições de vida que tenciona disponibilizar aos seus cidadãos (Capucha, 2014), tendo consciência que os adultos mais idosos são, por vezes, vítimas de preconceitos discriminatórios, procurou-se recolher as perceções dos inquiridos acerca do que pensam os mais novos sobre as competências profissionais dos mais idosos e quais os contributos que os idosos podem aportar à sua atividade profissional.

Perante isto, com base na análise de categorias realizada às respostas obtidas, verificou-se que a maioria dos inquiridos referiram ser da opinião que os mais jovens não ostentam uma conceção muito positiva sobre as competências profissionais dos mais idosos. Dado que, unicamente 10.1% consideram que os mais novos responderam que os mais idosos são mais experientes, 3.5% referiram depender dos sujeitos e dos trabalhos executados respondendo que uns são mais experientes enquanto outros são mais incompetentes, valorizando uns em

detrimento dos outros. Os restantes (86.4%) argumentaram que os mais jovens conceituam os mais idosos como seres incompetentes (45.0%); inúteis (19.0%), desatualizados (14.0%); improdutivos (2.3%). Para além disso, 6.0% dos inquiridos alude que os mais jovens não valorizam o trabalho profissional dos mais idosos e 21% consideram que os idosos são vistos como um encargo social.

Relativamente aos contributos que os seniores podem dar à sua atividade laboral, a maioria (51.3%) manifestou que a experiência e os conhecimentos que possuem pode ser uma contribuição para a atividade profissional e 35.6% fez referência à solidariedade profissional, podendo os mais idosos ter um papel relevante no apoio, no aconselhamento e no ensino dos mais novos. O “dar lugar aos mais novos para que possam trabalhar” foi também uma ideia manifestada por mais de 3% dos inquiridos. Se neste ponto os inquiridos enfatizam aspetos positivos, cerca de 10% considerou que os seniores não têm nada que possam dar de contributo à sua atividade laboral. Esta posição sugeriu que os preconceitos não existem só entre as gerações, mas também residem dentro da própria geração. Neste caso específico, são os próprios adultos/idosos que possuem comportamentos relacionados com idadismo para com os seus pares, recorrendo-se para corroborar a declaração de um dos sujeitos pesquisados, na sociedade de hoje em dia “existe uma enorme falta de humildade. . . . Existe uma grande desorganização social e profissional. Todos dizem eu tenho, eu tenho, ninguém diz eu sou. A falta de humanidade é um problema social” (t17).

CAPÍTULO V - RETRATOS SOCIOLOGICOS

A construção dos retratos sociológicos apresentados permitiu descobrir as singularidades das trajetórias de vida, nomeadamente das experiências e perspetivas dos indivíduos, da e sobre a transição para a inatividade laboral/reforma e para a *condição sénior*, explorando as dimensões socioeducativas adjacentes a esses processos, tendo em conta os objetivos delineados no início desta investigação.

A amostra foi representada por cinco cidadãos do sexo masculino e cinco do sexo feminino. A média de idades rondava os 63 anos, com um intervalo de idades entre os 50 e os 73 anos, sendo a maioria casados (com exceção de dois elementos: um separado e um viúvo). Quanto às habilitações académicas, denota-se que os entrevistados possuem um nível escolar elevado tendo em conta a sua idade, sendo que, os indivíduos que possuem habilitações escolares superiores à quarta classe e que já se encontram na reforma, concluíram a escolaridade registada através do processo de reconhecimento e validação de adquiridos experienciais, enquadrado na Iniciativa Novas Oportunidades, no período em que se encontravam desempregados ou na reforma.

No que se refere à condição profissional dos participantes, 5 em 10 encontravam-se reformados. Um deles optou por prolongar a sua atividade profissional, fazendo que ainda se encontrasse no ativo. Outro participante que se encontrava na reforma regressou brevemente e numa situação pontual à vida laboral, enquanto 3 dos 10 entrevistados estavam profissionalmente no ativo. Outros 2 entrevistados, no momento da primeira entrevista gozavam de uma condição de profissional no inativo. Um deles era desempregado há vários anos e ostentava o estatuto de desempregado de longa duração, enquanto o outro estava inativo, no hiato de tempo entre a primeira e a segunda entrevista, estes dois participantes passaram institucionalmente para a reforma. Estes “novos reformados” desenvolvem atividades profissionais, um dedicava-se a uma atividade remunerada não formal e o outro realizava serviços gratificados relacionados com o seu envolvimento político partidário. Salienta-se que a média de idade da reforma situa-se nos 60 anos, um pouco abaixo da idade dos inquiridos deste estudo (Quadro 4).

Quadro 4

Caraterização dos entrevistados

Entrevistado	Sexo	Idade ¹⁹	Condição profissional	Tipo de instituição/dinâmica	Nº de atividades	Frequência de participação	Escolaridade	Estado civil	Idade de passagem para a reforma	Condição perante o trabalho na passagem para a reforma	(Última) profissão exercida
Ana Silva	F	73	Reformada	Instituição formal / grupo informal	3	Semanal e anual	4ª classe	Viúva	60	Desempregada (no ativo)	Empresária
António Ribeiro	M	72	Reformado no ativo	Instituição formal	1	Semanal	3ª classe	Casado	65	Profissional no ativo	Empresário
Maria Ferreira	F	64	Reformada	Instituição formal / grupo informal	4	Semanal	6º ano	Casada	49	Profissional no ativo	Auxiliar de serviços gerais
João Costa	M	53	Profissional no ativo	Instituição formal	3	Semanal, mensal e anual	6º ano	Casado	-	-	Operário da construção civil
Domingos Abreu	M	69	Reformado	Instituição formal / grupo informal	5	Semanal e mensal	9º ano	Casado	62	Desempregado (no ativo)	Empresário e operário têxtil
Fernando Matos	M	66	Inativo	Instituição formal / grupo informal	2	Semanal e mensal	4ª classe	Casado	66	Inativo	Operário têxtil
Rosa Gomes	F	60	Profissional no ativo	Instituição formal	1	Semanal	4ª classe	Casada	-	-	Empresária
Conceição Araújo	F	59	Profissional no inativo – desempregada	Instituição formal	2	Semanal	4ª classe	Separada	60	Desempregada (no ativo)	Operária têxtil
Joaquim Alves	M	64	Reformado	Instituição formal	3	Semanal	9º ano	Casado	60	Desempregado	Motorista pesados
Lurdes Mendes	F	50	Profissional no ativo	Instituição formal	4	Semanal e anual	Pós-graduação	Casada	-	-	Técnica superior de educação

¹⁹ à data da primeira entrevista

Neste capítulo, a apresentação dos retratos foi realizada em função da condição profissional dos entrevistados no momento da realização das entrevistas. Procurando, primeiramente, identificar as expectativas, perspectivas e experiências atribuídas à transição para a inatividade profissional/reforma e condição sénior e, por isso, os primeiros retratos são de indivíduos que se encontravam no ativo, ordenados pela sua idade: Lurdes Mendes, João Costa e Rosa Gomes. Seguidamente, apreendeu-se as experiências vivenciadas no momento da passagem para a reforma, e são apresentados os retratos da Conceição Araújo e do Fernando Matos, que na primeira entrevista estavam desempregados e na segunda já ostentavam a condição de reformados. Por fim, seguem-se os retratos daqueles que já estavam profissionalmente e/ou formalmente na reforma, diferenciando-se dois tipos: os que sentiram a sua passagem para a reforma como um momento de rutura ou “morte social”, aqui destaca-se o percurso de Maria Ferreira e de Joaquim Alves; e outros casos como o retrato de Domingos Abreu, de António Ribeiro e da Ana Silva.

1. Retrato Sociológico A

Lurdes Mendes

Nascida há 50²⁰ anos, Lurdes Mendes, é uma mulher casada e mãe de dois filhos. Reside numa pequena aldeia bastante ruralizada com o seu marido e o filho mais novo, enquanto o filho mais velho mudou-se recentemente para morar com a namorada. A família possui um papel de grande destaque na sua vida e influencia os seus modos de vida. Lurdes tem uma ótima relação com todos os membros do seu núcleo familiar e restante família, que preza manter. O relacionamento com o núcleo familiar e com o seu filho mais velho é pautado pelo diálogo, partilha e momentos de convivência.

Oriunda de uma família da classe popular composta por seis elementos: os seus pais e três irmãos, com quem tem uma convivência e uma frequência próxima, especialmente com os seus pais com quem se encontra diariamente. Por sua vez, os encontros com os seus irmãos e respetiva família eram de frequência semanal. As medidas de saúde pública implementadas e o distanciamento social na fase pandémica contribuíram para os encontros regulares que mantinha com os irmãos, nomeadamente ao domingo fossem suspensos. A proximidade que possui com

²⁰ à data da primeira entrevista

os seus pais é a principal razão pela qual nunca mudou de residência para a cidade, onde ela e o seu marido trabalham e o seu filho estuda.

Ao longo da sua vida, Lurdes foi estabelecendo uma ampla rede de amigos, amigos que sabe que pode contar como suporte sempre que precisar e com os quais tem por hábito realizar várias atividades, especialmente direcionadas para o convívio. Os contatos regulares que mantem com os amigos são a razão pela qual se tornam as pessoas com quem tem mais convivência, perdendo apenas esse estatuto para a família nuclear.

Vivendo uma infância conturbada por questões políticas envolvendo os seus pais, a sua juventude foi vivida de forma mais serena e feliz, hoje relembra os tempos menos positivos sem rancor, referindo que não ficaram marcas, sentindo-se uma mulher de bem com a vida, feliz e realizada.

Com uma vida pautada por várias reorganizações profissionais, iniciou a sua vida profissional com 14 anos, altura em que frequentava o 11º ano de escolaridade em regime pós-laboral. O seu primeiro emprego foi como empregada de balcão numa padaria onde ficou por três anos, seguidamente trabalhou numa empresa têxtil cerca de um ano. Acostumada a trabalhar num local com muito convívio a mudança de emprego ficou marcada pela negativa, conduzindo que voltasse a trabalhar como empregada de balcão, mas desta vez num bar de uma escola. Com o intuito de ascensão pessoal e profissional, por via da formação, após estar a exercer funções de administrativas na mesma escola, licenciou-se em 2014, atualmente é técnica superior de Educação. Em 2017 inscreve-se num mestrado que só conseguiu concluir a pós-graduação, devido à dificuldade em conciliar os diferentes contextos de vida, o seu papel de mãe, com o profissional e o de dona de casa tornaram-se incompatíveis com o de estudante.

O seu tempo livre é preenchido pela participação em diversas atividades de bem-estar e socioeducativas, se a frequência no ginásio tem como objetivo “manter a forma física e aliviar o stress do dia a dia”, as atividades com carácter mais beneficente são realizadas “porque me sinto bem em ajudar os outros, em fazer os outros felizes”. Inserida em vários projetos de voluntariado,

atualmente integra um projeto de Grupo de Casais, Banco de Voluntariado, Feira Medieval e recolha de alimentos, muito embora realce, que a sua participação no desenvolvimento de atividades encontra-se limitada por obrigações profissionais e familiares. Sem grande apetência para frequentar atividades culturais, a única atividade que lhe desperta mais interesse é o cinema, que tem por hábito frequentar, embora com uma periodicidade menor comparativamente ao tempo em que não tinha filhos.

O percurso escolar e profissional de Lurdes revela o seu interesse no desenvolvimento pessoal e profissional através da formação, motivos que a induzem a participar em projetos de mobilidade internacional.

No Erasmus costumo a ir uma vez por ano, mas para mim tem sido uma experiência espetacular, além de nós praticarmos e melhorarmos a língua inglesa, cada vez mais aqui no meu trabalho é essencial . . . Por outro lado, conhecemos outras pessoas, outras culturas, outros métodos de trabalho. . . . é sempre bom deixarmos algumas portas abertas, sabe-se lá se um dia a gente quer voltar lá, e temos contatos e amizades que se a gente ficasse aqui no meio destas quatro paredes nunca conseguiríamos fazer. . . . não vou sozinha porque não me desenrasco ainda o suficiente na língua inglesa . . . vou sempre em grupo, mas é espetacular.

A preocupação de Lurdes pelo seu desenvolvimento pessoal e formação profissional continua conduzindo-a a que frequente várias formações do âmbito profissional, como garantia de um bom desempenho profissional, mesmo que entenda que não sejam suficientes. A importância da formação vocacionada para a vertente pessoal é também realçada por Lurdes na medida que admite ser necessário para desenvolver atividades como o voluntariado.

Entendendo o trabalho como elemento integrador na vida em sociedade e principal fonte de rendimento e sobrevivência. A vida profissional assume uma ambivalência, se por um lado é percecionada como meio de capitalização económica e social, por outro, o tempo dedicado à atividade profissional condiciona o desenvolvimento de projetos pessoais e sociais. O longo período dedicado à atividade profissional, referente quer às longas carreiras contributivas, quer ao número de horas diárias ao exercício laboral, tem impactos ao nível da convivência e do bem-estar, tornando-se fundamental cultivar bons relacionamentos no ambiente profissional, admitindo que nem sempre é fácil. A falta de um bom ambiente de trabalho, “a vida torna-se muito doentia. É por isso que há pessoas que querem ir muito rápido para a reforma porque são frustradas porque são infelizes no local de trabalho”.

O tempo de reforma é entendido como tempo livre pós carreira profissional, tempo de vida que pode ser orientado para a realização de projetos antigos, dedicar-se a outras atividades que a vida profissional não o permitiu.

um reformado não é uma pessoa que fique inválida, que fique inativa, pode ainda, na minha opinião, até pelo contrário pode ficar ainda mais pró-ativa do que estivesse a trabalhar.

Porque quando estamos a trabalhar é trabalho casa, casa trabalho, não é? E além disso, tentamos fazer algumas coisas, algumas atividades, mas nunca aquilo que se calhar gostaríamos de fazer, de nos dedicarmos mais ao ser humano, à sociedade.

No que respeita à idade de entrada na reforma, na sua opinião, deveria ser antecipada por forma que os sujeitos pudessem disfrutar da vida e contribuir para o bem-estar da sociedade. Projetando a sua entrada para a reforma aos 66 anos, idade instituída por lei, o seu desejo é conseguir entrar assim que reúna as condições necessárias para o acesso à reforma sem penalizações. Presentemente, apesar de não se imaginar na condição de reformada, uma vez de que, “o trabalho ainda faz parte da minha vida, esta rotina”, contudo considera-se preparada para viver esse momento, “se tivesse de ir nunca ficaria em casa. Mas não é coisa que neste momento queira, mas ainda tenho muito para dar, gosto de trabalhar, gosto daquilo que faço”.

Eu gostava de ir para a reforma ainda com saúde para passear, para viajar e ser proativa. Ir para a reforma numa altura que ainda tivesse agilidade suficiente e mobilidade para fazer mais voluntariado. Dedicar-me mais à questão do voluntariado. Eu às vezes falo da reforma ou da pré-reforma porque acho que ainda devíamos ir ainda com alguma capacidade para ainda sermos úteis a outras pessoas e não irmos para a reforma já quase caquéticos.

Ao longo do discurso, Lurdes demonstra uma grande sensibilidade de intervenção na vida da sociedade por meio do voluntariado, é a partir deste pensamento mais altruísta que tenciona viver o tempo de reforma em prol do bem-estar da comunidade, dedicando mais tempo ao voluntariado e alargar as áreas de atuação. O que exige, boas condições de saúde e financeiras. Admitindo ser necessário a implementação de novas medidas públicas de proteção à reforma e, conseqüentemente, promotoras de um envelhecimento ativo.

Criar melhores condições e acima de tudo reduzir o tempo de anos de entrada na reforma. Que eles estão cada vez mais a aumentar os anos que se vai para a reforma e, por sua vez, estão a retirar emprego a pessoas novas. Há pessoas que vão acabando os cursos, licenciaturas, mestrados integrados e não têm oportunidade de emprego porque a idade da reforma é muito avançada. Era necessário ser tomadas medidas ao nível do poder, do Governo e do poder político, no sentido de reduzir a entrada na reforma e não aumentar, acho que ia trazer algumas vantagens.

Com uma rede alargada de sociabilidade, acredita que no seu tempo de reforma a frequência e qualidade dos convívios com os amigos vai ser outra, “espero manter-me ativa nesse aspeto de conviver, até vamos ter mais tempo, espero ser melhor do que agora”, o mesmo se mantém no que respeita aos colegas de trabalho.

Do que apreende dos sujeitos reformados, as principais dificuldades sentidas na transição para a reforma, estão relacionadas com a organização e gestão dos tempos de vida e com o afastamento das relações sociais, esta rutura com a vida profissional pode originar problemas de adaptação, que podem ser agravadas caso o reformado “não ter a capacidade de tentar ter ocupações”. Neste seguimento aponta como estratégias a uma boa adaptação “manter uma rotina, uma rotina diária para não sentirmos aquele corte e, acima de tudo, ter atividades”. A participação em atividades socioeducativas instiga um envolvimento ativo na sociedade favorecendo um envelhecimento ativo, como principais estratégias a adotar é primordial que as pessoas se mantenham ativas, mesmo os idosos que se encontram numa condição mais vulnerável.

não se acomodam à idade para não fazerem nada. Serem ativas e fazer atividades que para elas sejam úteis. É muito importante envelhecer ativamente. Até mesmo nos lares, preocuparem-se em fazerem atividades com os idosos, eles vão buscar sempre dotes que tenham e vocações que tenham, porque cada um tem a sua vocação e tem mais jeito para fazer determinadas coisas, e entre eles, eles trocam conhecimentos, e fazem atividades, teatros e trabalhos manuais.

Não tendo conhecimento sobre projetos e/ou programas ou instituições direcionadas para a transição para a reforma ou para o tempo de reforma, refere não existir politicamente agendas sociais e educativas nesse sentido “Eu não conheço nada. Nem vejo lá no poder local ou no governo terem essa preocupação”, contudo considera relevante a existência de iniciativas educativas para essa fase de vida, envolver os sujeitos ativamente na comunidade.

fazia todo o sentido existir alguma coisa para as pessoas não terem aquela quebra de rotina. Atividades para as pessoas sentirem-se úteis e ocupadas, como o voluntariado, o contato com pessoas. Envolver as pessoas em atividades, quer nas freguesias, nas cidades, quer nas paróquias. Tentar ir buscar essas pessoas, ver as mais valias que elas têm, porque cada uma tem sempre alguma coisa que se evidencia e tentar ensinar outras pessoas, e nós aprendemos e ensinamos. Mas acho que era importante isso no poder local, o poder

central deveria arranjar programas que ajudasse as pessoas quando passassem para a reforma, para criar rotinas que as fizesse manter em contato com as outras pessoas.

Na ausência de apoios é da opinião de que “vamos ter de viver com a nossa reforma, depender do que temos da reforma”.

Associando a “reforma a uma idade, não ao envelhecimento, mas o facto de nós irmos para a reforma significa que temos já uma idade avançada, não é? Não quer dizer que sejamos velhas, não associo isso à velhice”. É sua opinião que o ciclo de vida define as idades atribuídas a cada etapa, muito embora, não sejam estanques, apresentando uma certa fluidez de acordo com a mentalidade e comportamentos. Efetivamente, a construção das idades da vida tem um pendor individual, societal e político. Para Lurdes ser sénior além de ser uma questão demarcada pela idade é também fruto da forma de estar na vida, a definição apresenta ainda um carácter societal. Ainda que não exista uma idade específica, uma pessoa pode ser considerada sénior a partir dos 60, 66 anos, o que engloba, no seu entender a terceira e quarta idade, tendo a primeira o seu início aos 66 anos.

É como ser adolescente, isto foi definido umas etapas na idade, mas não quer dizer que aos 66 me possa sentir sénior, até me posso achar júnior na minha cabeça. Acho que tem haver com a nossa mentalidade, com o nosso estado de espírito é que vai definir se somos seniores, a forma de nós nos vestirmos, de nós conviver, de falar, dos nossos hobbies. Acho que não está definida uma idade, a nossa cabeça é que às vezes define isso. Sénior está mais relacionado com a forma de vida, com o comportamento da pessoa, da maneira de pensar e da maneira de agir.

A imprecisão e fluidez do conceito sénior motiva a numerosas interpretações, neste caso específico, Lurdes refere que sénior e idoso são sinónimos, o seu uso é determinado em função do contexto e do estado psicológico a quem se reporta, “idoso pode ser visto como uma palavra de carinho ou uma palavra de rejeição, que por ser idoso vai ser posto de parte”. Ao nível da sociedade o termo sénior é delimitado pela idade “A sociedade por si só já define ou assume que uma pessoa acima dos 60 é sénior, ou seja, não é avaliado caso a caso, o individuo individualmente, é no geral”.

Tal como sénior, ser velho pode também estar relacionado com questões de idade, no entanto, segundo Lurdes os sujeitos já apresentam outras condições de saúde, o *velho* está

vinculado à falta de autonomia e à dependência. Tendo-se assistido a uma evolução ao longo dos tempos, resultado da educação.

acho que antigamente, o conceito de velhice as pessoas eram muito mais novas, por exemplo: eu quando era criança ou adolescente, para mim uma pessoa com 50, 60 anos já era uma pessoa velha, ou seja, a mentalidade e a cultura das pessoas foram evoluindo nesse sentido. De vermos o conceito de velha mais ... com muito mais idade, para mim uma pessoa velha deve ter praí 90 ou 100 anos.

Independentemente da idade que se pode considerar uma pessoa sénior ou essa pessoa se considere sénior, tendo em consideração uma perspetiva de envelhecimento ativo, Lurdes enfatiza a importância de manter uma vida ativa, referindo a necessidade da implementação de novos espaços de interação socioeducativos capazes de promover a troca de conhecimentos entre pares.

Não obstante de não ser um assunto novo, Lurdes declara não conhecer políticas promotoras de um envelhecimento ativo, “fala-se muito, promete-se muito, não há nada. O governo e outras instâncias dizem que agora há os cuidadores informais, mas isso é teoricamente porque na prática isso não é viável”.

No mesmo sentido, confessa não conhecer programas que beneficiem os idosos numa perspetiva de envelhecimento ativo “se há eu não tenho conhecimento . . . que esteja no terreno onde eu moro ou aqui na cidade não conheço nada. Não tenho conhecimento de nada desses projetos”.

No entanto refere conhecer instituições direcionadas para o envelhecimento ativo, nomeadamente lares e centros de dia, o que indica uma contradição no seu discurso. Todavia, defende não existir instituições de apoio à terceira idade em número suficiente, o que não constitui uma preocupação no momento.

o que existe não é suficiente. Deveria haver mais instituições, até a nível de lares, centros de dia, porque quando as pessoas chegam a uma altura da vida ficam mais dependentes de terceiros e há muita dificuldade em arranjar vagas nestas instituições. Devia haver mais preocupação em haver alternativas e cuidados para os idosos. Acho que isto devia ser uma preocupação do poder central de haver mais ajudas nesse sentido e melhores condições.

Como condições necessárias para viver uma velhice feliz, responde, “Acima de tudo ter saúde para conseguir manter-me ativa e se possível ter uma boa situação financeira para poder passear um pouco”.

Quanto à opinião sobre o que pensam os mais novos sobre os mais idosos e os próprios idosos em relação aos seus pares, Lurdes menciona que:

Depende um bocadinho do contexto, de onde a pessoa veio, do seio familiar, porque há muitos que veem o idoso como uma pessoa que já está acabada fisicamente. Há idosos que ainda são muito pró-ativos e eu acho que isso depende muito de como nós nascemos, como nós crescemos, em que ambiente fomos crescendo e como nos foi passado essa forma de viver. Eu venho de um seio familiar que entende que um idoso é aquela pessoa que já está acamada e que tem de ter aquela ajuda, que já não é autónomo, mas já foi pior. Eu acho que hoje em dia com a nova geração de jovens já não é tanto assim, já têm outra formação e tudo isso vai-se refletir cá fora na nova geração em relação às outras gerações, não à minha, mas dos mais idosos que já não há tanto essa sensibilização em ajudar os idosos e do idoso em si.

Reconhecendo existir a nível da sociedade preconceitos sobre o idoso, na sua convicção “já foi pior. Eu acho que hoje em dia com a nova geração de jovens já não é tanto”. Acreditando que passa pela educação, argumentando que os jovens,

já têm outra formação, nas escolas já se tentam inculcar as boas maneiras, o civismo. Por exemplo, eu vejo nos autocarros o meu filho dá lugar às pessoas mais idosas, ajuda-as na rua, antigamente não se via tanto. Acho que agora já há uma preocupação no programa das disciplinas integrar alguma coisa relacionada com o civismo, com a boa educação e tudo isso vai-se refletir cá fora na nova geração em relação às outras gerações, não à minha, mas dos mais idosos que já não há tanto essa sensibilização em ajudar os idosos e do idoso em si.

As questões de idade não estão somente presentes nas relações e comportamentos intergeracionais, fazendo-se sentir igualmente entre indivíduos da mesma geração. No entanto, Lurdes sustenta que a existência de mais preconceitos entre os idosos é potencializada pelos contextos, ocorrendo tendencialmente em meios mais rurais, mais conservadores e mais desfavorecidos.

Envolvida em vários projetos, o Covid 19 não passou despercebido na sua vida, afetando quer na esfera pessoal, familiar, quer social.

A pandemia trouxe muitos adiamentos, até nos projetos. Afetou a parte familiar, a nível mental, acho que tudo, as nossas atividades, a nossa rotina. Para mim afetou-me bastante. É certo que nós agora tentamos voltar à normalidade e fazer aquilo que nós tínhamos planeado. O convívio que tínhamos com os casais amigos, deixamos de fazer jantares. Fazíamos reuniões on-line, mas para mim o contato cara a cara, o convívio social é diferente.

Apesar de viver tempos incertos durante a pandemia, a sua disposição pelo interesse do bem público, conduziu a que abraçasse um novo projeto, direcionando os seus esforços para um novo tipo de intervenção na comunidade, vê-se candidata a um órgão representativo de um organismo público. Experiência marcada pela negativa razão pela qual pondera não repetir.

não foi por iniciativa própria, fui convidada e inicialmente disse várias vezes que não, porque eu não me identifico com a política, ou seja, tudo que anda à volta da política que ultrapassa, às vezes, a parte humana e a parte social e pessoal das pessoas. Mas depois das pessoas insistirem comigo, eu aceitei.

Esta experiência confirmou a sua convicção de que as pessoas mais idosas não têm grande poder na sociedade, não conseguindo fazer valer os seus direitos, em particular, o direito à informação.

deveriam ter mais voz, principalmente em meios como o que eu vivo, que têm uma mente muito fechada, a geração é muito envelhecida e são pessoas muito influenciadas por quem tem poder. São pessoas que estão habituadas a um poder muito conservador, por exemplo, quando se fala da Junta de Freguesia, ainda vivem aquilo de haver caminhos. Só são necessários haver caminhos e não conhecem a parte cultural e social e, então os idosos não são muito alertados para esses direitos que eles têm, principalmente da parte social e da parte cultural, ter apoio ao domicílio. Para eles o poder que lá está, aquilo que faz é suficiente. Porque eles não são ouvidos, não são tidos nem achados. Não são informados do que existe além daquilo que eles já têm e, que não é suficiente. Não são informados que pode haver melhor coisas para que eles tenham uma melhor qualidade de vida, que existe, só que eles não são informados.

O retrato de Lurdes revela existir uma relação entre as “ruturas biográficas” e as mudanças de comportamentos, atitudes e valores e conseqüentemente de algumas disposições, incorporadas ao longo da sua socialização primária e secundária. Este retrato permite salientar várias disposições principais, entre as quais: a disposição familiar, ascética, hedonista e atividades públicas e coletivas, sendo que esta multiplicidade de alterações, por vezes contraditórias, coexistem nas diferentes esferas de vida (pessoal, familiar, profissional e sociocultural), revelando a pluralidade do ator social.

Este retrato enfatiza ainda a importância do capital escolar e da aprendizagem no local de trabalho, como canal de mobilidade económica e social. Destaca-se a importância da participação em atividades socioeducativas no contexto de transição para a inatividade laboral e condição sénior, pela sua contribuição para melhorar a qualidade de vida dos indivíduos. A participação em dinâmicas socioeducativas permite de igual forma, alargar as redes de sociabilidades, favorece a troca de conhecimentos geracionais, favorece o sentimento de pertença em grupo e o aumento de uma participação ativa na sociedade. Salienta, a necessidade de criar políticas sociais, a importância da preparação para a passagem para a reforma e a existência de informação pertinente, como fatores que contribuem para a promoção de um envelhecimento ativo.

2. Retrato Sociológico B

João Costa

João nasceu há 53²¹ anos é casado e pai de dois filhos, o mais velho por sua vez, também é casado e tem um filho.

Com fraco capital escolar, possuindo o sexto ano de escolaridade e um curso de informática de primeiro nível, João Costa iniciou a sua carreira profissional com cerca de 15 anos. João encontra-se profissionalmente no ativo, a sua carreira contributiva começou numa empresa de construção civil, onde prestou serviços durante 28 anos, altura em que esta abre falência. Com uma área profissional a passar por uma enorme crise económica viu-se no desemprego durante aproximadamente 2 anos, após o qual, o contrataram como técnico de manutenção onde

²¹ à data da primeira entrevista

desempenhou as suas funções com satisfação. Recentemente passou por uma nova reorganização profissional, com um horário de trabalho incompatível para as exigências familiares, abraçou um novo desafio no mesmo sector que iniciou a sua vida profissional, embora numa área diferente.

Atribuindo à família um lugar de destaque na sua vida, rege a sua vida em prol da família, por forma a manter um bom relacionamento familiar. Atualmente vive com a esposa e o filho mais novo, tendo ao seu encargo e da esposa, o seu pai de 86 anos e uma irmã portadora de deficiência cognitiva. Mantendo um bom relacionamento com o filho mais velho, lamenta não conseguir estar com o neto diariamente, fruto das obrigações profissionais. Bem como, realizar muitas atividades juntos, devido às obrigações familiares que assumiu, deixando-o limitado aos fins de semana.

Nascido numa classe social pertencente à Pequena Burguesia Técnica e de Enquadramento Intermédio, teve uma infância feliz e confortável, devido ao um bom nível de vida que sua mãe como funcionária pública conseguia proporcionar à família, “já nessa altura não tinha grandes dificuldades, já tinha muita coisa que as outras crianças não tinham”.

Residindo sempre no mesmo local, diz-se satisfeito com o local e a habitação, João demonstra um forte envolvimento em atividades coletivas, no momento participa no teatro, no Corpo Nacional de Escutas [CNE] e em iniciativas culturais e religiosas, acrescenta que desde jovem mantém uma presença muito ativa na vida da comunidade. As suas disposições socioculturais são reforçadas pela sua disponibilidade em prol da comunidade, “Estou sempre disponível tudo que seja projetos para inovar um pouco”.

Como cidadão assumiu desde sempre um papel muito ativo na sociedade, envolvendo-se de forma ativa e contínua nas coletividades.

Estive ligado ao CNE durante 30 anos. Fui educador, neste caso como dirigente do CNE durante muitos anos. Agora, estou ligado na mesma ao CNE, não no ativo, é um caso de fraternidades, é um caso de reforma, os antigos escuteiros têm uma associação e nós reunimo-nos mais ou menos uma vez por mês. Já não é o ser ativo semanalmente. Participamos em algumas atividades do CNE.

A forte integração de João no CNE, levou a uma “reforma” precoce, provocando um repentino e severo abrandamento na sua participação em atividades pertencentes a esta instituição. O cargo que desempenhava como dirigente exigia que os tempos livres fossem canalizados para os compromissos que lhe estavam associados, deixando pouco tempo para se

dedicar à família, motivo que gerou um descontentamento familiar. Se na altura, o afastamento lhe causou alguma desmotivação, presentemente reconhece “acho que estava a viver o escutismo demais . . . mal via os filhos a crescer”.

O seu gosto pela cultura, especialmente por museus, estimulou que tivesse sido um consumidor cultural frequente, lamentando-se de já não conseguir frequentar tanto quanto desejava, vendo-se limitado pelas razões familiares já invocadas.

A sua apetência sociocultural e o seu gosto pela representação fomentaram a sua entrada no teatro, o tempo que tinha disponível “na altura que estava desempregado como forma de ocupar o tempo”, constituiu uma oportunidade para desenvolver esta atividade que ainda mantém, e que preza continuar, apesar das dificuldades em ajustar os seus tempos livres.

Juntamente ao gosto pela representação, João salienta vários aspetos que no seu entender beneficia com seu envolvimento nas atividades,

o convívio e o prazer que me dá no grupo de teatro de subir um palco, sentir que estou em cima do palco e sentir que o público está a reagir, dá-nos mais prazer para darmos mais de nós próprios em cima do palco. E, quando às vezes é o contrário, nós também sentimos que o público não está a reagir e então começamos a entrar numa fase de encontrar maneiras de fazer o público reagir, mas, às vezes, não conseguimos também.

Apesar de reconhecer que a “memória anda muito fraca para decorar textos”, o teatro apresenta várias oportunidades desafiantes, desde encontrar estratégias para provocar a reação do público, como o próprio ato de decorar os textos que influenciam positivamente o envelhecimento, particularmente a leitura que contribui para “com que o cérebro esteja sempre ativo”.

O capital social que detém com a convivialidade proporcionada pelo grupo em que está inserido, isto é, a sua perceção pessoal de pertença ao grupo, são ainda razões que o levam a fazer o esforço de tentar conciliar os horários profissionais e as demandas familiares com as atividades socioeducativas, referindo que a motivação advém do “grupo de amigos que a gente tem. E tento fazer o esforço, além do serviço profissional, estar sempre nos ensaios no máximo que posso e tentar conjugar datas com os meus dias de folga”.

Efetivamente a sua rede de sociabilidades é reduzida, estando associada ao seu envolvimento nas práticas socioeducativas, “é praticamente o grupo de teatro. Quando saio de casa à noite é para vir para os ensaios e pouco mais, por isso, é quase sempre aquele grupo

semanalmente, pelo menos duas vezes por semana”. Para além deste grupo de amigos, as suas relações sociais estendem-se pelo seu núcleo conjugal, o filho mais novo e com o seu pai e irmã, com quem convive diariamente. Quanto aos vizinhos confessa que, “quando se trabalha é bom dia e boa tarde e pouco mais”, o mesmo acontece com os colegas de trabalho onde a convivência também não é muita, ocorrendo “quase só na hora de trabalho”.

Na opinião de João a atividade profissional, a par da sua importância financeira, através do aumento de capital económico imprescindível para a sobrevivência, desempenha um papel importante de integração na sociedade, talvez por isso, não tem planos para a sua entrada na reforma. Concomitantemente, reconhece que deixou de fazer planos para a vida, dizendo “desde que tive a situação com a minha esposa, acho que começamos a pensar só um dia de cada vez, porque às vezes estamos a fazer programar alguma coisa para o futuro e as coisas tornam-se às vezes ... negativas”. Muito embora, reconheça que as notícias que ouve o tem deixado em alerta, obrigando a pensar no seu tempo de reforma. No momento não se sente pronto para a reforma, nem se imagina nessa situação, acrescentando de que se entrasse com a sua idade na reforma, seria uma matança para mim, num sentido, porque eu sou uma pessoa ativa e se estiver reformado e não tiver nada para fazer, isso acho que, não digo entrar em paranoia, mas acho que iria ficar mais deprimido se não tivesse atividades para fazer.

Sem muitas expectativas relativas à passagem para a inatividade laboral se a condição de saúde o permitir, pensa efetivar a entrada para a reforma unicamente na idade preconizada por lei, ponderando que possa ter necessidade, por razões económicas, de prolongar a sua entrada para a inatividade. Quanto à sua passagem propriamente dita, preferiria que ocorresse de forma “gradual, lentamente, em vez de fazer oito horas diárias, fazer quatro horas, por exemplo. Eu acho que seria mais fácil para as pessoas se irem habituando a estar o tempo todo depois sem fazer nada”.

Na sua opinião o período de transição para a inatividade e o tempo de reforma vão ser vividos de forma diferente, principalmente no que respeita às questões financeiras, prevendo uma diminuição de rendimentos. No que concerne à sua frequência nas atividades socioeducativas tem intenções de as manter “se os grupos continuarem a funcionar daqui até lá”. Com o aumento de tempo livre durante a fase de transição e período de reforma propriamente dito pondera poder conseguir dedicar-se à realização de trabalhos manuais que ficaram suspensos desde que recomeçou o exercício laboral, após ter passado por um período de inatividade.

O contato mais próximo de João com a fase de transição para a inatividade profissional não foi uma experiência positiva. Reformada por questões de saúde, a entrada da esposa na inatividade laboral, foi acompanhada de vários acontecimentos que originaram uma adaptação muito complicada. Ocorrendo numa altura em que estavam a passar por uma rutura profissional, em que se encontravam os dois desempregados, a entrada da esposa para a reforma foi causada por problemas de saúde. Os problemas de saúde resultantes de uma depressão, foram agravados por um problema oncológico diagnosticado pouco tempo depois. Os impactos iniciais foram muito difíceis de aceitar obrigando a uma reestruturação dos padrões de vida. Após ser atribuída a reforma, para além das questões relativas à condição de saúde, João menciona que atravessaram por outra adversidade.

Ela estar na reforma, a dificuldade maior foi ela ocupar o espaço todo dentro casa, hoje por exemplo, até tem uns *part-time* para poder sair de casa, porque ela chegou a um ponto que estar dentro de casa, o lidar com a vida de casa durante muitas horas, as pessoas também cansam. E também ela saía de casa, mas voltava logo e aí foi uma fase muito difícil para ela para se ocupar. Porque quando eu chegava a casa ela dizia que estava cansada e não fazia nada.

Desempregado na época que a sua esposa deu entrada na reforma, João, refere que esta situação teve grandes impactos económicos. Acresce o facto, que a crise económica e financeira que assolou Portugal nessa altura e que o levaram ao desemprego, não foi unicamente sentida a nível financeiro. Habitado a negociar o valor de mercado do seu trabalho, perante as novas circunstâncias do mercado de trabalho, confronta-se com uma situação oposta, o que originou uma nova atitude em relação ao trabalho. Com uma quebra superior a mais de metade do ordenado que ostentava, exigiu grande esforços de adaptação às condições impostas pela situação.

Contudo, este facto não constitui uma novidade para João, já que no seu entendimento e tendo em conta o que conhece da parte de outros reformados, a questão económica é motivo de preocupações, principalmente de quem recebe reformas precárias que não lhes possibilita manter o nível de vida condigna.

No entendimento de João ser reformado significa “uma pessoa chegar a uma determinada idade em que depois entra num descanso e a viver sobre um pequeno salário dos anos que descontou”. Perante isto, admite que os baixos rendimentos que a maioria da população ostenta,

é a principal razão do prolongamento da atividade profissional, condição que se tem agravado ao longo dos últimos anos e com tendência a piorar, acreditando que na próxima década os reformados para poderem sobreviver terão de prolongar a atividade profissional para além da idade de reforma.

Quanto à idade legal da reforma, não concorda com a idade estipulada, opinando que “são muitos anos a trabalhar para atingir a reforma e para depois receber pensões muito baixas”.

Apesar de não ter conhecimento da existência de algum tipo de apoio para a fase da transição para a inatividade laboral, reconhece que possa existir. Contudo, na sua opinião, para que se consiga viver o tempo de reforma de forma satisfatória e tendo em conta a conjuntura económica do país, é imprescindível aumentar os valores de reforma.

Evidenciando que a questão financeira pode constituir um motivo de isolamento social, levando as pessoas a se refugiarem em casa, contrariando um envelhecimento ativo.

o reformado tem uma pensão muito baixa para a situação que estamos a passar, era preciso reformas mais altas, para as pessoas poderem ter mais acesso a determinados eventos, além de haver eventos que são gratuitos, há outros eventos que são pagos, e alguns até caros, e as reformas são muito baixas.

Sem embargo, as dificuldades financeiras não são o único fator que condiciona a participação do público reformado em dinâmicas de caráter socioeducativo, a falta de motivação e interesse constitui do mesmo modo uma barreira à participação. Como estratégia para contrariar esta situação, João indica de que “é preciso programar atividades em que façam que eles saiam de casa, também há essa necessidade, além de já haver vários projetos nessa área”. É através da sua experiência com participante em atividades socioeducativas que constata que as pessoas têm tendência a se isolarem mais com o avançar de idade. No que toca à participação em atividades socioeducativas comparando a frequência entre homens e mulheres constata existir diferenças.

as mulheres saem mais, noto mais isso, eu faço parte de um projeto em que a maioria das pessoas que frequentam e assistem a esse projeto são mulheres, os homens ficam mais por casa, vão mais ao café. A maior parte dos homens não são muito recetivos para este tipo de atividades, as mulheres são mais sensíveis a isso, frequentam muito mais.

Apesar de não conhecer políticas sociais direcionadas para a transição para a inatividade laboral que beneficie a adaptação a este período de vida, reconhece que para reverter esta

predisposição é imprescindível a intervenção do Estado, nomeadamente através do aumento do financiamento às instituições, com prejuízo na oferta dos serviços prestados, limitando o número e tipo de atividades, o apoio prestado e a informação. Uma outra medida direcionada para esta fase da vida, com especial atenção para o período de transição para a inatividade profissional, que João declara importante é a preparação para a entrada na reforma.

o Estado devia preparar as pessoas para a reforma. Porque pela experiência de algumas pessoas que vou conhecendo, acho que é uma coisa muito radical. Pessoas que têm um ritmo de trabalho diário e de um dia para o outro quando entram na reforma deixam de fazer praticamente tudo. Devia de haver uma preparação ou entrar na reforma lentamente. A pessoa poder contribuir na mesma na empresa em que está, mas com menos horas de trabalho e com menos responsabilidade, por exemplo. Aí provavelmente seria mais fácil. Há também o caso contrário, há pessoas que estão sempre a lutar para poderem ir para a reforma para não fazerem mesmo nada, também conheço muitas pessoas dessas.

João encontra na educação a resposta para a transição desta fase de vida, poderia haver uma formação. Para ajudar a nível psicológico quer para informar das atividades que podem fazer. Eu gosto muito de me defender em pequenos pormenores na sociedade em que o próprio reformado podia ajudar mais a sociedade. No nosso país, penso eu, dificilmente as pessoas têm essa educação para, por exemplo, à saída de uma escola pode ser um reformado ou dois a ajudar os miúdos a saírem da escola, a entrarem nos autocarros com segurança e essas coisas todas; na sinalização, para passar numa passadeira não era necessário ter uns semáforos, porque muitas das vezes tem semáforos e há condutores que às vezes nem respeitam os semáforos. Isso são muitas das vezes pequenos trabalhos que o próprio reformado podia fazer para a sociedade. E muitas mais coisas que as pessoas deviam fazer. Aí sim, provavelmente para poder incutir isso nas pessoas teria de ter formações antes da reforma.

Do seu ponto de vista, a integração em atividades socioeducativas, durante o período de transição para a reforma, estimula a memória, é uma fonte de satisfação, reforça o sentimento de pertença ao grupo, ocupa o tempo livre, promove o convívio a ajuda ao desenvolvimento/manutenção de competências de decisão e ação.

João define uma pessoa sénior “pessoa com uma experiência de vida maior”, que ocorre sensivelmente por volta dos 65 anos, independentemente de essa pessoa ser considerada velha ou não. O que por sua vez, velho, é sinónimo de dependência, não se encontrando associado a uma idade, reforçando esta opinião refere que existem pessoas que apesar de terem uma idade avançada, têm capacidades para realizar qualquer tipo de atividades.

É da opinião que existe uma valorização relativa aos idosos, especificamente “aquela pessoa que é muito ativa que consegue, além de já estar muito debilitada, participar na hidroginástica, como vir assistir a um espetáculo. Há pessoas que continuam a ser ativas e nós damos valor a essas pessoas”.

João ignora o significado dos termos “envelhecimento ativo”, “envelhecer ativamente”, mas considera ser essencial que durante o processo de envelhecimento.

É preciso por vezes haver mais condições. Não digo que não haja associações para ajudar, mas penso que tem de haver mais projetos, projetos diferentes do que há hoje, tentar incentivar mais. Eu acho que muitas das vezes para tirar um idoso de casa é preciso dar-lhe muita volta, falar muito, e muitas das vezes as pessoas dizem: “- Eu vou para quê?”, não é o ir para quê, é ir para assistir, para sair de casa, mesmo que até seja para uma coisa que não seja muito do agrado dele, mas que tenha uma condição para o receber, vejo que ainda falta muito material para isso.

Consciente dos benefícios do envolvimento em atividades socioeducativas pelo público adulto maduro/idoso, pensa que as existentes são suficientes, apesar de não existir preparação, nem informação pertinente.

Indagado como vivenciou o tempo de pandemia específica:

Isso foi muito mau, no sentido que eu, como todos, passei dias e dias seguidos em casa sem nada que fazer, até que depois houve os projetos de fazer pinturas em casa e fiz as pinturas lá de casa, dediquei-me à renovação da casa. Mas em termos de convívio com os amigos foi zero, foi um ambiente mais pesado. O meu pai não é uma pessoa muito sociável, é muito fechado em si. Depois a minha irmã com os problemas que têm ... ela conversa à maneira dela e agente vai percebendo, mas não é o mesmo do que ter uma conversa com outra pessoa. E lidar com isto todos os dias, às vezes, não é fácil.

O retrato de João enfatiza a importância que os quadros socializadores, tanto ao nível da socialização primária quer secundária tiveram nas diferentes dimensões da sua vida (pessoal, sociocultural, familiar e profissional), revelando a presença de disposições que vão se alterando, podendo ser ativadas, transferidas ou inibidas, em função do contexto socializador. Os valores incorporados através do seu contexto primário de socialização familiar, sobretudo de carácter materialista, passam a coexistir com a incorporação de disposições, por vezes contraditórias, potenciadas por novas práticas de socialização múltiplas e contextos e interação; pelo capital económico e pelas relações familiares, revelando a “pluralidade do ator individual”. Da mesma forma, coloca em evidência como disposições principais, disposição à atividade pública e coletiva, com a realização de atividades em prol da família e comunidade. Cumulativamente com disposições ascéticas e familiares que procura conciliar com disposições de carácter mais ecléticas (na esfera das atividades de lazer, pela participação no grupo de teatro) e hedonista, presente na esfera das sociabilidades. O seu percurso profissional e familiar é marcado por várias ruturas, que potenciaram uma mobilidade do capital económico maioritariamente de tipo descendente, no entanto e contrariamente ao esperado, a diminuição do poder financeiro, fomentou o seu capital cultural e social, através da frequência em atividades socioeducativas.

Este retrato, realça a necessidade de ocorrer uma mudança de comportamentos e atitudes para fazer face aos condicionalismos decorrente na fase de transição para a inatividade laboral e condição sénior, para que a entrada neste novo ciclo de vida seja vivenciada de forma mais satisfatória e informada. Neste seguimento, defende a existência de uma preparação, bem como, de uma entrada na reforma realizada gradualmente, revela também a pertinência de inclusão dos indivíduos reformados em atividades socioeducativas e comunitárias, para combater o isolamento social e potencializar o sentimento de pertença. Assim como, o aumento do valor das pensões para superar os constrangimentos surgidos a nível cultural e social. Expõe igualmente, a diferenciação de sexos no que toca à participação em atividades socioeducativas, revelando que as mulheres apresentam uma atitude mais ativa.

3. Retrato Sociológico C

Rosa Gomes

Nascida há 60²² anos, casada, Rosa Gomes vive com o seu marido. Mãe de dois filhos com os quais mantém uma boa relação, especialmente com a filha que a visita todos os dias, o relacionamento com o seu filho é mais distante devido a este ter emigrado. Das mais novas de quatro irmãos, tem uma boa relação familiar. Ao nível da convivência refere as para além do marido e da filha, convive com as cunhadas e a irmã, com a qual mantém uma relação mais próxima. A sua rede de sociabilidades envolve múltiplas dimensões da sua vida, estendendo-se ainda pelos seus vizinhos os quais considera serem pessoas próximas com quem pode contar sempre que precisar, este bom ambiente pode ser um fator indicador da sua satisfação com o local onde reside.

Com um percurso escolar de quatro anos, Rosa iniciou a sua vida profissional muito nova, com apenas 12 anos. Com várias reorganizações profissionais, o seu primeiro emprego numa empresa de cartonagem durou entre 3 e 4 anos, seguidamente foi para uma fábrica de calçado onde trabalhou 9 anos. Mantendo-se no mesmo ramo, já depois de ser mãe do primeiro filho mudou de empresa onde diz ter ficado de 4 a 6 anos que deixou devido aos problemas financeiros pela qual a empresa passou. Nessa altura o marido tinha uma pequena empresa familiar de cartonagem onde começou a trabalhar, pouco tempo depois o seu espírito empreendedor instigou que trabalhasse por conta própria montando uma confeitaria, volvidos alguns anos, um grave problema de saúde da filha que deixou o casal psicologicamente muito afetado, fez com que desistissem desse projeto. Ainda com muitos anos de trabalho pela frente resolveram investir numa loja de comércio local onde já trabalha há mais de 23 anos. Da opinião que o trabalho é um meio importante para a integração dos sujeitos na sociedade e fonte de convívio, Rosa, conta que o local onde mais gostou de trabalhar foi na fábrica e, se tivesse oportunidade voltava a trabalhar.

Com uma vida cultural ativa, esteve integrada numa associação onde pertencia a um grupo de teatro comunitário durante uma década, e onde planeia continuar na situação de reformada, bem como frequentar outras atividades sócio recreativas. Mesmo queixando-se das suas capacidades cognitivas e emocionais, ponderava continuar e participar em outras atividades que a associação oferece e “que a gente poder ir fazendo”, destacando algumas das limitações que já

²² à data da primeira entrevista

encontrava “nós na nossa idade demoramos mais um bocadinho a fixar e agora que a gente anda mal da cabeça pior”. A sua entrada no teatro deveu-se ao incentivo do seu cunhado que frequentava a atividade, inicialmente começou a participar junto com o marido que abandonou mais tarde por razões de saúde. O seu gosto pela atividade e a insistência de uma vizinha (a quem entusiasmou a participar no teatro, depois da desistência do marido) são os principais motivos para que continuasse a participar. Considera ser uma atividade benéfica, além de proporcionar bem-estar, sentimento de pertença ao grupo e convívio, é um bom passatempo.

A participação nas atividades socioeducativas é justificada essencialmente por razões de cariz pessoal, abrangendo várias dimensões da sua vida, já que é percecionada, por Rosa, como forma de passar o tempo, como espaço de convívio, um incentivo para sair de casa combatendo o isolamento e a solidão, uma razão para continuar a cuidar da aparência, um estímulo para se manter ativa, motivo de alegria e de melhorar a qualidade de vida.

Contudo, apesar de reconhecer a importância da participação ativa na sociedade através das atividades socioculturais, o contexto pandémico fez com que se isolasse em casa, sem poder trabalhar. Afirmando que com o nascimento do seu neto e o estado de saúde do marido vê-se obrigada a reorientar o seu tempo livre para atividades de solidariedade familiar, ou seja, orientadas para o apoio à família, não prevendo retomar as atividades num futuro próximo, sentindo-se limitada com a gestão do tempo, acrescentando ter menos tempo para si. Reflete ainda uma extrema preocupação com a condição de saúde do marido, contando que os cuidados são da sua obrigação como esposa.

Indagada se se imagina numa situação de reforma, responde que já fez planos para a sua vida de reformada e que recentemente tentou formalizar a sua passagem para a reforma, o que não se concretizou. Os seus planos consistiam em passar o negócio e dedicar-se a atividades não remuneradas que estimulem o seu relaxamento.

Quando se encontrar na reforma, se possuir capacidades cognitivas e saúde, pondera frequentar a universidade sénior e as atividades da associação a que pertence. Gostaria ainda de retomar a sua participação no rancho.

Com intenções de abandonar o mundo profissional em tempo de reforma, ser reformado para Rosa significa tempo de descanso para se dedicar a outras atividades. Na sua opinião a idade mais indicada para a entrada na reforma seria os 60 anos, uma vez que as pessoas iniciaram a sua carreira contributiva muito cedo, têm uma vida profissional muito longa, devem ter oportunidade de se dedicar a outras atividades mais prazerosas, enquanto ainda têm saúde para

descansar e desfrutar da vida. Contudo, Rosa revela que quando intencionou dar início ao processo de reforma antecipada, outros sentimentos se manifestaram, entre eles a sensação de finitude, acrescentando “parece que estamos a ficar velhotes, parece que está tudo acabado”.

Questionada sobre como pensa que os reformados vivem a vida, tendo como referência a vivência da sua mãe e outras pessoas que conhece, conta que os reformados gostam de ir à igreja rezar o terço e frequentar algumas atividades, acrescentando pensar um dia seguir um caminho similar por forma a evitar o isolamento social.

Rosa considera ser necessário apoiar os reformados corroborando que as atividades socioeducativas são fulcrais para essa fase da vida. Acrescenta ainda que o facto de residir num local onde existe uma associação de apoio comunitário é uma mais-valia para os cidadãos, não exigindo uma grande deslocação a quem pretenda frequentar as atividades. O reconhecimento da relevância que as atividades representam na vida dos indivíduos, conduziu que Rosa tente apelar à participação de outros adultos idosos incentivando-os a frequentar as dinâmicas sociocomunitárias.

Passando por vários períodos da vida que a desgastaram psicologicamente, concomitantemente, com as inquietações sentidas pelo problema de saúde do marido, Rosa pensa que com a sua entrada para a reforma, a sua vida será mais tranquila, almejando poder deslocar-se diariamente para a cidade, nomeadamente para frequentar a universidade sénior e passear no centro comercial. Este planeamento de tempo de reforma visa, além do já descrito, procura não se sentir “velhota”, manter a autoestima e uma rotina de higiene de vida, uma vez que acredita que é uma forma de não se deixar descuidar com a aparência física e o autocuidado.

Quanto a possíveis alterações, julga que não irão existir no âmbito pessoal nem financeiro, pois confessa conseguir manter um bom nível de vida e que o facto de possuir casa própria proporciona-lhe mais segurança económica. Vivendo confortavelmente, sem grandes preocupações de ordem económica, os rendimentos obtidos pelo marido que trabalhava por conta própria e pelos investimentos realizados, juntamente, o facto de serem pessoas poupadas e lutadoras, proporcionou um aumento do capital económico. Fundamentando, “estou segurinha para um dia ter a minha reforma, claro que não vai ser grande, mas eu já estou segurinha para um dia se eu precisar. Tenho os meus bens, para um dia que eu precise, tenho os meus filhos que são maravilhosos para nós, tenho a minha vida orientadinha”.

Destacando que, contrariamente a si, conhece pessoas que vivem com poucos rendimentos económicos “muita gente, que ganham ordenados mínimos e vão para a reforma e ganham 200 e tal [euros]”, contudo realça “mais vale pouco do que nenhum”.

Sem conhecimentos ao nível de políticas públicas direcionadas para auxiliar os indivíduos durante a fase de transição para a reforma, no que se refere à promoção de um envelhecimento ativo, as iniciativas que conhece são as atividades socioeducativas e recreativas dinamizadas por associações e apoios de natureza assistencialista oferecidos por organizações e instituições de solidariedade social. Pelo quais apresenta uma postura bastante crítica devido às atitudes que assiste, a falta de equidade de acesso aos serviços e recursos prestados, provocados pela vergonha de uns e o oportunismo de outros que limita o auxílio a quem verdadeiramente precisa, resultado da ineficácia dos serviços ou pela falta de uma correta avaliação das necessidades. O mesmo se passa com alegadas associações que andam a pedir esmolas de porta a porta. Concluindo que ao nível do apoio social de carácter mais assistencialista prestado por algumas organizações, é da opinião que “estas associações em vez de ajudar, vem estragar, estão a ajudar, mas é, para que eles andem para aí a fazer asneiras, porque o dinheiro quando é para estas pessoas nunca lhes chega, eles estão habituados aquilo, e pronto”.

Perante este cenário, juntamente com o aumento os valores da pensão de reforma, invoca ser necessário por parte do Estado e o poder local criar fontes de financiamento que garantam a continuidade de projetos/iniciativas dinamizadas por instituições socioeducativas de desenvolvimento local direcionados para este público.

é preciso associações para resolverem os problemas das pessoas para poderem sobreviver. É preciso dar dinheiro às associações elas também têm ordenados a pagar. O Estado devia procurar ajudar mais estas instituições porque é uma coisa de valor, é onde passa muita gente, ajudar mais, para quem lá trabalha poder ajudar quem precisa. O Governo havia de ajudar mais estas instituições para tirar as pessoas de casa quando vão para a reforma, algumas ficam tão mal da cabeça e às vezes até se matam. Ouve-se muitas vezes que depois das pessoas irem para a reforma ficam em casa sozinhas, sem fazer nada, sem ir para estas atividades, que fazem tão bem e depois começam a ficar doentes da cabeça, e é uma pena.

No entender de Rosa, sénior, representa uma pessoa ativa, o nome ideal para uma pessoa que faça exercício físico, como ginástica e caminhadas.

Sobre o sentimento que as pessoas mais novas possuem acerca das idosas, na sua opinião, fruto da educação, existe quem valorize e quem critique. Não sendo só as pessoas mais jovens que nutrem sentimentos de desvalorização pelos mais idosos, dentro da categoria dos mais idosos há também quem critique, em particular na participação em atividades e nas saídas que têm. Como estratégia para contrariar essas mentalidades/pensamentos fala na necessidade de os incentivar a participar, de tentar eliminar os preconceitos existentes.

Quanto à sua pertença associativa, Rosa esclarece ser sócia de uma associação de cariz religioso, legitimando que “quando morremos, gostamos de levar a bandeira e se não pagarmos não temos direito à bandeira, e quando morresse gostava de levar a bandeira”. Alegando que paga as cotas para si e para os seus filhos. Chegou ainda a fazer-se sócia de uma outra associação religiosa com o intuito de receber o “Jornal de Fátima” que deixou porque lhe “disseram que enviava para lá o dinheiro e ele nem lá chegava, então deixei”.

Se ao longo do discurso da primeira entrevista, Rosa demonstra ser uma pessoa ativa com pretensões de continuar a sê-lo, verifica-se que em contexto pós-pandemia as circunstâncias vivenciadas fez com que deixasse de frequentar qualquer atividade e com que repensasse nos planos que tinha para a fase de reforma, argumentando que não se pode fazer planos a longo prazo, sendo melhor pensar dia-a-dia, contudo ainda espera conseguir ser uma pessoa ativa e frequentar atividades socioeducativas.

Ao longo do discurso é evidente a angústia de Rosa no que respeita à saúde do marido, mas também é verdade, que este no decorrer da entrevista demonstrou estar atento e inquieto com a aproximação da esposa a pessoas que não conhece, e na companhia de seu irmão, interpelou várias vezes a investigadora perguntando-lhe ao que vinha e quais suas intenções. Depois de explicadas as razões da entrevista e apontar o contato da investigadora ao contexto, justifica a necessidade de estar atento já que tem receio de que alguma coisa de mal acontecesse à entrevistada ou que fosse assaltada. Este comportamento pode justificar a recusa de uma nova entrevista, mesmo que inicialmente a inquirida e a investigadora a tinham agendado e confirmado.

O retrato de Rosa enfatiza a importância que os quadros socializadores, tiveram nas diferentes esferas da sua vida (pessoal, sociocultural, familiar e profissional), incorporados através da socialização primária e secundária, demonstrando diferentes disposições que se vão alterando

e atualizando em função do contexto socializador. Os valores incorporados através dos seus contextos de socialização familiar, sobretudo de caráter tradicional, religioso, materialista e utilitário, passam a coexistir com valores e atitudes inculcados por outros tipos e socializações e contextos de interação social e cultural, formando, transferindo, inibindo e/ou ativando novas disposições heterogêneas, às vezes, contraditórias, o que revela a “pluralidade do ator individual”. Evidencia como disposições principais, disposições ascéticas, religiosas e familiares que procura conciliar com disposições de caráter mais eclética e hedonista. No decorrer do seu percurso biográfico sofreu várias ruturas profissionais, potenciando uma mobilidade social ascendente e aumento do capital económico, que fomentou o seu capital cultural e social.

Este retrato, enfatiza a necessidade de alterar comportamentos e atitudes para que a entrada na fase de transição para a inatividade laboral e condição sénior, seja experienciada de maneira mais prazerosa, ativa, com saúde e bem-estar, tendo em conta esta perspetiva, alega a indispensabilidade da preparação para essa fase da vida, a entrada para a reforma com 60 anos, apoiar financeiramente os indivíduos e instituições, fomentar a participação em atividades socioeducativas.

4. Retrato Sociológico D

Conceição Araújo

De sorriso fácil, Conceição Araújo, tem 59²³ anos, mãe de 2 filhos, encontra-se separada do pai de seus filhos desde os 47 anos, desde então, vive sozinha.

Oriunda de uma família da classe popular, composta por 8 irmãos, lembra-se que teve uma infância “mais ou menos feliz, [uma] adolescência normalíssima”, segundo a mesma, uma vida pautada pela normalidade. Quanto aos seus pais, considera que a sua mãe foi uma boa mãe e o seu pai, um pai ausente.

Com a quarta classe, conta que iniciou a sua vida profissional com 14 anos, “comecei a trabalhar uma criança, antigamente era assim”. A sua primeira experiência profissional foi numa confeção, onde ficou por 33 anos, altura em que a empresa começou a ter problemas financeiros. Ainda desempregada ofereceram-lhe trabalho numa confeção, usufruindo nos primeiros anos do ordenado e do subsídio de desemprego, volvidos 7 anos, o sentimento de responsabilidade perante

²³ à data da primeira entrevista

o trabalho pelo facto de serem duas pessoas a trabalhar, causava-lhe muita inquietação pelo que resolveu sair e dedicar-se unicamente à venda de cosméticos. No entanto conta que sem meios de transporte próprio a atividade revelou-se economicamente insatisfatória, levando-a a voltar a trabalhar profissionalmente como costureira onde ficou até à empresa encerrar, novamente no fundo de desemprego começa a trabalhar em outra empresa onde ficou até aos 52 anos, altura em que se viu uma vez mais desempregada. Condição que manteve informalmente até se encontrar na reforma, no entanto e por forma a usufruir da pensão de velhice antecipada aos 60 anos sem ser penalizada refere: “fiz descontos o ano passado, tinha um emprego fictício, conta, não conta? Porque já estou desempregada desde os meus 52 anos”.

Da opinião de que o trabalho é fundamental para a integração das pessoas na sociedade, permite que o sujeito se mantenha no ativo, favorece os sentimentos de realização pessoal e de utilidade, constitui uma motivação e estabelece objetivos de vida, sendo essencial existir um bom ambiente de trabalho.

Com uma vida profissional satisfatória, correndo conforme o planeado, menciona nunca ter sentido dificuldades de adaptação na transição dos empregos, embora revele ter passado alguns constrangimentos não pelo trabalho em si, mas por parte da entidade patronal.

É no período em que se encontrava desempregada, que inicia a sua participação em atividades socioeducativas. A participação em atividades é encarada por Conceição, como meio de desenvolvimento pessoal, contribuindo para o seu bem-estar físico, psicológico, social e financeiro. O sentimento de satisfação que resulta da sua participação, reforça a sua ideia de tencionar manter uma vida ativa durante a fase de reforma, salientando de que não se imagina a viver de outra forma.

Mesmo considerando o trabalho essencial para se manter ativa, Conceição, vê a condição de reformada de igual modo, “uma pessoa ativa na mesma. Ser uma pessoa reformada representa que tem mais idade, mas que tem espírito jovem na mesma”. No entanto, refere que:

a primeira ideia que nos vem à cabeça é que estamos a ficar velhas, essa é a primeira ideia e segundo tudo se supera em saber que temos mais liberdade, mais tempo para nós, mais para convívios, mais tempo para estar com a família, mais tempo para estar com as amigas, esta parte supera a parte de agente pensar que está a ficar velha.

Da opinião, a sua entrada na reforma não iria causar grandes impactos a nível pessoal, porque tencionava manter o mesmo padrão de vida. Já a nível económico entende que irá trazer

benefícios. Neste seguimento, no momento da segunda entrevista, com mais de 60 anos e 46 de descontos, Conceição encontra-se reformada, embora se considere no ativo, devido a uma atividade que conciliou durante a sua vida profissional, a venda de cosméticos, que lhe proporciona grande satisfação, não só devido à questão financeira, mas também convivial, “eu estou no ativo, estou como se fosse a trabalhar. Eu estou sempre no ativo”.

Numa fase inicial, sua passagem para a reforma foi sentida positivamente a nível psicológico e financeiro, uma vez que, nos últimos anos encontrava-se numa condição híbrida de emprego e desemprego, sobrevivendo dos poucos rendimentos que obtinha através da sua atividade não formal. A entrada para a reforma permitiu um aumento do capital económico e uma vida mais tranquila. Ser reformado, para Conceição é sinónimo de liberdade, é poder dispor do uso do tempo, é não ter horários e ter uma compensação financeira como resultado de uma vida dedicada ao exercício de uma profissão.

ser reformado é uma liberdade que a gente sente, não tem horários a cumprir, é uma sensação de liberdade, é claro, saber que a gente se levanta e que tem aquele ordenadinho ao final do mês, embora é pouquinho, mas bem gerido a gente consegue levar mais ou menos a vida assim.

Paradoxalmente, rapidamente se transforma em tempo de desafios e de dificuldades. Ficando marcada, especialmente, por três eventos muito particulares: a passagem para a reforma em si, considerado por um período repleto de transformações e adaptações inerentes ao próprio processo; aos novos papéis sociais assumidos, entre eles o de ser avó e neste caso específico de uma criança com necessidade de cuidados adicionais e, finalmente o surgimento da pandemia COVID-19 com repercussões mundiais sem precedentes, constituindo um dos períodos mais desafiadores e com grandes mudanças para a sua vida. Neste seguimento, com a passagem para a reforma, os desejos ansiados foram, uma vez mais, adiados lamuriando-se conta:

Pensei que na minha reforma ia viver a minha vida tranquila, mais calma e foi tudo o contrário. Nasceu o meu neto com uma doença rara, oh deitou-me tanto abaixo, pronto. Estagnou a minha tranquilidade, parou aí, eu emagreci, eu envelheci. A minha vida mudou, mas não foi para melhor como eu pensava, foi para pior, nessa parte foi para pior. Tenho de os ajudar, dou muita assistência.

Aponta também que durante a passagem para a reforma não obteve ajuda nem conselhos por parte de ninguém, todavia, chega a aconselhar alguns amigos incentivando-os a ocupar o tempo com atividades que fomentem o bem-estar físico, psicológico e a saúde.

Ademais, na sua ótica a maneira de como se vive, nomeadamente o tempo de reforma, influencia a forma como se envelhece, referenciando a importância de se manter uma vida ativa.

se as pessoas reformadas se meterem em casa ali no cantinho fechadinhas a dormir ou a ver televisão, claro que as pessoas envelhecem mais rápido, não convivem, não têm atividades, estão à espera quê, que lhes cheguem a morte, essas pessoas sim. Agora a pessoa deve continuar ativa, deixar o trabalho sim, mas para viver a vida de uma forma mais feliz.

Um fator importante para a sua adaptação à inatividade foi a preparação para a transição, muito embora considere não ter planeado a sua entrada na reforma, contrariamente ao mencionado e atendendo à forma em que ocorreu a sua entrada para a reforma, existe uma contradição entre o discurso e as práticas. De qualquer forma, admite que o facto de se encontrar numa situação de desemprego de longa duração quando entrou na reforma pode ter influenciado na forma como encarou esta nova etapa e a razão de não ter sentido falta de uma preparação para a reforma.

Nunca pensei nisso, talvez deva haver pessoas que pensem, “Olha, eu quando for reformado”, nunca pensei não, acho que não será importante, para mim não foi. Eu entrei na reforma de uma forma natural, para mim foi seguir o ritmo. As pessoas que estão ainda no ativo e que estão prestes a entrar na reforma, se calhar eu era capaz de pensar: “Olha! Vou ocupar o meu tempo de outra forma”. Era capaz de ter essa preparação antes e ir mentalizando que vou fazer isto, vou fazer aquilo, isso é importante, realmente é, mas eu nunca pensei pronto. Foi sempre seguir o ritmo, pronto. Não mudou muito na minha vida a forma de passar o tempo.

Vidas profissionais muito longas, motivadas por um início das carreiras contributivas muito jovem e sem interrupções, e as precárias condições de vida e de trabalho, tais como, ausência de meio de transporte (por vezes, percorrendo longos trajectos a pé, passando grande parte do tempo entre deslocações e trabalho), condições de trabalho desfavoráveis, baixos ordenados, muitas horas de trabalho extra mal remunerado, juntamente com a dificuldade em conciliar

compromissos pessoais e familiares, contribui para um rápido desgaste físico e psicológico, é neste sentido que Lurdes considera que as pessoas deveriam reformar-se aos 50 anos.

Não obstante, manifesta que hodiernamente como os jovens apenas iniciam a sua atividade profissional após concluírem a escolaridade obrigatória e muitos deles não entram imediatamente no mercado de trabalho seria inviável reformarem-se aos 50 anos. No entanto defende que “aquelas pessoas que estão a trabalhar no duro o dia todo essas pessoas chegam aos cinquenta anos todas desgastadas, todas rotas”.

Apesar de não conhecer políticas ou medidas implementadas orientadas para a transição para a reforma. Pelo que observa, as iniciativas criadas pela sociedade, pelos órgãos políticos e pelas instituições de apoio à terceira idade, são suficientes para cobrir as necessidades das pessoas reformadas numa perspetiva de envelhecimento ativo.

o que o que está a ser feito, penso que já é o suficiente, com estas atividades. Há ginástica, há hidroginástica, há aquelas atividades que põem agora, há os bordados, há tanta coisa, só é preciso as pessoas participarem. Eu acho que se há uma pessoa que não gosta de uma certa atividade, deve experimentar outra, há sempre aquela que se ajusta à pessoa, ao gosto da pessoa. ... acho que eles estão a fazer bastante por quem mais precisa. Eu tenho conhecimento que há pessoas necessitadas e que as instituições lhes dão um cabaz de compras, pagam o gás, pagam os medicamentos.

Considerando eu a idade de reforma deveria ser antecipada, Conceição reforça que seria importante na entrada para a reforma, alterar as políticas públicas sociais e de emprego, sublinhando, que os trabalhadores que concluíssem 40 anos de contribuições, poderiam entrar na reforma sem penalizações. Esta posição pode dever-se, em parte, às dificuldades que vivenciou durante o exercício da sua atividade profissional. Por outro lado, a reforma por parte dos mais velhos, cria oportunidades de emprego para os mais jovens.

Com uma vida cultural não muito privilegiada, não tem por hábito frequentar cinemas, museus, teatros, espetáculos, exposições, ou outras atividades direcionadas para a cultura, tem maior apetências por atividades que possa realizar ao ar livre. Esta atitude é transversal ao seu percurso de vida, não se alterando muito entre o período em que se dedicava profissionalmente a uma atividade e a de tempo sem atividade profissional. E mesmo, se por vezes, até tivesse vontade de ir a uma sessão de cinema aos fins de semana, não tinha companhia.

Conceição participa há alguns anos em atividades sociocomunitárias embora mais orientadas para a parte física, reconhece a importância social e de bem-estar que estas proporcionam.

Trazem alegria, trazem saúde mental, saúde física, tudo, tudo isso. Faz-me bem, sinto-me ocupada, ocupo o meu tempo de uma forma saudável, com convívios, com atividades para o meu físico, pra mente. Trouxeram mais convívio, mais atividade, mais conhecimento com outras pessoas de outras freguesias, mais clientes, tudo isso, para mim é muito bom. Foi ótimo.

Chegou a experimentar uma aula de dança, atividade que não frequenta porque como comenta “aqui não temos, não temos muitas pessoas a aderir a muitas atividades. Eu já fui, há alguns anos aqui a uma aula experimental e de início aqui começam com muito entusiasmo, mas depois começam a desistir e as coisas acabam”, a felicidade que as atividades lhe proporcionam aliadas ao receio que as aulas de ginástica sigam o mesmo rumo das de dança considera de máxima relevância mobilizar e incentivar a

Eu até na ginástica, e para ver se não acaba, já levei uma amiga e vou ver se levo mais gente para lá, que isto não pode acabar. . . . já levei uma amiga e quero levar mais, isto é muito bom. . . . estou super feliz.

Muito embora tenha o incentivo dos filhos e amigos para participar na realização de atividades, a limitação de tempo causada em particular, pelo apoio que presta à família e, contrariamente, ao que planeava com a entrada na reforma, encontra-se apenas a frequentar aulas de ginástica sénior. A disponibilidade de apoio à família, diminuiu de igual forma, o tempo para se dedicar à venda de cosméticos.

A sua rede de sociabilidade estende-se por várias dimensões da sua vida. Oriunda de uma família alargada, atualmente com quem estabelece maior contacto é com os dois filhos, noras e neto. Casada desde os 25 anos, recorda sem mágoa, que nunca foi uma mulher feliz, com uma vida condicionada pelas escolhas do marido, levou a que ao fim de 23 anos de casamento se separasse. Esta rutura pessoal na sua biografia foi ultrapassada com o apoio dos filhos e de uma irmã, as dificuldades económicas que se fizeram sentir, motivaram que os filhos ficassem ao encargo do pai. As adversidades sentidas, funcionaram como uma alavanca para que procurasse melhor qualidade de vida. A separação, também foi sentida no âmbito dos convívios familiares,

habituada, especialmente em épocas festivas juntar a família mais alargada, após a separação as interações familiares foram reduzidas e outras deixaram de ser realizadas.

Apesar dos filhos estarem presentes na sua vida e do apoio intergeracional existente, menciona que não mantém uma convivência próxima,

longe a longe eles saiam e às vezes convidam-me, mas isso dificilmente acontece. Mas eles também sabem que eu estou bem, eles sabem que eu não preciso que eles me chamem muito, sabem que eu tenho a minha vida mais ou menos ocupada e que tenho várias atividades, por isso eles não me chamam muito para o convívio deles, porque eles veem que eu estou bem, que não me sinto só. Depois também com a idade temos interesses diferentes e eles preferem sair com pessoas da idade deles.

A nível da vizinhança mantém um contacto próximo sabendo que pode contar com eles em caso de qualquer eventualidade.

Quanto às relações de amizade, diz ter uma ampla rede de amigas composta por pessoas que foi conhecendo ao longo da sua vida, com maior predomínio de pessoas que frequentam o mesmo tipo de atividades. Embora sejam indivíduos que encontra nas atividades em que participa, o contacto não se fica pelas mesmas estendendo-se a outros tipos de convívios, “Juntamo-nos ao fim-de-semana, às vezes vamos jantar fora e depois vamo-nos divertir, dançar um bocadinho que eu adoro essas coisas, *picnic* no tempo de verão, esses tipos de coisas”.

Afirma que os amigos são uma boa influência para a sua vida, “É muito positivo, são um motivo para eu sair de casa, conviver um bocadinho e sinto-me feliz assim”. Acrescenta ainda que são pessoas muito presentes na sua vida e em caso de necessitar pode contar com eles.

Se antes da situação de reforma eram pessoas com quem privou frequentemente, “Tenho muitas amigas, tenho sempre muitos convites para jantares, almoços, para ir para passeios”, após a passagem para a reforma fruto das circunstâncias já relatadas, os seus contactos diminuíram exponencialmente, contando com menos tempo livre.

tenho menos tempo, mesmo para a minha atividade da cosmética, menos tempo para as amizades que tinha também, menos convívios, parou aí, travei muita coisa. Eu tinha tanta atividade, eu era tão feliz, eu tinha uma vida tão calma, tinha muitos momentos de convívio, e agora estou muito limitada, isto com a pandemia parou também um bocado, mas agora que estão as coisas a começar e eu sinto-me presa, pronto. Não é igual, sinto-me um bocadinho triste, mas há prioridades na vida e o meu neto está primeiro.

Habituada a ter uma vida social ativa, Conceição salienta como o período pandémico afetou negativamente a sua vida.

eu via-me ali fechada em casa, afetou-me que eu nem sabia o que estava ali a fazer, estava ali metida em casa, se saía era sozinha para dar caminhadas, não se encontrava ninguém, não se falava com ninguém, as pessoas cada uma no seu canto. Afetou-me muito, muito, sentia-me triste, ali desamparada.

A sua dimensão cívica não representa um papel de destaque na sua vida, pelo que a sua pertença associativa é assinalada unicamente pela passagem de uma associação e que deixou e que atualmente.

cheguei a ser sócia daquela associação, para ir ao médico, mas deitei abaixo, porque sou isenta, na altura até tive benefícios, mas depois não, e então acabei com isto. Na altura precisei e informaram-me e eu pronto, fiz-me sócia, mas depois vi que já não era muito vantajoso, não era pelo que pagava, mas bom, decidi acabar.

Dando grande destaque à sua saúde, considera ter uma boa qualidade de vida.

Se a idade da reforma deveria ser os 50 anos, no seu entender sénior “quer dizer que a gente já atingiu aquela idade. Que já não é jovem, que já está a entrar naquela fase mais de velhice e é isso. Ser sénior, a nossa juventude, olhe, passou”, representando “chegar àquele patamar, aquela idade, mas só na idade porque de resto se a gente continuar com o mesmo espírito, não vai fazer mais velha”. Com algumas reticências pensa acontecer,

a partir dos 60, isso de sénior tem um significado, deve ser pela idade, a partir de uma certa idade somos seniores, mas na mente da pessoa, se calhar não é bem assim. Deve mudar de pessoa para pessoa. Eu se já sou sénior?, não sei. Eu na minha ideia penso que é a partir dos 60, mas acho que não me vai pesar mais na minha forma de estar, na minha maneira de viver, acho que não vai pesar mais.

Ainda acerca do termo sénior, alega que, principalmente os indivíduos mais jovens conceituam de

já somos velhinhos. Os mais novos pensam que uma pessoa sénior já é uma pessoa velha, que já é uma cota, é isso que eles pensam. Eu vejo os meus filhos, às vezes estão a falar

de uma pessoa com 40 e poucos anos e dizem aquela já é cota e eu digo: “- Ó meu filho, estás a chamar-me velha, não vês que eu já tenho quase 60 anos! Uma pessoa com 40 e tal anos é nova, não é cota é nova.”, “- Ó mãe, para nós já é cota”.

Da sua opinião ser velho não representa uma questão de idade, mas de como as pessoas se sentem.

eu sinto-me um bocadinho a entrar na idade, mas na minha mentalidade eu ainda não tenho sessenta anos. Na minha mentalidade eu não tenho sessenta anos, eu ainda tenho quarenta e tal, ainda me sinto muito em forma e é só no registo que eu tenho sessenta anos. Na minha mentalidade não tenho, estou muito bem, ora bem, penso que sim até à data, de saúde estou muito bem, muito ágil, se continuar assim, que Deus me conserve assim durante muitos anos.

Continuando,

A velhice, ... há pessoas ainda mais novas do que eu e provavelmente já se sentem mais velhas, porque têm problemas de saúde, problemas psicológicos e essa coisa, até mais novas do que eu e podem até sentir-se mais velhas. Agora a velhice, se as pessoas se sentirem como eu, não se vão sentir velhas. Agora, aquelas pessoas que começam a pensar: “é já tenho sessenta anos”, se estiverem constantemente com isso na cabeça, envelhecem muito mais rápido.

Ainda sobre este tema, assinala que entre os mais novos em particular, existem os que valorizam as pessoas mais velhas e aqueles que “Não têm respeito pelos mais idosos. Há sempre as duas partes, há quem valorize e há quem perca o respeito pelos mais velhos”.

Pessoa ativa que é, Conceição sublinha a relevância de envelhecer de forma ativa.

Um envelhecimento ativo é um envelhecimento saudável. É uma pessoa que envelhece, mas com qualidade de vida, uma pessoa que não esteja ali sentada à espera da morte. As pessoas têm idade, mas têm um envelhecimento ativo, têm de ter atividades para ter qualidade de vida sempre.

Para tal aconteça, com uma ótica pouco individualizadora, acha necessário,

participar nestas coisas que temos, estas atividades, isto é só para o bem das pessoas para envelhecerem de uma forma saudável. E temos de aproveitar estas coisas, pessoas como eu que estamos a caminhar para os 60 e 70 anos, aproveitar estas oportunidades. Isto é que nos dá qualidade de vida, envelhecer, mas de uma forma saudável.

O retrato de Conceição, enfatiza a importância que os quadros socializadores, de socialização primária e secundária tiveram nas diversas esferas da sua vida (pessoal, sociocultural, familiar e profissional), como forma de superar as dificuldades encontradas durante o seu percurso de vida. No decorrer da sua vida enfrenta várias “rugas biográficas” significativas, particularmente a nível pessoal e profissional, tendo como principal consequência diminuição do valor do capital económico. O tipo de atividades socioeducativas que frequentam coloca em evidência uma mistura de quadros e contextos socializadores, as disposições de pendor mais ascéticas coexistem com a incorporação de disposições mais hedonistas, próprias da pluralidade do ator.

Este retrato revela ainda, a importância da participação em atividades socioeducativas na fase de transição para a inatividade laboral e reforma, permitindo identificar os aspetos mais relevantes a ter em consideração nessa fase de vida. Assim, a participação em dinâmicas socioeducativas, permite uma melhor qualidade de vida e bem-estar, alargar as redes de sociabilidades e promove uma participação ativa.

5. Retrato Sociológico E

Fernando Matos

Aos 66²⁴ anos, Fernando é casado, tem dois filhos e três netos.

Com poucos recursos escolares, Fernando com a 4^a classe vai investir na aquisição de capital escolar com o regresso à escola para completar o 6^o ano, como meio de aumentar os seus conhecimentos, nomeadamente de informática e como forma de passar o tempo. Mais tarde na segunda entrevista conta que a pandemia veio alterar os seus planos de estudos, adiando o 6^o

²⁴ à data da primeira entrevista

ano, a única formação que conseguiu foi uma formação de informática que lhe permitiu ter um maior conhecimento informático. Durante a primeira entrevista Fernando estava na condição de inativo, tendo passado para a reforma no hiato de tempo entre as duas entrevistas. Sua esposa, também ela com a quarta classe, encontra-se na condição de desempregada, após muitos anos a trabalhar por conta própria.

Filho de uma família da classe popular conta que foi uma criança feliz, muito embora considere que os pais eram pessoas frias. Dos quatro irmãos que tinha, atualmente só tem três com quem mantém uma boa relação, o apoio dos irmãos esteve sempre presente dentro das possibilidades, ainda que, admite que “antigamente não havia muitas oportunidades para ninguém”.

Com o início da sua vida profissional aos 14 anos no setor têxtil, o qual interrompeu por uma grande reorganização profissional, com vista a aumentar o seu capital económico pela força do trabalho, optou por uma passagem pelo estrangeiro unicamente interrompida pelo serviço militar. Com o objetivo de melhorar as condições de vida, foi emigrante primeiramente em França e depois na Suíça onde trabalhou na construção civil durante cerca de 25 anos. Tendo o núcleo familiar um papel central na sua vida, a sua experiência como emigrante foi vivida de forma solitária, já que a sua esposa pouco tempo o acompanhou, sendo assim, preenchida por “altos e baixos”, o sentimento de solidão fê-lo voltar a casa para junto da família. No seu regresso a Portugal volta a trabalhar no setor têxtil, revelando ser da sua preferência uma vez que se tratava de um trabalho que exigia menos esforço físico e dessorço.

O trabalho é considerado fonte de capital económica e social, muito entrou para o desemprego por opção própria há mais de uma década, atualmente é considerado inativo em relação ao emprego, conta que a perda de um filho contribuiu para essa situação, que ainda não conseguiu superar. Pouco compreendido por alguns amigos que pensavam que o facto de não trabalhar prendia-se por questões financeiras, que como emigrante que fora já não tinha necessidade de trabalhar. Esta rutina pessoal com consequências profissionais obriga-o a reestruturar a gestão do seu tempo. Ao longo do seu discurso deixa transparecer um sentimento de perda, de solidão que tenta ultrapassar dizendo que “a vida continua”, já no seu dia-a-dia tenta ocupar ao máximo o seu tempo livre por forma a não estar sozinho. Neste contexto, questionado se sentiu alguma dificuldade em passar da vida de trabalho para um tempo sem trabalho, responde negativamente, “eu nunca estou parado, entende? Por isso, não estranhei muito”. Sendo que uma das estratégias encontradas foi a frequência em atividades socioeducativas que considera

serem muito importantes principalmente pelo seu caráter recreativo, mas sobretudo convivial. Foi através das atividades socioeducativas que encontrou novas perspectivas de vida dizendo que “faz-me sentir mais leve, dá-me outra forma de viver a vida”. A sua integração em atividades socioeducativas, ajudaram-no a ultrapassar positivamente a dificuldade que sentiu com a ida da esposa para o desemprego, já que passaram a estar mais tempo um com o outro “Foi chato, foi muito duro. Só que eu não estava em casa todo o dia”.

As expectativas que possuía acerca do tempo de reforma, são coincidentes com os motivos que o levam a frequentar as atividades socioeducativas, pretendendo dar outro sentido à sua vida, imaginava viver o seu tempo de inatividade de forma tranquila e sem *stress*, a liberdade de horários é um aspeto a considerar. Este pensamento é adotado no período de transição para a reforma e em tempo de reforma, levando uma vida sem preocupações, tranquila e sem compromissos. Um período dedicado a desenvolver atividades prazerosas, a participar “ginástica, nas atividades ... como teatro e estes encontros. Gosto de futebol, agora não jogo, mas já joguei e faço parte [do órgão de poder local]. A frequentar a ginástica duas vezes por semana, conta que é a atividade que mais gosta, principalmente pela socialização proporcionada durante a aula, mas sobretudo pelo convívio que é realizado no final, contribuindo muito para fomentar a relação de amizade entre os participantes, “a gente distrai um bocado, conversa e depois vai-se tomar um cafezito, distrai-se, há aquele convívio, é como uma família”.

De realçar, que apesar de ter liberdade de horários e de não se encontrar profissionalmente no ativo, tenta na medida do possível estar ocupado, “eu não estou sem trabalhar se formos a ver. Eu nunca paro quieto, porque eu quero. Não dou pelo tempo passar”.

Nascido no seio de uma família com baixo capital cultural e de um contexto culturalmente pobre, viveu uma infância e juventude longe da vida cultural, o seu encontro com a cultura (cinemas, museus, teatro, espetáculos ou exposições) ocorre depois de começar a frequentar as atividades socioeducativas.

Quando a segunda entrevista foi realizada, Fernando, já se encontrava formalmente na reforma o que lhe trouxe contentamento e como esperado, a sua vida não sofre grandes mudanças, dado que a alteração mais significativa ocorreu a nível financeiro, quando passou a ostentar uma pensão de velhice, contribuindo para um aumento do seu capital económico “Tenho três reformas”. Mesmo com uma passagem para a reforma a ocorrer em tempos de pandemia, confirma não ter sentido grandes alterações, uma vez que continuou a desenvolver as mesmas

atividades até serem suspensas, após a qual, só lhe restou as atividades associadas ao seu cargo político e os passeios a pé, que faz com maior regularidade.

Para Fernando uma das vantagens que associa à reforma “é levantar-se de manhã e ter o dia ganho, não preciso de andar à chuva, posso fazer o que quiser, tenho mais tempo para as minhas coisas”, julgando não existir aspetos negativos diretamente ligados à reforma, mas sim ao avançar da idade.

Com uma eventual, boa adaptação à reforma, Fernando, não preparou a sua ida para a reforma, este facto pode decorrer de já se encontrar em fase de transição à mais de uma década, no entanto a preparação para a entrada na reforma pela esposa foi feita, optando por passar primeiramente por um tempo no desemprego, permitiu que ficasse automaticamente reformada, mesmo implicando uma pequena penalização.

Durante estas fases de adaptação e re(adaptação) causadas pelas ruturas profissionais e pessoais, contou com o apoio da esposa e dos filhos, o que constitui um suporte importante, dado a importância que atribui à família. Similarmente, encontra o mesmo suporte por parte dos filhos, no que se refere às atividades que frequenta juntamente com a esposa, referindo que esse encorajamento dos filhos, deve-se ao facto, de os quer ver ativos.

Muito embora afirme que conversa com a esposa sobre as decisões a tomar no seu dia-a-dia ou sobre os planos de vida, considera que na sua idade “já não há muitos planos”.

Já quanto ao tipo de apoio recebido pela sua rede de familiares e amigos, refere que na sua maioria foram tentativas frustradas de curiosidade acerca da sua vida.

Os conselhos eram muitas vezes curiosidade também, mas a gente também lhes troca as voltas, o que eles querem é “tirar peixe”, eles queriam saber de números, a gente gosta de saber da vida dos outros.

Passando em retrospectiva o seu passado, deixava-se estar a trabalhar mais anos na Suíça, já que permitiria poder alcançar um valor de reforma mais elevado, já que teria mais anos de descontos para poder viver uma vida mais folgada, ou então perante as circunstâncias familiares vividas, teria seguido o mesmo rumo.

Para Fernando ser reformado significa, “a terceira idade, é quase estar no fim, terceira idade não sei se é a palavra certa, velhice? Bem, não sei”, estas dúvidas se levantam, pois não se considera velho, “A velhice não? Também não sei. Eu de espírito ainda me sinto jovem, entende, eu penso para mim, não é?”. A partir desta constatação, o conceito de velhice é reformulado

passando a significar “ter muita idade, é quase estar no fim”. Neste sentido, a terceira idade e a velhice passam a ter lugar “Quando não me apetecer sair de casa. É quando se depende dos outros”. De igual modo, sénior, “é idêntico a terceira idade, é ser velho, é depender dos outros, ter uma certa idade, quando já não se faz nada sozinho”.

Quanto ao conceito de envelhecimento ativo, na sua opinião o decorre de um bom envelhecimento indicando “envelhecimento é uma pessoa que já não pode fazer nada, ou que não quer fazer nada, que já não tem, digamos, força, não é bem força que se diz é outra palavra. O envelhecimento ativo é não parar”.

É ainda da opinião que a forma como se vive a reforma tem uma relação com a forma de envelhecer, quer pela idade que se vai para a reforma quer do valor da pensão de velhice que se recebe. Considerando que o valor da pensão de reforma está relacionado com a satisfação com a vida. Perante esta contestação e por forma a promover um bom envelhecimento, enfatiza a relevância em o Estado aumentar ao valor das pensões de reforma.

o Estado devia aumentar a reforma, ser as reformas melhores. Eu não me posso queixar que ainda não sei o que há de vir, mas há pessoas que recebem aí 200 e tal euros, não sei como vivem, eu com esse dinheiro não conseguia viver. Dizem que o dinheiro não traz felicidade, traz, traz, de certa forma traz. Sem dinheiro não se faz nada, não é? Porque as pessoas às vezes andam um bocado chateadas porque não dá para a mínimo que eles querem. Há pessoas que vivem com uma reforma de miséria. As reformas deviam ser mais altas, eu não sei como há pessoas que sobrevivem com reformas tão pequenas, só se tiverem casa própria ou pagar muito pouco pela renda, mas também não têm muitas condições nas casas.

Além do aumento das pensões de reforma e dado a importância que atribuiu ao envolvimento na vida da sociedade, através da participação em atividades socioeducativas, é ainda necessário a intervenção do Estado no apoio financeiro às instituições que dinamizam estas atividades, para que possam fazer frente às necessidades da população.

haver mais dinheiro do orçamento de Estado para dar mais às instituições. Porque há, por exemplo, esses lares de idosos que têm reformas pequenas, mas esse dinheiro não chega para o lar ou para a roupa, portanto têm de recorrer à família, aos filhos, se houver e, se fosse o Estado a participar mais, não era preciso exigir mais aos familiares.

Conhece ainda instituições que sobrevivem com poucos apoios do Estado, mesmo ao nível das organizações governamentais o orçamento atribuído é escasso, o que limita a atuação.

A sua rede de sociabilidade é bastante extensa, a viver com a esposa, até há pouco tempo convivia diariamente com os filhos e respetiva família, quem considera as pessoas mais próximas da sua vida. A separação dos dois filhos afastou-o deles e de um neto, com quem desenvolve poucas atividades em comum. Conta ainda que os amigos “São pessoas cá da terra”, afirma ainda que em caso de necessidade procura-se as pessoas espacialmente mais próximas “As pessoas se precisarem de alguma coisa vai primeiro aos vizinhos”.

Fernando não tem vizinhos próximos e vive numa localidade com pouca densidade populacional, no entanto, encontra-se atento aos problemas de isolamento da população que conjuntamente com o seu reconhecimento positivo das dinâmicas socioeducativas, conduz a que tenha um papel ativo na comunidade tornando-o uma pessoa empática com grande poder solidiedade para com os demais. Desempenha um papel cívico importante, estando responsável pela organização e divulgação das atividades e mobilização dos participantes, apelando ao seu envolvimento e à sua participação.

Acho que assim as pessoas saem de casa e também convivem. Porque há pessoas que se não vierem aqui, não saem de casa. E assim, é um motivo de saírem de casa, para conviver. Não é só o convívio durante as atividades, por exemplo, no fim da ginástica, vamos todos tomar um cafezinho e convive-se mais um bocado e depois cada um vai para a sua casa.

A sua vida cívica é igualmente preenchida pelo associativismo, sendo sócio do clube futebolístico da terra e do clube da cidade, ao qual vai ver todos os jogos em casa. Apesar de não ter grande interesse pela política e de não se considerar um político, desenvolve há vários anos um cargo órgão de poder local, papel que encara como *part-time*.

Quanto à perceção que os sujeitos mais novos detêm sobre os menos jovens, na sua opinião os últimos são conotados negativamente pelos mais jovens, “pensam que já não valem nada, os jovens deviam respeitar mais os ditos velhos”.

Questionado sobre a sua satisfação sobre o seu estado de saúde, numa forma global encontra-se satisfeito, fazendo notar que, como todos nós tem dias melhores do que outros. Encontra-se ainda satisfeito como a sua vida e com a qualidade de vida, apesar de inicialmente, antes de lhe serem atribuídas a pensão de reforma, viver com um orçamento mensal limitado.

Sobre o tempo de pandemia conta que apesar das atividades ter terminado, “a vida continua” e que não afetou muito na participação em atividades, só alterou o tipo de atividades que fazia, agora passa mais tempo a fazer caminhadas sozinho, uma vez que a esposa não gosta muito de caminhar.

O retrato de Fernando, evidencia a importância dos quadros socializadores, de socialização primária e secundária tiveram nas diversas esferas da sua vida (pessoal, sociocultural, familiar e profissional), como forma de superar as dificuldades encontradas durante o seu percurso de vida.

O seu percurso biográfico é pautado por várias “raturas” significativas tendo como uma das consequências o aumento ou diminuição do valor do capital económico correspondentes a mudanças de mobilidade profissional ascendente e descendente. Os seus valores mais tradicionais e materialista, decorrentes de disposições ascéticas, incorporados ao longo da socialização primária, potenciou a busca por melhores condições de vida familiares e instabilidade financeira, levou-o a emigrar. Mais tarde são as disposições familiares que ditam o seu regresso a Portugal e posteriormente a sua ida para o desemprego, tendo como resultado uma diminuição do seu capital económico. A incorporação de disposições de atividades públicas e coletivas e hedonista, por meio das socializações secundárias familiares e extrafamiliares é demonstrada pela participação ativa na sociedade e em atividades socioeducativas. Esta pluralidade de alterações heterogêneas e por vezes contraditórias que coexistem nas diferentes esferas de vida (pessoal, familiar, profissional e sociocultural), revela a pluralidade do ator.

Este retrato enfatiza ainda, a importância da participação em atividades socioeducativas no contexto de transição para a inatividade laboral e condição sénior, reconhecendo a sua contribuição para aumentar os seus conhecimentos e melhorar a qualidade de vida dos indivíduos. A participação ativa na sociedade a par das dinâmicas socioeducativas, permite manter as redes de sociabilidades, inibindo o isolamento e a exclusão social. Por fim, realça que o capital económico, cultural, social e político, influenciam a participação em atividades socioeducativas e consequentemente a transição para a inatividade laboral, o tempo de reforma e a condição sénior. Tornando-se primordial que o Estado, permitisse a entrada na reforma mais precoce sem penalizações e procedesse ao aumento do valor das pensões e do apoio às instituições.

6. Retrato Sociológico F

Maria Ferreira

Nascida há 64²⁵ anos, Maria reside na mesma freguesia onde nasceu. Casada, mãe de um filho e avó, vive com o marido.

Oriunda de uma família proprietária de uma empresa de fabrico e comercialização de bens de consumo, pertencente ao lugar de classe, que se pode denominar de Pequena Burguesia Independente e Proprietária, iniciou a sua carreira profissional por opção própria aos 12 anos. Embora reconheça que era muito nova, estava feliz com a sua nova condição: “Eu fui muito cedo, acabei a quarta classe fui logo trabalhar, não quis ir estudar. Para mim quando fui trabalhar foi uma alegria”.

Contudo, seu baixo capital escolar não foi impeditivo para desempenhar as profissões que desenvolveu ao longo da sua vida. Iniciou o seu percurso profissional na área têxtil, mais tarde desempenhou funções de auxiliar de serviços gerais: “era essa a minha categoria, porque podia fazer de tudo. E como eu fazia de tudo, eu não podia recusar a nada, tudo que me mandassem fazer, se fosse para tomar conta dos meninos, ia tomar conta dos meninos; se tivesse de ir limpar, ia limpar”.

Independentemente de gostar da profissão que exercia Maria vivenciou algumas situações que avalia como injustas, quer por parte das colegas de trabalho, quer por parte dos seus superiores. Contudo o apreço pela função desempenhada e o profissionalismo desenvolvido, suscitou o reconhecimento das suas competências profissionais por parte da direção permitiu que no final da carreira deixasse a função de limpeza, limitando-se às atividades de sala.

Com um capital escolar baixo, nunca pensou aumentar esse capital enquanto estava no ativo por considerar complexo e já não ter idade. Refere ainda o valor simbólico do diploma, uma vez que desempenhava as mesmas funções, assim sendo, frequentava unicamente as formações que eram exigidas. Depois de se encontrar reformada, inscreveu-se na Iniciativa Novas Oportunidades, onde concluiu o 6º ano. Considerado como enriquecimento pessoal, a sua inscrição ocorreu não pelo reconhecimento escolar, mas pela oportunidade que surgiu.

²⁵ à data da primeira entrevista

porque era gratuito e eu aproveitei. Fiz o curso também com a ideia de aprender a trabalhar no computador, mas tenho a noção que foi pouco tempo, mas tínhamos aulas de tudo na mesma, para ter mais formação para mim. Pronto, acho que era bom. Pronto tinha mais formação e ia aprender coisas que não sabia ou coisas que já não me lembrava. Para mim, acho que foi gratificante.

Forçada a se reformar por razões de saúde aos 49 anos, Maria deixa transparecer um sentimento de tristeza e revolta. Aliada às questões de saúde a sua ida para a reforma foi impulsionada pela desmotivação que sentia ao nível profissional, apesar de gostar das funções que exercia. Sem preparação para a entrada na inatividade profissional admite este período de transição foi vivenciado com muita revolta.

não estava preparada... quer-se dizer, eu não admitia que me perguntasse se estava reformada, porque eu sabia que estava reformada por doença. Porque se eu ficasse reformada porque estava na idade e com saúde, eu não me importava que me perguntasse, agora eu sabia que fiquei com a reforma por incapacidade, aí não gostava que ninguém perguntasse porque ficava triste. Ficava triste, porque sabia que vinha para casa porque estava com problemas de saúde, porque senão não vinha. Quando me reformei foi um balde a água fria que me caiu.

A vida profissional de Maria foi pautada pelo desenvolvimento de competências como forma de reconhecimento profissional e social, o que conduziu a que a sua entrada na inatividade fosse acompanhada por sentimentos de incapacidade e injustiça. Inicialmente como estratégia de resposta a esta rutura imposta, optou por realizar atividades relacionadas com a esfera doméstica.

Ao princípio ainda me fui mentalizando e ainda tinha aquela vontade em ir para o jardim, aqueles objetivos e ter a casa toda sempre limpa. Integrei-me mais na casa e nos bens materiais e distraía-me bem e não me importava de estar em casa, passar dias e dias em casa.

Entretanto, com o passar do tempo, Maria não encontra satisfação nas atividades realizadas, o enquadramento nas atividades direcionadas para a família não foi o suficiente para superar o sentimento de injustiça, esta situação é agravada pelo aparecimento de um novo

problema de saúde. O envolvimento em atividades no contexto social surgiu como tentativa de encontrar uma nova satisfação com a vida.

tive uma recaída, perdi um pouco aquela vontade que tinha pela casa, a ficar cheia de fazer sempre a mesma coisa diariamente, da rotina, cansei. Porque comecei a notar que me fazia falta o ativo. Porque ainda era nova e tinha muito para dar. Comecei a pensar que gostaria de ter outras ocupações tirando as minhas tarefas de casa. Foi a partir daí que comecei no voluntariado, depois cheguei a fazer trabalhos manuais, ginástica e bordados.

Perante este percurso de inatividade marcado por dificuldades de saúde e de aceitação à nova condição de vida e com o intuito de encontrar um novo sentido de propósito e significado na vida, através da valorização das suas competências e integração social, Lurdes começa a se dedicar ao voluntariado na mesma área profissional. A opção pela mesma área prendeu-se pela satisfação que o exercício dessa atividade profissional lhe proporcionou durante a sua trajetória profissional e pela necessidade em se sentir socialmente ativa, integrada e útil e obter reconhecimento social,

Ajudou-me a ultrapassar os problemas de saúde. Sentia-me melhor a fazer voluntariado do que quando estava efetiva. Gostava do que fazia e porque as pessoas gostavam de mim, davam mais valor àquilo que eu fazia.

Porém esse sentimento começou a se desvanecer devido às tarefas e responsabilidades que lhe foram atribuídas, nomeadamente, passar a desenvolver funções da exclusiva responsabilidade das educadoras. O envolvimento em atividades voluntárias assumem um carácter ambivalente, se por um lado proporcionou a oportunidade de valorização e reconhecimento das suas competências, que tanto almejava, por outro, é a mesma valorização e reconhecimento que conduziu ao sentimento de injustiça.

vi que estava a ser muito usada, também comecei a achar injusto. Porque uma voluntária não vai fazer o lugar de uma auxiliar ou de uma educadora. O voluntário está ali para ajudar e não para fazer o trabalho todo, e era o que me acontecia a mim.

Pese embora o desânimo sentido, Maria reconhece os benefícios pessoais da sua participação nas atividades de voluntariado. A alteração dos recursos humanos afetos à instituição

de acolhimento e pela falta de transporte ditaram a sua interrupção no envolvimento no voluntariado.

custou-me muito, quando deixei e sofri muito por deixar de o fazer, porque enquanto fazia, distraía, convivia, distraía muito e era uma pessoa muito mais alegre. Quando deixei o voluntariado mexeu muito com o meu psicológico. Porque senti a necessidade de dar e sabia que me fazia bem, que tinha um objetivo sem ser as tarefas da casa. Fazia tudo que tinha a fazer e trabalhava, fazia o comer e tudo. Fazia mais do que agora e tinha tempo para ir, orientava melhor as coisas. Nem me lembrava de ir ao café nem nada, para mim o café nem existia.

A cessação da atividade laboral constituiu um fator de insatisfação e de impacto negativo na sua vida. "Foram os problemas de saúde, porque me senti incapacitada", afirma, atribuindo à reforma o significado de inatividade laboral: "acabou-se o ativo". Apesar de reconhecer a perda de capacidades, Maria expressa o desejo de retomar a vida profissional ativa.

As principais dificuldades que enfrentou com a transição para a inatividade laboral relacionam-se com a falta de objetivos, de utilidade social e, sobretudo, de relações sociais: "principalmente, a falta de convívio, de ter aquele objetivo, saber que naquele dia ia, pronto, ia dar alguma coisa meu, de mim. E quando acabou não foi bom para mim". Quanto a aspetos positivos, admite: "eu tenho de ser franca, positivo, não tenho muito". Apesar de ter mais tempo para cuidar do neto e ajudar o filho, considera que: "é gratificante, mas além de ser gratificante não é tudo, porque eu estou pouco tempo com eles. Para mim, é pouco tempo".

Por forma a ocupar o tempo de forma mais satisfatória, Maria desenvolve várias atividades, tais como "os bordados, a ginástica, faço *pilates* e agora faço yoga". Se no yoga encontra exercícios que lhe permitem "o relaxamento, o saber relaxar", os bordados proporcionam-lhe uma maior ocupação de tempo.

[aos bordados] gosto de ir, porque quero trazer trabalhos para casa, para fazer, para estar ocupada. A minha preocupação é esta, às vezes não me apetece muito ir, mas vou, para trazer trabalhos para me ocupar em casa. Para ter a mente ocupada.

Apesar de ter a semana preenchida com atividades fora de casa, Maria confessa estar cansada da sua rotina. Em casa, dedica-se a fazer sopa de letras e a ver novelas na televisão. Os

domingos são passados na companhia do seu marido e de amigos, num contexto diferente do que tem durante a semana.

sinto-me bem, estou bem. Porque estou com pessoas que são do meu patamar, mais velhos do que eu, mas são pessoas que não falam de desgraças. E então eu gosto muito de ir, não me importa de estar lá duas a três horas.

Com uma passagem para a inatividade laboral experienciada de forma precoce e abrupta, Maria considera que seria “alegre e positivo se eu chegasse à idade sem problemas graves de saúde”.

Face à sua experiência, gostaria que a sua reforma ocorresse de outra forma, enumerando as ocupações que gostaria de ter tido, o que revelou que as atividades são as mesmas que realiza, ou seja, trabalhar com as crianças, fazer voluntariado e trabalhos manuais.

A transição para a inatividade fez-se ainda acompanhar de alterações económicas o que acaba por influenciar a frequência nas atividades socioeducativas, “em relação a mim eu acho que foi uma injustiça muito grande, porque é assim, eu quando fiquei reformada fiquei a ganhar 200 e tal euros e o meu ordenado era de 500 e tal euros”.

Embora conheça outras pessoas com uma experiência de transição para a inatividade semelhante à sua, declara-se muito reservada sobre o assunto: “eu nunca dialoguei sobre isso porque mesmo eu própria nunca falo dos meus problemas de saúde a ninguém, nunca falei”, sendo que as vivências que conhece são a do seu marido. Contrariamente a Maria, o seu marido experienciou uma entrada para a inatividade profissional de forma positiva. Possuindo o nono ano obtido nas *Novas Oportunidades*, exercia funções profissionais no sector têxtil como chefe de sessão. As ocupações socioculturais que frequenta têm fortes ligações associativas, como, “atividades ligadas ao futebol. E aqui na paróquia ele já fez muita coisa ele chegou a fazer voluntariado como motorista depois da reforma, ele já esteve na Comissão Fabriqueira, já esteve também na Junta, ajudava também na igreja”. A boa adaptação do marido à reforma reforça a sua crença de que a entrada na reforma realizada na idade estipulada por lei contribui para uma ótima adaptação à condição de reformados. Como aconteceu no caso do marido que não sentiu a falta da vida profissional ativa quando se reformou, acrescentando que só agora, após alguns anos, começou a sentir essa falta, apesar de estar rodeado por uma extensa rede de sociabilidades.

Em termos pessoais refere que a entrada do marido na reforma foi benéfica, ajuda-me porque tenho com quem conversar, com quem desabafar e tenho alguém que me faça companhia, não estou só, não estou tão isolada. Por isso, para mim, foi bom. Aliás a única pessoa que eu tenho abertura para falar ou desabafar é com o meu marido. A única pessoa que eu até posso aborrecer é o meu marido, com quem desabafo.

Demonstrando possuir um bom relacionamento com o marido, Maria menciona serem capazes de conversar sobre as situações do dia a dia, concluindo que: “Acho que até conversamos a mais que às vezes não temos nada para dizer uma coisa ao outro. É verdade até acaba em discutimentos”. Quanto aos planos de vida são construídos em conjunto, sendo tudo planeado entre os dois.

A fase de transição para a inatividade laboral, foi fortemente marcada pelos problemas de saúde que afetaram Maria. Nessa altura, a sua rede de sociabilidade desempenhou um papel importante de apoio. Se as relações familiares se limitaram ao núcleo familiar, o seu leque de amigos era mais amplo, contrariamente ao que acontece no presente em que o seu grupo de amigos é reduzido, “tenho muitas colegas, mas amigas tenho poucas”. A nível institucional o único apoio que recebeu foi o da “parte médica”. As dificuldades sentidas na transição à inatividade levam Maria a considerar que é importante haver uma preparação, existir mais informação e mais apoio institucional, inclusive a nível psicológico, que se deve estender para lá da entrada para a reforma.

A participação em atividades é considerada por Maria uma estratégia importante de adaptação à inatividade, o facto de que tenha sentido essa necessidade após algum tempo de se encontrar reformada, pode estar associado à necessidade de se sentir socialmente útil e integrada na sociedade.

eu acho que é muito importante ter atividades para nos ajudar durante a reforma. Eu naquela altura quando fiquei reformada não senti logo isso na pele, foi ao longo do tempo que eu comecei a sentir falta de algo mais, do que cozinhar e fazer as lidas da casa.

Residindo num contexto sociocultural desfavorável ao nível da oferta de atividades direcionadas para os adultos e os idosos, em associação com o poder económico e as limitações de transporte constituem barreiras à sua participação em outras atividades.

aqui não temos nada e temos de nos deslocar para longe e depois é o problema dos transportes, porque se eu conduzisse era uma coisa, agora, não conduzindo é outra e ainda fica cara as deslocações. Como agora que estive no voluntariado eu tirava o passe e é que pagava. É preciso dispor dinheiro, mas eu prefiro dispor dinheiro e estar bem, se aquilo me faz bem, se me vai ajudar, eu não me importo de dispor de dinheiro, porque também posso, agora quem não pode é mais complicado. É evidente que acho que é uma injustiça que no fundo podiam ao menos pagar as viagens, mas uma vez que não pagam, se sou eu que quero, dão-me essa oferta eu já aceito com gratidão, porque pelo menos recebem-me.

Não sendo uma grande consumidora cultural, Maria recorda que em jovem ia ao cinema, por sua vez, a visita a monumentos foi realizada já na transição para a inatividade, quando participava em excursões. Por isso, apesar de gostar da sua casa, pensa que gostaria de viver noutra contexto, com mais população e com mais oferta de atividades, para não se sentir tão isolada. Condição agravada pelo aparecimento da pandemia SarsCoV2.

Percecionado como forma de “estar com o meu psicológico ocupado” Maria menciona que o envelhecimento ativo “é favorável, é bom”. No seu entender, sénior significa “uma pessoa de idade, eu acho que sénior é considerado uma pessoa de idade, uma pessoa que está aposentada”, porém e apesar de já se encontrar na situação de reformada “eu não me considero, porque é a tal coisa, eu acho que, aquilo que eu faço diariamente e que ainda deveria ter mais coisas para me ocupar, por isso é que não me sinto sénior”. No entanto, a terceira idade refere-se aos “mais velhinhos”.

Quanto à percepção que as pessoas têm sobre os mais idosos, declara que “acho que as pessoas, a maior parte até gostam. Mesmo os aposentados há pessoas que gostam de ficar em casa”, por sua vez, os mais jovens “Acho que pensam bem dos mais idosos e do trabalho”, embora saliente que “O que eu noto é que agora as pessoas são muito egoístas, só pensam nelas”. Do seu ponto de vista os reformados não são muito bem tratados pela sociedade, especialmente nos lares, experiência que viveu com sua mãe que esteve quatro anos internada num lar.

Desconhecendo políticas sociais ou iniciativas dirigidas para a transição para a inatividade laboral, terceira idade e envelhecimento ativo, considera que não existe informação para os indivíduos em fase de transição para a inatividade ou reformados. O mundo globalizado em que vivemos facilita a divulgação da informação pelos meios digitais, o que simultaneamente constitui

uma desigualdade social no acesso à informação, neste aspeto, Maria reconhece, “Sinto que devia estar mais informada, por exemplo, saber ligar o computador ou *tablet*, ou assim, até para me distrair, ajudar. Gostava de ter essa experiência para ver se me ajudava psicologicamente, para estar mais ocupada”, embora quando o marido se propõe a comprar um computador, refuta dizendo “- Para quê, não vale a pena, deixa lá”, é que não é só saber mexer também há os custos”.

Ao longo do discurso, Maria deixa transparecer sinais de tristeza e quando questionada se está satisfeita com sua vida responde negativamente após um momento de silêncio. Esta falta de apoio é corroborada na segunda entrevista quando fala sobre as dificuldades da vida.

O que eu sinto mais é a falta de apoio. A minha tristeza dentro de mim é a falta de apoio. O meu problema é a falta de apoio familiar, eu própria, estudo o meu psicológico e o meu estado emocional, se fosse mais apoiada em termos familiares, eu era outra pessoa. Sinto-me muito só, na minha solidão. Eu, por exemplo, eu sou aquele tipo de pessoa que até ir dormir tenho de estar ocupada, eu não sou capaz de me deitar num sofá sem estar a fazer nada, eu tenho de mexer.

Quanto às relações interpessoais, no seu núcleo familiar, o marido e filho são as pessoas com quem mais convive, referindo que o contacto com a nora e o neto é menor. Das relações sociais que tinha enquanto trabalhava mantém pouca ligação. As pessoas com quem mais convive são algumas colegas da primária que encontra na ginástica e casais amigos do marido.

Quanto às perspectivas e projetos para o futuro refere que como é habitual vai de férias, vamos de férias, mas não estou muito animada a ir, porque eu noto que estou a passar uma fase difícil. E o que me faz ir foi saber que isto me vai ajudar e ao meu marido porque ele também precisa. Eu vou porque é assim, porque não faço nada e para mim isso é bom. Agora se eu tivesse de ir e fazer tudo o que eu faço em casa, eu vinha embora não ficava lá, agora é como eu estivesse num hotel, é igual, é o que me faz ir mais depressa. Sair de casa para mim é favorável. Tenho de sair, tenho necessidade de sair. Eu sou uma pessoa que vou à busca, eu vou. Só que é assim, eu às vezes vou com a intenção de vir melhor e venho pior, porque deparo com as pessoas a contar as desgraças delas e, a mim não me ajuda. A mim o que me ajuda são pessoas positivas, não é preciso falar de doença, por exemplo, contar de coisas que fazíamos quando trabalhávamos, como eu quando estava no infantário a fazer aquelas coisas, trabalhos manuais, cortar, desenhos, isto e aquilo e com

os miúdos, para mim é um patamar que eu gosto, noto que estou com pessoas acima de mim e eu estou a aprender. Estou a dar, mas ao mesmo tempo estou a aprender.

Pese embora, reconheça o impacto positivo que o voluntariado teve após a passagem para a reforma, ajudando-a a superar alguns problemas, duvida que no momento pós-pandémico, se retomasse o voluntariado se sentiria melhor. Assolada por um sentimento de cansaço admite que se fosse talvez ajudasse a se recompor, mas a obrigação que sente em conciliar o voluntariado com as lides domésticas faz-lhe pensar que não seria capaz, juntando-se a presença mais frequente do seu neto em sua casa como uma das razões que a levam a não continuar.

Confrontada com o tempo vivido nos inícios de COVID19 confessa:

Embora agora já esteja um bocado cansada deste tempo que houve o COVID que para mim foi a pior coisa que podia haver, de me refugiar muito em casa. E eu acho que isto para mim psicologicamente, a mim eu tenho noção que a mim me prejudicou muito, prejudicou. Não foi medo, eu tenho medo de apanhar o COVID, tenho, porque eu não quero estar fechada, eu quero ser livre, mas o meu medo não é o problema de sofrer ou isto ou aquilo é o de saber que tenho de estar fechada, porque eu sempre gostei de lidar com pessoas que sabem mais do que eu, para eu aprender. Eu gosto de aprender, ouvir pessoas que sabem falar, gosto de coisas para aprender. Às vezes vou ao pão quente para ter um pouco de convívio e venho triste, porque eu acho que não aprendo nada, eu já tirei a conclusão que eu não aprendo nada. Eu estou a afundar, porque eu estou a ouvir desgraças das outras pessoas. Por exemplo, isto do COVID eu fico triste porque eu acho que o povo se isolou, eu vou por esta rua acima seja à hora que for, é raro a gente ver uma pessoa, não é que eu queira falar, até tomara que ninguém fale para mim, porque são conversas de chacha e eu não valorizo essas coisas e como não valorizo, tomara eu nem ouvir. Mas eu muitas vezes sou obrigada a sair de casa porque senão eu não tenho vontade de sair da cama e eu tenho para eu me levantar, ganhar forças, energia para fazer as minhas coisas, eu tenho de me arranjar, que é para não perder isso, ir um bocadinho até ao café, estar lá um bocado, às vezes estou lá por estar, mas foi a forma de me levantar e de começar as minhas tarefas.

Considerando essa ânsia de aprender, nunca pensou em frequentar instituições onde se promove mais atividades ligadas à aquisição de conhecimentos, tal com as Universidades Sénior.

O retrato de Maria enfatiza a importância de uma passagem para a reforma realizada de forma opcional ou realizada no período instituído por lei. Forçada a se reformar por razões de saúde, Maria experiencia momentos de ruturas biográficas significativas ao nível pessoal com repercussões na sua vida profissional. É na forma de ultrapassar estes condicionalismos que assistimos a tensões e alteração das suas disposições, resultado dos seus diferentes quadros de socialização. Se no primeiro momento Maria orientou as suas atividades para atitudes centradas em valores mais tradicionais e utilitários, tais como a realização de atividades relacionadas com a família e a casa, disposição incorporada através de uma socialização primária. Perante o seu segundo momento de mudança biográfica, revela uma disposição benevolente através da realização de voluntariado. Associada a uma socialização secundária, através de uma nova rede de sociabilidades (familiar, contextual e profissional), esta mudança reflete-se ainda nas atividades de ocupação de tempos livres desenvolvidas, dando preferência à realização de atividades de caráter hedonista e estética.

Este retrato, numa perspetiva de reprodução social, coloca em evidência um percurso escolar de contratendência, na medida que o capital económico e sociocultural herdado, não resultou em aquisição de capital escolar, bem pelo contrário, Maria, refere o valor simbólico do diploma, colocando em evidência a disposição de aprendizagem no local de trabalho, realça, ainda, o papel das socializações informais como um modo de aprendizagem. Reforça ainda, que a participação em atividades socioeducativas durante a transição para a inatividade laboral e condição sénior é condicionada pelo contexto habitacional, sociocultural, bem como, pelo capital económico que pode sofrer alterações na entrada na reforma. Tornando visível a importância do papel de apoio desempenhado pela rede de sociabilidade e organismos institucionais no período de passagem para a reforma.

7. Retrato Sociológico G

Joaquim Alves

Com 64²⁶ anos, Joaquim é casado, pai de dois filhos, tem três netos e habita com a esposa. Oriundo de uma família das classes populares, não muito grande refere ter dois irmãos, embora tenha tido mais três irmãos que morreram ainda bebês. Seu pai faleceu apenas com cerca de trinta anos, cresceu órfão de pai, vivendo com a mãe e os dois irmãos. Crescendo com algumas dificuldades financeiras é com orgulho que nos dá conta de um dos comportamentos maternos,

A minha mãe ficou viúva muito cedo, com nós pequeninos ainda. Mas nunca nos quis por noutras casas, às vezes ainda diziam: “- Podia deixar fulano servir para a minha casa porque afinal para ti é difícil”, mas nunca nos deixou para a casa de ninguém. Sempre teve os filhos com ela. Ia às vezes ajudar os tios se eles pedissem, mas à noite regressava para casa nunca ficava por lá.

Com o nono ano de escolaridade tirado nas Novas Oportunidades aos 56 anos, após ter saído da escola onde completou a 4ª classe. A sua reinscrição nos estudos ocorreu por indicação do Instituto de Emprego e Formação Profissional numa altura em que se encontrava desempregado, com o intuito de aumentar as competências por forma a impulsionar as hipóteses de entrar de novo no mercado de trabalho, contudo devido à sua idade e ao idadismo presente no mercado de trabalho, esta estratégia não se revelou eficaz.

na altura ainda procurei trabalho em algumas empresas, ficou lá simplesmente o nome e diziam que quando tivessem alguma oportunidade que me chamavam, mas nunca veio nada, até hoje. O que muitas vezes diziam é que “Para a sua idade é difícil, para a sua idade agora já é difícil.”.

Apesar de não ter contribuído para o regresso à atividade profissional, Joaquim atribui grande valor às aprendizagens adquiridas, especialmente no campo da informática, que considera úteis para o seu dia a dia.

As dificuldades financeiras enfrentadas desde a infância levaram-no a desenvolver um forte sentido de responsabilidade e solidariedade familiar. Desde pequeno ajudava a mãe a trabalhar na

²⁶ à data da primeira entrevista

quinta enquanto conciliava os estudos com o trabalho. A sua vida profissional inicia-se aos 13 anos onde trabalhou como mineiro com o seu padrinho por dois anos. Após o encerramento da empresa, Joaquim foi trabalhar para uma empresa do ramo têxtil.

Nos quarenta anos em que trabalhou nessa empresa e por forma a uma ascensão económica tirou a carta de profissional de pesados e passou a exercer funções como motorista. Aos 55 anos, após a falência da empresa onde trabalhava, foi obrigado a uma nova reorganização profissional. Depois de 36 meses no desemprego e sem direito ao subsídio social de desemprego subsequente ou à entrada na reforma antecipada sem penalização, encontrou trabalho no ramo da jardinagem por 18 meses até que a empresa encerrou. De volta ao desemprego, preparou a sua entrada na reforma antecipada que lhe foi concedida.

Habitado a trabalhar desde muito novo, Joaquim atribui grande importância ao trabalho profissional, a satisfação pelo exercício da atividade, o longo trajeto profissional e o elo à sociedade pela instituição do trabalho, podem justificar o impacto negativo que sentiu quando passou para a inatividade profissional.

Precisamente no dia em que fazia 55 anos entreguei os papeis no fundo de desemprego. Senti-me muito em baixo. Muito em baixo porque aquilo para mim, ficar sem emprego era difícil, porque tantos anos a trabalhar ... aquela ausência dos colegas e do trabalho, tudo isso ficou a mexer na cabeça, porque estas pessoas dificilmente se encontram. Esse convívio, claro, fez falta, eu estive quase a entrar em depressão. Eu estava em casa, ia levar a mulher à fábrica e vinha para casa. Vinha para casa e o que eu fazia? Andava por aí, estava aqui só até à noite, às vezes ia dar uma caminhadita por aí e, pronto.

A falta de objetivos de vida, a dificuldade em ocupar o seu tempo livre com atividades prazerosas e o sentimento de solidão afetaram-no profundamente, não se transformando num quadro patológico pela intervenção de um amigo que lhe aconselhou a não se refugiar em casa.

“- Ó pá, tu não vais para casa quando fores levar a tua esposa fica cá por baixo, vamos até ali ao [café], vamos até [à adega] e aí tu vais distrair um bocado, tu vês, tenta distrair e tu vais melhorar” e até que fui melhorando aos poucos sem tomar medicação. Porque eu estava a sentir em mim que estava a ir abaixo completamente, assim fui começando a sair e nunca mais parei aqui por casa, porque aqui por casa estava a derrotar-me completamente.

Durante esse período, teve o apoio da família e de um amigo que o ajudaram a ultrapassar as dificuldades sentidas. No entanto, confessa que gostaria de ter recebido apoio para voltar a exercer uma profissão.

Presentemente, Joaquim, considera que se tivesse tido mais informação na transição para a inatividade, a sua vivência teria sido muito diferente. Perante as dificuldades que sentiu quando deixou a vida laboral, admite que o acesso à informação teve um grande impacto na sua adaptação, contudo, reconhece que sem o suporte da sua rede social, composta por familiares e amigos, o processo teria sido mais demorado e difícil.

O que poderia haver e é o que eu vou transmitindo aos outros, se me fosse transmitido a mim, talvez eu não teria ido tanto abaixo ao ponto de chegar a estar a sentir entrar numa depressão. Eu acho que se tivesse tido essa parte, de ser informado, que se tivesse sido logo no início, talvez ajudaria que as coisas não avançassem tanto.

Assim, ainda muito presentes as dificuldades pelas quais passou aquando da inatividade profissional, recorda que quando a sua esposa entrou na reforma já se encontrava preparado.

Não foi mau, porque eu já estava, já sabia aquilo por que tinha passado e só lhe disse a ela: “- Menina, tu não te metas em casa, temos de sair, ou vais com algumas amigas onde tu quiseres, temos é que sair de casa e, não fazer como eu.

Os problemas enfrentados não foram exclusivos a Joaquim, a sua condição de inativo causou, igualmente, impactos a nível familiar, nomeadamente, ao seu filho que alterou os seus planos, optando por antecipar o seu início na vida profissional.

Com o trabalho a representar um papel central na sua vida e apesar das condições vividas quando se viu forçado a deixar a sua vida profissional de forma abrupta, Joaquim assume que já se encontra na reforma. Ao longo do discurso, demonstra que ainda não conseguiu superar esse problema e que revive constantemente momentos do tempo que se encontrava no ativo, reconhecendo ser uma situação mal resolvida.

Neste seguimento, Joaquim, menciona que as alterações mais significativas que sentiu na transição para a inatividade foram predominantemente psicológicas e que se intensificaram com a passagem para a reforma com repercussões ao nível da sua saúde em geral.

A minha vida mudou em termos de saúde, se eu passei a ter problemas foi a partir daí. Porque eu até aí não sabia o que era ter problemas de saúde. Todos os meus problemas

de saúde, para mim, começaram a partir da data que eu fiquei sem trabalhar. Embora, eu não saiba se já teria alguma coisa interior, mas que os problemas que me apareceram, realmente, foi a partir daí. Que até aí, para mim era trabalhar e comer, medicamentos nada, enfim, e a partir daí surgiram os problemas.

As alterações com impacto negativo não se fizeram sentir apenas ao nível da saúde, mas também financeiramente, surgiram ainda algumas dificuldades na gestão do seu dia-a-dia.

Houve realmente uma perda em termos económicos, dinheiro que entrava e começou a entrar menos. Houve aí uma perda que a gente foi gerindo isso da melhor maneira e depois habituamo-nos, se não se pode fazer isto, não se pode fazer aquilo, ou cortamos aqui ou temos de cortar acolá, naquilo que é menos essencial para a nossa vida. E pronto, é assim que se resolve e para continuar a vida tem de ser assim.

Reformado ao abrigo do mesmo artigo que a esposa, Joaquim acrescenta que está à mais de um ano à espera do recálculo da sua pensão, “A penalização não foi muita foram 37€, mas 37€ por mês ao fim do ano é muito”.

Quanto aos aspetos positivos do tempo de reforma elenca,

Em parte, o estar reformado se a gente tiver saúde é bom. Temos todo o tempo livre para aquilo que nos apetece fazer. O estar reformado tendo saúde é bom, fazemos aquilo que nos apetece fazer praticamente, sabemos que não temos horas para nada, hoje apetece-me sair, saio, amanhã não me apetece não saio.

No seu entender ser reformado significa em termos financeiros “um meio de sobrevivência que a gente tem depois de descontar para a segurança social”. Joaquim acredita que as pessoas deveriam entrar na reforma enquanto ainda tivessem capacidades físicas para poderem desfrutar da vida. Concorde que a forma como se vivencia a transição para a inatividade e a própria reforma tem alguma relação com a maneira de envelhecer, não se revendo quando dizem ““já estou na reforma, já estou velho” não me cria problemas, não nem pensar, não sou velho só por estar reformado”.

Embora tivesse conhecimento de que uma das estratégias encontradas por muitos indivíduos para preparar o tempo de reforma consistia em subscrever “PPR [Plano Poupança Reforma] para depois terem uma reforma mais alta”, Joaquim nunca pensou ou planeou a sua

transição devido às circunstâncias imprevistas que o levaram à inatividade laboral de forma precoce, pois, “como trabalhava numa profissão que eu adorava, pensava: “Se tiver saúde só quando morrer é que deixo de trabalhar”. Era a minha maneira de pensar, nunca pensei que um dia ia entrar na reforma assim”.

Desde jovem, a sua vida cultural incluía idas ao cinema e a assistência de alguns tipos de desporto motorizado, como, *motocross*, *runcross* e ralis, práticas que manteve no tempo em que trabalhava. Já no período de reforma essas práticas culturais alargaram-se ao teatro e a visitas esporádicas a museus e exposições.

Após a passagem para a reforma, Joaquim, encontrou nas atividades socioeducativas uma nova forma de passar o tempo. Inserido num “grupo de cantares, faço também parte de dois grupos de cavaquinhos e ginástica, embora na ginástica só vou algumas vezes por causa do meu problema de saúde”. As motivações para frequentar essas atividades são tanto de ordem pessoal quanto coletiva.

tudo isto nos ajuda a passar melhor o tempo. Gosto muito, gosto do convívio, gosto do tempo que lá passo e gosto muito de ir atuar e ver as pessoas contentes, a rirem-se, a bater palmas quando estamos a atuar ou a fazer os ensaios. Ver as pessoas a divertir-se durante as nossas atuações.

As atividades relacionadas à música têm uma forte componente educativa, “aprendo a tocar cavaquinho que é um instrumento que gosto e não sabia tocar, nunca tive oportunidade de aprender”. O tempo livre e as oportunidades encontradas durante o seu tempo de inatividade laboral permitiram que se dedicasse a desenvolver uma atividade que gostava e que nunca tinha tido oportunidade para o fazer. Quanto às atividades que realiza confessa estar satisfeito, não pretendendo se inscrever em mais.

Acho que chega. Porque eu também tenho os terrenos que tenho e também tenho de me ocupar com isso, senão o tempo não dá para nada, começa a ser demais. Porque claro, da parte da manhã, praticamente vou caminhar, tomo o pequeno-almoço, leio o jornal e está a manhã feita. E o bocado da tarde é para fazer alguma coisa por aí que seja preciso fazer, há também dois dias que vou para os ensaios, e é assim que se passa o tempo.

Para Joaquim sénior representa: “sénior é uma pessoa que está com uma idade mais avançada”, fazendo o paralelismo de “porque temos os clubes sénior”. Associado à idade da

reforma, ser sénior é entendido por Joaquim o momento “que uma pessoa chegou à idade da reforma passou a ser sénior. Sei lá a partir dos 60 mais ou menos”, neste seguimento o aumento da idade da reforma faz avançar a idade em que se considera uma pessoa sénior. No entanto, quando questionado se se sente uma pessoa sénior, uma vez que se encontra reformado, responde negativamente.

eu costumava dizer às pessoas e digo que eu, atualmente, só me sinto velho na vista, porque em termos de força se eu andar bem da coluna, continuo a ter força como tinha. Agora em termos de visão, sim. Eu só me sinto velho na parte da visão, porque comecei a sentir dificuldades, o ver ao longe obrigou-me a usar óculos. Era difícil às vezes reconhecer uma pessoa que estava na estrada, eu estava a sentir que isso já estava a ser perigo.

Já o ser velho ou ser idoso surge relacionado a problemas relacionados com a saúde, é quando surgem vários problemas na velhice em termos de saúde, uma delas que eu sinto mais é a visão. Não me considero velho, mas nisso sim e, é uma coisa que eu comento várias vezes, se tiver ideias de fazer qualquer coisa mais niçanta que me force a vista, já tenho dificuldades em fazer isso porque não consigo ver estas coisa minuciosas, já não consigo é essa a principal dificuldade.

Quanto à sua opinião sobre as representações que os mais jovens possuem sobre os indivíduos com mais idade, responde que “as pessoas dão valor. Eu pelo aquilo que vejo acho que ainda há um bocadinho de respeito pelas pessoas, acho que há. Não sinto que fosse posto de parte pelo facto de eu ter mais idade”. Contudo acrescenta que “conhece casos em que as pessoas são um bocadinho abandonadas, a gente conhece, mas são em idades mais avançadas”.

Para Joaquim, envelhecimento ativo,

é uma pessoa que vai envelhecendo, mas que tem atividades. Que é uma pessoa que não está a envelhecer sentada num sofá, parado em casa a ver televisão. É uma pessoa que está ativa que faz qualquer coisa, qualquer coisa que seja útil, para isto, para aquilo, para si próprio. Trabalhar no campo, trabalhar na horta, o ir à ginástica, o ir à piscina, todo isto são atividades. É uma pessoa ativa uma pessoa que não para.

Reconhecendo o papel relevante que a participação em atividades socioeducativas e comunitárias representa no processo de envelhecimento, afirma que “Eu acho que as pessoas vão envelhecendo sim, mas com mais qualidade de vida sendo pessoas ativas”.

Relembrando o impacto que o período da pandemia COVID 19 teve na sua vida, menciona que, “Afetou em termos psicológicos, em termos psicológicos inicialmente sim, pensando naquilo, o que poderia ser, o que poderia acontecer aos filhos, netos, tudo isso foi afetando, que a gente foi-se habituando conforme o tempo foi passando” e a impossibilidade de participar em atividades foi reportada como uma limitação sentida.

influenciou, notei grandes diferenças, evidentemente que sim. O facto de a gente estar mais presos em casa, apesar que eu não parava muito, saía, ia passear para o monte, sempre caminhei pelo monte, isso aí não havia problema. Mas afetou um bocadinho, muito em parte a nível social sim, a gente tem saudades do convívio social com as pessoas.

Com uma vida social preenchida, Joaquim conta com uma ampla rede de sociabilidade e um relacionamento muito próximo com a sua família nuclear e alargada, com os encontros diários, costumando a passearem juntos. Embora, exista um bom relacionamento entre irmãos, os encontros realizam-se de forma muito esporádica.

Ao longo do seu discurso, Joaquim demonstra ser uma pessoa muito afável e interessada em conhecer novas pessoas, sendo um bom conversador. As pessoas mais próximas com quem mais convive atualmente, a par da sua família, são os seus amigos oriundos tanto do seu tempo como trabalhador profissional quer indivíduos que vai conhecendo ao longo da sua vida.

Na opinião de Joaquim, no que se refere as políticas sociais, embora afirme “não sigo muito a política”, não tem conhecimento de nenhum tipo de medidas direcionadas para o apoio à transição para a reforma. No que diz respeito a programas de ajuda a pessoas idosas, especifica, Falaram-me num programa que eu não tinha conhecimento. Foi o senhor Artur que me falou no 55+, que eu não conhecia isso. Este programa do INATEL é o Estado mete lá dinheiro para ajudar as pessoas. Quando foi o Passos Coelho ele cortou isso, mas este governo já meteu lá uma verba para isto, porque as pessoas que estão isentas das taxas moderadoras, pessoas que não pagam IRS, vão de férias praticamente de graça. Eu até já disse a minha mulher que para o ano vamos nos inscrever para ir de férias, porque assim é vantajoso.

Ainda neste domínio, na sua opinião, as entidades públicas não prestam nenhum tipo de informações para apoiar as pessoas, “O que se sabe é por algumas pessoas, é o passa a palavra”.

A sua participação na sociedade é marcada pela pertença em uma associação, “sou sócio de uma associação para os seniores que criamos há pouco tempo. Sou o presidente da Assembleia Geral, porque gosto daquilo que fazemos lá”. Sendo a única associação em que é associado “porque nunca me deu para me inscrever em mais lado nenhum”.

O retrato de Joaquim coloca em evidência a importância dos quadros socializadores, de socialização primária e secundária, nas diversas esferas da sua vida (pessoal, sociocultural, familiar e profissional) por forma a superar as dificuldades encontradas durante o seu percurso de vida. As dificuldades económicas em que cresceu instigaram à incorporação de valores mais tradicionais e materialistas decorrentes de disposições ascéticas. As ruturas biográficas mais significativas na sua vida, são de ordem pessoal e profissional, resultantes do aumento e posterior diminuição do capital económico familiar.

Neste retrato está patente as disposições profissionais através do aumento do capital escolar e das suas competências profissionais como forma de ascensão económica. Inicialmente numa primeira fase tirando a carta de motorista de pesados sendo ativada mais tarde em contexto de desemprego. A participação em atividades socioeducativas, revelam a incorporação de disposições socioculturais e hedonistas, que contrastam com as disposições mais ascéticas, esta pluralidade competem nas diferentes esferas de vida (pessoal, familiar, profissional e sociocultural) revelando a pluralidade do ator. Enfatiza ainda, que a participação em dinâmicas socioeducativas no contexto de transição para a inatividade laboral e condição sénior permite aos indivíduos aumentar os seus conhecimentos, melhorar a qualidade de vida, aumentar as suas redes socializadoras, bem como, a promoção de uma participação ativa na sociedade o que contribui para um envelhecimento ativo.

8. Retrato Sociológico H

Domingos Abreu

Domingos, casado e pai de três filhos, nasceu há 69²⁷ anos. Encontra-se a viver com a esposa na freguesia que nasceu.

Oriundo de uma família numerosa das classes populares, Domingos relata: “Nós eramos de uma família trabalhadores, vivemos no tempo da fome é verdade, mas nunca tivemos. Nunca comemos o que queríamos, porque ninguém come o que quer, mas a nossa casa sempre foi uma casa farta”. Diz ter crescido feliz. Assumindo pertencer à classe média no momento da entrevista. Domingos revela que em tempos costumava a passear mais com os filhos e até mesmo ir de férias juntos, agora eles preferem andar com os amigos, com pessoas da mesma idade, reduzindo os convívios praticamente a eventos especiais.

A sua carreira profissional teve início após concluir a 4ª classe aos 12 anos. O seu primeiro emprego foi na área da construção civil onde trabalhou até iniciar no setor têxtil aos 18 anos, inicialmente nas limpezas e posteriormente como tecelão e bordador. A sua profissão como tecelão foi interrompida pela passagem pelo serviço militar no “Ultramar”, concretamente em Angola. Os 26 meses passados em Angola como militar são entendidos por Domingos como uma oportunidade de carreira, considerando ter tido

um emprego como é agora destes empregados de escritório aqui, tive um emprego bom. Eu já naquela altura fui para escriturário, ainda não havia computadores, não havia telemóveis eu só escrevia à máquina. Eu tinha dois soldados só para me ajudar, tinha dois ordenanças.

Durante o seu período de férias, por forma a poupar dinheiro e auferir outro ordenado, dedicava-se à construção civil, “lá já faziam obras, já se faziam apartamentos que não se faziam aqui, viram que eu sabia trabalhar, puseram-me logo a fazer umas vivendas. Eu é que os orientava para eles fazerem as coisas direitinhas”.

Ainda, durante o seu percurso militar, aproveitou para tirar a carta de condução profissional e de mota.

²⁷ à data da primeira entrevista

Encerrando a vida profissional como forma de ascensão do capital económico e realização pessoal, Domingos passou por várias empresas, chegando mesmo a exercer simultaneamente duas profissões: “durante a semana a trolha, ganhava um ordenado. E ao fim-de-semana ganhava outro [no sector têxtil]. Fiz de conta que fui para a França, ganhava bem, eu ganhava bem”. Apesar de ter uma vida profissional preenchida, tentou sempre conciliar os vários empregos, com o trabalho em casa e com a sua vida pessoal e familiar, reconhecendo que nem sempre foi fácil.

isto é duro, a vida é dura, saía às 11 horas da manhã chegava a casa almoçava e os meus filhos estavam aí todos os três, viam todos passear e eu não ia, e eu dizia assim: “- Ora bem, vamos para a praia”, metia-os no carro, praia. Estava lá na areia eles todos a brincar, era o que eu gostava, era daquilo e à noite às 20h30 ia trabalhar. A vida era dura.

Posteriormente, deixou a construção civil e estabeleceu-se por conta própria com um pequeno estabelecimento comercial onde encontrou algumas limitações que ultrapassou de forma autónoma. Com boas condições de trabalho e sempre disponível para ajudar os colegas de trabalho, a sua atitude ainda é reconhecida por muitos: “as pessoas hoje passam por mim e dizem: “-Você para mim foi um anjo do Céu que me apareceu”. Gostava de ajudar quem precisava”. Durante a sua vida ativa, Domingos procurava cultivar boas relações sociais, “dava-me tão bem com os que mandavam lá e com os amigos que não faltavam pessoas que me viessem ajudar”, o que lhe proporcionou grande satisfação na sua relação com o trabalho. Considerando o trabalho como um elemento central para a integração dos indivíduos na sociedade, defende que: “toda a gente havia de trabalhar, mas não é depois de grande. Depois de grande as pessoas habituam-se lá com os telemóveis. A pessoa começa a ganhar gosto pelo trabalho desde pequeno, não é desde grande”.

O seu percurso profissional termina quando se vê desempregado e com a oportunidade de uma reforma antecipada sem penalizações, “tivemos direito, a partir dos 57 quem tivesse 40 anos de caixa já ia direto para a reforma. Ia para o fundo de desemprego e depois ia para a reforma”. No entanto, como também exercia atividade como profissional independente não tem direito ao subsídio de desemprego. Por forma a contornar essa situação resolve cessar a sua atividade profissional, manter o estabelecimento comercial em nome da esposa e fazer descontos como trabalhador dependente, “Passava por ter emprego, ganhar sem ganhar, e pronto, foi assim que eu me desenrasquei”, processo esse que repetiu mais tarde, depois de encerrar o

estabelecimento, para que a esposa após um período no desemprego conseguisse usufruir da reforma antecipada.

Domingos Abreu detém o nono ano de escolaridade que concluiu aos 57 anos, numa altura que se encontrava no desemprego. Embora tenha sido recomendado pelo Instituto de Emprego e Formação Profissional, o seu maior incentivo residiu no desejo de aprender mais, “porque como eu gosto de cantar e as quadras nascem da sabedoria de cada um, eu queria saber mais”, e na possibilidade de comprar um computador abaixo do preço de mercado.

eles até naquela altura davam aos estudantes, que eu fui mais estudar até por causa disso, um computador que custava 150 euros e então nós tivemos direito a dois computadores e paguei 150 euros por cada um. E então dei-os aos meus filhos.

Contudo, em termos pessoais, acredita ter sido uma mais-valia.

Achei-me bem. Queria ficar mais atualizado, porque eu ainda para bem era tirar o 12º, mas já dava outros trabalhos. Andávamos praí 20, 20 a 30 pessoas e eu ainda tinha de explicar muitas coisas à minha mulher e a outras pessoas.

Apesar de não ter prosseguido, o seu orgulho é bem visível, “até no fim fizeram os valores e eu fui o que tive mais valor. Pois, tinha lá pessoas muito mais novas do que eu, pessoas com 40 e tal, 50 anos”, considerando de que “Foi bonito, não dei o tempo como perdido”.

Associando a reforma a ter mais liberdade e mais tempo livre, no dia que entrou na reforma “levantei-me e disse: estou livre e fomos passear, passeamos muito”.

Com uma vida profissional muito intensa, Domingos salienta que se adaptou bem ao tempo que esteve desempregado e posteriormente na reforma.

Eu não senti dificuldades, até me adaptei bem, há pessoas que não, mas eu adaptei-me bem, porque já estava farto de trabalhar. Já tinha trabalhado muito, já era tempo de descansar. Mas não me meti em casa é sempre a andar. E se vir um vizinho que eu vir que ele precisa que o ajude, estou lá.

Se profissionalmente era uma pessoa muito ativa sem tempo para se dedicar a atividades culturais, principalmente depois de se casar, enquanto desempregado e depois na reforma manteve um ritmo ativo substituindo o tempo ocupado pelo exercício de várias atividades profissionais pela frequência em múltiplas atividades socioeducativas. O tempo de reforma é

encarando como tempo para se dedicar à realização de atividades prazerosas “mentalizei-me que tinha de ter outra vida e a vida era mais cantar, aperfeiçoara-me no cantar, fazer ginástica, dançar”. Este facto contribuiu significativamente para uma vivência muito positiva da entrada para a reforma.

começamos a entrar nos passeios da INATEL, fui para muitos lados, mas eu ia mais para passear, era bom. Desde que eu fui para a reforma, o que eu gozei mais foi no desemprego e na reforma. Havia muitos passeios, agora estão a cortar.

Além da fundação INATEL, inscreve-se também em passeios organizados pela Câmara Municipal, Junta de Freguesia e Paróquia.

O desenvolvimento de atividades socioeducativas possibilitou a Domingos alargar a sua rede de sociabilidade, expandir os seus conhecimentos sociais e o convívio com mais sujeitos, aumentando o número de amigos. Com os amigos, passeia ou frequenta alguns convívios e atividades como ginástica, teatro, grupos de música, ver jogar às cartas, à patela ou petanca, entre outros.

Durante a sua vida, sempre cultivou uma grande rede de sociabilidade que se estende entre familiares, vizinhos e elementos que frequentam as mesmas atividades. No entanto não mantém convívio com quem trabalhava. Conta que mantém um bom relacionamento com os familiares, principalmente com os seus três filhos e netos. A convivência é regular com dois deles, sendo que o outro está emigrado o que limita a frequência de convívio. A relação entre pai e filhos possui características de entreaajuda e de solidariedade com Domingos dispondo do seu tempo livre para assumir alguns dos compromissos dos filhos para com os netos.

Ao longo do seu discurso, transparece ser uma pessoa muito acarinhada e com grande espírito de entreaajuda e solidariedade presente. Se como profissional ajudava os colegas, como reformado chega a visitar vizinhos e elementos da comunidade, nomeadamente pessoas conhecidas, “Pessoas às vezes, que são como nós, mas estão impossibilitados e eu vou lá cantar e falar um bocadinho”.

Após participar em vários ranchos folclóricos, numa Universidade Sénior e numa formação de informática, atualmente participa em várias atividades de cariz não formal juntamente com férias e passeios.

faço ginástica duas vezes por semana, faço parte de dois grupos de cantares, um é uma tuna, também estou num grupo de cavaquinhos, já estive noutra, mas agora estou só num. Às vezes vou à piscina, dantes ia todas as semanas. Vou ao teatro.

Sempre que as atividades sejam do interesse da esposa frequentam-nas juntos, vamos os dois, mas se ela quisesse ir. Ela diz para eu ir, mas já não é tão bom, um ficar em casa e o outro ir, já não é igual, é por isso que eu quando vou gosto de ir com ela. E onde vou o povo gosta porque estou sempre a cantar.

O apoio e incentivo em participar nas diversas atividades é também demonstrado pelos filhos, uma vez que, “eles não querem que nós estejamos em casa.

Contudo, salienta que no momento da passagem para a reforma gostaria de ter experimentado a oportunidade de “frequentar casas de cântico pronto, para aprender a cantar bem”, apontando a falta dessa oferta onde reside como principal limitação.

Domingos caracteriza a reforma como tempo de descanso e que aliado à idade começam a surgir os problemas de saúde, sinónimo de “ter uma vida mais estável. Fugir às canseiras. Mas a partir que a pessoa é reformada é que as doenças, às vezes, começam a aparecer”. A entrada na reforma é também sinónimo de entrada na terceira idade, de ser sénior, de ser idoso, marcada pelo tempo mais ou menos próximo da finitude, destacando que no seu entendimento, ser idoso “é quando se vai para a reforma. Uma pessoa começa a pensar logo nisso quando vai para a reforma: “Pronto, passei à terceira idade”.

Menciona que quando foi para a reforma não teve conselhos de ninguém, mas os amigos e familiares notaram que se tornara uma pessoa mais alegre e dedicada às “borgas”.

Experimentando uma boa adaptação na entrada para a reforma, reconhece que existem pessoas sem possibilidades de vivenciar uma boa adaptação, “há pessoas que precisam de muita ajuda, há pessoas que tem dificuldades em se adaptar e depois também, há pessoas com reformas muito baixas, é complicado, e pessoas muito doentes”. Já reformado aconselha a quem for para a reforma, “não parar, é meter-se em atividades e se tiverem uma hortinha cultivá-la e dar sempre os seus passeios tanto a pé como de carro, pronto, não parar”.

Questionado sobre quando e como os indivíduos deveriam entrar na reforma, Domingos responde não saber e que o mais importante é que o valor da pensão de velhice seja suficiente

para o sustento. Uma vez, que é da opinião, que o capital económico tem influência na forma como envelhecemos e que quando maior o valor da reforma melhor a qualidade de vida.

Domingos não conhece políticas sociais, projetos ou programas governamentais ou institucionais direcionados para a fase de transição para a reforma, mencionando “para a reforma, não tive apoio de ninguém, só do senhor da Junta que foi quem fez os papeis para a reforma”.

Ao longo dos anos, Domingos ia planeando a sua vida numa perspetiva de ascensão económica, tendo em consideração a sua aceção tradicional, ou seja, obedecendo a uma lógica patriarcal.

Passando em retrospectiva a sua vida, admite que apesar ter uma “vida feliz”, se pudesse voltar a trás no tempo teria optado por vias diferentes para conseguir ter uma vida económica mais favorável e não tão regrada, “Era capaz de escolher os empregos melhores. E casava-me mais cedo, é uma verdade, começava a minha vida mais cedo, a construir, a fazer uma casa logo de seguida e hoje podia ter uma dúzia de caseiros ou mais”.

Vivendo uma vida sempre muito regrada e parcimoniosa conta que, utilizava mais a mota para não gastar dinheiro, eu ao fim-se-semana tinha o carro para ir trabalhar, mas o carro ficava aí e eu ia na mota. Às vezes com a minha mulher ainda dizemos: “- Olha o que asneira que fizemos andávamos à chuva e ao frio só para poupar dinheiro.”, isso não cabe na cabeça de ninguém. Antigamente o povo só olhava para o dinheiro, poupar, poupar.

Atualmente assume: “O dinheiro chega, não se pode estragar, mas olhando a não pagar renda, pronto, chega, mas pronto, não se pode esbanjar. Nós não ficamos a ganhar muito, pagar as despesas, tem de ser regrado”. Com o intuito de ter um valor maior de pensão, começou a planear a reforma 10 anos antes, começando por aumentar as suas contribuições para a Segurança Social, uma vez que para o cálculo da pensão de velhice eram tidos os últimos melhores anos, no entanto, viu os seus planos desabarem com as alterações das políticas sociais e de emprego.

Domingos demonstra ser uma pessoa alegre e bem-disposta, expressando: para onde vou, eu canto, eu conto anedotas, eu até de padre já fiz a casar duas pessoas, foi uma brincadeira. O povo gosta, o povo gosta de ouvir cantar, lá não me chamam: - Ó Abreu! Ó Domingos! Não! É o cantador, onde está o cantador? É verdade, isso é bonito”.

Com uma vida ocupada, Domingos tenta conciliar as atividades socioeducativas com as tarefas de casa e os passeios a pé que realiza. A participação em atividades ajuda a reorganizar o uso do tempo. Prezando manter uma rotina diária estruturada, pela manhã após cuidar dos animais, se não tiver atividades programadas, vai dar uma caminhada ou assistir televisão até à hora do almoço. Seguidamente, sai quase todos os dias para almoçar e à tarde visita um hipermercado ou centro comercial onde se distrai e compra o que necessita. De regresso a casa, assiste televisão e após o jantar sai de casa para participar em atividades ou caminhar. Domingos tem orgulho em contar que diariamente assiste ao concurso “Preço Certo”, no qual já concorreu algumas vezes, o telejornal faz também parte dos programas televisivos diários que visiona.

Questionado sobre a sua qualidade de vida, afirma ter uma boa qualidade de vida, sendo uma pessoa saudável e que vive bem.

Tendo em conta o seu ponto de vista, sénior e velho são equivalentes a ser idoso e à terceira idade, associado ao declínio e finitude da vida.

uma pessoa a entrar na idade, é a tal velhice, quando se começa a pensar que o fim está próximo, é quando uma pessoa começa a pensar: “Bem, eu ano menos ano vou com o . . . , é uma pessoa que já não pode alcançar aquilo que alcançava enquanto era novo.

Quanto ao tratamento dado aos seniores, Domingos considera que são conotados tanto de forma negativa quanto positiva. Existem jovens que rejeitam os mais velhos enquanto outros convivem com eles, como já viu na televisão, estudantes a viverem com os mais idosos para estes os ajudarem nas despesas financeiras em troca de companhia e distração. Quanto à questão dos prioritários/discriminação positiva, diz que “Se for uma pessoa velhinha ou manquinha o povo ainda dá lugar, agora se não for, cada um joga à sua maneira”.

Envelhecer ativamente para Domingos tem o mesmo significado de envelhecer.

é a pessoa começar cada vez a sentir menos força, a pessoa vai perdendo as forças. Há quem tenha a sorte até de andar até à morte a bem dizer, mas há outros que caem numa cadeira de rodas e nós passamos a dizer coitadinhos, coitadinhos, mas isto também acontece com os novos.

Realça que o envolvimento em atividades socioeducativas tem influência no processo de envelhecimento e na qualidade de vida das pessoas ao promover momentos de distração através de atividades que lhe proporcionam satisfação.

é importante as pessoas terem atividades para envelhecerem bem, para ter qualidade de vida. A pessoa andar a distrair-se seja com que for, seja na pesca, alguns gostam de jogar sueca, eu por mim gosto mais de cantar. Dantes gostava de jogar sueca e até era um bom jogador de sueca, mas depois comecei a desanimar porque é uma coisa parada. Eu gosto de vir ao computador, mas é de vez em quando, chego aqui abro e tal, vou ouvir esta música e ouço aquela música e se for preciso amanhã ouço outra vez, até a saber cantar bem e depois já pouco me interessa do computador.

Diz não conhecer políticas sociais, projetos ou programas governamentais direcionados para a fase de transição para a reforma ou para o envelhecimento ativo. No entanto, quando questionado se conhece instituições ou atividades que promovam um bom envelhecimento, refere “só há a INATEL e o Jantar de Reis da Câmara”.

Frequentador de várias atividades, foi perguntado se é sócio ou já foi sócio de alguma associação à qual responde afirmativamente. Domingo relata já ter passado por um órgão público de poder local e agora é sócio de uma associação de solidariedade social onde faz parte da direção, o maior cargo que possui. Essa presença associativa resulta um sentimento de utilidade, permite-lhe estar mais informado e alcançar um maior reconhecimento social.

Durante os tempos de pandemia, Domingos foi obrigado a levar uma vida centrada em casa,

Não foi fácil para quem não parava em casa, mas tínhamos de nos proteger. Eu só saía para dar uma voltinha a pé, o povo andava todo em baixo, tudo desanimado, sem atividades sem nada, sem poder sair de casa, às vezes nem os filhos, era só por telemóvel, pelo Facebook. Foi um tempo difícil agora temos de manter os cuidados para que a coisa não piore.

O retrato de Domingos evidencia a importância do capital económico como forma de superar as dificuldades encontradas durante a sua infância e juventude resultantes do seu contexto familiar. O seu percurso profissional é pautado por “rutas biográficas” correspondentes a mudanças de mobilidade social ascendente. Os seus comportamentos decorrentes de disposições ascéticas incorporadas ao longo da socialização primária, mais concretamente pela socialização

familiar, onde se destacam valores mais tradicionais e materialistas, concorrem com disposições de pendor mais hedonista e de atividades públicas e coletivas induzidas ao longo das socializações secundárias extrafamiliares. Esta multiplicidade de alterações por vezes contraditórias, coexistem nas diferentes esferas de vida (pessoal, familiar, profissional e sociocultural), revelam a pluralidade do ator.

Este retrato enfatiza também a transferência de disposições planificadoras existentes ao longo da sua vida pessoal e profissional e mais tarde para a passagem para a reforma. É com a entrada para a inatividade laboral que as suas disposições socioculturais são ativadas com a participação em atividades socioeducativas que procura conciliar com os compromissos familiares de entreaajuda e solidariedade para com os filhos e netos. Evidencia ainda, a importância da participação em atividades socioeducativas no contexto de transição para a inatividade laboral e condição sénior reconhecendo a sua contribuição para melhorar a qualidade de vida dos indivíduos. A participação ativa permite obter um maior reconhecimento social e alargar as redes de sociabilidades, contudo, revela que o capital económico, a preparação para a passagem para a reforma, os contextos e a informação existente são dimensões que influenciam essa participação e, conseqüentemente, para um envelhecimento ativo.

9. Retrato Sociológico I

António Ribeiro

António, tem 72²⁸ anos de vivência, é casado e pai de três filhos. Coabita com a esposa nos arredores da cidade. Reformado desde os 65 anos, idade da reforma legalmente instituída, António ainda se encontra profissionalmente no ativo. Mantendo a mesma atividade e o mesmo *status* não se imagina reinventar e adaptar os seus tempos livres. O sentimento de utilidade apresenta-se também como um fator determinante dessa condição, juntamente com o económico e a satisfação quanto à atividade desempenhada.

Eu quando parar morro, o trabalho é vida. Eu não me imagino deixar de trabalhar, como vou depois passar o tempo, isso não é para mim e os meus filhos precisam de ajuda, não dá para ter empregados. E eu gosto de receber os clientes.

²⁸ à data da primeira entrevista

Com a 3ª classe de escolaridade, António nasceu no seio de uma família das classes populares, o fraco capital económico, juntamente com as condições de pobreza familiar incitaram a iniciar a sua vida profissional muito jovem. Ainda criança, ajudava os seus pais na agricultura, atividade que manteve como trabalhador por conta de outrem após deixar a escola até aos 16/17 anos. Seguidamente, até se casar, trabalhou como vendedor de produtos hortícolas. A sua ascensão económica ocorreu após o casamento quando se estabeleceu por conta própria no mesmo ramo e mais tarde expandiu o negócio com a abertura de um pequeno estabelecimento de produtos afetos à agropecuária. Com uma divisão de tarefas um pouco conservadora, enquanto a esposa se dedicava ao estabelecimento e às responsabilidades da sua condição de mulher, conciliando os papéis de trabalhadora, esposa, mãe e dona de casa, António continuava a comercializar os produtos com a venda de porta a porta. Atualmente, com o negócio em nome dos filhos, continua a atividade profissional pela qual demonstra uma grande valorização e satisfação. No entanto, refere que se pudesse voltar a trás a única coisa que faria de diferente, seria dar responsabilidade mais cedo aos filhos para poder “aproveitar mais a vida, passeava enquanto podia, ia de férias”, já que só começou a tirar férias há poucos anos e hodiernamente deixou de o fazer devido aos problemas de saúde da esposa.

Quando questionado sobre o significado de ser reformado, António responde que ser reformado é quando os indivíduos abandonam a sua atividade profissional. Com base na reflexão provocada por esta questão em relação à sua condição profissional, a reforma adquire outro significado, o início de começar a receber um valor monetário, a pensão de velhice, “Ser reformado, é deixar de trabalhar, mas eu já sou reformado e continuo a trabalhar. Então deve ser quando se começa a receber a reforma”.

Quanto à experiência da transição para inatividade profissional, António relata testemunhos diversos que recolheu de outros reformados, assumindo existir indivíduos que vivenciam uma adaptação bem-sucedida, contrariamente a outros. É através dessas experiências que identifica a duração da trajetória profissional, a reorganização dos tempos de vida e o fator económico, como os principais determinantes que influenciam significativamente na adaptação à passagem para a inatividade profissional:

Eu acho que isso depende de pessoa para pessoa. Sei que algumas dizem que já estavam cheios de trabalhar, que já era altura de os novos irem trabalhar, sabe que dantes começávamos a trabalhar muito cedo e as pessoas estavam cansadas. Depois depende de como encaram estar em casa, de como eles passam o tempo, há aqueles que passeiam

muito e os que ficam mais por casa. As pessoas depois não sabem o que fazer, o tempo não passa.

A integração social é um outro fator apontado por António que reconhece que a transição para a inatividade laboral pode ser acompanhada por um sentimento de isolamento social especialmente em indivíduos com baixos recursos financeiros.

Tenho pessoas que quase todos os dias vêm aqui só para falar um bocadinho. As pessoas mais felizes são as que passeiam mais, as que têm mais dinheiro, aquelas que têm uma vida mais folgada. Agora aqueles que a reforma não chega nem sequer para medicamentos, não podem ser muito felizes... há reformas que são uma miséria. Quem é que pode ser feliz ou estar bem se o dinheiro não chega para nada.

A responsabilidade exigida por a sua vida profissional obrigava-o a trabalhar durante muitas horas; atualmente possui uma maior liberdade no uso do tempo o que lhe permite frequentar atividades socioeducativas. Embora não seja um consumidor frequente de atividades culturais, menciona que em relação a espetáculos fica-se pela “música quando há festas”. Ler ou assistir a programas de televisão não lhe despertam grande interesse e os seus tempos livres são passados no pequeno quintal e a aprender a tocar cavaquinho.

Influenciado por um amigo, António começou a frequentar aulas de cavaquinho, atividade que lhe desperta satisfação. Anteriormente, tentou aprender a trabalhar com computadores numa Universidade Sénior, mas a falta de identificação com esta atividade levou-o a desistir. Pese embora, só frequente apenas uma atividade, considera importante o envolvimento em dinâmicas socioeducativas e caracteriza-as como “um bom passatempo e acabamos por conviver com outras pessoas. E vamos passando o tempo. Isto só nos faz bem, conversamos, rimo-nos, convivemos”. Segundo António, “toda a gente devia participar”, particularmente os mais idosos, uma vez que, ajuda a evitar o isolamento social ao qual as pessoas mais idosas estão propensas, independentemente do contexto em que habitam, “porque as pessoas convivem, vivem mais umas com as outras e tira-as de casa”. A participação em atividades pode contribuir para uma boa adaptação à fase de transição para inatividade laboral, já que, assim como o trabalho, é adotada como uma forma de integração social.

no meu caso como ainda continuo a trabalhar acho que não sinto muito, mas para aquelas pessoas que ficam sem fazer nada acho importante, para que saiam de casa. Eu costumo

dizer aos meus filhos, quando eles me dizem para ficar em casa, que quando começar a ficar em casa é porque estou muito mal, estou morto.

António reforça a ideia de que: “As pessoas têm de sair de casa, conviver”. Quanto ao tipo de atividades afirma, “Não falta o que fazer. Há sempre uma horta, podem ir passear, fazer caminhadas, fazer ginástica, a universidade sénior e há mais atividades”. No entanto, reconhece que existe pouca adesão pelos mais idosos. Na perspetiva do entrevistado, a falta de informação, a falta de dinheiro, a falta de motivação e a vergonha percebida como uma perceção negativa do idoso, são limitações que impedem alguns indivíduos de frequentar atividades socioeducativas. Uma das consequências da pandemia SARS-CoV 2 (COVID19) foi o encerramento de vários equipamentos e instituições socioeducativas e culturais, o que leva António a lamentar-se dizendo que “Acabou tudo”.

Questionado sobre o significado de “sénior” responde: “Ser sénior é ser velho, quando vamos para a reforma. Quando começamos a ficar velhos e não pudemos fazer nada”. Após um período de reflexão, António ainda sente incerteza sobre: “quando é que começamos a ser velhos?”, não obstante, assegura que: “Eu ainda não sou velho, mas também não sou novo, acho que estou a ficar velho, ainda não sou, porque ainda tenho muita saúde.

Adianta igualmente que não existe uma idade para ser considerado velho, tudo depende da autonomia e saúde dos sujeitos. Sobre as suas perceções relativas à representação que os indivíduos têm sobre a população sénior, avança que pela parte dos mais novos: “uns respeitam, outros não”. António apresenta ainda uma perceção muito positiva sobre as competências dos mais idosos, “Já não temos a mesma força e fazemos as coisas mais devagar, já não somos novos. De resto é tudo igual, a cabeça também conta”. Adianta que a idade o presenteou com: “Mais descanso, tempo para fazer outras coisas”, com a idade aprendeu a ter um entendimento diferente acerca da vida: “aprendemos a viver um dia de cada vez. Não fazemos tantos planos”.

O envelhecimento ativo, no seu entender é, “quando as pessoas participam nas atividades. Quando as pessoas não ficam em casa. Quando vão à ginástica, que vão a passeios, e outros tipos de coisas. Que convivam com outras pessoas”. Considerando essencial para um envelhecimento ativo, “Que as pessoas não fiquem em casa, que se mexam, que trabalhem, que façam alguma coisa, como participar nas atividades, aproveitar o tempo enquanto há saúde, enquanto se pode”, colocando, deste modo, grande ênfase às questões de saúde.

Detentor de uma vasta rede de sociabilidade, António, além da esposa com quem vive e dos familiares mais próximos, convive diariamente com os vizinhos, por sua vez, os amigos são relegados para os fins-de-semana. A participação nas atividades socioeducativas e a sua atividade laboral também se apresentam como um elo de interação social.

No que respeita ao estado de saúde, confessa estar satisfeito, essa avaliação positiva sobre o seu estado de saúde deve-se ao fato de conseguir manter-se no ativo o que tem repercussões na qualidade de vida.

enquanto não me doer nada, enquanto conseguir trabalhar estou bem, agora posso dizer que temos qualidade de vida. Não é como quando éramos novos ou no tempo dos meus pais, coitados. Dantes passavam por muito e tinham uma catrefada de filhos para manter, a vida era mais dura, passavam muita fome, eram do tempo que uma sardinha dava para três ou mais. Quando era puto, era assim, era uma miséria.

Sem grandes interesses políticos, sua participação cívica resume-se unicamente ao seu direito de voto, que afirma ser uma das obrigações dos indivíduos que vivem em sociedade, desconhecendo a existência de políticas sociais direcionadas para a transição para a inatividade laboral e para a terceira idade. Na sua opinião, a nível político, indica ser crucial apoiar mais os reformados através do aumento do valor da pensão de velhice e promover um maior e melhor acesso à saúde, “aumentar as reformas. Ajudar nos medicamentos, nas consultas”.

Quanto a iniciativas promotoras de um envelhecimento ativo, António destaca “Os projetos que agora existem para passar o tempo, as atividades, os passeios da câmara e os convívios”.

O retrato de António realça a importância do capital económico como meio de ascensão de capital económico e social através do trabalho. O seu percurso profissional é marcado por uma rutura de mobilidade ascendente, e consequentemente por um aumento de capital económico. A sua valorização e gosto pelo trabalho juntamente com a satisfação perante o seu estado de saúde, podem ser apontados como razões principais para o prolongamento da vida profissional. Muito embora, o conjunto de disposições tradicionalistas e materialistas incorporadas através da socialização familiar subsista, coexistem com as atitudes mais hedonistas resultantes de processos de socialização vivenciados numa fase mais tardia da sua vida, demonstradas pela

participação em atividades socioeducativas que se traduzem em momentos prazerosos de convivência. A atividade profissional e as dinâmicas socioeducativas que frequenta, suscita que António mantenha o *status* e reconhecimento social, razão pela qual, não aceita alterar as suas atividades e o seu ritmo de vida e ocupação.

Neste retrato, é reconhecido a importância do capital sociocultural e económico para a participação em atividades socioeducativas e melhorar as condições de vida e, conseqüentemente, para a promoção de uma boa adaptação à fase de transição para a inatividade laboral e para um envelhecimento ativo e satisfatório. Enfatiza ser essencial a existência de políticas públicas direcionadas para os reformados.

10. Retrato Sociológico J

Ana Silva

Nascida há 73²⁹ anos, Ana reside na mesma freguesia onde nasceu. Mãe de quatro filhos, ficou viúva aos 66 anos e desde então vive sozinha. Com um fraco capital escolar, iniciou a sua vida laboral ainda jovem. É a imagem de uma pessoa psicologicamente forte que se recusa a envelhecer e à inatividade laboral. Residente num contexto culturalmente pobre, encontrou nas atividades socioeducativas um modo prazeroso de reinventar o seu mundo.

Filha mais velha de cinco irmãos, Ana é descendente de uma família de classe popular com pouco capital económico e cultural. Recordando o seu percurso de vida conta que até ao seu casamento foi muito infeliz. Aos 13 anos, quando concluiu a terceira classe e ainda muito jovem para iniciar uma carreira profissional, começou a ter como responsabilidade ocupar-se das tarefas da vida familiar, “a fazer as coisas de casa e a vigiar os irmãos. Tinha muito que fazer, ir para uma poça com a bacia à cabeça lavar, ia para o rio, era triste”. Apesar de trabalhar muito durante a sua infância e juventude, o que provocou um grande desgaste físico, o seu maior sofrimento encontrava-se a nível psicológico. O *stress* constante que era vítima desencadeou o aparecimento de uma série de sintomas psicológicos e físicos, como pensamentos suicidas e paralisia que enfrentou sozinha, “eu vivia naquela solidão que não podia desabafar com ninguém, nem com amigas, nem com nada... vivia em solidão e tanto que sofri”. Só mais tarde, no tempo em que

²⁹ à data da primeira entrevista

“era madrinha de soldados da guerra”, é que conseguiu partilhar essas vivências o com o seu irmão mais velho através de telegramas que escrevia. Pois assim como os restantes familiares, que viviam absorvidos nas suas singularidades, não se apercebeu que Ana precisava de ajuda. Com anos de distanciamento, orgulhosamente confessa “eles nem imaginam o que eu passei, o que eu sofri da cabeça, eu não caí na desgraça, mas estive perto do fim”. O seu “sacrifício” terminou aos 21 anos quando casou arrependendo-se de não o ter feito mais cedo, uma vez que, apesar dos problemas que surgiram na sua nova fase de vida, considera ter sido “muito feliz” no seu casamento.

Oriunda de uma família de classe popular, os seus pais viviam para o trabalho e não possuíam grandes recursos económicos, “não havia passeios longe, nem havia dinheiro para ir para excursões, nem nada, cheguei a ir a Lisboa”. As suas práticas socioculturais durante a sua juventude estavam limitadas por fatores familiares, económicas, sociais e pelo contexto habitacional. Perante esta situação estas resumiam-se a festas e romarias populares perto de casa onde ia em grupo a pé, ressaltando “Hoje nós somos umas felizardas, olhando ó que era dantes, hoje nós somos pobres, mas é de espírito, porque nós hoje estamos como nunca”. A primeira vez que foi ao cinema, atividade que gostava, foi aos 18 anos na companhia do pai. Por forma a contrariar a sua falta de liberdade fazia parte de um grupo de Jocistas onde passava os domingos à tarde a conviver com as suas colegas, “porque hoje o mundo está aberto para tudo, dantes para nós não, era uma estupidez”.

Aos 16 anos deu início a sua vida profissional, altura em que foi “obrigada” a ir trabalhar. Foi no contexto profissional que conseguiu concluir a quarta classe aos 17 anos, é com orgulho que conta que em criança foi “tão moquinha³⁰”, mas, no entanto, conseguiu terminar o quarto ano no curso de adultos na empresa onde trabalhava em apenas três meses.

Ao longo da sua vida profissional experimentou várias profissões. Começou numa empresa têxtil, como urdideira onde trabalhou durante 35 anos e depois de passar pelo fundo de desemprego trabalhou um ano nas limpezas. Juntamente com estas funções, por forma a aumentar o capital económico familiar, conciliou atividades informais como cuidadora de crianças. A sua vida profissional sofre mais uma rutura, almejando uma mobilidade social ascendente, candidatou-se a um concurso público através do qual conseguiu o cargo profissional no ramo da restauração como cozinheira. É na qualidade de empresária que exerceu as funções de cozinheira

³⁰ moquinha – com dificuldades de aprendizagem

e empregada de balcão durante 20 anos, o exercício dessas funções foi prolongado após a passagem para a reforma.

O exercício de uma atividade profissional sempre desempenhou um papel central na vida de Ana e da sua família nuclear, sendo encarrada como de projeto de vida e meio de ascensão económica. Conceituado como forma de melhorar as suas condições económicas e consequentemente de vida, a aquisição de um terreno pelo marido e a construção da sua casa reforçaram a sua determinação em relação ao trabalho, chegando a conciliar vários empregos formais e informais que associava à sua condição de mulher e aos múltiplos papéis que assumia na família: o de esposa, mãe e dona de casa.

Eu ia para a empresa aos fins de semana e durante a semana vigiava crianças, era a minha filha pequenina. Eu ia para o tanque era todo o dia a lavar não havia máquinas. Foi uma vida muito amargada que eu tive, fiz de tudo para ganhar dinheiro trabalhemos como negros, os filhos trabalharam.

Apesar da vida frenética e extenuante que levava, Ana sempre desempenhou as suas funções com muita satisfação, por isso, a sua primeira passagem pelo desemprego foi sentida emocionalmente de forma muito negativa. O cansaço físico e psicológico resultante da intensidade do seu ritmo de vida levou-a a tomar a iniciativa de não cuidar mais de crianças. A sua vida profissional tornou-se mais rotineira quando foi para cozinheira, aí, apesar de trabalhar muitas horas e por longos períodos de tempo sem pausas, sentia-se uma pessoa realizada profissionalmente. O contato e convívio com os clientes, aliado à sua boa disposição e ao fator económico, contribuiu para a sua satisfação com a sua vida profissional. Ainda hoje na sua condição de reformada, conta que recentemente regressou ao antigo local de trabalho, onde durante cerca de três meses esteve a ensinar duas amigas a trabalhar na área, não tendo ido trabalhar mais cedo por respeito aos filhos.

Habituada a conviver no trabalho, o trabalho não é apenas percecionado por Ana um veículo para aumentar o seu capital económico, mas também, um veículo para o capital social, um elo de integração de vida na sociedade, considerando-o “muito importante, quando uma pessoa deixa de trabalhar está acabada. Ou em casa, ou no quintal ou no vizinho, trabalhar faz parte da vida e quem disser que não faz, está a dizer mal”. Admitindo: “eu queria coisas boas no trabalho, a trabalhar e quando me tiraram o trabalho tiraram-me anos de vida”. O mundo profissional, impõe ainda, segundo ela o cuidado pessoal e a organização do tempo: “a gente vai para trabalhar tem

a cansa de se ajeitar, hoje leva uma roupa amanhã leva outra, de manhã põe-se a pé mais cedo porque tem de organizar a vida”.

Reformada por opção própria aos 60 anos, prolongou a sua vida profissional devido ao seu gosto pela profissão, juntamente com a valorização atribuída ao trabalho. Apesar de nunca ter pensado na sua reforma é ao fim de mais de 40 anos de contribuições e com os requisitos necessários para usufruir de uma reforma antecipada sem penalização que cessou a sua atividade profissional formalmente. Todavia, durante o período em que esteve a tratar da burocracia necessária para usufruir do estatuto de reformada, desfrutou do fundo de desemprego que conciliou com a manutenção do exercício da sua atividade profissional. A passagem para a reforma não indica necessariamente a passagem para a inatividade laboral, com efeito, Ana após ter entrado na reforma, deu continuidade à sua vida profissional, ajudando a filha. Se numa primeira fase opta por um afastamento gradual do mercado de trabalho, pouco anos depois, vê-se “obrigada” a interromper o trabalho de forma abrupta por questões de saúde “foi o caos, é que tive de parar mesmo. Ai é que não fazia nada. Não podia”.

A fase de transição para a inatividade laboral/reforma foi muito fortemente marcada por eventos traumáticos que alteraram a sua vida pessoal: o aparecimento de um cancro da mama que a deixou dependente durante o período de tratamento e, principalmente a morte do seu marido.

A minha vida alterou depois de o meu homem ir. Ficou diferente depois dele morrer. Foi o que mais me marcou, perdi o meu pai, perdi a minha mãe, mas o meu homem... eu saí da minha casa tinha 21 anos e com o meu homem vivi 45 anos.

Acompanhado por sentimentos de desânimo e impotência o tempo que marca a sua recuperação era ocupado com atividades de manutenção do seu dia-a-dia e melhoria do seu estado de saúde. Incapacitada de ter uma vida ativa, refugiou-se na leitura e na escrita, atividades que não tinha por hábito de realizar.

Após a sua recuperação, foi nas atividades mais direcionadas para a família e o lar que encontrou as respostas de reconhecimento familiar.

Agora é muito diferente, e por isso eu tenho sempre a vida preenchida porque tenho quintal, tenho galinhas, tenho as roupas, as coisas para fazer, o meu filho quando vem traz a roupa para lavar, por isso tenho sempre. Agora vem um incomoda a mãe para vir aqui; ó mãe venha eu preciso muito de você; eu preciso da sua ajuda; você não me vem ajudar; só ajuda

os outros não me ajuda a mim. Eu podia estar consolada, sozinha sem ninguém a consumir-me a cabeça. Hoje é um, amanhã é outro, mas também quando não houver problemas eu vou para o outro lado.

O empenho demonstrado nas várias tarefas realizadas pode ser entendido pela necessidade de reconhecimento social e familiar presente ao longo do seu discurso, através de uma constante e notória busca de valorização pessoal, do seu trabalho profissional, dos compromissos assumidos, bem como pelo sentimento de utilidade e competência. Refletindo-se nas questões profissionais, quando menciona que ajudou na montagem de uma empresa do ramo têxtil, onde também ensinou um trabalhador a realizar as suas funções, não se mostrando muito satisfeita pelo facto do aprendiz querer saber mais do que o mestre. Mais tarde, concorreu a um posto de trabalho, o qual foi aceite ficando a trabalhar com um contrato de exploração em seu nome. A nível pessoal está patente nas atividades de solidariedade familiar e na capacidade de enfrentar os desafios ocorridos no seu trajeto de vida.

Habituada a um ritmo de trabalho/ocupação muito intenso, chegando a trabalhar 17/18 horas seguidas, vivendo ainda uma fase que às segundas-feiras não descansava chegando a trabalhar 24 horas, confessa que mesmo após abandonar definitivamente a sua atividade laboral, continuava a não ter tempo livre, procurando ocupar o tempo com atividades ligadas à esfera doméstica ou familiar. Este facto poderá ser o responsável pela perceção que Ana teve sobre as mudanças ocorridas na fase de transição para a inatividade laboral. Considerando não ter ocorrido uma mudança significativa na sua rotina diária, pois manteve a mesma atividade e o mesmo contexto, apontando como única diferença o ritmo da atividade laboral. Não obstante, o trabalho não diminuiu, este foi reorientado para o quadro familiar, particularmente para o cuidado dos netos.

Sem preparação para a reforma e vivenciando uma transição para a reforma complexa, durante uma época em que lutava contra uma doença oncológica, Ana menciona que gostaria de ter passado esse período com mais saúde e com atividades de caráter hedonista.

Mesmo assumindo que o trabalho é indispensável para a vida, Ana encontrou grande satisfação com a vida de reformada.

É muito melhor, isso tenho, uma vida bem melhor. Só mesmo no corpo a gente dá por ela, a idade não é sempre a mesma, as forças vão se acabando, eu até aos 60 anos ou mais levava o mundo e mais outro à minha frente. Hoje sinto que estou a ficar mais cansada, a

gente chega a pontos que começa a ficar desanimada, não é pelo trabalho e com o trabalho ninguém corre atrás de mim, eu faço se quiser, se não quiser não faço, mas acho de que se parar é pior.

Como pontos positivos da reforma refere estar a vivenciar experiências que a sua vida profissional limitava.

não tinha gozo de andar, eu agora é que estou a gozar, agora depois de velha é que estou a gozar, o dinheiro que vem e ir dar passeios com ele, passear, passear que eu com o meu falecido não tinha dado passeios nenhuns, depois de ele morrer já fui à Alemanha, a Palma de Maiorca, já fui aos Açores, já fui à Madeira, já fui ao Algarve, já corri a Espanha em uns poucos de lados e vou em excursões.

Quanto aos aspetos negativos experimentados quando se afastou do mundo profissional, menciona ter sentido falta do trabalho e o fator económico.

eu para mim fiquei triste por deixar de trabalhar. Eu vivi aquilo, eu vivia mesmo aquilo. Eu trabalhava muito. Mas pronto, gostava e o dinheiro fazia-me jeito, que eu andava com a casa aos tombos, mas queria trabalhar.

Estes acontecimentos, foram vivenciados com o apoio dos filhos, já no que concerne aos seus amigos, não recebeu nenhum tipo de apoio ou importância, “Não disseram nada, fizeram de conta. Não havia ninguém que informasse de nada, de nada, cada qual que vivesse a sua vida, mais nada”, estes ficaram-se pela curiosidade de saber o valor da reforma atribuída.

Durante o seu percurso profissional, Ana revela fraca apetência para atividades sociais, culturais, artísticas e/ou criativas por falta de tempo; em período de reforma, o seu nível de participação social aumentou. Depois de reformada, participou em algumas atividades socioeducativas limitadas pelo contexto habitacional, quer ao nível do tipo e do número de atividades e pelo fator económico.

vou à hidroginástica duas vezes por semana, tenho duas vezes ginástica de manhã e vou um dia à noite para os ensaios da música e às vezes vamos atuar, às vezes também me meto a bordar. Também vou a passeios.

Já chegou a frequentar outras atividades, como os trabalhos manuais, que deixou quando estas terminaram e encontros esporádicos com as antigas colegas de trabalho. Não dispendo de meio de transporte próprio limita-se a usufruir das atividades existentes na freguesia onde reside ou para as quais tem transporte.

Para a frequência nas atividades conta com o apoio e motivação dos seus filhos, mesmo que por vezes, estes constituem uma barreira à participação. Como demonstra num episódio que vivenciou com um convite para integrar um grupo de teatro que foi obrigada a recusar.

Eu gostava de ir, mas quem me ia dar boleia desistiu, então já não fui, como não era aqui tinha de pedir quem me levasse, tinha de pedir quem me trouxesse, dava muitas chatices e muitos favores. E depois nesse dia também tenho de fazer o almoço para a minha filha. Eu sou livre e não sou. De vez em quando, lá vem um para fazer o comer, eu como estou em casa ocupo-me com alguma coisa. E as vezes liga-me a outra para ir para casa dela para estar com os meninos e ajudá-la. A gente é livre e não é, porque se a gente fizer a vontade aos filhos, tem sempre ocupações.

Ana desfruta de uma dinâmica social muito diferente da que possuía no seu contexto profissional. É nas atividades socioeducativas que encontra novas sociabilidades e nova forma de organizar o tempo, o que lhe proporciona grande satisfação. No entanto, a sua participação social fora do contexto das atividades é muito limitada. Geralmente, quando não participa em atividades, a sua vida social é repartida entre visitas a uma amiga e a dois familiares “para passar um bocado o tempo, para não ir para a cama de dia”.

A sua limitada participação social é agravada pelo facto de viver sozinha, num local isolado, tendo como companhia os seus animais de estimação. Os vários rádios que tem espalhados pela casa e televisão ajudam-na a não se sentir só.

Vê assim esta solidão aqui dentro, isto aqui é muito grande e depois só o barulho do frigorífico ou o barulho de algo assim, não me cabe na cabeça, tenho de ter barulho como sejam pessoas a conviver, pronto, o rádio fala e eu já estou bem. Aqui não há ninguém, eu tenho de ter alguma coisa para ter barulho.

No contexto de transição para a inatividade laboral, a rutura definitiva com a atividade profissional permitiu a Ana uma maior liberdade de uso do tempo. O seu papel ativo e a sua perseverança em se manter ativa, nomeadamente através da sua participação em dinâmicas

socioeducativas, foram determinantes na sua adaptação aos desafios impostos pelas transições ao longo da vida.

Da opinião de que, a forma como se vive o tempo de reforma tem efeitos no processo de envelhecimento, sendo que as pessoas que se isolam em casa envelhecem mais rápido e com menos saúde, enquanto os sujeitos mais ativos envelhecem com melhor qualidade de vida.

Ana defende a ideia de que a entrada na reforma devia acontecer aos 60 anos, uma vez, que segundo ela até essa idade os indivíduos ainda “têm muita vida e o país precisa de povo para trabalhar” reconhecendo que sem trabalho o mundo para. Frisa ainda que, quem inicia a sua vida profissional com 18 ou 19 anos precisa de trabalhar até aos 60 anos, sabe “que há pessoas que estão invalidas e precisam mesmo, mas já não têm utilidade para a sociedade”, dando o exemplo de uma vizinha que perante a entrada para a reforma antes do 60 anos reclama que “foi a maior estupidez, que se sente a mulher mais estúpida do mundo em ir para a reforma, só quer cama, tem um filho na França, vive só, também entrou em depressão porque não tem nada para fazer”.

O prolongamento da vida ativa pode ser considerado como uma tentativa de negação da entrada na velhice, aspeto que Ana, ainda não interiorizou.

as pessoas têm de se convencer que a idade conta. E eu que tenho de deixar de pensar que sou nova, que às vezes vem uma coisinha à cabeça que eu ainda não sou velha, que ainda sou ativa, mas sou.

Acrescentando que “eu quando ando bem faço para mim que ainda sou nova, ando para qui para acolá, a conviver”. No seu entender os termos: velho, idoso ou sénior são sinónimos de “entrar numa certa idade”. O uso da expressão sénior decorre porque velho “é uma palavra feia, porque sénior é mais bonito”. Na sua opinião, as pessoas são consideradas seniores quando “deixam de fazer certas coisas”, por sua vez, a perceção de declínio deve ser combatida através da realização de atividades. Objetivamente, ser reformado é equivalente a ser sénior, ser velho, “pessoas entradas na idade”, pessoas com idade de 80 ou mais anos, idade que pensa não alcançar, muito embora, goste muito de viver, do convívio que tem com as amigas, das brincadeiras e de dizer duas asneiras. No seu entender, os reformados são tratados pela sociedade como velhos.

Relativamente aos mais novos, corrobora com a existência de estereótipos negativos sobre os mais idosos e ressalva a falta de respeito pelos mais idosos da parte de alguns indivíduos, já outros “fazem de conta”. Outro indicador reside no facto de não valorizarem a experiência de

vida dos mais idosos. Este estereótipo é vivenciado por Ana no contexto familiar através dos seus netos: “a gente diz alguma coisa qualquer, eu bem sei que há palavras que a gente agora não sabe, não as entende e eles sabem tudo, e a gente está a falar e eles estão sempre a corrigir”, o que lhe provoca um certo desanimo.

Este discurso pode sugerir a existência de um preconceito entre indivíduos mais jovens para com os mais idosos, mas também, entre indivíduos mais idosos para com os seus pares. A “discriminação positiva”, como a cedência de lugar nos transportes públicos, denota que “são poucos os jovens que dão o lugar aos mais velhos”. Como estratégia para alterar essa forma de pensar sobre o envelhecimento e a velhice por parte dos mais novos, passa por atitudes relativas ao uso excessivo das novas tecnologias, que considera ser uma barreira para o convívio e para a esfera profissional.

fazer muita coisa. Primeiro de tudo, tirar-lhes as máquinas e os telemóveis. O telemóvel sem lá aquelas coisas para jogar. Os tablets que desaparecessem. Que eles tivessem o telemóvel só para aquilo que era necessidade, porque a juventude está perdida... foi um meio de estragar. Eu sei que o mundo é outro, mas está muito...as pessoas estão a ficar perdidas, com o telemóvel estão a ficar desgraçados, nem querem saber de trabalhar.

Com uma vida profissional preenchida pelo trabalho, os filhos em pequenos estavam entregues à avó, com o avançar da idade foram obrigados a “crescerem” sozinhos e com os seus pares, cuidando-se uns aos outros, contando também com o espírito da comunidade. Apesar de ter o tempo muito reduzido para se ocupar dos assuntos da família, Ana não descurava os almoços e jantares ao domingo com a família. Quanto ao seu relacionamento com o marido, alude que durante o seu casamento mantiveram um bom relacionamento, complementando-se um ao outro, reputando-o como “um bocadinho ditador. Quer se dizer, eu só via trabalho e ele sonhava muito”. Após a morte do marido, a pessoa mais presente na sua vida é uma filha com quem contacta todos os dias por telefone, a convivência com os restantes filhos é realizada uma vez por semana.

Embora tenha um bom relacionamento com os filhos, não costuma realizar atividades frequentes com eles. Muito raramente, vai passear com a filha, mas prefere passear com as amigas, “Porque me sinto muito mais à vontade, dizer dois . . . , umas asneiras. E com os filhos eles se nós dissermos isso fora, eles podem ficar envergonhados”.

Ana possui uma rede de sociabilidades bastante alargada, partindo das relações que estabeleceu ao longo da sua vida em contexto de trabalho e das que criou após a reforma com a

sua integração em atividades socioeducativas. Contudo a fase pandémica influenciou as suas convivências.

Agora por causa desta pandemia deixamos de nos encontrar, mas encontrava-nos várias vezes, durante muitos anos fazíamos um convívio com as amigas da fábrica. Agora é mais com a Joanhinha. É mais com a Joanhinha, as de cá estão todas empenadas, a Mila agora também vê mal e a Toninha. Dantes, às vezes tinha aí a Aninhas, eu andava sempre, às vezes ia aí até à Aninhas. Mas depois de que se meteu isto, deixei de ir, comecei a ficar em casa e isso não presta.

Face às limitações elencadas do seu espectro de amizades, a Joanhinha é a amiga com quem pode contar e desabafar, estabelecendo muita cumplicidade e considerando-a “como uma irmã”.

De facto, esta fase pandémica que vivemos alterou muito as vivências das pessoas.

Deixei os passeios, o convívio com as pessoas, fechei-me em casa. Os meus filhos coitadinhos, por tudo e por nada: “- Ó mãe tenha cuidado, agora já me avisou, ó mãe vem aí a gripe, cuide-se mãe”. A gente não morre da doença morre da estupidez.

Além do facto de que uma queda a obrigou a sessões de fisioterapia e apesar da recomendação médica de não poder fazer esforços, Ana continua a cuidar da sua casa, do quintal e a fazer crochê, o que por vezes lhe aumenta as dores.

Assume desconhecer o significado do conceito “envelhecimento ativo”, Ana, demonstra pouco interesse pelas questões políticas, a sua experiência neste *campo* resultou numa desilusão e descrença política. Sobre as medidas e políticas direcionadas para a transição para a reforma ou para a terceira idade, possui um fraco conhecimento lembrando-se unicamente de ver “projetos com grupos a cantar e a dançar” oriundos de instituições, uma vez que os órgãos políticos como Juntas de Freguesia e a Câmara não fazem nada. Ainda relacionado com as suas práticas e comportamentos cívicos é sócia dos bombeiros e subscreve uma revista religiosa.

Quanto ao seu estado de saúde, confessa-se satisfeita mesmo após o tratamento a um cancro e vendo-se agora numa situação de “cobaia num tratamento de Alzheimer” fruto da sua predisposição genética para a doença. No que à sua satisfação com a vida diz respeito, as preocupações familiares impedem-na de estar completamente satisfeita.

Os seus projetos futuros próximos incluem umas férias, a hidroginástica e uma atuação pública com o grupo musical ao qual pertence.

O retrato de Ana realça a importância atribuída à vida profissional como meio de ascensão económica e reconhecimento social. Apesar do seu percurso profissional se encontrar marcado por várias ruturas, de mobilidade ascendente e descendente, e a sua vida familiar ter passado por momentos de mudança, viuvez e problemas graves de saúde, é sobretudo na fase posterior à entrada na reforma que os valores mais tradicionais e materialistas incorporados através da socialização primária familiar são intercalados com atividades socioeducativas de pendor mais hedonista. Esta pluralidade manifesta-se algum tempo após abandonar o seu percurso laboral, em que numa fase inicial, manteve as suas disposições de caráter ascético, orientando as suas atividades para o apoio à família e mobilidade social. Posteriormente, ocorre uma alteração em que Ana, se dedica ainda à participação em atividades de caráter socioculturais, educativas e recreativas, originando a concomitância de disposições divergentes. Sem muitas apetências para práticas socioculturais durante a sua vida profissional, as suas práticas encontravam-se condicionadas pelo contexto habitacional, profissional, económico, social e familiar. Após a sua entrada na reforma e perante as mesmas dificuldades, tem início uma nova fase de participação social. A rutura definitiva com a atividade laboral no contexto de transição para a inatividade laboral promoveu uma maior liberdade de uso do tempo, concorrendo com duas dimensões de vida antagónicas, ou seja, se por um lado, favorece e/ou ativa disposições familiares, nomeadamente de solidariedade para com os filhos e netos, por outro lado, incentiva também a participação em dinâmicas socioeducativas que vai condicionar o uso do tempo em atividades orientadas para a família.

A participação ativa em atividades socioeducativas permite uma melhor ocupação do tempo com atividades prazerosas, aumentar o capital cultural e social, manter-se ativa e com melhor qualidade de vida. A participação ativa possibilitou a Ana reconstruir uma nova forma de vivenciar os seus tempos de reforma, propiciando uma melhor adaptação aos desafios impostos.

CAPÍTULO VI – ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS DA INVESTIGAÇÃO

A diversidade de significados atribuídos à transição para a inatividade laboral e condição sénior é influenciada por múltiplos fatores, decorrentes das crenças, valores, apetências e disposições incorporadas ao longo da vida, resultantes dos contextos das práticas e das interações dos quadros socializadores, presentes nas diversas esferas da sua vida de um indivíduo. Neste sentido, emerge a imposição em se reconhecer a individualidade e singularidade de cada um dos participantes deste estudo, conceituados como seres únicos representantes da diversidade do tecido social, nos seus diferentes tempos de vida.

Entendendo a transição para inatividade laboral como um processo que tem o seu início antes da passagem para a reforma e se estende até que a adaptação a esta nova fase de vida esteja concluída, aquela pode ocorrer em diferentes fases do ciclo de vida dos indivíduos, evidenciando tempos e configurações de adaptação distintos de indivíduo para indivíduo. A adaptação por sua vez, é influenciada pelas perceções do sujeito, pelas características do contexto e pelas particularidades sentidas pelo indivíduo Schlossberg (1981). Face ao exposto, a fase de transição para a inatividade laboral e, conseqüentemente a adaptação à inatividade laboral, compreende alterações no quotidiano dos sujeitos, sentidas como ganho ou perdas, o que exige aos indivíduos um constante (re)ajustamento nos modos de vida (Fonseca, 2016).

Neste enquadramento, importa salientar o impacto da influência exercida pelo papel da condição sénior no processo de adaptação. Fatores derivados de determinantes pessoais, sociais, políticas, históricas, económicas, contextuais e coletivas vivenciadas pelos adultos/idosos configuram a condição sénior ou do idoso (Calha, 2004, 2015; Simões, 2006).

Associando estes pressupostos a uma perspetiva de educação ao longo da vida, o principal objetivo desta investigação foi analisar, compreender e clarificar os fatores que desempenham um papel relevante e/ou diferenciador nas vivências nessa fase de vida, bem como, conhecer as condições/respostas existentes, especificamente, as dinâmicas socioeducativas presentes nesses processos na sua forma manifesta e latente, e identificar as medidas implementadas pelas políticas públicas sociais.

Dito isto, o objetivo inerente a este capítulo é apresentar a discussão dos resultados obtidos através da análise efetuada a dez retratos sociológicos, os quais foram articulados com as informações recolhidas através dos inquéritos por questionário e diário de bordo em conjugação com o referencial teórico e outros estudos da área.

1. Experiências e perspectivas na transição para a inatividade laboral/reforma

Com o objetivo de obter uma compreensão aprofundada sobre esta problemática, pretende-se, num primeiro momento, identificar os significados que os entrevistados atribuem à reforma e à transição para a inatividade laboral/reforma. Em seguida, objetiva-se apreender as perspectivas e experiências relacionadas com a transição para a inatividade laboral/reforma e condição sénior.

Assim como sustentado por diferentes autores, a reforma adquire vários significados para os indivíduos retratados, independentemente das diversas configurações que a passagem para o tempo de reforma possa assumir. Considerando como é concretizada, esta depende de múltiplos fatores, como fatores pessoais, familiares, institucionais, sociais, políticos, profissionais, entre outros. Portanto, de um modo geral, a entrada para a reforma pode se desenvolver de distintos moldes, ocorrer de forma opcional ou obrigatória/imposta, ocorrer de maneira abrupta ou progressiva, e também pode ser planeada ou não. Partindo deste princípio e tendo em consideração os estudos relatados anteriormente, a transição para a inatividade laboral e a vivência na reforma estão intrinsecamente subordinadas às experiências e sentimentos vividos ao longo da trajetória profissional, à condição ocupacional, ao significado atribuído à atividade profissional e à satisfação no trabalho, entre outros aspetos (Adams & Beehr, 2003; Atchley, 1976; 1982, 2006; Gaullier, 2002b; Shanas 1972; Simões, 2006).

Representando um papel central no desenvolvimento da vida do ser humano e das respetivas sociedades, a atividade profissional possui como principais atribuições a instituição social da vida humana, a integração social dos sujeitos, o aumento do capital económico e a organização dos tempos de vida (Fonseca, 2012; Simões, 2006). É com base nos discursos dos entrevistados que se justifica a afirmação anterior, sendo opinião unanime que o trabalho remunerado representa um meio de aumentar o capital económico, indispensável para a sobrevivência do ser humano. Retratado como um meio de proporcionar segurança económica, contribuindo para acumular recursos económicos suficientes para lidar com as necessidades que poderem surgir em tempos de reforma.

A importância da vida profissional como fator de integração social é reiterada igualmente por todos, criando a necessidade cultivar e manter boas relações sociais e profissionais. O trabalho profissional é também, percecionado como forma de reconhecimento social e familiar presente nos retratos de Ana, António, Domingos e Maria, incutindo sentimentos de utilidade e competência (Ana, António, Conceição e Maria) e de realização profissional (Conceição e Domingos). De igual

modo, Ana, António e Joaquim destacaram a relevância do trabalho profissional na organização e gestão do tempo, a preocupação com o cuidado pessoal foi elencada por Ana. A manutenção de uma vida ativa são atributos evidenciados por Ana, António, Conceição e Maria, representado, de igual forma, como elemento essencial à vida (Ana e António).

Estes dados não diferem muito dos resultados apresentados na literatura sobre esta temática, em que o trabalho é interpretado de maneira distinta quer pelos indivíduos estudados, quer pelos investigadores das diferentes áreas do conhecimento. O exercício de uma atividade profissional, reforça o capital social e económico; outorga a identidade pessoal, o sentimento de realização pessoal e de utilidade; promove o desenvolvimento de competências, o acesso a informação, constituindo-se como modo de gestão e organização do tempo e rotinas e facilita uma vida ativa (Cabral et al., 2013; P. Ferreira, 2015; Fonseca, 2012; J. Freire, 1997; Giddens, 2002; Rebelo, 2021).

Pese embora, os indivíduos apresentem em geral uma imagem positiva da vida profissional, são reportadas, algumas imagens mais pessimistas, devido às circunstâncias originadas quer pelas difíceis condições de trabalho ou pelo momento de entrada para a reforma, normalmente, caracterizado por uma longa vida profissional, quer por dificuldades em conciliar o tempo de vida nas suas múltiplas dimensões (Ana, Conceição, Domingos e Lurdes).

A inatividade laboral representa realidades diferentes para os indivíduos que a vivenciam e para os que se encontram no ativo, alterando-se em função das representações, expectativas e experiências vivenciadas e/ou que irão ser experienciadas no momento da passagem para a inatividade laboral (Cabral et al., 2013; Cabral & Ferreira, 2013). A reforma pode corresponder, a uma transição e estatuto de vida, caracterizados pelo abandono da atividade laboral remunerada em que o reformado pode se dedicar ao desenvolvimento de atividades de lazer ou relacionadas com a saúde e, uma instituição social, com direito a usufruir de uma compensação financeira pelos anos de trabalho (Atchley, 1982). O reformado pode optar por manter uma vida ativa ou uma vida pautada pelo tempo de descanso (Fonseca, 2009). Para os entrevistados que se encontram no ativo ser reformado é sinónimo de tempo de descanso “remunerado” e de entrada na idade de velhice (João e Rosa).

Para Lurdes o tempo de reforma é encarrado como tempo para se dedicar a outro tipo de atividades que a vida profissional não permite.

um reformado não é uma pessoa que fique inválida, que fique inativa, pode ainda, na minha opinião, até pelo contrário pode ficar ainda mais pró-ativa do que estivesse a trabalhar.

Porque quando estamos a trabalhar é trabalho casa, casa trabalho, não é? E além disso, tentamos fazer algumas coisas, algumas atividades, mas nunca aquilo que se calhar gostaríamos de fazer. (Lurdes)

Entre a realização da primeira e da segunda entrevista, Conceição e Fernando entraram para a reforma, tendo em conta que as experiências vivenciadas determinam as representações que se possui, foi interessante perceber se o primeiro contato com a nova condição de vida alterou o significado de reforma.

Se antes da passagem para a reforma, ser reformado era equivalente a ter mais idade (Conceição) e ter mais liberdade de horário e mais tempo para se dedicar a outras atividades (Conceição e Fernando), após a passarem para a reforma, acresce o direito a usufruir de uma pensão de velhice (Conceição e Fernando). Para Fernando, a reforma significava, ainda, “a terceira idade, é quase estar no fim”, com a entrada na reforma estes dois conceitos separam-se passando a terceira idade a estar associada à velhice, a velho, à dependência.

Os entrevistados que já se encontravam na condição de reformados, conceituaram a reforma como: um novo estatuto de vida, ou seja, uma condição de vida marcada pela passagem de uma vida profissional, para uma vida de ocupação do seu tempo a exercer atividades não profissionais, como tempo de descanso; uma instituição social, pelo direito a uma compensação económica pelos anos de trabalho; como estágio de vida e de organização do tempo, o que permite maior liberdade de uso do tempo (Ana, António, Domingos, Joaquim e Maria).

Temos todo o tempo livre para aquilo que nos apetece fazer. O estar reformado tendo saúde é bom, fazemos aquilo que nos apetece fazer praticamente, sabemos que não temos horas para nada, hoje apetece-me sair, saio, amanhã não me apetece não saio . . . um meio de sobrevivência que a gente tem depois de descontar para a segurança social. (Joaquim)

A entrada na reforma é tida como início do declínio do nível de satisfação com a saúde percebida (Ana, António, Domingos e Joaquim).

Para António, que por opção, continua a sua atividade profissional após a sua entrada institucional na reforma, perante esta situação e depois de expressar que o indivíduo passa a ser considerado reformado quando “deixar de trabalhar”, reformula a sua resposta, “Então deve ser

quando se começa a receber a reforma”, tendo deste modo a reforma adquirido um outro significado.

A passagem à reforma não se caracteriza unicamente pelo fim da atividade profissional, assinala, o fim de uma etapa responsável pela alteração dos modos de vida (hábitos, comportamentos, valores, desejos, entre outros) e a (re)definição de novos papéis e relações sociais, podendo ser, concomitantemente, assumida como momento de libertação e de renovação (Fonseca, 2012; Generoso & Fragoso, 2021).

Este novo tempo de vida é tendencialmente reconfigurado pelos desejos, expectativas, oportunidades e recursos que se apresentam ao “novo reformado”, possibilitando viver de acordo com um ritmo diferente, estabelecer novas metas e projetos de vida, desenvolver conhecimentos e competências, expandir as redes de sociabilidade, ter uma participação mais ativa na sociedade, et al.. Porém, frequentemente, o tempo de reforma que se vive é diferente do que foi inicialmente perspectivado, em razão de fatores pessoais, familiares ou económicos (Generoso & Fragoso, 2021), como ficou patente nas entrevistas de Ana e Conceição. Nessa perspetiva, os indivíduos organizam as suas vidas por forma a obter um estilo de vida coerente, que lhes confira estrutura e significado ao tempo livre (Henkens et al., 2018).

Apesar de existir uma idade legalmente institucionalizada para a entrada na reforma, são vários os motivos que levam os indivíduos a não se reformarem na idade cronológica estipulada (Schultz & Wang, 2008). Determinantes pessoais, familiares, comportamentais, económicos, ambientais, sociais, culturais, políticos e de mercado de trabalho, fundamentam essa opção ou obrigação.

A idade de reforma dos entrevistados situa-se entre os 49 anos (Conceição) e os 66 anos (Fernando), com uma média de entrada na reforma de 60 anos. Idade muito próxima da referida pelos inquiridos por questionário e aos resultados do estudo coordenado por Cabral et al. (2013), Cabral e M. Ferreira (2013) e P. Ferreira (2015), nos quais a idade média de transição para a reforma acontece aos 61.39 anos e os 60.3 anos, respetivamente.

As razões evocadas para a entrada na reforma foram a idade legal de acesso à pensão de velhice (António e Fernando), o aparecimento de problemas de saúde (Maria) e reunir as condições necessárias para aceder à reforma antecipada por desemprego de longa duração (Ana, Conceição, Domingos e Joaquim).

O longo percurso profissional, fruto de um início precoce da atividade profissional, juntamente com as condições de vida e de trabalho desfavoráveis, explicam a opinião dos

retratados em relação à idade normativa para a reforma. Independentemente da idade de entrada na inatividade, os entrevistados defendem que a passagem para a reforma deveria ocorrer numa idade cronológica inferior, num período em que as pessoas ainda gozem de boas condições de saúde, que lhes permita um melhor aproveitamento do tempo de inatividade laboral. No que concerne à idade ideal de passagem para o inativo, Ana e Rosa sugerem que deveria situar-se em torno dos 60 anos, enquanto Conceição propõe os 50 anos. Alguns entrevistados enfatizam que o principal fator a determinar a idade de transição a considerar não deveria ser a idade em si, mas a situação de saúde dos sujeitos (Lurdes) e as suas respetivas condições de vida (Domingos, João e Joaquim). Além do exposto, Ana e Conceição aludem que o abandono do exercício da atividade laboral pelos trabalhadores mais velhos cria oportunidades para os mais jovens.

Podendo ocorrer em várias alturas do ciclo de vida, a entrada para a inatividade profissional pode acontecer na idade legalmente preconizada, pode ser realizada de forma precoce, ou ainda, pode-se estender para além da idade normativa. Os principais argumentos ou circunstâncias utilizadas para justificar a decisão de entrada para a reforma são: a idade, o estado de saúde e bem-estar, a situação financeira (possuir segurança financeira ou necessidades económicas), o percurso profissional (insatisfação profissional ou valorização da atividade laboral) ou políticas sociais e de emprego (Cabral et al., 2013, Debert, 1997; A. T. Fernandes, 2005; Guillemard, 2000, 2003).

A antecipação da entrada pode se manifestar de duas modalidades distintas: a forma voluntária e opcional, ou de forma imprevista, involuntária, imposta ou forçada, resultado da saída precoce da vida profissional, geralmente, através do desemprego, existindo a possibilidade de em certos contextos se prolongar para um quadro de desemprego de longa duração. Esse período de transição foi vivenciado pelos indivíduos de forma muito distinta, o que conferiu uma nova configuração dos seus trajetos profissionais. A primeira ocorre quando os indivíduos decidem de maneira consciente e intencional sair precocemente do mercado de trabalho, podendo ser interpretada como uma escolha de libertação da atividade profissional e autodeterminação. Já a segunda modalidade emerge quando a transição é desencadeada contra a vontade do indivíduo, por imposição externa ou devido a circunstâncias adversas. Esta situação impõe aos sujeitos uma nova autogestão desta fase qualificando-a como uma obrigação e um constrangimento, transformando o sentido e a vivência da entrada da inatividade (Debert, 1997; A. T. Fernandes, 2005; Guillemard, 2000, 2003).

Tendo em conta esta perspetiva, a antecipação da entrada para a reforma quando realizada de forma imposta, geralmente, deriva de alterações biográficas que ocorrem na fase de transição para a inatividade laboral resultando na mudança de comportamentos e perspetivas de vida. Este período de vida adquire outro significado verificando-se a necessidade em substituir as atividades laborais pela realização de outro tipo de atividades adaptadas às novas circunstâncias de vida. A entrada na reforma antecipada no entendimento de Guillemard (1984, 2002) provoca uma “morte social” (p. 58) sentida como uma “rutura”, denominada por “reforma guilhotina” ou “reforma cutelo” (Lenoir, 1979, p. 73). Esta rutura com a vida antecedente é típica dos modelos: “transição-rutura” ou “transição-impossível” (Thierry, 2006); “rutura imposta” (Hornstein & Wapner, 1985), ou ainda, considerando as tipologias de reforma propostas por Guillemard (1971, 2002), “reforma-reforma”.

Os entrevistados que experienciaram uma transição para a inatividade como obrigação e/ou constrangimento, decorrente do impedimento de continuar uma vida profissional ativa, foram Maria e Joaquim, cuja entrada na inatividade foi motivada por restrições relacionadas à sua saúde e em virtude do desemprego, respetivamente.

Foram os problemas de saúde, porque me senti incapacitada . . . ter aquele objetivo, saber que naquele dia ia, pronto, ia dar alguma coisa meu, de mim. E quando acabou não foi bom para mim. (Maria)

Senti-me muito em baixo. Muito em baixo porque aquilo para mim, ficar sem emprego era difícil, porque tantos anos a trabalhar ... aquela ausência dos colegas e do trabalho, tudo isso ficou a mexer na cabeça, porque estas pessoas dificilmente se encontram. Esse convívio, claro, fez falta. . . . eu estive quase a entrar em depressão. (Joaquim)

Durante este tipo de transição, é comum que surjam uma variedade de emoções negativas, como frustração, sentimentos depressivos e desorientação. Perante isto, o nível e tipo de atividade pós reforma são estruturados com base nas situações e necessidades específicas, comumente, direcionadas para a melhoria do estado de saúde, desenvolvimento pessoal e para a solidariedade familiar e social. Este desenrolar de atividades é congruente com o modelo “transição-rutura” proposto por Thierry (2006), com o tipo “reforma-reforma” de Guillemard (1971, 2002) e “rutura imposta” avançada pelos autores Hornstein e Wapner (1985).

Maria iniciou a sua vida profissional aos 12 anos, a sua carreira profissional resume-se pelo início na área têxtil e posteriormente como auxiliar de serviços gerais. Aos 49 anos, face ao surgimento de um grave problema de saúde, a passagem para a reforma não foi realizada como Maria intencionava.

não estava preparada... quer-se dizer, eu não admitia que me perguntasse se estava reformada, porque eu sabia que estava reformada por doença. Porque se eu ficasse reformada porque estava na idade e com saúde, eu não me importava que me perguntasse, agora eu sabia que fiquei com a reforma por incapacidade, aí não gostava que ninguém perguntasse porque ficava triste. Ficava triste, porque sabia que vinha para casa porque estava com problemas de saúde, porque senão não vinha. Quando me reformei foi um balde a água fria que me caiu.

Perante esta rutura imposta com o mundo profissional, numa primeira fase, como estratégia optou por realizar atividades relacionadas com a esfera doméstica, posteriormente começa a sentir necessidade de ocupar o seu tempo com outro tipo de atividades.

Ao princípio ainda me fui mentalizando e ainda tinha aquela vontade em ir para o jardim, aqueles objetivos e ter a casa toda sempre limpa. Integrei-me mais na casa e nos bens materiais e distraía-me bem e não me importava de estar em casa, passar dias e dias em casa. [Com o tempo] tive uma recaída, perdi um pouco aquela vontade que tinha pela casa, a ficar cheia de fazer sempre a mesma coisa diariamente, da rotina, cansei. Porque comecei a notar que me fazia falta o ativo. Porque ainda era nova e tinha muito para dar. Comecei a pensar que gostaria de ter outras ocupações tirando as minhas tarefas de casa. Foi a partir daí que comecei no voluntariado, depois cheguei a fazer trabalhos manuais, ginástica e bordados.

Após experienciar a sua entrada na reforma de forma precoce e abrupta, menciona que gostaria de a ter vivenciado de maneira diferente, principalmente com saúde. Quanto ao tipo de atividades socioeducativas a desenvolver, manteria as mesmas, uma vez que lhe aportam satisfação.

era alegre e positivo se eu chegasse à idade sem problemas graves de saúde. (Maria)

A transição para a inatividade foi encerrada muito negativamente por Joaquim resultado da importância imputada à atividade profissional e do longo percurso profissional vivido sem grandes interrupções que viu alterado inadvertidamente. Aos 55 anos, enfrenta a primeira passagem pelo desemprego, com dificuldades em encontrar emprego, só ao fim de 36 meses de desemprego é que encontra uma nova atividade profissional, que vê interrompida pouco tempo depois. Em sequência, inicia nova volta pelo desemprego que termina com a sua entrada na reforma antecipada. A sua passagem pelo desemprego marcou a sua vida, assim como a dos seus familiares mais próximos. Volvidos 9 anos os sentimentos menos positivos que vivenciou ainda estão muito presentes.

O estado depressivo que sentiu foi enfrentado com a ajuda da família e de um colega que o aconselhou e o acompanhou no desenvolvimento de novas atividades. Para além das alterações ao nível da saúde, menciona ter surgido mudanças a nível financeiro e dificuldades na gestão de tempo do seu dia-a-dia. Como aspetos positivos de se encontrar na reforma aponta a liberdade na ocupação do seu tempo de vida. Reconhecendo as dificuldades que sentiu na transição para a inatividade laboral, Joaquim expressa ser fundamental o acesso à informação, o desenvolvimento de práticas socioeducativas e o suporte das redes sociais.

A entrada na reforma antecipada por motivos de saúde e de ordem familiar foram igualmente as principais razões mencionadas pelos inquiridos e pelo público-alvo do estudo de Cabral e Ferreira (2013).

Se por um lado, Joaquim se viu confrontado com uma condição de desemprego imposta, por outro lado, Conceição, Domingos e Fernando optaram pela entrada no desemprego por diferentes motivos.

Com um percurso profissional extenso em que conciliou várias profissões, a entrada planeada para o desemprego foi vista por Domingos como uma oportunidade de “quase pré-reforma”. A transição para a inatividade foi encarada como tempo de descanso e de desenvolvimento de novas atividades, com direito ao subsídio de subsistência. Vivenciada com grande satisfação, o seu tempo foi direcionado para a realização de várias atividades socioeducativas, de caráter ocupacional e de aprendizagem, que lhe permitiram alargar as suas redes de sociabilidade. Considerando-se na condição de reformado, menciona que se adaptou bem a esta fase. Ao analisar o percurso de transição para a inatividade vivenciado por Domingos, o tipo de transição pode ser enquadrado em diferentes perfis, dependendo dos parâmetros em ponderação. Com a entrada no desemprego planeada, o período de desemprego poderá ser

considerado como tempo de pré-reforma, em que a transição para a inatividade se inicia enquanto profissional, assiste-se a uma transição entre tempo de trabalho profissional e tempo não profissional marcada pela realização de atividades diversificadas, prazerosas e equilibradas, de caráter hedonista, em que o ritmo e a referência ao tempo são alterados, o que corresponde a uma “transição-transposição” (Thierry, 2006). Se analisada, sem ponderar a atitude em relação ao trabalho, existe uma relação com o perfil “novo começo” (Hornstein & Wapner, 1985), podendo ainda representar o tipo de “reforma-consumo” (Guillemard, 1971, 2002). Por outro lado, se o tempo de desemprego for analisado como tempo profissional e a transição para a inatividade profissional ter iniciado no tempo de desemprego, supõe-se que a transição foi realizada nos termos de uma “transição-reprodução” (Thierry, 2006) ou de reforma “continuação” (Hornstein & Wapner, 1985).

Por sua vez, o desemprego para Conceição constituiu-se como uma forma de investimento para a reforma e de aumento do seu capital económico. O seu trajeto profissional é pautado por várias interrupções e mudanças, culminado numa interrupção definitiva aos 52 anos, de forma planeada.

fiz descontos o ano passado, tinha um emprego fictício, conta, não conta? Porque já estou desempregada desde os meus 52 anos.

Durante a sua trajetória profissional, Conceição manteve-se sempre no ativo. A par da sua atividade profissional, dedicou-se à venda de cosméticos e nos seus tempos livres participa em atividades socioeducativas. Antes da entrada formal na reforma, tinha a perspetiva de manter o seu ritmo de vida, embora com alterações a nível financeiro que resultariam em melhorias. Na entrada institucional na reforma, dá continuidade ao desenvolvimento das atividades precedentes.

ser reformado é uma liberdade que a gente sente, não tem horários a cumprir, é uma sensação de liberdade, é claro, saber que a gente se levanta e que tem aquele ordenadinho ao final do mês, embora é pouquinho, mas bem gerido a gente consegue levar mais ou menos a vida assim.

A passagem para a reforma, numa fase inicial percecionada como tempo de continuação, foi vivenciada com grande satisfação. No entanto, o nascimento do neto com necessidade de cuidados adicionais e o surgimento da pandemia (COVID- 19) marcaram esta etapa de vida com sentimentos negativos.

Pensei que na minha reforma ia viver a minha vida tranquila, mais calma e foi tudo o contrário. Nasceu o meu neto com uma doença rara, oh deitou-me tanto abaixo, pronto. Estagnou a minha tranquilidade, parou aí, eu emagreci, eu envelheci. A minha vida mudou, mas não foi para melhor como eu pensava, foi para pior, nessa parte foi para pior. Tenho de os ajudar, dou muita assistência.

Como resultado das circunstâncias presentes, Conceição reduziu os seus contatos sociais. tenho menos tempo, mesmo para a minha atividade da cosmética, menos tempo para as amizades que tinha também, menos convívios, parou aí, travei muita coisa. Eu tinha tanta atividade, eu era tão feliz, eu tinha uma vida tão calma, tinha muitos momentos de convívio, e agora estou muito limitada, isto com a pandemia parou também um bocado, mas agora que estão as coisas a começar e eu sinto-me presa, pronto. Não é igual, sinto-me um bocadinho triste, mas há prioridades na vida e o meu neto está primeiro.

A sua participação em atividades socioeducativas também sofreu uma redução, limitando-se apenas a frequentar as aulas de ginástica sénior. Se numa primeira fase a transição para a inatividade laboral assume o tipo de “transição-reprodução” (Thierry, 2006), “reforma-consumo” (Guillemard, 2002) ou “continuação” (Hornstein & Wapner, 1985). A fase posterior assume uma “transição-rutura” (Thierry, 2006), “reforma-consumo” (Guillemard, 2002) ou “novo começo” (Hornstein & Wapner, 1985).

Para Fernando, a entrada no desemprego pode ser entendida como forma de escape e de bem-estar. Em condição de inativo por opção há mais de uma década, este tempo poderá ser percebido como tempo pré-reforma. A sua entrada na reforma não difere muito da idealizada quando se encontrava profissionalmente no ativo. O seu tempo de reforma é vivido de maneira tranquila, sem *stress* e sem horários rígidos. A entrada para a transição para a inatividade laboral/reforma foi motivada por um evento trágico, e a angústia que sente é minimizada por o seu intenso envolvimento em atividades. Juntamente com as funções político-partidárias que executa, Fernando participa em diversas atividades socioeducativas e associativas. A sua entrada para a reforma enquadra-se no tipo “transição-reprodução” (Thierry, 2006) ou “continuação” (Hornstein & Wapner, 1985).

Com base no paradigma de envelhecimento ativo, considera-se que o período de reforma pode ser dedicado ao exercício de uma atividade produtiva, sendo as experiências e o sentido

atribuído que determinam a condição de reformado. Portanto, a postura adotada na relação entre a reforma e o mercado de trabalho tem impacto no momento da entrada para a inatividade laboral. Neste sentido, momento da passagem para a inatividade não configura uma realidade homogênea, nem a obrigação de abandonar a vida profissional remunerada/ativa em determinada idade. No momento da passagem para a reforma, o indivíduo adquire um novo *status* social, que pode desencadear efeitos negativos. Por forma a contrariar ou minimizar esta situação, vários autores defendem uma passagem gradual para a reforma ou o prolongamento da vida profissional (Cabral et al., 2013; Calha, 2015; Fonseca, 2004, 2011, 2012; Rosa, 2012; Simões, 2006). Posto isto, os principais fundamentos que induzem ao prolongamento da entrada para a inatividade laboral são demarcados pelo papel de destaque que as atividades profissionais desempenham na vida dos indivíduos, pela importância atribuída ao exercício de uma atividade profissional ou pela necessidade económica (Cabral et al., 2013; Cabral & Ferreira, 2013; Caradec, 2009; Fonseca, 2012).

Esta linha de pensamento é sustentada por João, que preferiria vivenciar uma transição para a reforma de forma progressiva e mais flexível.

gradual, lentamente, em vez de fazer oito horas diárias, fazer quatro horas, por exemplo. Eu acho que seria mais fácil para as pessoas se irem habituando a estar o tempo todo depois sem fazer nada. (João)

A valorização e satisfação perante o trabalho impulsionada pelo interesse em manter o *status* e o reconhecimento social legitima o prolongamento da vida profissional após a passagem para a reforma. Durante o período de transição, os reformados procuram manter o tipo de atividades e o mesmo ritmo. Tendo como referência o perfil “transição-reprodução” do modelo de transição proposto por Thierry (2006) e o perfil “continuação” apresentado por Hornstein e Wapner (1985), a continuação das atividades previamente desenvolvidas e ritmo de trabalho, são os principais motivos para que os indivíduos não identifiquem uma alteração significativa na transição para a reforma (Ana e António).

António iniciou a sua vida profissional desde muito jovem e manteve um percurso profissional dentro da mesma área. Desde criança, ajudava a família na agricultura e, mais tarde, trabalhou como vendedor de produtos hortícolas até se estabelecer por conta própria e abrir um estabelecimento de produtos afetos à agropecuária. Aos 65 anos, perante a sua entrada administrativa na reforma, entrega o negócio aos filhos, continuando envolvido na sua atividade

profissional devido à satisfação e valorização pelo trabalho, bem como pela necessidade de ajudar os filhos. A entrada para a reforma permitiu a António uma maior liberdade de uso do tempo, possibilitando participar em atividades socioeducativas. Experienciando uma transição para a inatividade de forma satisfatória, António refere que, se pudesse voltar a trás, teria optado por uma entrada para a inatividade profissional precoce. Com a entrada na reforma, António não identifica grandes alterações ao nível de atividade e ritmo pós-reforma. Integrando-se no perfil “transição-reprodução” do modelo de transição proposto por Thierry (2006) e no perfil “continuação” patenteado por Hornstein e Wapner (1985). No entanto, contrariamente à sua ação de optar pelo prolongamento da vida ativa, António caracteriza a passagem para a reforma como momento em que os indivíduos abandonam as suas responsabilidades profissionais e se dedicam a atividades de caráter mais hedonista. Este tipo de transição e adaptação à reforma vai de encontro com um perfil de “transição-transposição” (Thierry, 2006) ou com o modelo de “reforma-lazer” proposto por Guillemard (2002).

No caso de Ana, a transição para a inatividade laboral foi marcada por diferentes circunstâncias. Em consequência do papel central que o trabalho desempenhou na sua vida, aos 60 anos, opta por entrar na reforma. No entanto, os seus planos consistiam em prolongar a sua vida profissional informalmente e realizar um afastamento gradual e mais flexível da atividade profissional, substituindo-a pelo desenvolvimento de outras atividades. Todavia, os acontecimentos experienciados afastaram a realidade vivenciada da desejada. Impossibilitada de entrar diretamente na condição de reformada, passou pelo desemprego, o que lhe proporcionou igualmente, a oportunidade de uma transição gradual para a inatividade laboral. Poucos anos depois, confrontada com um problema de saúde, Ana vê-se obrigada a interromper a sua atividade laboral e reorganizar o uso do seu tempo.

foi o caos, é que tive de parar mesmo. Ai é que não fazia nada. Não podia.

Inicialmente focada na sua recuperação, o seu tempo era preenchido com atividades de caráter funcionais relacionadas com a manutenção pessoal do seu dia-a-dia, melhoria do estado de saúde e desenvolvimento pessoal. Após a sua recuperação, as atividades são direcionadas para a família e a casa. Posteriormente, começou a participar em atividades de caráter mais hedonista, que lhe aportaram grande satisfação com a vida. A transição para a inatividade pode ser caracterizada em diversas fases, como se depreende pela vivência de Ana. Um primeiro momento corresponde ao período entre a entrada no desemprego e a interrupção abrupta da sua atividade

profissional, em que Ana dá continuidade às atividades previamente desenvolvidas e manteve o ritmo de trabalho. Neste período, Ana não identificou uma mudança significativa entre o tempo de atividade profissional e o tempo de reforma, o que está em linha com o perfil “transição-reprodução” apresentado por Thierry (2006) e o perfil “continuação” definido por Hornstein e Wapner (1985). Segundo Thierry (2006), o prolongamento da atividade profissional com o perfil de “transição-reprodução” pode evidenciar uma forma de negar o envelhecimento, efetivamente, este aspeto ainda não foi interiorizado por Ana.

as pessoas têm de se convencer que a idade conta. E eu que tenho de deixar de pensar que sou nova.

O segundo momento de transição ocorre quando se encontra incapacitada de trabalhar, característica dos tipos de transição: “transição-rutura” ou “rutura imposta”, de acordo com os perfis criados por Thierry (2006) Hornstein e Wapner (1985), respetivamente. O terceiro momento de transição pode ser considerado a partir do desenvolvimento de atividades de natureza mais hedonista, que complementa com atividades familiares e domésticas. Pese embora as dificuldades sentidas no início da entrada da reforma, Ana considera que a vida de reformada é mais satisfatória. As condições financeiras e sociais que possui confere-lhe a oportunidade de vivenciar o tempo de inatividade laboral de acordo com as expectativas preexistentes, realizando atividades significativas e prazerosas, o que é consistente com a tipologia de modelo de “reforma-consumo” proposto por Guillemard (2002).

Esta afirmação é patenteada por um estudo publicado por Cabral e Ferreira (2013), em se constatou que os reformados consideraram que viviam melhor no tempo da reforma em comparação com o tempo que realizavam uma atividade profissional.

Quando o motivo para o prolongamento da atividade profissional é de ordem financeira, pode estar relacionado com o baixo valor remuneratório e ao baixo valor das pensões reforma, o que pode criar a necessidade de prolongar a atividade remunerada, ideia também consubstanciada por Conceição e João.

Fonseca (2012) menciona que muitos trabalhadores desejam uma passagem para a reforma realizada gradualmente, o que tem impactos positivos no bem-estar e na adaptação ao envelhecimento e ao tempo de reforma, pois preserva a identidade do sujeito e os seus objetivos de vida, contribuindo simultaneamente para a manutenção de uma vida ativa e participativa.

Todavia, a ausência de antecipações de entrada na reforma por parte dos indivíduos retratados que se encontram no ativo leva a que mencionem que a sua passagem para a reforma deverá ocorrer na idade estipulada por lei, muito embora as expetativas apresentadas não diferem muito das mencionadas pelos sujeitos que já passaram para a reforma.

Com uma vida profissional muito ativa iniciada precocemente aos 14 anos, Lurdes passou por várias reestruturações profissionais. Da opinião que a sua entrada para a reforma deverá acontecer na idade preconizada por lei, admite que desejaria que ocorresse logo que reunisse as condições exigidas ao acesso à reforma sem penalizações.

Eu gostava de ir para a reforma ainda com saúde para passear, para viajar e ser proativa. Ir para a reforma numa altura que ainda tivesse agilidade suficiente e mobilidade para fazer mais voluntariado. Dedicar-me mais à questão do voluntariado. Eu às vezes falo da reforma ou da pré-reforma porque acho que ainda devíamos ir ainda com alguma capacidade para ainda sermos úteis a outras pessoas e não irmos para a reforma já quase caquéticos.

Pese embora, se considere preparada para a entrada na reforma no momento não se imagina na condição de reformada, dado que, o trabalho ainda representa um papel importante na sua vida.

O percurso profissional de João é pautado por várias mudanças de mobilidade, maioritariamente de tipo descendente. As suas expetativas relativamente à entrada na reforma são que esta ocorra na idade normativamente estabelecida e de forma gradual. Quanto a uma possível entrada antecipada na reforma acredita que teria consequências negativas na sua vida. Na sua opinião a maior alteração que irá sentir com a entrada na reforma será a nível económico-financeiro. Além disso, João tem a intenção de manter a sua participação ativa na sociedade, frequentando as mesmas atividades socioeducativas e desenvolvendo novas atividades.

Por outro lado, com um percurso profissional iniciado aos 12 anos Rosa anseia pela entrada na reforma antecipada. Com várias reorganizações profissionais, já tentou antecipar a entrada na reforma que viu negada. Os planos de Rosa consistiam em abandonar a sua atividade profissional e passar a dedicar-se ao desenvolvimento de atividades anteriores que conjugava com novos tipos de atividades. Na sua perspetiva, a entrada na reforma irá permitir uma melhoria no seu bem-estar psicológico. Quanto a possíveis dificuldades que possa encontrar, apenas faz referência à gestão do tempo. Porém, o nascimento do neto e o agravamento do estado de saúde do marido obrigaram que procedesse a uma reorientação do tempo disponibilizado para a realização de

atividades de carácter hedonista, para o desenvolvimento de atividades centradas na solidariedade familiar. Esta situação é referenciada como um impedimento para a prática de atividades mais consentâneas com os seus interesses. Ainda assim, objetiva que a situação se altere possibilitando que vivencie uma transição para a inatividade mais coerente com o que tinha inicialmente idealizado.

A heterogeneidade do ator social que se manifesta nos retratos analisados, impossibilita estabelecer uma relação direta entre o tipo de experiência vivenciada durante a transição para a inatividade e os principais fatores que influenciaram essas vivências, assim como os motivos e as dinâmicas socioeducativas presentes. Verifica-se ainda algumas dissemelhanças nos resultados obtidos entre os indivíduos participantes neste estudo. Se por um lado, os inquiridos que relataram alterações com a entrada na reforma são, na sua maioria, os que se reformaram antecipadamente devido a questões relacionadas com o estado de saúde, seguidas pelo desemprego e o tempo contributivo. Por sua vez, os retratados que sentiram alterações significativas com a entrada na inatividade foram os que se reformaram de forma imposta devido a problemas de saúde ou desemprego. No entanto, também foram identificados reformados que entraram na reforma antecipada através desemprego, a par dos que optaram por prolongar a atividade profissional após a entrada para a inatividade, os que experimentaram uma melhor adaptação à inatividade laboral. Neste sentido, a forma como ocorre a entrada para a reforma emerge como um fator diferenciador. Além disso, o principal motivo que leva os reformados inquiridos a optarem por continuar uma vida profissional ativa é de natureza financeira, enquanto o retratado que optou pelo prolongamento da sua atividade profissional foi pelo gosto da atividade desenvolvida, a solidariedade familiar e pelo objetivo de se manter ocupado. É importante salientar que um dos sujeitos retratados, ainda inserido no mercado de trabalho, aponta para a possibilidade de precisar prolongar a sua vida laboral devido a motivações de ordem financeira.

A entrada na inatividade laboral é regularmente identificada como tempo de entrada na velhice, associada a estereótipos e preconceitos opressores e discriminatórios que rotulam o indivíduo como um ser inútil, incapaz e inabilitado (Oliveira, Oliveira & Scortegagna, 2010; Simões, 2006).

Segundo os entrevistados, a reforma está associada à terceira idade e à velhice (Conceição, Fernando, Lurdes e Rosa).

[Associo] reforma a uma idade, não ao envelhecimento, mas o facto de nós irmos para a reforma significa que temos já uma idade avançada. (Lurdes)

Vale ressaltar que as ruturas biográficas que surgem nesta etapa (viuvez ou morte de um ente próximo, separação ou doença) podem desencadear sentimentos que refutam um envelhecimento ativo e, em decorrência, a falta de uma boa adaptação à transição para a inatividade. Não obstante, os processos de adaptação às mudanças de *status*, como por exemplo, o nascimento de um neto, pode gerar sentimentos ambivalentes, se são motivos de alegria, também é verdade que podem condicionar os tempos de vida, requerendo uma reconfiguração do tempo livre para um tempo com ocupações com a família.

Considerando esta perspectiva, torna-se de extrema importância que os indivíduos desfrutem de uma transição para a inatividade e condição sénior bem-sucedida, contemplando uma boa qualidade de vida, um bem-estar subjetivo ótimo e a satisfação geral com a vida, concorrendo para um processo de envelhecimento favorável. A forma como se efetiva a entrada para a inatividade e como é experienciada pelos entrevistados pode gerar impactos e/ou mudanças positivas e/ou negativas, envolvendo ganhos e perdas, dependendo das situações, mudanças ocorridas, dos objetivos, das expectativas e da percepção que cada indivíduo tem em relação à inatividade profissional. Com base nas experiências de outros reformados, António identifica diversos fatores que impactam na fase de transição e adaptação à inatividade laboral que podem compartilhar vários tipos de perfis de transição e adaptação.

Eu acho que isso depende de pessoa para pessoa. Sei que algumas dizem que já estavam cheios de trabalhar, que já era altura de os novos irem trabalhar, sabe que dantes começávamos a trabalhar muito cedo e as pessoas estavam cansadas. Depois depende de como encaram estar em casa, de como eles passam o tempo, há aqueles que passeiam muito e os que ficam mais por casa. As pessoas depois não sabem o que fazer, o tempo não passa. (António)

No conjunto das transformações que se podem se manifestar durante o período de transição para a inatividade laboral, cuja ocorrência acarreta vicissitudes capazes de provocar um impacto negativo, contrariando e complexificando uma boa adaptação à entrada na reforma, importa destacar as seguintes: aspetos de ordem financeira, estilo de vida, uso do tempo, condições do estado de saúde, vida conjugal, esfera familiar, interações sociais, mudança de residência e identidade pessoal e social (Fonseca, 2011). A quebra de rotinas, a diminuição dos contatos sociais e a limitação em se envolver em atividades foram apontados por Lurdes como possíveis

desafios a enfrentar. As condições de saúde, o valor da pensão de reformas e a falta de apoio são dificuldades referidas por Domingos. A questão financeira é reforçada por João.

Outro aspeto de suma relevância a ser evidenciado diz respeito aos impactos e alterações significativos percebidos durante a transição para a inatividade profissional e a entrada na reforma, ao nível da condição de saúde e de bem-estar do indivíduo e respetivas famílias (Domingos, Joaquim e Maria). Efetivamente, a transição para a inatividade não afeta unicamente o sujeito que a vivencia, as alterações surgidas têm repercussões mais ou menos significativas no contexto familiar, podendo desencadear sentimentos de frustração. No caso específico de Joaquim, um dos impactos percebidos no âmbito familiar está relacionado às mudanças de planos do seu filho, que, perante a situação profissional do seu pai, decide interromper os seus estudos e ingressar no mercado de trabalho.

A entrada do cônjuge na transição para a inatividade também implica mudanças e adaptação a essa fase. Se para Fernando a entrada da esposa para a inatividade foi vivenciada negativamente, Maria reporta uma experiência contrária, percecionando a entrada do marido para a reforma como profícua.

ajuda-me porque tenho com quem conversar, com quem desabafar e tenho alguém que me faça companhia, não estou só, não estou tão isolada. Por isso, para mim, foi bom. Aliás a única pessoa que eu tenho abertura para falar ou desabafar é com o meu marido. A única pessoa que eu até posso aborrecer é o meu marido, com quem desabafo. (Maria)

No que diz respeito aos participantes inquiridos, os dados recolhidos sugerem que variáveis como a preparação ou a falta de preparação para essa fase da vida, a presença ou ausência de projetos futuros, a relação com o emprego e condições de saúde, nomeadamente aspetos psicológicos, estão estatisticamente associadas às mudanças ocorridas na transição para a inatividade laboral.

O tempo de inatividade, particularmente, o tempo reforma é, similarmente entendido como tempo de ajuda e de solidariedade familiar (Le Borgne-Uguen, 2001; Legrand, 2001; Pennec, 2001) e social, grande medida em virtude dos novos papéis sociais assumidos pelo “novo reformado”, consequência de disposições culturais e sociais. As novas condições e configurações familiares e interpessoais, tais como o nascimento de um neto, o emprego dos filhos ou a limitação/dependência de um familiar ou amigo, podem exigir a necessidade de um acompanhamento e/ou cuidados especiais, frequentemente impostos pela sociedade ou

assumidos pelo próprio indivíduo como uma responsabilidade do “novo reformado” que passa a assumir o papel de cuidador. Em decorrência do exposto, os indivíduos reformados, ao reestruturarem os seus tempos de vida em prol do cuidado dos outros, podem experimentar a coexistência de sentimentos antagónicos, tais como felicidade/tristeza, satisfação/insatisfação, ânimo/deceção, entre outros (Ana, Maria, Conceição, Domingos, João e Rosa).

A entrada na reforma pressupõe o recebimento de uma pensão de velhice, ocasionando, assim, uma flutuação no capital económico. Os dados obtidos evidenciam que os indivíduos retratados que registaram um aumento de capital económico através da pensão de velhice, o que contribui para a melhoria das suas condições de vida, foram: Conceição que se encontrava no desemprego de longa duração e Fernando em condição de inativo sem compensação financeira.

Se no caso de Fernando, cujo período de inativo perdurou por mais de uma década, em que a sua única fonte de rendimento pessoal consistia na gratificação pelo trabalho prestado como membro de um órgão social de instituição governamental, com a sua entrada administrativa na reforma passou a usufruir de várias pensões de reforma que acumula com o valor da gratificação, obtendo um aumento de capital económico.

Do mesmo modo, é possível perceber que a entrada na reforma de Conceição foi acompanhada por um aumento financeiro. Sem exercer uma atividade profissional desde os 52 anos, a transição para a inatividade é caracterizada por uma situação híbrida que oscilava entre a o desemprego e o pagamento de contribuições, até à entrada na condição de reforma. Além de passar a receber a pensão de reforma, o aumento financeiro também se fez sentir pelo facto de não ter de desembolsar para o pagamento de contribuições à Segurança Social.

Por outro lado, os dados obtidos revelaram que entrada para a inatividade pode inclusive ser acompanhada de impactos económicos desfavoráveis, resultando em uma redução do capital económico devido ao valor inferior da pensão comparativamente ao valor da remuneração auferida durante a atividade profissional (Ana, Domingos, Joaquim e Maria).

Como já referido, análise aos dados revelam que os projetos realizados por Ana para a transição para a inatividade laboral sofreram algumas modificações, visto que a intenção de prolongar a vida ativa foi interrompida em virtude de questões de saúde, resultando na incapacidade para continuar a desempenhar funções profissionais remuneratórias, o implicou uma diminuição do poder económico.

Domingos, por sua vez, entrou para a reforma antecipada por opção própria, começando a planear a reforma antecipadamente, almejando uma pensão de velhice superior, aumenta as

contribuições à Segurança Social. No entanto, os seus planos não foram bem-sucedidos devido às alterações das políticas sociais e de emprego, o que resultou no usufruto de um valor de pensão de velhice inferior ao idealizado.

No que concerne a Joaquim, os impactos financeiros surgiram quando foi para o desemprego, agravando-se na entrada para a reforma, obrigando-o a repensar nas suas prioridades financeiras.

Houve realmente uma perda em termos económicos, dinheiro que entrava e começou a entrar menos. Houve aí uma perda que a gente foi gerindo isso da melhor maneira e depois habituamo-nos, se não se pode fazer isto, não se pode fazer aquilo, ou cortamos aqui ou temos de cortar acolá, naquilo que é menos essencial para a nossa vida. E pronto, é assim que se resolve e para continuar a vida tem de ser assim. (Joaquim)

A entrada na reforma antecipada por motivos de doença causou consequências financeiras consideráveis a Maria.

em relação a mim eu acho que foi uma injustiça muito grande, porque é assim, eu quando fiquei reformada fiquei a ganhar 200 e tal euros e o meu ordenado era de 500 e tal euros. (Maria)

Ficou patente neste estudo, que o abandono ou a diminuição do exercício de atividades profissionais representa um acréscimo de tempo livre, o que torna imperativo a formação de novos padrões de gestão do dia-a-dia, mediante a reorganização e/ou ocupação dos tempos de vida de forma a propiciar uma boa adaptação a este novo estágio de vida. Se alguns indivíduos assumem a entrada para a reforma como tempo de descanso, outros encarram-na como oportunidade para substituir o tempo dedicado à atividade profissional por um tempo dedicado à participação em atividades prazerosas, gratificantes e significativas. Neste sentido, as dificuldades encontradas podem estar relacionadas com a complexidade em encontrar atividades satisfatórias ou pelo impedimento de participação e/ou frequência, devido a motivos de ordem pessoal, familiar, social, cultural ou ainda por limitações de recursos económicos e contextuais, como a inexistência de atividades pretendidas nas proximidades, entre outros fatores. A ocupação e reorganização dos tempos de vida na fase de transição para a inatividade laboral emergem como uma das mais significativas alterações manifestadas pelas pessoas entrevistadas, prolongando-se em alguns casos ao longo do tempo de reforma.

Um outro contratempo que pode ser vivenciado na transição para a reforma, destacado pelos entrevistados, prende-se à dificuldade em encontrar atividades com interesse, o que pode desencadear um sentimento de perda de atividade com prejuízo na adaptação para a reforma. Experiência vivenciada pela esposa de João no momento da transição.

Ela estar na reforma, a dificuldade maior foi ela ocupar o espaço todo dentro casa, hoje por exemplo, até tem uns *part-time* para poder sair de casa, porque ela chegou a um ponto que estar dentro de casa, o lidar com a vida de casa durante muitas horas, as pessoas também cansam. E também ela saía de casa, mas voltava logo e aí foi uma fase muito difícil para ela para se ocupar. Porque quando eu chegava a casa ela dizia que estava cansada e não fazia nada. (João)

Em relação às vivências dos entrevistados, pese embora Ana e Domingos terem mencionado o desejo de se envolverem na prática outro tipo de atividades na fase de transição, isto não se mostrou como um fator preponderante na adaptação à reforma, visto que frequentam outras atividades consideradas satisfatórias.

A existência de redes sociais de apoio formais e/ou informais, assume uma relevância ímpar no processo de envelhecimento, sobretudo nos momentos mais “críticos” da trajetória de vida, tais como a fase de transição para a inatividade laboral e a subsequente adaptação à reforma. A integração em redes de apoio possibilita aos sujeitos vivência favorável e bem-sucedida dessa etapa da vida (Cabral et al., 2013; Chiesa e Sarchielli, 2008; Fernández-Ballesteros, 2010; Paúl, 2005; Walker, MacBride & Vachon, 1977). As redes familiares são caracterizadas pelos indivíduos retratados como de grande importância, funcionando como suporte no momento de passagem para a inatividade, mais concretamente, no apoio afetivo e instrumental (Ana, Maria, Conceição, Joaquim e Lurdes) e na motivação para a participação em atividades demonstrada por todos os reformados. Por outro lado, as redes de amizade, não se comportaram todas de igual modo, se uns receberam apoio dos amigos e colegas, outros pelo contrário (Ana, Fernando e Domingos). A relevância das redes sociais é igualmente evidenciada pelos inquiridos, os quais demonstram um elevado nível de satisfação com os familiares e amigos, assim como, uma constante interação e contatos. Destaca-se, adicionalmente, que os dados recolhidos apontam para uma tendência de maior proximidade e satisfação com as redes de amigos em detrimento das redes familiares à medida que a idade avança. Este fenómeno pode ser atribuído à maior identificação dos indivíduos com os seus pares. Os resultados destacam ainda que os sentimentos e as experiências menos

positivas vivenciados na transição para a inatividade laboral podem ser mitigados pelos sentimentos de satisfação gerados das redes de sociabilidades. Estes resultados estão em consonância com diferentes estudos já elencados anteriormente, tais como Calha (2014) e Chiesa e Sarchielli (2008), entre outros.

Quanto ao apoio institucional recebido na transição para a inatividade profissional foi identificado por Maria e Domingos. Maria da parte da equipe médica que a acompanhou e Joaquim pelo funcionário administrativo da Junta que preencheu os formulários para a reforma. No entanto, pese embora não terem recebido nenhum apoio institucional, defendem que o Estado deveria ter um papel mais interventivo, como irá ser fundamentado num próximo ponto.

Conscientes da influência que a transição para a inatividade profissional exerce sobre a adaptação ao tempo de reforma, por forma a minimizar as dificuldades de adaptação e providenciar novas oportunidades as pessoas entrevistadas destacam diversas estratégias. As principais medidas implementadas a nível pessoal todos apontam para o interesse no desenvolvimento de atividades, concorrendo para uma vida socialmente ativa e reforço do capital social. A manutenção das rotinas (Lurdes e Maria), aceitação da sua condição profissional (Ana e Domingos), procurar estabilidade financeira (Ana, Conceição, Domingos e Rosa) e, preparar a entrada na reforma.

A preparação para a inatividade laboral amplamente reconhecida por diversos autores como um elemento fundamental para uma boa adaptação a esta fase de vida (Barros de Oliveira, 2005; Caradec, 2008; Cerqueira, 2010; Chiesa & Sarchielli, 2008; Duarte & Melo-Silva, 2009; M. Ferreira, 2013; Fonseca, 2004; Generoso, 2013; Goodwin & O'Connor, 2014; Heaven et al., 2015; IDS, 2001; Loureiro, et al., 2014; Neto, 2010; Simões, 2006; Topa e Alcover, 2015; van Solinge & Henkens, 2005; Wang & Shultz, 2009). Muito embora seja uma prática pouco desenvolvida em Portugal, os indivíduos reconhecem os efeitos positivos do planeamento e preparação para a reforma.

Ao analisar o discurso dos retratados, constata-se que todos percecionam a necessidade de preparar a entrada para a reforma. No entanto, essa preparação não se manifesta necessariamente através da frequência de ações de formação a respeito desta temática. Na prática, a preparação realizada está relacionada com o planeamento e mobilização dos recursos necessários à concretização das expectativas de transição e adaptação idealizadas.

A preparação efetuada por aqueles que optaram por antecipar a sua entrada na reforma focaram essencialmente no plano económico (Conceição e Domingos). No seu planeamento para

o tempo de reforma António optou pelo prolongamento da sua atividade profissional. Por sua vez, Ana planeou a entrada na reforma antecipada por razões económicas, pese embora, as mesmas razões aliadas ao sentimento de valorização da atividade profissional, foram mencionadas como motivo para prolongar a vida ativa. Todavia, nem todos conseguiram realizar os seus planos conforme o idealizado, como foi o caso de Ana, Domingos e Conceição. Esta última apesar de ter planeado a sua entrada na reforma antecipada, não tem esse entendimento.

Nunca pensei nisso, talvez deva haver pessoas que pensem, “Olha, eu quando for reformado ...”, nunca pensei não, acho que não será importante, para mim não foi. Eu entrei na reforma de uma forma natural, para mim foi seguir o ritmo. As pessoas que estão ainda no ativo e que estão prestes a entrar na reforma, se calhar eu era capaz de pensar: “Olha! Vou ocupar o meu tempo de outra forma”. Era capaz de ter essa preparação antes e ir mentalizando que vou fazer isto, vou fazer aquilo, isso é importante, realmente é, mas eu nunca pensei pronto. (Conceição)

Os que se encontram profissionalmente no ativo declaram já terem planeado ou pensado na ida para a reforma (Lurdes, João e Rosa). Por sua vez, Maria e Joaquim, que experienciaram uma entrada para a reforma compulsiva, não prepararam nem planearam a sua transição para a inatividade.

Em função do exposto e considerando os múltiplos enfoques apresentados, conclui-se que as experiências e perspetivas destacadas pelos sujeitos retratados em relação à transição para a inatividade vão de encontro com as vivências e significados atribuídos pelo público inquirido e pela literatura de referência. Os dados obtidos evidenciam que uma boa adaptação ao tempo de inatividade laboral está intrinsecamente relacionada à forma como fase de transição para a inatividade e condição sénior seja vivenciada, existindo requisitos considerados indispensáveis para a sua ocorrência. Especificamente:

- i) dimensão pessoal – características pessoais, familiares e culturais; determinantes comportamentais e ambientais;
- ii) dimensão económica e laboral - flexibilidade de acesso à reforma e melhores condições financeiras;
- iii) dimensão social - igualdade de direitos; participação ativa na vida da sociedade e familiar; existência de redes de sociabilidade; boas condições de proteção social;

iv) dimensão política – implementação e concretização de políticas públicas sociais, em particular de educação de adultos.

Importa enfatizar que, quando a transição para a inatividade é empreendida de forma voluntária, por escolha pessoal, verifica-se uma tendência de adaptação satisfatória a esse período de mudança. Nesses casos, os indivíduos apresentam maior probabilidade de enfrentar a nova fase de vida com uma postura positiva e uma melhor capacidade de lidar com as mudanças e desafios inerentes a essa transição. A decisão voluntária de adentrar na inatividade pode ser fundamentada por uma variedade de razões, tais como almejar uma melhor qualidade de vida, a valorização de outras esferas da vida e o desejo de se dedicar a projetos pessoais, familiares ou de autocuidado. Além disso, a entrada voluntária na inatividade proporciona aos indivíduos um maior senso de controle e autonomia sobre sua própria vida. O que lhes permite planejar e organizar os seus tempos de vida, estabelecer novas metas e interesses, e se envolverem ativamente em dinâmicas socioeducativas significativas, o que contribui para uma melhor adaptação à transição para a inatividade laboral e condição sénior. No entanto, salienta-se que a experiência individual da transição para a inatividade pode variar consideravelmente, mesmo quando ocorre de forma voluntária. Cada pessoa possui contextos de vida, recursos, interesses e demandas particulares que juntamente com as suas percepções e experiências de vida podem influenciar a sua vivência dessa fase. Portanto, embora a escolha voluntária possa favorecer uma adaptação mais positiva, é fundamental considerar a singularidade de cada indivíduo e as particularidades dos seus trajetos de vida.

2. Dimensões que caracterizam a condição sénior

Neste ponto procura-se conhecer as dimensões que caracterizam a condição sénior a partir das experiências e percepção dos indivíduos. Como argumentado no Capítulo I, a condição sénior é socialmente (re)definida atendendo às diferentes formas de perceber o processo de envelhecimento. As construções acerca das idades de vida adulta são o resultado das várias percepções e representações sociais e políticas que os sujeitos conferem ao processo de envelhecimento e aos conceitos de velhice, idoso, terceira idade, quarta idade, velho e sénior (Barros de Oliveira, 2005; Beauvoir, 1970; Bourdelais, 1993; Cabral et al., 2013; Calha, 2014, 2015; Capucha, 2014; Caradec, 2009, 2010; Debert, 1997, 1999; A. A. Fernandes, 1997, 2016; A. T. Fernandes, 2005; Fonseca, 2006, 2011; Fontes, 2014; Guillemard, 1980, 1983, 1986;

Lenoir, 1979, 1998; Lima & Viegas, 1988; Neri, 2009; Pankow & Solotoroff, 2007; Papaléo Netto, 2007; Rosa, 2014, Schneider & Irigaray, 2008; Silva, 2008; Simões, 2006; F. Sousa, 2010; Veloso, 2004, 2007, 2011).

Na análise aos retratos sobre o processo de envelhecimento e a construção das idades na fase de vida adulta, depreende-se que estas questões não são objeto de reflexão por parte dos entrevistados. Ao serem questionados sobre o significado que atribuem a um determinado termo, a reflexão feita e/ou provocada tendo por comparação a sua condição, resulta frequentemente na ressignificação do termo em questão. Consta-se igualmente que alguns dos entrevistados têm presente os efeitos da influência cultural, política e social no *construto* de concepções. A título de exemplo, no que diz respeito ao conceito de velhice, Lurdes menciona:

acho que antigamente, o conceito de velhice as pessoas eram muito mais novas, por exemplo: eu quando era criança ou adolescente, para mim uma pessoa com 50, 60 anos já era uma pessoa velha, ou seja, a mentalidade e a cultura das pessoas foram evoluindo. (Lurdes)

Do mesmo modo, a sociedade instiga a concepção de sénior como está patente no discurso de Lurdes,

A sociedade por si só já define ou assume que uma pessoa acima dos 60 é sénior, ou seja, não é avaliado caso a caso, o individuo individualmente, é no geral. (Lurdes)

Partindo de uma perspetiva geral, as pessoas retratadas associam a velhice e o ser “velho” à condição de doença e de dependência, e não necessariamente à questão de idade. Isto ocorre em virtude de possuírem uma boa perceção acerca do seu estado de saúde e das suas capacidades funcionais, considerando ser uma questão de atitude.

A velhice, ... há pessoas ainda mais novas do que eu e provavelmente já se sentem mais velhas, porque têm problemas de saúde, problemas psicológicos e essa coisa, até mais novas do que eu e podem até sentir-se mais velhas. Agora a velhice se as pessoas se sentirem como eu, não se vão sentir velhas. Agora, aquelas pessoas que começam a pensar: “é já tenho sessenta anos”, se estiverem constantemente com isso na cabeça, envelhecem muito mais rápido. (Conceição)

No que diz respeito ao termo “velho”, este pode ou não ser assumido com base na idade e das condições pessoais relativas a cada sujeito. Para Lurdes uma pessoa velha pode ser representada pela idade, Conceição e Joaquim têm opiniões contrárias.

António reputa sénior e velho como similares, relacionando-os com a idade da reforma, mas em confronto com a sua própria condição, “velho” passa a significar declínio.

Ser sénior é ser velho, quando vamos para a reforma. Quando começamos a ficar velhos e não podemos fazer nada . . . ainda não sou velho, mas também não sou novo, acho que estou a ficar velho, ainda não sou, porque ainda tenho muita saúde.

Em sua maioria, os entrevistados conceptualizam vários termos, como velho, idoso, sénior, terceira idade e reformado, como sinónimos, em concordância com as suas perceções e vivências do processo de envelhecimento.

Os significados que Fernando atribui à velhice, terceira idade, sénior e reformado, apresentam muitas incertezas. Se inicialmente, define estes conceitos como sinónimos, após uma breve reflexão sobre a sua condição de reformado e, como se sente jovem, a reforma deixa de estar associada à velhice e à terceira idade. A velhice, terceira idade e sénior passam a estar associados à dependência e finitude.

Na opinião de Domingos, sénior, idoso e terceira idade e velho são equivalentes e ocorrem com a entrada para a reforma.

uma pessoa a entrar na idade, é a tal velhice, quando se começa a pensar que o fim está próximo, é quando uma pessoa começa a pensar: “Bem, eu ano menos ano vou com o . . .”, é uma pessoa que já não pode alcançar aquilo que alcançava enquanto era novo.
(Domingos)

Compartilhando esta linha de pensamento, encontra-se Ana para quem reformado, velho, idoso ou sénior são expressões com o mesmo significado. O uso do termo sénior acontece simplesmente pela razão de que velho “é uma palavra feia, porque sénior é mais bonito” (Ana).

Conceição define sénior como entrada na velhice, que ocorre a partir dos 60 anos, embora acredite que os indivíduos mais jovens têm uma perceção diferente.

já somos velhinhos. Os mais novos pensam que uma pessoa sénior já é uma pessoa velha, que já é uma cota, é isso que eles pensam. Eu vejo os meus filhos, às vezes estão a falar de uma pessoa com 40 e poucos anos e dizem aquela já é cota e eu digo: “- Ó meu filho,

estás a chamar-me velha, não vês que eu já tenho quase 60 anos! Uma pessoa com 40 e tal anos é nova, não é cota é nova.”, “- Ó mãe, para nós já é cota”. (Conceição)

Estes dados são similares aos obtidos pelos inquiridos que revelaram a existência de representações divergentes em relação aos conceitos em questão, nomeadamente “sénior”. Verificou-se que o termo “sénior” é amplamente utilizado pelos inquiridos para designar a terceira idade, frequentemente associada à entrada para a reforma. Constatou-se também, que os inquiridos mais idosos e na condição de reforma tendem a apresentar uma perceção mais negativa, relacionando “sénior” a um conjunto de limitações decorrentes de problemas de saúde ou com a dificuldades na resolução de problemas. Esta perspetiva contrasta com a opinião manifestada pelos inquiridos que se encontravam no ativo e com os retratos sociológicos.

Considerando os diferentes significados atribuídos às idades de vida pelos entrevistados, constata-se a existência de grandes ambiguidades recorrentes do confronto entre as perceções, representações sociais e políticas dos indivíduos sobre o processo de envelhecimento e as suas experiências vivenciadas ao longo dos seus percursos da vida. Segundo os mesmos, as etapas e tempos de vida são principalmente influenciados por fatores de natureza pessoal, comportamentais e de saúde, designadamente, a idade cronológica, capacidade funcional, condição de saúde e de bem-estar, apontando pistas para o que entendem por *condição sénior*. Na senda de Calha (2014, 2015) e Simões (2006) as diferentes configurações da *condição sénior* manifesta-se nas variadas formas de lidar com o processo de envelhecimento, o que torna as experiências do envelhecimento, a dimensão do agregado familiar, a perceção de qualidade, bem-estar, saúde e satisfação com a vida, juntamente com as políticas sociais, os seus princípios básicos distintivos. Durante o processo de envelhecimento, o percurso de vida é pautado por várias mudanças. No que respeita à idade adulta avançada, as transformações mais expressivas reportam-se ao fim da vida profissional ativa e às novas configurações do modelo familiar e social. As ruturas biográficas que ocorrem nesta fase de vida configuram-se como uma descontinuidade na vida, resultando em modificações nos quadros de existência com repercussões nas experiências, representações e formas diferenciadas de vivenciar a velhice. Como argumentado anteriormente, a transição para a inatividade laboral é percecionada e vivenciada de forma singular por cada indivíduo, em consequência das diferentes expectativas e experiências do percurso de vida, tornando-se parte integrante do processo de envelhecimento, concorrendo de forma relevante para a configuração da *condição sénior*. A cultura familiar e as redes de suporte social constituem

igualmente fatores que caracterizam a condição do idoso. No ponto anterior, enfatizou-se a importância das redes sociais no momento da passagem para a reforma, nesta parte da discussão, serão abordadas as mudanças mais significativas que ocorreram no período de transição para a inatividade laboral em termos de relações familiares e sociais.

No contexto da transição para a inatividade laboral e condição sénior, as redes familiares desempenham um papel importante de apoio no momento de passagem para a reforma. Na fase de transição, exercem influência na motivação para a participação em atividades, como evidenciado por todos os retratados em condição de reforma. Uma das maiores alterações e a mais frequente que tende a surgir com o avanço da idade é a passagem de uma vida familiar para uma vida a dois e, posteriormente, para uma vida a sós (Cabral et al., 2013).

A partir da análise das entrevistas, constata-se que a maioria dos entrevistados vivem em família, com uma maior frequência de famílias compostas pelo seu núcleo conjugal (Rosa, Fernando, Maria, Joaquim, Domingos e António). A dimensão e composição do agregado familiar, no caso dos entrevistados mais jovens e que se encontram no ativo apresenta características diferentes, sendo mais alargada, muito embora, não muito expressiva. Enquanto o modelo familiar de Lurdes é constituído pelo marido e pelo seu filho, o modelo familiar de João apresenta um arranjo diferente, agregado ao núcleo conjugal e ao seu filho, coabita com outros elementos familiares, o seu pai e uma irmã. A vida a sós é experienciada por Conceição e Ana, cada uma por motivos diferentes. Conceição vive sozinha (praticamente) desde a sua separação, os problemas financeiros que surgiram obrigou a que retomasse a sua vida afastada dos filhos. O percurso de vida solitário vivido por Ana é conseqüente da morte do seu marido, momento que revive com mágoa e responsável pela maior alteração de vida sentida.

A minha vida alterou depois de o meu homem ir. Ficou diferente depois dele morrer. Foi o que mais me marcou, perdi o meu pai, perdi a minha mãe, mas o meu homem... eu saí da minha casa tinha 21 anos e com o meu homem vivi 45 anos. (Ana)

Viver sozinho nem sempre é sinónimo de isolamento social ou solidão, como confirmado por Conceição e Ana, existindo outros fatores que condicionam e/ou influenciam essa condição, tais como: determinantes biológicos, de saúde, qualidade de vida e bem-estar e satisfação com a vida; o ambiente social (a relação com a família, a in(existência) de redes de suporte social e de sociabilidade, capital social, contexto social, ...); determinantes ambientais (local habitacional,

contexto sociocultural, contexto local, segurança e conforto, ...) e capital económico e profissional (condição financeira, padrões profissionais, ...); entre vários.

Apesar de viver sozinha, Conceição possui uma ampla rede de suporte social presente em toda a sua vida, o que lhe assegura capital social. Nascida no seio de uma família numerosa, foi da família que recebeu apoio aquando da sua separação, atualmente a nível familiar, estabelece maior contacto com os filhos e suas famílias, ainda que as interações desenvolvidas estão principalmente assentes no apoio e cuidados que presta, o que se intensificou desde o nascimento do neto. Em relação à interação social com as redes de vizinhança e de amigos, Conceição demonstra manter um contacto próximo com os vizinhos e amigos. A sua rede de amigos é composta por pessoas das várias esferas e tempos da sua vida, com maior predomínio de sujeitos que frequentam as mesmas atividades e em que os contactos se estendem a outros tipos de convívios. Além dos momentos de convívio, são elementos muito presentes na sua vida com quem pode contar em caso de necessidade, “são um motivo para eu sair de casa, conviver um bocadinho e sinto-me feliz assim”. Porém a situação experimentada após a sua passagem à reforma, com o nascimento do neto e a pandemia COVID- 19, reduziu exponencialmente a frequência dos seus contactos.

No caso de Ana, o seu ambiente social também exerce influências positivas na sua vida. Forçada a abandonar a sua vida profissional por razões de saúde, ainda em recuperação é confrontada com a morte do seu marido. Esta fase de adaptação e readaptação foi enfrentada com o apoio dos filhos. Esta rutura gerou uma reorganização da sua rede social, na esfera familiar as relações foram orientadas para a solidariedade e cuidado familiar, o que proporciona um sentimento de utilidade, de reconhecimento e de pertença. A rede de amizades é composta por pessoas do contexto de trabalho e de novas relações criadas através da integração em atividades socioeducativas, refere também, que essa rede de suporte social intervém muito positivamente no seu envelhecimento, além do convívio que proporciona, ajuda no combate à solidão. Dando preferência de interação com os amigos do que com os familiares. Já no que respeita à rede de vizinhança considera que pode contar com o apoio dos vizinhos se necessitar.

Os entrevistados que vivem acompanhados pelos seus cônjuges, têm por hábito frequentar as atividades socioeducativas de índole socioeducativo com os seus pares, à exceção de António e Maria. Maioritariamente, as suas redes familiares são ainda compostas pelos filhos e respetiva família, com quem mantêm contactos regulares e até diariamente (Fernando, Joaquim e António), apesar de não desenvolverem muitas atividades. O papel destas redes está mais orientado para a

solidariedade familiar, apoio e entajuda intergeracional, com os indivíduos retratados a assumir o cuidado e várias responsabilidades para com a família, cuidando dos netos e apoiando os filhos.

Os restantes vivem simultaneamente acompanhados por familiares, apresentam uma rede social familiar muito coesa, especialmente aqueles que vivem com os seus filhos em que a interação e a participação em atividades conjuntas é mais frequente (Lurdes e João). No caso de João, o cuidado prestado estende-se ao seu pai e irmã.

Com exceção de Maria, as redes de amizade são sinónimo de apoio, convívio, motivação e fonte de informação. A pertença a uma rede social também se traduz pela solidariedade inter e intrageracionais, além de proporcionar que os indivíduos recebam apoio, o contrário também é válido. De realçar o exemplo de Domingos, que visita frequentemente pessoas dependentes. Contudo, viver em família não significa que a pessoa não se sinta isolada e sem apoio, falta de uma rede de suporte pode gerar sentimentos contraproducentes (Maria).

O que eu sinto mais é a falta de apoio. A minha tristeza dentro de mim é a falta de apoio.

O meu problema é a falta de apoio familiar, eu própria, estudo o meu psicológico e o meu estado emocional, se fosse mais apoiada em termos familiares, eu era outra pessoa. Sinto-me muito só, na minha solidão. (Maria)

As redes de vizinhança desempenham de igual modo um papel importante no suporte aos indivíduos, uma vez que são compostas por pessoas que residem na proximidade e têm um conhecimento das rotinas, o que mais contribui para esse apoio informal. Além de oferecerem um mútuo apoio, conseguem se estender as relações de proximidade e de convívio (António, Domingos, Fernando e Rosa).

Os dados mencionados anteriormente corroboram com os resultados da análise aos inquéritos e diário de bordo, revelando um índice de satisfação dos participantes em relação às suas redes de sociabilidade bastante elevado, superando os apresentados por outras investigações, como o estudo de J. Ferreira (2007).

Envelhecer ativamente, em uma perspetiva mais holística, pressupõe manter-se fisicamente ativo através do envolvimento em atividades profissionais ou outras, e participar ativamente na sociedade de acordo com as necessidades, perspetivas e competências socioeconómicas, culturais, cívicas e espirituais de cada indivíduo, tendo como objetivo, melhorar as condições de vida, de saúde, a segurança e a participação (OMS, 2002, 2005). Considerado como elemento

fundamental para um envelhecimento ativo, a participação ativa na sociedade de pessoas adultas maduras e/ou reformadas, independentemente de estarem ou não envolvidos em atividade profissionais, proporciona a essa etapa um novo sentido de vida, permitindo que seja vivida como tempo de aprendizagens, ajustamento, desafios e oportunidades (Velo, 2004). Muito embora o termo “envelhecimento ativo” beneficie de alguma notoriedade desde 2012, ano em que foi decretado Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e Solidariedade entre Gerações (Guimarães & Antunes, 2016), ainda não é um conceito muito reconhecido pelos entrevistados, com demonstrou Domingos e João. Se João não conhece o significado dos termos “envelhecimento ativo”, “envelhecer ativamente”, por seu lado, Domingos relaciona envelhecimento ativo ao processo de envelhecimento.

é a pessoa começar cada vez a sentir menos força, a pessoa vai perdendo as forças. Há quem tenha a sorte até de andar até à morte a bem dizer, mas há outros que caem numa cadeira de rodas e nós passamos a dizer coitadinhos, coitadinhos, mas isto também acontece com os novos. (Domingos)

Para os restantes, envelhecer ativamente significa ter uma vida ativa, envolver-se no desenvolvimento e participação de atividades de índole social, educativa e formativa, recreativa e/ou profissionais, o que proporciona um envelhecimento saudável e uma melhor qualidade de vida.

António também destaca a importância de uma vida ativa. “Que as pessoas não fiquem em casa, que se mexam, que trabalhem, que façam alguma coisa, como participar nas atividades, aproveitar o tempo enquanto há saúde, enquanto se pode”. Analisando este discurso, é pertinente relembrar que António mantém a sua vida profissional mesmo estando reformado, não sendo surpreendente que seja o único a fazer alusão ao trabalho como dimensão catalisadora de um envelhecimento ativo. Este pensamento está alinhado com a perspetiva teórica de envelhecimento ativo proposto pela OCDE, em que o trabalho produtivo é uma das premissas para o envelhecimento ativo, devido à utilidade social e valor económico que apresenta, ou seja, além de facilitar o aumento de capital financeiro é um elemento de integração na sociedade (Cabral et al., 2013; J. Freire, 1997; Fonseca, 2012; Giddens, 2002; OCDE, 1998; OMS, 2002, 2005).

De um modo geral, o envelhecimento ativo encontra-se condicionado pela participação social, quer ao nível da participação em processos socioeducativos e/ou profissionais, quer na capacidade em se manter socialmente ativo. Articulado a estes pressupostos, foram elencadas

pelos respondentes várias estratégias tidas como essenciais à promoção de um envelhecimento. Destacando como ideia principal “não parar”, as principais medidas implementadas ou estimadas como necessárias a adotar foram:

não se acomodam à idade para não fazerem nada. Serem ativas e fazer atividades que para elas sejam úteis. É muito importante envelhecer ativamente. Até mesmo nos lares, preocuparem-se em fazerem atividades com os idosos, eles vão buscar sempre dotes que tenham e vocações que tenham, porque cada um tem a sua vocação e tem mais jeito para fazer determinadas coisas, e entre eles, eles trocam conhecimentos, e fazem atividades, teatros e trabalhos manuais. (Lurdes)

ter saúde para conseguir manter-me ativa e se possível ter uma boa situação financeira para poder passear um pouco. (Lurdes)

É preciso por vezes haver mais condições . . . mais projetos, projetos diferentes do que há hoje, tentar incentivar mais. Eu acho que muitas das vezes para tirar um idoso de casa é preciso dar-lhe muita volta, falar muito, e muitas das vezes as pessoas dizem: “- Eu vou para quê?”, não é o ir para quê, é ir para assistir, para sair de casa, mesmo que até seja para uma coisa que não seja muito do agrado dele, mas que tenha uma condição para o receber, vejo que ainda falta muito material para isso. (João)

não fiquem em casa, que se mexam, que trabalhem, que façam alguma coisa, participar nas atividades. (António)

É com unanimidade que medida mais mencionada e mais realizada pelos entrevistados é a participação em atividades, com frequentadores assíduos em dinâmicas socioeducativas, todos reconhecem a sua pertinência na promoção de um envelhecimento ativo, porém a falta de preparação, as dificuldades económicas, as condições de saúde, o contexto habitacional e a pouca informação disponível são apontadas como um impedimento para uma participação mais alargada. Quanto ao tipo de atividades existentes se João, António, Conceição são da opinião que as existentes são suficientes ao contrário de Maria, Domingos e Ana. Por sua vez, Conceição, Fernando, Lurdes e Maria sublinham a importância da existência de redes de apoio social mais efetivas.

O nível de satisfação e autoavaliação quanto ao estado de saúde, bem-estar e qualidade de vida têm impacto na maneira como se processa o envelhecimento. No que concerne à situação de saúde, uma grande parte dos retratados reiteram ter um bom estado de saúde, situação que se repercute numa ótima satisfação com a qualidade de vida e de bem-estar subjetivo (António, Conceição, Domingos e Fernando). As pessoas que reportaram ter problemas de saúde foram o Joaquim, a Ana e a Maria. No caso de Ana, essa situação não a impede de se sentir satisfeita com o seu estado de saúde, já as preocupações familiares são motivo para não se sentir completamente satisfeita com a vida. No entanto, considera ter uma boa qualidade de vida, proporcionada pela sua integração social e por praticar uma vida ativa na comunidade. Perceção contrária é anunciada por Maria, que durante a sua trajetória de vida enfrentou alguns problemas de saúde que ainda lhe causam impactos significativos na vida. Além de terem conduzido a uma reforma compulsória, afetaram negativamente o seu estado psicológico, situação que até ao momento não conseguiu ultrapassar. Essas circunstâncias juntamente com o sentimento de falta de apoio familiar são os principais motivos que dificultam experienciar a vida com satisfação.

Decorrente da análise à percepção do estado de saúde geral e de bem-estar da população inquirida verificou-se um ligeiro aumento da insatisfação dos itens avaliados entre a fase anterior à transição e durante a transição e um aumento mais expressivo na fase posterior à transição para a inatividade, o que significa que com o aumento de idade os indivíduos tendencialmente apresentam um baixo nível de satisfação, estes dados são refutados pelas declarações dos entrevistados. Apesar de alguns elementos associarem a entrada na reforma com o aparecimento de problemas de saúde nenhum deles mencionou ter ocorrido alguma alteração nas condições de saúde nessa etapa. Aqueles que possuem um estado de saúde mais debilitado, a situação verificou-se antes da transição (Maria) e durante a transição (Ana e Joaquim), sem agravamentos na entrada para a reforma. No entanto, todos consideram possuir um bom estado de saúde, quanto à questão de bem-estar indicam sentirem-se satisfeitos, à exceção de Maria e Ana.

Não obstante da condição de saúde, bem-estar, qualidade de vida e satisfação de vida reportada pelos indivíduos entrevistados, todos eles defendem que a forma como é vivenciada a fase de transição para a inatividade laboral, bem como, o tempo de reforma tem efeitos no processo de envelhecimento. Neste seguimento, mencionam que os sujeitos que se isolam arriscam-se a envelhecer mais rápido, com problemas de saúde e bem-estar psicológico e com menor qualidade de vida. Neste âmbito, decorre a necessidade de perceber de que forma o contexto pandémico influenciou as várias dimensões de vida dos entrevistados.

Segundo a OMS a pandemia COVID 19 constitui uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional, o seu aparecimento oficial em Portugal ocorreu nos inícios de março de 2020 e terminou em maio 2023. Com implicações globais e universais, ditou novas vivências e representações da condição de vida exigindo uma sistemática adaptação e readaptação a uma nova realidade em constante mutação. Este período pandémico, determinado por normas politico-sanitárias, foi pautado por tempos de incerteza, constrangimentos, preocupações e restrições sociais, políticas e económicas. Com implicações a vários níveis condicionou as vivências dos respondentes na esfera pessoal e social.

A pandemia trouxe muitos adiamentos, até nos projetos. Afetou a parte familiar, a nível mental, acho que tudo, as nossas atividades, a nossa rotina. Para mim afetou-me bastante. O convívio que tínhamos . . . o convívio social é diferente. (Lurdes)

Isso foi muito mau, no sentido que eu, como todos, passei dias e dias seguidos em casa sem nada que fazer, até que depois houve os projetos de fazer pinturas em casa e fiz as pinturas lá de casa, dediquei-me à renovação da casa. Mas em termos de convívio com os amigos foi zero, foi um ambiente mais pesado. O meu pai não é uma pessoa muito sociável, é muito fechado em si. Depois a minha irmã com os problemas que têm ... ela conversa à maneira dela e agente vai percebendo, mas não é o mesmo do que ter uma conversa com outra pessoa. E lidar com isto todos os dias, às vezes, não é fácil. (João)

eu via-me ali fechada em casa, afetou-me que eu nem sabia o que estava ali a fazer, estava ali metida em casa, se saía era sozinha para dar caminhadas, não se encontrava ninguém, não se falava com ninguém, as pessoas cada uma no seu canto. Afetou-me muito, muito, sentia-me triste, ali desamparada. (Conceição)

Afetou em termos psicológicos, pensando naquilo, o que poderia ser, o que poderia acontecer aos filhos, netos, tudo isso foi afetando, a gente estar mais presos em casa . . . a nível social sim, a gente tem saudades do convívio social com as pessoas. (Joaquim)

Não foi fácil para quem não parava em casa, mas tínhamos de nos proteger. Eu só saía para dar uma voltinha a pé, o povo andava todo em baixo, tudo desanimado, sem atividades

sem nada, sem poder sair de casa, às vezes nem os filhos, era só por telemóvel, pelo *Facebook*. Foi um tempo difícil. (Domingos)

Deixei os passeios, o convívio com as pessoas, fechei-me em casa. (Ana)

para mim foi a pior coisa que podia haver, de me refugiar muito em casa. E eu acho que isto para mim psicologicamente, a mim eu tenho noção que a mim me prejudicou muito, prejudicou. Não foi medo, eu tenho medo de apanhar o COVID, tenho, porque eu não quero estar fechada, eu quero ser livre, mas o meu medo não é o problema de sofrer ou isto ou aquilo é o de saber que tenho de estar fechada, porque eu sempre gostei de lidar com pessoas que sabem mais do que eu, para eu aprender. (Maria)

Os sucessivos confinamentos e a obrigação de encerrar equipamentos e instituições socioeducativas e culturais mais direcionadas para o público idoso, a nível social, foram responsáveis sobretudo pelo isolamento social, devido ao cancelamento de atividades, facto enfatizado por Fernando e António. Para muitos as experiências vividas, constituíram um ponto de viragem quanto à forma de perceber e de se relacionar com o mundo. Como já referido o envolvimento na vida da comunidade fomenta o envelhecimento ativo constituindo-se um indicador relevante na configuração da condição sénior. A participação na vida social diferencia-se entre a participação social formal e a participação social de natureza informal. A participação social formal define-se pelo envolvimento em atividades desenvolvidas em sistemas institucionais, o que inclui a pertença associativa e a participação cívica. Por sua vez, a participação social informal, diz respeito, a atividades inseridas em contextos não institucionais, integrando a prestação de cuidados e atividades recreativas e de convívio (Cabral et al., 2013). Na análise efetuada aos dados recolhidos nas entrevistas, identificaram-se diversas formas de participação na vida social, este ponto da discussão será orientado para a participação na vida associativa e para a promoção no desenvolvimento de atividades e de espaços de interação social, remetendo-se a discussão das restantes formas de participação para uma fase posterior deste capítulo.

A pertença sociativa não é uma dimensão muito presente dentro do universo dos retratados, apesar de todos frequentarem atividades desenvolvidas por organizações formalmente constituídas, tais como: associações culturais e recreativas, desportivas, de solidariedade social, de cariz religioso, associações humanitárias e partidos políticos, poucos são os que se constituíram

membros associados e/ou filiados num partido político. Em relação ao tipo de associação e natureza de participação ficou patente que o número dos indivíduos que exercem um cargo social nas organizações, é muito reduzido. As associações com maior representatividade são de caráter religioso, os associados Rosa, Ana e João tornaram-se sócios por motivos de ordem diversa.

quando morremos, gostamos de levar a bandeira e se não pagarmos não temos direito à bandeira, e quando morresse gostava de levar a bandeira. (Rosa)

Estive ligado ao CNE durante 30 anos. Fui educador, neste caso como dirigente do CNE durante muitos anos. Agora, estou ligado na mesma ao CNE, não no ativo, é um caso de fraternidades, é um caso de reforma, os antigos escuteiros têm uma associação e nós reunimo-nos mais ou menos uma vez por mês. Já não é o ser ativo semanalmente. Participamos em algumas atividades do CNE. (João)

Enquanto Ana é também sócia dos Bombeiros, Conceição por seu lado, já pertenceu a uma associação mutualista. Por sua vez, Joaquim é sócio fundador de uma associação cultural e recreativa, onde exerce o cargo de Presidente da Assembleia Geral. Com o desígnio de se sentir útil e informado, Domingos, exerce um cargo na direção de uma associação de solidariedade social, anteriormente exerceu funções um órgão público de poder local, é ainda sócio de uma fundação, onde usufrui dos serviços de turismo. Similarmente a Domingos, Lurdes e Fernando são filiados em partidos políticos. Lurdes foi candidata a um órgão representativo de um organismo público, contudo refere ter sido uma experiência negativa que não tenciona repetir. Por seu turno, Fernando desenvolve funções há vários anos num órgão de poder local e é sócio de dois clubes desportivos. A promoção, organização e divulgação de atividades socioeducativas e recreativas, o apelo e incentivo à participação e integração na vida social da comunidade é um papel desempenhado por Rosa, Conceição e Fernando. Este nível de participação social representa uma forma abrangente de inclusão social, incrementa as oportunidades de participação e intensifica a criação de redes sociais, participando fortemente no *empowerment* individual e comunitário. Estes resultados espelham as conclusões dos inquéritos, embora os dados obtidos não permitam confirmar se com o aumento da idade a pertença associativa diminui, verifica-se que são sócios do mesmo tipo de associações.

Os adultos mais idosos são regularmente vítimas de estereótipos e preconceitos discriminatórios e opressores, causados principalmente pelo declínio cognitivo e funcional que

pode afetar negativamente algumas pessoas numa fase mais avançada do ciclo de vida. O idadismo pode provocar menores níveis de autonomia e produtividade, causar maior *stress*, o isolamento social e baixas taxas de atividade social, a deterioração ao nível da saúde, bem-estar e qualidade de vida, entre outros. Estes desenvolvimentos contrariam um envelhecimento, assente no paradigma de envelhecimento ativo, que por sua vez, interfere na caracterização da condição sénior (Cerqueira, 2010; Duarte & Melo-silva, 2009; Featherstone & Hepworth, 1995; Fonseca, 2004; Oliveira, Oliveira & Scortegagna, 2010; OMS, 2015; Simões, 2006; Rosa, 2020).

Neste sentido, procurou-se conhecer as representações e perceções que os indivíduos dispõem sobre o papel que dos adultos maduros/idosos desempenham na sociedade e os constrangimentos pessoais e/ou sociais que lhes assiste. Ao discorrerem sobre a sua opinião acerca da avaliação e do tratamento dos sujeitos mais jovens para com os mais idosos a maioria das pessoas entrevistadas responderam que existem jovens que valorizam a integração dos mais idosos na sociedade e os que desvalorizam e criticam (António, Conceição, Domingos, Joaquim, Lurdes, Maria e Rosa). As relações de apoio e solidariedade que se estabelecem entre alguns estudantes deslocados e os mais idosos, para Domingos corresponde a uma atitude de aceitação entre gerações. Para João a sociedade ainda valoriza o idoso, especialmente as pessoas que apesar de se encontrarem debilitadas procuram manterem-se ativas. No que refere às competências dos mais idosos, António é da opinião que a diferença na execução de tarefas reside no ritmo e na força. Saliencia ainda os benefícios proporcionados pela idade.

Mais descanso, tempo para fazer outras coisas . . . aprendemos a viver um dia de cada vez. Não fazemos tantos planos. (António)

Fernando e Ana têm uma visão diferente sobre a existência de estereótipos negativos dos jovens em relação aos mais idosos, mencionando existir idadismo nas relações entre as gerações. No caso de Ana, este tipo de discriminação é vivenciado em contexto familiar pela parte dos seus netos.

gente diz alguma coisa qualquer, eu bem sei que há palavras que a gente agora não as sabe, não as entende e eles sabem tudo, e a gente está a falar e eles estão sempre a corrigir. (Ana)

Outro preconceito foi vivido por Joaquim, que apesar de declarar nunca ter sentido algum tipo de discriminação pela idade, no seu discurso sobre a sua entrada no desemprego, revela o contrário.

na altura ainda procurei trabalho em algumas empresas, ficou lá simplesmente o nome e diziam que quando tivessem alguma oportunidade que me chamavam, mas nunca veio nada, até hoje. O que muitas vezes diziam é que “Para a sua idade é difícil, para a sua idade agora já é difícil.”. (Joaquim)

A discriminação positiva, como a cedência de lugar nos transportes públicos e/ou lugares prioritários, foi referenciada por Ana e Domingos. As questões de idadeismo carregam uma imagem muito estigmatizadora do processo de envelhecimento sobretudo na fase de velhice o que condiciona a participação social dos adultos maduros/idosos vítimas destes preconceitos discriminatórios e opressores, interferindo muito significativamente na sua saúde, qualidade de vida, bem-estar e satisfação com a vida. Tal como todas as perceções e representações sociais, o idadeismo é um construto social, político e cultural que sofre mutações ao longo da história das sociedades. A respeito disto, destaca-se o ponto de vista de Lurdes, quanto à sua posição relativa às conceções dos mais novos em relação aos seus ancestrais.

Depende um bocadinho do contexto, de onde a pessoa veio, do seio familiar, porque há muitos que veem o idoso como uma pessoa que já está acabada fisicamente. Há idosos que ainda são muito pró-ativos e eu acho que isso depende muito de como nós nascemos, como nós crescemos, em que ambiente fomos crescendo e como nos foi passado essa forma de viver. Eu venho de um seio familiar que entende que um idoso é aquela pessoa que já está acamada e que tem de ter aquela ajuda, que já não é autónomo, mas já foi pior. Eu acho que hoje em dia com a nova geração de jovens já não é tanto assim, já têm outra formação e tudo isso vai-se refletir cá fora na nova geração em relação às outras gerações, não à minha, mas dos mais idosos que já não há tanto essa sensibilização em ajudar os idosos e do idoso em si. (Lurdes)

Esta posição sugere que os preconceitos não existem só entre as gerações, mas também residem dentro das próprias gerações, neste caso específico, são os próprios adultos/idosos que possuem comportamentos estigmatizadores para com os seus pares. Persistindo dentro da

categoria dos idosos, elementos que criticam o envolvimento dos seus contemporâneos em atividades socioeducativas e recreativas (Lurdes e Rosa).

Conscientes dos efeitos sociais provocados por manifestações associadas ao idadismo, o público entrevistado concorda com a premência em combater comportamentos, valores e atitudes que incentivem a discriminação por razões de idade. Com o intuito de alcançar uma mudança pessoal e societal, Rosa, Fernando e Lurdes apontam a educação como estratégia fulcral.

nas escolas já se tentam inculcar as boas maneiras, o civismo. Por exemplo, eu vejo nos autocarros o meu filho dá lugar às pessoas mais idosas, ajuda-as na rua, antigamente não se via tanto. Acho que agora já há uma preocupação no programa das disciplinas integrar alguma coisa relacionada com o civismo, com a boa educação. (Lurdes)

Ana aponta ser necessário atuar num sentido diferente, passando por uma redução ao acesso às novas tecnologias.

fazer muita coisa. Primeiro de tudo, tirar-lhes as máquinas e os telemóveis. O telemóvel sem lá aquelas coisas para jogar. Os tablets que desaparecessem. Que eles tivessem o telemóvel só para aquilo que era necessidade, porque a juventude está perdida... foi um meio de estragar. Eu sei que o mundo é outro, mas está muito...as pessoas estão a ficar perdidas, com o telemóvel estão a ficar desgraçados, nem querem saber de trabalhar. (Ana)

Em relação ao preconceito entre pares, Rosa alude ser necessário incentivar os adultos/idosos a participarem nas atividades da comunidade para que os próprios sintam os benefícios gerados pela participação. Em resumo, interessa realçar que estes testemunhos não se distanciam muito da análise de resultados obtida nos inquéritos, na medida que a maioria dos inquiridos são da opinião que os mais novos ostentam uma imagem negativa sobre as competências profissionais dos adultos maduros/idosos, esta análise demonstrou ainda, a existência de comportamentos de idadismo entre indivíduos da mesma geração.

Os modos de vida influem na condição sénior. Com base nesta afirmação, tencionou-se saber de que modo as vivências ocorridas no momento de transição para a reforma e/ou no tempo de reforma se repercute no processo de envelhecimento, e que condições consideram fundamentais para um envelhecimento ativo, capazes de proporcionar a vivência de uma velhice feliz e satisfatória. Neste ponto, todos os respondentes concordaram que as experiências vividas nesses períodos de vida impactam na forma como se envelhece, enumerando como requisitos

indispensáveis para envelhecer ativamente: a manutenção de uma vida ativa e socialmente participativa, pensões de reforma mais elevadas, oportunidade de acesso a projetos e dinâmicas socioeducativas e recreativas, a existência de redes de suporte informais e institucionais e melhores acessos e/ou condições de saúde.

Esta perspetiva, é coincidente com os resultados obtidos nos inquéritos por questionário, tendo sido possível caracterizar como dimensões mais valorizadas na condição sénior e inatividade laboral, um fator relacionado com o bem-estar, um outro representado pelas atividades socioeducativas, um terceiro fator relativo a atividades mais orientadas para a esfera doméstica, o quarto fator foi composto pela participação em atividades sociocriativas, o quinto relativo a questões de desenvolvimento pessoal e social, o sexto fator assente na dimensão de reconhecimento social e, por fim, um fator constituído por variáveis relacionadas com a planificação de projetos de vida e pela realização de atividades de lazer. Dimensões presentes nos fatores que configuram a condição sénior explicitados por Calha (2014, 2015) e Simões (2006).

3. Dimensões socioeducativas na transição para a inatividade laboral/reforma e condição sénior

Se existem pessoas que anseiam viver o tempo de reforma como tempo de descanso, outras focam-se no interesse em continuar uma vida ativa (Cabral et al., 2013; Fonseca, 2009). O envolvimento em atividades na fase de transição tem um impacto positivo na adaptação à inatividade laboral, a natureza das atividades desenvolvidas é mais um indicador do tipo de transição para a reforma que está a ser vivenciado (Thierry, 2006). Neste caso específico, tendo em conta, que um dos objetivos desta investigação, se centra no estudo das dinâmicas e processos socioeducativos afetos ao período de transição para a reforma e a participação em atividades um dos requisitos necessários para a entrevista biográfica, todos os retratados, participam com maior ou menor frequência em atividades socioeducativas. A análise aos retratos permite identificar que as atividades mais realizadas durante a vida profissional ativa são atividades de formação profissional direcionadas para o mercado de trabalho (João, Joaquim, Lurdes e Maria), no momento de transição as atividades de formação profissional são frequentadas por João e Lurdes que estão profissionalmente no ativo por razões profissionais.

No campo profissional, Lurdes participa em programas de mobilidade com argumentos de índole profissional e pessoal.

tem sido uma experiência espetacular, além de nós praticarmos e melhorarmos a língua inglesa, cada vez mais aqui no meu trabalho é essencial . . . conhecemos outras pessoas, outras culturas, outros métodos de trabalho . . . e temos contatos e amizades. (Lurdes)

Por sua vez, Fernando e Domingos frequentaram uma formação de informática por motivos pessoais. É durante a transição para a inatividade laboral que se verifica uma maior frequência em atividades educativas de certificação escolar através de processo de Reconhecimento e, Validação e Certificação de Competências enquadrado na Iniciativa Novas Oportunidades (Domingos, Joaquim e Maria). Se, no caso de Joaquim a participação teve como objetivo principal aumentar as suas qualificações tendo em vista a reinserção no mercado de trabalho, os motivos de Domingos e Maria eram de índole pessoal. A inscrição de Maria, que atribui um valor simbólico ao diploma, deveu-se à intenção em aprender e como forma de ocupar o tempo livre de reforma com atividades que lhe despertasse alguma satisfação. Para Domingos, mesmo que a sua participação tenha ocorrido no momento em que se encontrava desempregado como “exigência” do Instituto de Emprego e Formação Profissional, o seu maior incentivo residiu no facto de pretender aprender mais, mas também, pela possibilidade de adquirir um computador a preço reduzido. Estes dados podem evidenciar que a participação nesta iniciativa foi uma questão de oportunidade, apesar de se verificar uma percentagem significativa de pessoas envolvidas, atualmente o programa não está em execução, retratando a situação em que se encontra a educação de adultos em Portugal.

Quanto à participação em atividades socioeducativas de caráter informal em período de atividade profissional só são frequentadas por João, Lurdes e Rosa, constatando-se que os restantes entrevistados enquanto ativos não dedicavam os seus tempos de lazer na realização de atividades. Em fase de transição para a inatividade laboral e/ou em tempo de reforma todos os respondentes confirmam participar regularmente em atividades socioeducativas informais.

Atendendo à abrangência e transversalidade de atuação dos processos socioeducativos, importa salientar que as atividades socioeducativas frequentadas pelos respondentes abarcam uma panóplia de dimensões podendo assumir uma natureza educativa/formativa, social, cultural, cívica, económica, política, religioso e ocupacional, o que torna pouco fidedigno recorrer a uma caracterização compartimentada de forma estanque. Associado a estes pressupostos sublinha-se a subjetividade inerente a estes processos percebida através dos motivos enumerados pelos respondentes para a frequência de determinadas atividades, que independentemente de, não

reconhecerem as dimensões e implicações formativas existentes nas dinâmicas socioeducativas sem intencionalidade educativa, isso não significa que não estejam presentes.

Posto isto, seguidamente propõe-se um exercício reflexivo com o desígnio de melhor compreender o tipo de relação existente entre o papel desempenhado pela participação em atividades socioeducativas, na ótica dos entrevistados, e as experiências vivenciadas na fase de transição para a inatividade laboral. Das atividades socioeducativas identificadas pela sua vertente educativa e formativa encontra-se a formação profissional. As razões invocadas por Lurdes para a constante participação em cursos de formação profissional, estão relacionadas com a dimensão profissional, visando a uma melhoria do seu desempenho profissional. A participação de João prende-se também por motivos profissionais, contrariamente a Fernando e Domingos que frequentaram uma formação de informática com o objetivo de desenvolverem conhecimentos de informática na ótica do utilizador. A participação na Iniciativa Novas Oportunidades compreende, igualmente, uma intencionalidade educativa e formativa. Para Domingos e Maria a participação está associada a motivos da esfera pessoal, para Joaquim estavam mais direcionados para a questão profissional.

A participação em atividades musicais, apesar dos entrevistados apresentarem diferentes razões para a sua frequência, contém uma vertente educativa e formativa. Joaquim está envolvido em duas atividades musicais e aponta motivações diferentes, a sua inserção no grupo de cavaquinhos é motivada pela intenção de aprender a tocar esse instrumento; a ocupação do tempo e o convívio justificam a sua presença no grupo de cantares. Ana, António e Domingos frequentam atividades ligadas à música como um meio de passar o tempo livre e pela interação social que proporciona.

As atividades desportivas: ginástica, hidroginástica e caminhadas são praticadas pela maioria, Lurdes e Maria alegam razões associadas à questão do bem-estar físico e psicológico, Conceição acresce a importância social. Este argumento é convocado pelos restantes elementos que participam em atividades desportivas em grupo (Ana, Domingos, Fernando e Joaquim). Joaquim realiza caminhadas por uma questão de saúde, para Domingos revestem-se de um caráter social, para Fernando são uma forma de introspeção.

O teatro, as atuações musicais e os passeios enquadram uma vertente cultural, no entanto, esta dimensão não é evidenciada. João integra um grupo de teatro motivado pelo seu papel social, pela manutenção das capacidades cognitivas e bem-estar psicológico. O teatro para Rosa surge como forma de ocupar dos tempos livres e pelo elo social que representa. Já os passeios são

entendidos numa perspetiva social (Ana, Domingos, Joaquim e Maria). As atividades musicais, como já mencionado, são principalmente relevantes pelo capital social gerado.

O interesse demonstrado por Lurdes, João e Maria para a participação em atividades benévolas de voluntariado está correlacionado a sentimentos de utilidade social e de ajuda ao próximo e à interação pessoal e social. O voluntariado para Maria, muito mais de propiciar uma vida ativa na sociedade, possibilita a reorganização do tempo, o reconhecimento e integração social e “aprender”.

Ajudou-me a ultrapassar os problemas de saúde. Sentia-me melhor a fazer voluntariado do que quando estava efetiva. Gostava do que fazia e porque as pessoas gostavam de mim, davam mais valor àquilo que eu fazia. . . . Porque senti a necessidade de dar e sabia que me fazia bem, que tinha um objetivo sem ser as tarefas da casa. Fazia tudo que tinha a fazer e trabalhava, fazia o comer e tudo. Fazia mais do que agora e tinha tempo para ir, orientava melhor as coisas. . . .Estou a dar, mas ao mesmo tempo estou a aprender. (Maria)

A partir da análise aos testemunhos é evidente que a participação em atividades socioeducativas na fase de transição para a inatividade laboral, influencia os modos de vida, contribuindo de forma expressiva para uma boa adaptação à reforma. O que pode ser constatado através da vivência dos retratados que já se encontram na condição de reforma (Ana, António, Domingos e Fernando e, eventualmente, Conceição e Joaquim) ou pelo conhecimento de experiências próximas (Maria que reporta o caso do marido).

A experiência de adaptação à reforma foi sentida e vivida de forma diferente. Se os resultados obtidos decorrentes da análise dos questionários não permitem confirmar se a participação em atividades condicionou a adaptação à inatividade laboral/reforma, o mesmo não acontece com os das entrevistas. Se, por um lado, os indivíduos que já participavam em atividades antes desse período demonstraram que essa participação contribuiu para a sua boa adaptação. Por outro lado, a decisão de participar em atividades após a entrada para a reforma, decorrente da insatisfação que sentiam, ajudou-nos a minimizar as dificuldades, contribuindo para a sua adaptação posterior. No momento da entrada administrativa para a reforma, Domingos, Conceição e Fernando encontravam-se profissionalmente no inativo por opção própria e envolvidos em atividades. Todos eles afirmaram não terem sentido grandes alterações quando entraram na reforma, conduzindo a uma adaptação imediata, ou seja, o momento da entrada formal para a reforma foi coincidente com a apropriação a essa condição. Analisando, pormenorizadamente, as

circunstâncias que os levaram a participar em dinâmicas socioeducativas, constata-se ter ocorrido no período de desemprego. Com o usufruto de uma reforma antecipada, Domingos associa o tempo de inatividade a tempo de liberdade, tempo de descanso da atividade profissional para se dedicar à realização de atividades prazerosas; cansado da vida profissional envolve-se ativamente em dinâmicas socioeducativas.

eu adaptei-me bem, porque já estava farto de trabalhar. Já tinha trabalhado muito, já era tempo de descansar. Mas não me meti em casa é sempre a andar . . . começamos a entrar nos passeios da INATEL, fui para muitos lados, mas eu ia mais para passear, era bom. Desde que eu fui para a reforma, o que eu gozei mais foi no desemprego e na reforma. . . faço ginástica duas vezes por semana, faço parte de dois grupos de cantares, um é uma tuna, também estou num grupo de cavaquinhos, . . . vou à piscina. . . Vou ao teatro.
(Domingos)

A entrada de Fernando para a inatividade profissional é devida a uma rutura pessoal, concretamente, a perda de um filho, que ocorreu há mais de uma década. Psicologicamente impedido de trabalhar, a sua integração no desenvolvimento de práticas socioeducativas foi um meio de fuga através das quais encontrou novas perspetivas de vida. A entrada para a reforma foi sentida unicamente a nível financeiro pelo aumento de capital. A par da forte participação social e cívica frequenta outro tipo de atividades voltadas para a ocupação do tempo e para o incremento das relações sociais.

ginástica, nas atividades ... como teatro e estes encontros. Gosto de futebol, agora não jogo, mas já joguei e faço parte [do órgão de poder local]. . . a gente distrai um bocado, conversa e depois vai-se tomar um cafezito, distrai-se, há aquele convívio, é como uma família.
(Fernando)

Relativamente a Conceição, a opção para entrar na inatividade laboral e posteriormente na reforma antecipada deveu-se sobretudo às condições de trabalho desfavoráveis e a pretensão de dedicar mais tempo à venda de cosméticos. O tempo de inatividade profissional passa a ser dedicado ao exercício da sua atividade profissional não formal e à prática de atividades socioeducativas, encarradas como um meio de desenvolvimento pessoal, social e económico. A entrada para a reforma foi, inicialmente, sentida favoravelmente pelo aumento do capital económico e entendida como uma continuidade. Os retratados que experienciaram a passagem

para a inatividade laboral de forma imposta e abrupta (Joaquim e Maria), a participação em atividades socioeducativas foi a estratégia encontrada para a adaptação ao tempo de reforma.

A transição para a inatividade laboral/reforma, particularmente no caso de Joaquim, caracterizou-se por um processo marcado por desafios e dificuldades. Joaquim vivenciou duas passagens no desemprego, o que intensificou os sentimentos negativos provocados da ausência da atividade laboral, pela diminuição de sociabilidades e pela inexistência de objetivos de vida. O tempo de inatividade é percebido por Joaquim, tempo para se dedicar a atividades gratificantes que a atividade profissional inviabilizou. A participação ativa em dinâmicas sociais proporcionou a Joaquim uma transformação emocional, substituindo os sentimentos negativos por sentimentos positivos. Inserido em três grupos musicais e em atividades de ginástica, a sua participação prende-se por questões de organização e ocupação do tempo livre, pelo incremento das redes sociais e pelo “gosto de aprender”, esta perspectiva de “gosto de aprender” está intrinsecamente associada ao interesse pessoal e à satisfação encontrada a aprender um determinado assunto, não pretendendo obter recompensas externas.

aprendo a tocar cavaquinho que é um instrumento que gosto e não sabia tocar, nunca tive oportunidade de aprender. (Joaquim)

A presença em dinâmicas socioeducativas na fase de transição possibilitou que Joaquim desenvolvesse novos projetos de vida o que fomentou uma boa adaptação ao tempo de reforma.

Se para Joaquim a integração em práticas socioeducativas permitiu a adaptação à condição de reformado, é possível perceber que, Maria, apesar de reconhecer que a participação em atividades influencia positivamente o seu processo de transição, o sentimento de falta de apoio com que se defronta impede a sua boa adaptação. Razões de saúde ditaram uma entrada inesperada para a reforma antecipada. A falta de objetivos de vida, a diminuição dos contatos sociais e o sentimento de inutilidade social derivados dessa situação, conduzem que Maria participe em várias atividades, entre as quais, exercício físico, voluntariado, bordados, sopa de letras e assistir a programas de televisão. As razões que incentivaram a realizar atividades de voluntariado, como acima mencionado, estão orientadas para a esfera social, reorganização do tempo e para a aprendizagem, as outras atividades estão mais direcionadas para o bem-estar físico, cognitivo e psicológico. O envolvimento em atividades, numa fase inicial, contribuiu para uma satisfação com a sua condição de inatividade, contudo, acredita-se que o término da

realização de práticas de voluntariado foi o principal responsável pelo retrocesso do processo de adaptação, agora, potencializado por sentimentos de solidão.

A participação em atividades socioeducativas teve, igualmente, efeitos positivos na adaptação de Ana ao tempo de reforma. Ana optou por uma entrada progressiva na inatividade laboral, no entanto, os problemas de saúde que surgiram pouco tempo depois obrigaram a uma nova adaptação. O tempo de transição para a inatividade passou a ser acompanhado pelo período de recuperação e pelo desenvolvimento de algumas atividades socioeducativas de oportunidade, através das quais, encontrou uma nova dinâmica social, o aumento da qualidade de vida e de satisfação com a vida. A presença em ocupações socioeducativas possibilitou que Ana vivenciasse a transição para a inatividade laboral de forma mais satisfatória o que foi determinante para a sua adaptação à reforma.

É muito melhor, isso tenho, uma vida bem melhor . . . não tinha gozo de andar, eu agora é que estou a gozar, agora depois de velha é que estou a gozar, o dinheiro que vem e ir dar passeios com ele, passear. (Ana)

Independentemente de se encontrarem no ativo ou na condição de reformados, dos motivos convocados e do momento em que ocorre a entrada para a reforma, todos os entrevistados concordam que a participação em atividades socioeducativas tem um papel de destaque na fase de transição para a inatividade laboral e condição sénior, e em consequência, na adaptação bem-sucedida, proporcionando um incremento nos indicadores basilares referentes ao envelhecimento ativo.

eu acho que é muito importante ter atividades para nos ajudar durante a reforma. Eu naquela altura quando fiquei reformada não senti logo isso na pele, foi ao longo do tempo que eu comecei a sentir falta de algo mais. (Maria)

Estes factos corroboram os resultados do inquérito por questionário, que demonstraram a existência de uma crescente valorização e consciencialização, por parte da população estudada, para a importância do papel das práticas socioeducativas na promoção de uma participação ativa e plena na vida das sociedades, numa perspetiva de envelhecimento ativo. O envolvimento em dinâmicas socioeducativas, para as pessoas entrevistadas, tem uma função “construtiva” e ocupacional importante no processo de transição para a inatividade laboral e condição sénior, em particular, pelo contributo na (re)organização do tempo livre; manutenção e/ou desenvolvimento

de novas competências e conhecimentos; planeamento de objetivos de vida; satisfação de novos projetos; aumento de capital social, cultural (e económico); sentimento de pertença e competência; combate ao isolamento ... garantindo uma melhor qualidade de vida e satisfação com a vida.

Nos discursos dos entrevistados está bem patente os motivos que os levam a desenvolver algum tipo de atividade na fase de transição para a inatividade em detrimento de outras que gostariam de ter realizado. As declarações dos indivíduos são muito similares, apontando como fatores que condicionam a participação em atividades: o estado de saúde, as relações familiares e sociais, o capital económico, o contexto habitacional, o tipo de oferta existente, meio de transporte e os compromissos assumidos.

[Para o teatro] Eu gostava de ir, mas quem me ia dar boleia desistiu, então já não fui, como não era aqui tinha de pedir quem me levasse, tinha de pedir quem me trouxesse, dava muitas chatices e muitos favores. E depois nesse dia também tenho de fazer o almoço para a minha filha. Eu sou livre e não sou. De vez em quando, lá vem um para fazer o comer, eu como estou em casa ocupo-me com alguma coisa. E as vezes liga-me a outra para ir para casa dela para estar com os meninos e ajudá-la. A gente é livre e não é, porque se a gente fizer a vontade aos filhos, tem sempre ocupações. (Ana)

Estes condicionantes, reforçam os dados obtidos nos inquéritos que indicam o capital cultural, social e económico como fatores que delimitam tipo de atividades desenvolvidas. Confirmando o posicionamento de Cabral et al. (2013) e Cabral e Ferreira (2013) que apontam como determinantes dos níveis de participação em atividades sociais: o sexo, o nível de literacia e a condição económica. Neste seguimento, Rosa (2015) faz alusão à idade, género, instrução, contexto habitacional, redes sociais, capital socioeconómico, condições de saúde e hábitos anteriores fatores que atuam na escolha do tipo de atividades.

No que a participação em atividades socioeducativas diz respeito, com base nas respostas dos inquéritos, conseguiu-se apurar que os inquiridos profissionalmente no ativo participam em atividades mais relacionadas com o mundo profissional, tais como: motivos e obrigações profissionais, atualização de conhecimentos e obrigatoriedade imposta pelo Centro de Emprego e Formação Profissional. Os que estão no inativo, referiram participar em atividades orientadas para a esfera pessoal, mencionando como principais motivos: querer e gostar de aprender, gostar de participar, o convívio, manter-se ativo, ocupação do tempo e sentir-se útil. A análise geral aos resultados destaca que os resultados deste estudo se encontram em consonância. Permitindo

constatar que a participação em dinâmicas socioeducativas é motivada por questões pessoais e/ou profissionais; em que numa perspetiva profissional, as práticas de educação e formação constituem uma forma de atualizar conhecimentos, aumentar as qualificações profissionais e responder aos desafios impostos no seu dia-a-dia. Com uma vertente pessoal, a participação em atividades socioeducativas tem o propósito de desenvolvimento e valorização pessoal. No âmbito social e ocupacional, são entendidas como meio de ocupar o tempo livre de modo útil à sociedade, espaço de interação social, objetivando ainda, combater o isolamento. Reconhecidas pelo seu significativo contributo no desenvolvimento e melhoria das condições de vida dos participantes e comunidades, as atividades socioeducativas, instigam uma participação ativa da população na vida familiar e das sociedades. Por fim, evidencia-se que ao longo da investigação foi enfatizado o carácter educativo/formativo, social, cultural, cívico, ocupacional, económico e político presente nas dinâmicas socioeducativas no processo de transição para a inatividade laboral e condição sénior e de que forma elas são organizadas, e/ou quais as dimensões mobilizadas/apropriadas e/ou consideradas mais pertinentes pelo sujeito, no sentido de superar as especificidades esses processos, atendendo aos significados e experiências vivias na prática.

4. A influência das políticas públicas sociais educativas com a transição para a condição sénior e o envelhecimento ativo

A dimensão política está fortemente presente na construção e evolução das sociedades. O desenvolvimento das políticas públicas ao longo dos séculos está intimamente relacionado com os padrões de vida e o progresso da humanidade, atuando como responsável pela organização e funcionamento das sociedades modernas, determinando o tipo de relações e os contratos que se estabelecem entre o Estado, a sociedade civil e o mercado. Ao longo deste estudo, torna-se evidente a importância e a influência da implementação do Estado social de bem-estar no contexto da institucionalização e universalização de equidade de acesso à educação e dos sistemas de proteção de reforma, como direitos sociais. As políticas públicas sociais surgem assim, como mecanismo de concertação social, com a premissa de melhorar a qualidade de vida dos cidadãos, visando dar resposta às necessidades sociais, tais como, erradicar a pobreza e diminuir as desigualdades sociais. Considerando os propósitos investigativos deste estudo com a pretensão de aprofundar a compreensão da relação presente entre os processos sociais que mais influenciaram, condicionaram e impactaram a experiência e o percurso de transição para a

inatividade laboral e condição sénior durante o processo de envelhecimento, foi perguntado aos entrevistados sobre os seus conhecimentos sobre políticas sociais, mais especificamente, políticas educativas direcionadas para a transição para a inatividade laboral e para a terceira idade.

Neste ponto, além de medidas e iniciativas educativas que os sujeitos entrevistados consideram essenciais a uma boa adaptação à reforma, tendo em vista um envelhecimento ativo, serão igualmente referenciadas várias medidas de proteção social, em razão do impacto da influência exercida no acesso a práticas socioeducativas.

Face às respostas obtidas percebe-se não existir grande conhecimento acerca das políticas sociais direcionadas para esta etapa da vida, justificado pelo desinteresse às questões de índole política (Ana, António, Conceição e Joaquim). Ainda que todos os entrevistados reconheçam a importância da preparação para a reforma, os testemunhos evidenciam existir um desconhecimento generalizado no que se refere a medidas políticas educativas dirigidas à população no âmbito da transição para a inatividade profissional, o que se traduz na falta de envolvimento e participação em dinâmicas socioeducativas específicas de preparação para o tempo de reforma. Este facto reitera a posição de Caradec (2010) e Lenoir (1979), que defendem que a frequência de sessões formativas de preparação para a reforma resulta numa representação positiva da entrada para a reforma, contudo, essa preparação ao nível formativo não é efetuada, como refletem igualmente, os dados dos inquéritos por questionário e os testemunhos do diário de bordo. O desconhecimento demonstrado em relação a iniciativas de educação/formação de preparação para a inatividade laboral, corroboram com o retrato da situação portuguesa no campo de educação de adultos e, em particular, de educação de adultos de lógica democrática-emancipatória, caracterizado por políticas públicas de caráter descontinuo e pelo vazio social, criado pela “demissão” do Estado e pelo deslocamento para a sociedade civil de iniciativas de educação de adultos na sua vertente mais humanista (Alves et al., 2016; C. Antunes, 2008; F. Antunes, 2011, 2013; Canário, 2013; L. Lima, 2007; Melo, Lima & Almeida, 2002; Veloso, 2011).

Importa ainda salientar, a falta de evidências sobre a existência de iniciativas públicas de educação para a reforma, podendo-se admitir que se existem, constituem projetos de pouca duração e de abrangência limitada. Ainda a este propósito, M. Ferreira (2013) apresenta uma iniciativa pública destinada à preparação para a reforma, financiada pelo Instituto de Segurança Social, que encerrou devido à falta de adesão por parte das entidades empregadoras. Estes resultados, reforçam ainda os dados de vários estudos, nomeadamente, das investigações desenvolvidas por: Cerqueira (2010), Ekerdt et al. (2001), Fonseca (2004), Generoso (2013),

Guerreiro (2018), Heaven et al. (2015), IDS (2001), Neto (2010), Silva (2011) e, Topa e Alcover (2015).

Contrariamente ao que se verifica em relação às políticas direcionadas para a transição para a inatividade profissional, existe uma expressiva identificação de iniciativas promotoras de um envelhecimento ativo dirigidas à população durante a transição para a reforma e tempo de reforma, há exceção de João. Os programas, projetos, instituições e/ou atividades associadas ao envelhecimento ativo conhecidas pelos respondentes enquadram-se nas vertentes socioeducativa ou recreativa e assistencialista. Os resultados revelam divergências entre quem considere de que as iniciativas existentes são suficientes para atender as necessidades e expectativas das pessoas (António e Conceição) e aqueles que pensam o oposto (Domingos, Fernando, João, Joaquim, Lurdes, Maria e Rosa).

o que o que está a ser feito, penso que já é o suficiente, com estas atividades. Há ginástica, há hidroginástica, há aquelas atividades que põem agora, há os bordados, há tanta coisa, só é preciso as pessoas participarem. Eu acho que se há uma pessoa que não gosta de uma certa atividade, deve experimentar outra, há sempre aquela que se ajusta à pessoa, ao gosto da pessoa. ... acho que eles estão a fazer bastante por quem mais precisa. Eu tenho conhecimento que há pessoas necessitadas e que as instituições lhes dão um cabaz de compras, pagam o gás, pagam os medicamentos. (Conceição)

As iniciativas promotoras de um envelhecimento ativo elencadas por Rosa englobam dinâmicas de natureza socioeducativas e recreativas e de natureza assistencialista, oferecidas por associações e por organizações, e por instituições de solidariedade social, respetivamente.

A par de Lurdes, Fernando e Maria alegam não terem conhecimento sobre políticas, programas e projetos promotores de um envelhecimento ativo.

fala-se muito, promete-se muito, não há nada. O governo e outras instâncias dizem que agora há os cuidadores informais, mas isso é teoricamente porque na prática isso não é viável. [projetos] se há eu não tenho conhecimento . . . que esteja no terreno onde eu moro ou aqui na cidade não conheço nada. Não tenho conhecimento de nada desses projetos. (Lurdes)

Concomitantemente, a falta de conhecimento sobre esta temática demonstra uma total incoerência nos discursos, dado que assinalam conhecer dinâmicas e/ou instituições de proteção

e/ou promotoras de modos de vida saudáveis e com qualidade, o que pode significar que as dinâmicas oferecidas pelas várias instituições não são entendidas como medidas implementadas através de políticas sociais, demonstrado nas declarações de Maria e Lurdes. Estes resultados são transversais a todos os resultados obtidos neste estudo, em que se verificou não existir grande conhecimento dos inquiridos sobre medidas de apoio para a transição para a inatividade laboral.

Como ficou patente ao longo dos discursos analisados, todos os entrevistados concordam que a participação ativa na vida das sociedades, com principal destaque para a frequência em dinâmicas socioeducativas, tem um papel preponderante na fase de transição para a inatividade laboral e na configuração da condição sénior. Neste enquadramento, a participação em projetos e/ou dinâmicas socioeducativas no momento da transição para a reforma e condição sénior, favorece o processo de envelhecimento, contribuindo para o envelhecimento ativo. O que permite concluir, que a política pública social, especificamente, as medidas educativas atuam como um elemento estruturador desses processos. Tendo por referência as narrativas dos participantes e como anteriormente sublinhado, o público retratado não participa, nem nunca participou em ações especificamente centradas nesta temática. Por sua vez, a frequência em projetos direcionados para a terceira idade exhibe grande afluência. Sendo os sujeitos que se encontram no ativo os únicos que não frequentam atividades voltadas em exclusivo para a terceira idade (Lurdes, João e Rosa). Os restantes entrevistados, por sua vez, não se dedicam em exclusivo à participação em atividades direcionadas para a terceira idade. As declarações dos sujeitos revelam, igualmente, um desconhecimento, ou mesmo, ausência de plena consciência no que se refere a medidas públicas sociais implementadas na fase de transição para a reforma, mais concretamente, na entrada para a reforma. Este facto é demonstrado até por parte daqueles que na condição de inatividade social (por desemprego ou por reforma) beneficiaram ou beneficiam de medidas de proteção social (Ana, Conceição, Domingos, Fernando e Joaquim). A ausência de conhecimento sobre iniciativas direcionadas para a transição e o reduzido número de projetos para o envelhecimento ativo reportados, desenvolve a tomada de consciência quanto à intervenção insuficiente do Estado, instituições e grupos sociais. Paralelamente, ao reconhecerem, a falta de informação, as questões de saúde e a capacidade económica financeira dos sujeitos e instituições como principais fatores que condicionam uma participação plena na comunidade. Os entrevistados reivindicam um papel mais ativo por parte dos organismos sociais, nos diferentes níveis de atuação. Em função do apresentado foram enfatizadas enumeras medidas públicas tidas

como primordiais à transição para a inatividade laboral, tendo em visto uma boa adaptação à reforma, e de forma mais abrangente, à promoção de um envelhecimento ativo.

Entre os diversos fatores que podem condicionar os modos de vida, a falta de informação, apresenta-se como uma das maiores limitações, a falta de informação é sinónimo de falta de conhecimento, o que não possibilita uma participação plena na vida social e familiar, razão pela qual, António, João, Joaquim, Lurdes e Maria indicam o direito a mais e melhor acesso à informação uma medida basilar na transição para a inatividade e tempo de reforma. Ainda integrado no direito à informação, Lurdes chama atenção para o direito à expressão dos mais idosos que não é tomado em consideração, o que pode comprometer uma vida satisfatória.

[os idosos] deveriam ter mais voz . . . não conhecem a parte cultural e social e, então os idosos não são muito alertados para esses direitos que eles têm, principalmente da parte social e da parte cultural . . . eles não são ouvidos, não são tidos nem achados. Não são informados do que existe além daquilo que eles já têm e, que não é suficiente. Não são informados que pode haver melhor coisas para que eles tenham uma melhor qualidade de vida. (Lurdes)

Dado o interesse manifestado, por todos, pela continuidade em manterem uma participação ativa na vida da comunidade, através do envolvimento em iniciativas socioeducativas, os retratados enfatizam ser indispensável a criação e incremento de iniciativas educativas promotoras de um envelhecimento ativo, bem como, estender o envolvimento à restante população. Com principal enfoque na fase de transição para a reforma foram elencadas como primordiais, iniciativas capazes de favorecer a prática de atividades culturais, sociais, educativas/formativas e o bem-estar.

fazia todo o sentido existir alguma coisa para as pessoas não terem aquela quebra de rotina. Atividades para as pessoas sentirem-se úteis e ocupadas, como o voluntariado, o contato com pessoas. Envolver as pessoas em atividades, quer nas freguesias, nas cidades, quer nas paróquias. Tentar ir buscar essas pessoas, ver as mais valias que elas têm, porque cada uma tem sempre alguma coisa que se evidencia e tentar ensinar outras pessoas, e nós aprendemos e ensinamos. Mas acho que era importante isso no poder local, o poder central deveria arranjar programas que ajudasse as pessoas quando passassem para a reforma, para criar rotinas que as fizesse manter em contato com as outras pessoas. (Lurdes)

Como se pode depreender, o incentivo à participação, não passa somente pelo aumento do número de iniciativas, mas também, pelo aumento da oferta em termos de diversidade e de maior abrangência no terreno, o que na prática significa, a instalação de um maior número de instituições e o reforço dos recursos para as existentes, tendo o Estado, especial, competência nesta matéria (Fernando, João, Lurdes e Rosa).

Deveria haver mais instituições, até a nível de lares, centros de dia, porque quando as pessoas chegam a uma altura da vida ficam mais dependentes de terceiros e há muita dificuldade em arranjar vagas nestas instituições. Devia haver mais preocupação em haver alternativas e cuidados para os idosos. Acho que isto devia ser uma preocupação do poder central de haver mais ajudas nesse sentido e melhores condições. (Lurdes)

é preciso associações para resolverem os problemas das pessoas para poderem sobreviver. . . . O Governo havia de ajudar mais estas instituições para tirar as pessoas de casa quando vão para a reforma, algumas ficam tão mal da cabeça . . . Ouve-se muitas vezes que depois das pessoas irem para a reforma ficam em casa sozinhas, sem fazer nada, sem ir para estas atividades, que fazem tão bem e depois começam a ficar doentes da cabeça. (Rosa)

Estas conclusões são consistentes com a informação dos inquéritos e diário de bordo, que revelaram um baixo nível de informação sobre as atuais políticas públicas, projetos e/ou medidas existentes. Revelando imperativo o aumento do número de dinâmicas e de instituições de apoio, e o reforço de apoios direcionados à transição, numa perspetiva de envelhecimento ativo.

Nesta mesma linha, A. T. Fernandes (2005) refere não existirem medidas sociais de apoio e as que existem não serve os seus propósitos de integração das pessoas mais idosas.

A situação económica individual e familiar é afetada com a entrada para a inatividade profissional, em termos gerais, no sentido descendente. Condições económicas desfavoráveis ou baixos níveis de rendimentos podem criar casos de dependência financeira, com prejuízos para a participação ativa na sociedade e envelhecimento ativo. O exposto, pode justificar o facto, dos respondentes considerarem o aumento do valor das pensões de reforma, uma das medidas essenciais à transição e tempo de reforma. Ao nível individual, António considera crucial suporte financeiro nas questões relacionadas com as condições de saúde. Associada a questões de saúde

e de bem-estar, Domingos, João e Maria mencionam o interesse da ajuda psicológica no processo de transição e na reforma.

Para os que deixam o exercício da atividade laboral, a entrada para a inatividade profissional implica alterações no ritmo e nos tempos de vida, a fim de evitar uma rutura abrupta, a transição gradual e flexível para a inatividade laboral, tem impactos positivos na adaptação à reforma e à manutenção de uma vida ativa (Cabral et al., 2013; Cabral & Ferreira, 2013; Calha, 2015; Fonseca, 2004, 2011, 2012; Generoso, 2013; Rosa, 2012). Este tipo de transição e à semelhança dos inquiridos, é referido por Ana, António, João, Lurdes e Rosa como imprescindível para vivenciar a transição e tempo de reforma favoravelmente.

o Estado devia preparar as pessoas para a reforma. Porque pela experiência de algumas pessoas que vou conhecendo, acho que é uma coisa muito radical. Pessoas que têm um ritmo de trabalho diário e de um dia para o outro quando entram na reforma deixam de fazer praticamente tudo. Devia de haver uma preparação ou entrar na reforma lentamente. A pessoa poder contribuir na mesma na empresa em que está, mas com menos horas de trabalho e com menos responsabilidade, por exemplo. Ai provavelmente seria mais fácil. (João)

Criar melhores condições e acima de tudo reduzir o tempo de anos de entrada na reforma. Que eles estão cada vez mais a aumentar os anos que se vai para a reforma e, por sua vez, estão a retirar emprego a pessoas novas. Há pessoas que vão acabando os cursos, licenciaturas, mestrados integrados e não têm oportunidade de emprego porque a idade da reforma é muito avançada. Era necessário ser tomadas medidas ao nível do poder, do Governo e do poder político, no sentido de reduzir a entrada na reforma e não aumentar, acho que ia trazer algumas vantagens. (Lurdes)

A implementação dos Estados de bem-estar teve um papel relevante no desenvolvimento das sociedades modernas, com as políticas sociais contribuindo significativamente para a melhoria das condições de vida dos indivíduos na sua passagem para a inatividade laboral. Consolidadas como um instrumento de transformação individual e comunitário as medidas e iniciativas, de caráter socioeducativo, preconizadas pelas políticas sociais são percecionadas pelos participantes como de máxima importância.

5. Limitações do estudo e recomendações para futuro

Neste subponto são apresentadas as principais limitações do estudo, que não deverão ser descuradas na leitura e interpretação dos resultados anteriormente apresentados.

A primeira limitação a considerar é a da aproximação ao terreno. Quer-se com isto dizer que no primeiro momento de recolha de dados identificou-se a dificuldade de abranger um número significativo de adultos/idosos isolados. E, por isso, detetada esta primeira dificuldade optou-se por envolver entidades locais, nomeadamente instituições, associações e grupos não formais, na identificação da população alvo do estudo. No entanto, este aspeto condicionou a amostra deste estudo a pessoas que frequentavam as atividades das instituições contactadas. Por isso, com o intuito de colmatar esta limitação recorreu-se a uma amostragem por bola de neve que permitiu abranger um número elevado de inquiridos que não integravam as atividades socioeducativas. No mesmo sentido, deve-se apontar as limitações por questões logísticas, como a falta de recursos para realizar a recolha de dados, tais como, equipamentos com acesso à internet ou a falta de rede de internet em vários locais. Por isso, apesar de inicialmente o inquérito por questionário ter sido idealizado em formato online, optou-se pelo seu preenchimento em formato papel-lápis.

Outra limitação a ser considerada na interpretação dos resultados quantitativos relaciona-se com a dificuldade de perceber o futuro, isto de acordo com as opiniões dos inquiridos aquando do preenchimento dos inquéritos, nomeadamente por parte das pessoas que ainda se encontram no ativo. Este aspeto foi evidenciado pelo reduzido número de respostas recebidas sobre “após a transição” e pelo facto de outros destacarem não conhecer a resposta, por exemplo, “Eu como ainda estou no ativo, não consigo responder a essas questões, nem sei se lá chegarei” (t17).

Ainda na fase de análise dos dados quantitativos, verificou-se a dificuldade de confirmar pela confrontação as respostas dadas. Ou seja, as respostas fornecidas não permitiram aferir com exatidão os motivos subjacentes à participação em atividades socioeducativas, devido à natureza subjetiva das respostas. Por exemplo, quando os inquiridos mencionaram o motivo “aprender”, não foi possível identificar se estavam a referir-se à perspetiva de “aprender como um fim em si” ou ao “gosto em aprender”. Embora ambas as perspetivas possam coexistir no processo de aprendizagem, uma não implica necessariamente a outra.

A tentativa de relacionar os diferentes modelos de transição para a inatividade laboral e de adaptação para a reforma apresentados no Capítulo I com as experiências e perspetivas dos

retratados constatou que as vivências experimentadas não se limitavam a um único perfil-tipo. Os retratados assumem comportamentos e disposições que ao serem contraditórias podem alocar-se a outros perfis e/ou modelos. Este paradoxo cria um “hibridismo ambíguo” específico da complexidade e individualidade de cada sujeito, tornando impossível a generalização das vivências experimentadas na fase de transição para a inatividade laboral e condição sénior e, conseqüentemente, a criação de perfis baseados nos retratos apresentados. Esta ausência de perfil único pode dever-se ao facto de metade dos entrevistados não se encontrarem na condição de reformados, evidenciando-se a falta de experiências e vivências que pudessem contribuir para a criação de perfis. Aliado a isto, importa referir o número reduzido de indivíduos entrevistados e o nível homogéneo de habilitações escolares primárias (3^a e 4^a classe), aspeto que condiciona a generalização dos resultados apresentados que permitiriam a apresentação dos ditos perfis.

Este estudo ficou condicionado pela pandemia COVID-19, o que afetou a realização das segundas entrevistas, tendo sido necessário adiar essas entrevistas para além do tempo previamente agendado, o que exigiu reiniciar uma parte significativa do processo de recolha de dados qualitativos, como a identificação de lacunas temporais e recordar o que foi dito na primeira entrevista.

Dadas as limitações expostas anteriormente e as evidências empíricas alcançadas com este estudo, recomenda-se a contínua realização de estudos no âmbito da transição para a inatividade laboral/reforma. Em primeiro lugar, é de referir que teria sido importante ter realizado uma análise mais aprofundada aos indicadores associados à condição sénior referenciados por Calha (2013, 2014) e Simões (2006), relacionando o processo de transição numa ótica de envelhecimento ativo com as perceções dos indivíduos acerca da sua configuração sénior e as dinâmicas socioeducativas inerentes a este processo. Neste enquadramento considera-se que a realização de estudos mais abrangentes ao nível da integração de diferentes áreas científicas de estudos permitiria uma compreensão holística do fenómeno em estudo.

Realização de estudos comparativos entre diferentes abordagens de adaptação, investigando e comparando as experiências e resultados de indivíduos que optam por vivenciar o tempo de transição para a inatividade dedicando-se exclusivamente à transição como tempo de descanso, com aqueles que adotam uma vida mais ativa e participativa na sociedade, com o objetivo de explorar as diferenças e semelhanças na adaptação e satisfação pessoal.

Recomenda-se a realização de estudos em contextos geográficos diversos, nomeadamente estudos comparativos com países que apresentem características culturais e medidas de proteção

social distintas, e que envolvam outras populações com diferentes condições e estilos de vida. Por exemplo, estudos que objetivem compreender de que forma pessoas inativas durante toda a vida ou que nunca tiveram uma atividade laboral remunerada vivenciam a fase de transição e adaptação à inatividade laboral; estudos com indivíduos com diferentes habilitações académicas, nomeadamente cursos superiores, ou que tenham completado os seus estudos após o ingresso no mercado de trabalho; estudos com indivíduos que a nível profissional desempenham funções de quadros altamente especializados. No mesmo sentido, ao almejar integrar outros públicos-alvo não deve ser descurada a importância das famílias e amigos, das instituições e dos profissionais próximos durante o processo é essencial para uma visão mais abrangente e integrada.

Por último, a realização de estudos longitudinais permitirá uma compreensão mais aprofundada dos fatores explicativos deste processo. Assim, no âmbito deste estudo e perspetivando um estudo longitudinal com os indivíduos envolvidos, seria importante compreender se as dimensões que mais influenciaram a transição se mantiveram ou se existiu um retrocesso na adaptação dos entrevistados que já se encontravam na condição de reformados. Mas também acompanhar a passagem dos que ainda se encontravam no ativo e analisar o que consideravam mais significativo, o tipo de atividades que desenvolvem, as estratégias que adotaram, as experiências que tiveram e os significados que atribuem aos conceitos analisados. Esses estudos podem fornecer informações valiosas para orientar políticas públicas e práticas educacionais mais adequadas.

A escassez de estudos nesta área científica e a urgência da compreensão destes fenómenos dado o emergente envelhecimento da população a nível nacional, ressaltam a necessidade de investir em políticas públicas na área da Educação de Adultos assentes numa lógica humanista e alinhadas com o direito à educação que culmine com o direito à educação ao longo da vida.

CAPÍTULO VII – CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados apresentados colocam em evidência a complexidade e multidimensionalidade dos fenômenos sociais subjacentes à transição para a inatividade laboral e a condição sénior. Longe de se configurarem como processos lineares e homogêneos, são vivenciados de forma muito singular por cada indivíduo. Em virtude dos determinantes que impactam essa vivência se manifestarem em múltiplas esferas da vida individual, familiar e societal, é a forma como são percebidos e vivenciados pelos indivíduos ao longo da sua trajetória de vida que irá definir a sua influência no processo de transição para a inatividade, tendo como objetivo, uma boa adaptação à reforma e um envelhecimento ativo. Além disso, os resultados corroboram que o envolvimento em dinâmicas socioeducativas exerce um impacto positivo e satisfatório na adaptação a essa fase da vida dos indivíduos, com principal enfoque na perspectiva de envelhecimento ativo proposto pelas diversas instâncias nacionais e internacionais.

Segundo os sujeitos inquiridos os principais fatores que influenciam a vivência da inatividade laboral e da condição sénior estão relacionados com: o capital económico, género, habilitações literárias, o contexto ambiental e familiar.

De acordo com aqueles, a entrada para a inatividade laboral/reforma está estatisticamente correlacionada com: a preparação ou falta desta nesta etapa de vida; a (in)existência de projetos futuros; a manutenção uma atividade remunerada e a manifestação de sentimentos com conotações negativas.

Os dados evidenciam que apesar de se observar a existência de um parco envolvimento na participação em atividades de índole socioeducativo, verifica-se um aumento na consciencialização e valorização da participação em atividades promotoras de um envelhecimento ativo e a tendência crescente da intenção de participação, com a finalidade de potenciar uma melhor adaptação à fase de transição para a inatividade laboral e condição sénior. De ressaltar ainda, o destaque apresentado pelos inquiridos às atividades com dimensões arroladas à saúde, bem-estar e qualidade de vida, às redes de sociabilidades, à participação ativa na sociedade, assim como, às dinâmicas socioeducativas.

O reconhecimento manifestado pela população estudada sobre importância atribuída à educação ao longo da vida sugere que a participação em dinâmicas socioeducativas, para este público, constitui um determinante crucial no processo de desenvolvimento e/ou manutenção de um envelhecimento ativo e bem-sucedido.

À semelhança de outros estudos, os dados refletem ainda as percepções negativas que os portugueses detêm acerca da falta de medidas e iniciativas públicas por parte das instâncias estatais na esfera social e educativa, o que condiciona uma boa adaptação à reforma.

Perante este cenário, os resultados evidenciam a importância da preparação para a inatividade laboral/reforma e da integração dos sujeitos na vida social através do seu envolvimento em dinâmicas socioeducativas, as quais devem ser fomentadas ao longo da vida, por forma a dotar os indivíduos de conhecimentos e competências úteis que lhes permitam ultrapassar de forma positiva os desafios encontrados ao longo das diferentes fases das suas vidas, especificamente na transição para a inatividade laboral.

Por sua vez a análise aos “retratos sociológicos” permitiu aprofundar e melhor compreender estes fenómenos.

Os resultados permitiram aferir que todos os percursos de vida estão marcados por “rutas biográficas” significativas especialmente no âmbito pessoal e/ou profissional e confirmaram a importância que os quadros socializadores (socialização primária e secundária) possuem nas diferentes esferas da vida (pessoal, sociocultural, familiar e profissional), manifestado pela presença de disposições e/ou variação de práticas, comportamentos, valores, crenças e representações, que se vão alterando, ativando ou inibindo em função do contexto socializador, o que revela a *pluralidade* do ator social.

Os dados enfatizaram as principais disposições presentes, demonstrando a presença de disposições heterogéneas, por vezes, contraditórias. Os retratos atestam uma maior importância atribuída ao percurso profissional, como meio de ascensão através do capital económico e reconhecimento social, *a contrario* do capital escolar e/ou da aprendizagem no local de trabalho.

Com base na análise dos retratos e da observação do quadro 5 sobre a criação ou transferência de disposições e competências pela participação em atividades socioeducativas na fase de transição para a inatividade laboral e condição sénior, constata-se que a participação em atividades socioeducativas na fase de transição para a inatividade laboral e condição sénior provoca em todos os entrevistados, a criação, transferência ou inibição de algum tipo de disposição e/ou competências.

Quadro 5.

Disposições e competências criadas e/ou transferidas pela participação em atividades socioeducativas na fase de transição para a inatividade laboral e condição sénior.

Cria	Favorece/ativa	Inibe
- Desenvolvimento de competências favoráveis ao envelhecimento ativo (Ana, António, Conceição, Domingos, Fernando, Joaquim, Maria)	- Desenvolvimento de competências favoráveis ao envelhecimento ativo (João, Lurdes, Rosa)	- Disposições de isolamento social e cultural (Ana, Maria, Fernando, Joaquim)
- Organização do tempo: ocupação do tempo livre (Ana, António, Conceição, Domingos, João, Joaquim, Lurdes, Maria, Rosa)	- Organização do tempo: rotinas (Lurdes)	- Redes de sociabilidades preexistentes (Domingos, Maria)
- Disposições socioeducativas: novas aprendizagens e/ou aumento capital cultural e social (Ana, António, Conceição, Domingos, Fernando, Joaquim, Maria, Rosa)	- Disposições socioeducativas: novas aprendizagens e/ou aumento capital cultural e social (João, Lurdes)	- Sentimento de rutura “morte social” (Joaquim, Maria)
- Disposições familiares de incentivo à participação (Ana, António, Conceição, Domingos, Fernando, João, Joaquim, Lurdes, Maria, Rosa)	- Disposições familiares: reforço laços conjugais (Domingos, Joaquim, Lurdes, Maria, Rosa)	- Disposições familiares: solidariedade familiar (Ana, António, Conceição, Domingos, Fernando, João, Joaquim, Lurdes, Maria, Rosa)
- Disposições relacionais e sentimento de pertença ao grupo (Ana, António, Conceição, Domingos, Fernando, João, Joaquim, Lurdes, Maria, Rosa)	- Disposições comunitárias: solidariedade entre amigos e vizinhos (Ana, Domingos, Fernando, João, Joaquim, Lurdes, Rosa)	
- Novas redes de sociabilidade (Ana, António, Conceição, Domingos, João, Joaquim, Lurdes, Maria, Rosa)	- Dimensões hedonistas (João, Lurdes, Rosa)	
- Disposições comunitárias: solidariedade entre amigos e vizinhos (António, Conceição, Joaquim, Maria)	- Dimensões para atividades públicas e coletivas: voluntariado (João, Lurdes)	
- Dimensões hedonistas (Ana, António, Conceição, Domingos, Fernando, Joaquim, Maria)	- Dimensões ascéticas: (Ana, António, Conceição, Domingos, Fernando, João, Joaquim, Lurdes Maria, Rosa)	
- Dimensões para atividades públicas e coletivas: voluntariado (Maria)	- Participação ativa na sociedade (Ana, António, Conceição, Domingos, Fernando, João, Joaquim, Lurdes Maria, Rosa)	

Estes resultados permitiram demonstrar a existência uma grande diversidade de experiências e perspectivas para a inatividade laboral e condição sénior. Tendo em consideração uma perspectiva mais direcionada para as atividades socioeducativas, constata-se que a sua participação nas mesmas é determinada por uma relação de forças sociais intrínsecas (disposições, competências, valores, gostos e poder de decisão) e forças sociais extrínsecas (capital social, cultural e económico, políticas públicas sociais e condições contextuais e de trabalho).

Os “retratos sociológicos” analisados permitiram igualmente compreender os fatores sociais que influenciam na participação em uma dinâmica socioeducativa em detrimento de outra, fomentada pela multiplicidade de contextos e quadros socializadores presentes ao longo da trajetória de vida.

Realçaram ainda, que a participação em atividades socioeducativas nesta fase da vida contribui fortemente para o desenvolvimento de competências promotoras de um envelhecimento ativo e uma participação ativa na sociedade.

Apesar de se assumir a limitação na criação de perfis sociológicos na adaptação à inatividade laboral/reforma, importa apresentar quatro modos de vivência e perspectivas identificados, em que as dimensões socioeducativas assumem configurações diversas: reforma em tempo legal, reforma antecipada inesperada, reforma antecipada por opção e prolongamento da atividade profissional para além da entrada normativa na reforma.

A análise dos retratos revela a existência de impactos negativos enfrentados pelos indivíduos que experimentaram uma reforma antecipada inesperada, caracterizada por uma entrada precoce na inatividade realizada de forma imposta e involuntária. Nesse contexto, a participação em dinâmicas socioeducativas surge como uma *estratégia para superar as dificuldades* vivenciadas, desempenhando um papel fundamental na redefinição da identidade do indivíduo e na reconstrução de um novo equilíbrio e propósito de vida, permitindo ainda encontrar um novo ritmo, destaca-se pela necessidade de reconhecimento familiar e social. As atividades desenvolvidas são direcionadas à melhoria do estado de saúde, promoção do desenvolvimento pessoal e fortalecimento dos laços de solidariedade familiar e social. A importância do apoio recebido por meio das redes de sociabilidade familiar e de amigos é evidente, desempenhando, juntamente com a participação em dinâmicas socioeducativas, um papel significativo na adaptação a essa nova fase de vida. Nesse sentido, a rede de amigos também se apresenta como forma de acesso à informação.

No caso da reforma antecipada por opção, em que os indivíduos optaram por sair precocemente do mercado de trabalho, a transição é experienciada de forma positiva, com rápida adaptação à sua nova condição de vida. As longas carreiras contributivas motivaram um planeamento cuidadoso da transição para a inatividade, através da passagem pelo desemprego. A transição para a inatividade é percebida como tempo de descanso e de realização de atividades prazerosas. O tempo livre é então direcionado para a realização de atividades socioeducativas que proporcionem *satisfação pessoal, integração social e, por vezes, aprendizagens intencionais*. As atividades realizadas durante esse período são diversificadas e apresentam um *caráter ocupacional e hedonista*, podendo inclusive ter uma função intencional de *aprendizagem*, contribuindo para o bem-estar e o desenvolvimento pessoal.

Cumprido salientar que a entrada para a inatividade laboral, conforme a idade preconizada por lei, pode ocorrer tanto para indivíduos que se encontram em situação de desemprego de longa duração quanto para os inativos, bem como para aqueles que se encontram profissionalmente no ativo. No caso da entrada na reforma na idade estabelecida normativamente, apenas um retratado experienciou esse tipo de entrada na reforma. Já estando em condição de inativo, a sua vivência da entrada para a reforma se assemelha em grande medida àqueles que optaram pela reforma antecipada. No entanto, importa referir que a entrada para a inatividade, embora tenha decorrido de forma opcional, derivou de uma rutura pessoal que resultou em um período de grandes adversidades. Pese embora as atividades frequentadas serem de continuidade, a participação em atividades socioeducativas é percebida como uma *forma de escape e de bem-estar*. As atividades desenvolvidas são de natureza socioeducativas, associativas e com um grande pendor cívico, através da mobilização do capital social com o intuito de *fortalecer os vínculos sociais*.

Não obstante, quando a entrada para a reforma ocorre de forma meramente administrativa, e o prolongamento da vida profissional ativa é impulsionado pela valorização do trabalho e pela solidariedade familiar, não se verifica uma alteração significativa nos modos de vida, as atividades e o ritmo de vida. A participação nas atividades socioeducativas é motivada pelo convívio e interação social, sendo compreendidas como uma *forma de mobilização do capital social*.

Quanto aos retratados que ainda estão ativamente no mercado de trabalho, os dados indicam que a decisão de entrar para a reforma assume motivações distintas e a pretensão de ocorrer em diferentes momentos. Enquanto alguns almejam entrar para a reforma antecipada para se dedicar ao voluntariado, para outros, a reforma antecipada é encarada como uma oportunidade para continuar a realizar as atividades interrompidas e desenvolver outras de caráter

hedonista. Existe também aqueles que se encontram no ativo e pretendem realizar uma transição gradual, embora reconheçam a possibilidade de precisar prolongar a atividade profissional por questões de ordem económica e financeira.

Os resultados mostram que as dinâmicas socioeducativas diferem entre os diferentes modos de vivência da transição para a inatividade laboral, não sendo possível traçar uma tendência clara. Contudo, independentemente do momento da transição para a inatividade e dos motivos invocados, essas desempenham um papel mais significativo do que o percebido por alguns indivíduos, pois atuam como um elemento de adaptação às novas circunstâncias de vida.

Os dados evidenciam que a preparação para a inatividade laboral foi realizada pelos indivíduos que vivenciaram uma entrada para a reforma antecipada por opção, sendo que a sua preparação consistiu no planeamento da entrada para a inatividade laboral através do desemprego. Os retratados que se encontram no ativo também já idealizaram a sua entrada para a inatividade.

Quando existem ruturas, tendencialmente, as atividades, numa primeira fase, são orientadas para estabelecer um equilíbrio na vida, geralmente priorizando o bem-estar, desenvolvimento pessoal e apoio à família. Numa fase posterior, assumem uma natureza lazer e convívio.

Os dados revelam que apesar de existir um plano prévio, nem sempre a transição é vivenciada conforme planeada, facto demonstrado em diversos retratos. E mesmo que inicialmente ocorra como planeado as circunstâncias vivenciadas após a adaptação à entrada para a reforma, podem em razão de ruturas pessoais ou familiares, resultar num retrocesso do processo e conduzir a uma nova transição para a inatividade.

Os resultados obtidos podem sugerir, que quando os indivíduos participam em atividades socioeducativas na fase de transição para a inatividade pretendem no período de inatividade manter e incrementar a sua participação. Verifica-se de igual modo que os ativos que participam em atividades benévolas orientadas para o bem da comunidade, como voluntariado ou associativismo, pretendem em tempo de reforma continuar no seu envolvimento em dinâmicas socioeducativas em prol da comunidade, já os que realizam atividades de voluntariado após a vida ativa, os motivos estão relacionados com a busca de reconhecimento pessoal e social.

Em última análise, independentemente dos motivos anunciados para a participação socialmente ativa e a intencionalidade da participação, a escolha das atividades socioeducativas é determinada pela oferta existente na comunidade.

Deste modo, é possível aferir que o leque das dinâmicas socioeducativas que permeiam a transição para a inatividade laboral e condição sénior é influenciado pela heterogeneidade biográfica que caracteriza cada indivíduo, bem como pelos múltiplos contextos sociais e institucionais.

Em conclusão, o envolvimento em dinâmicas socioeducativas desempenha um papel preponderante na adaptação dos indivíduos à inatividade laboral e condição sénior. Além de contribuir para uma participação ativa na sociedade, essas atividades têm impactos significativos no bem-estar, no aumento e/ou manutenção da qualidade de vida, na aquisição de novos conhecimentos e aprendizagens e na partilha de saberes, bem como na convivência social, o que favorece o envelhecimento ativo ao longo da vida.

Independentemente das condições, motivos e momento em que se concretiza, é essencial que a transição para a inatividade laboral e condição sénior atenda às necessidades, interesses e expectativas do “novo reformado”. Adotando uma perspetiva de educação ao longo da vida, torna-se essencial dotar os indivíduos de competências que lhes permitam identificar, interpretar e responder às mudanças que experienciam. Neste sentido, as atividades socioeducativas devem englobar dimensões educativas e formativas, sociais, culturais, cívicas, ocupacionais, económicas e políticas.

Apesar dos diferentes significados e vivências, todos os indivíduos são unânimes em concordar que uma transição para a inatividade laboral e condição sénior vivenciada positivamente, requer uma sólida integração na sociedade, tanto como participantes ativos em atividades socioeducativas quanto como agentes promotores dessas atividades. Este papel deve também ser desempenhado pelas instâncias governamentais e sociedade civil, cabendo a cada um, a responsabilidade social de incentivar, mobilizar e fornecer as condições necessárias para um envelhecimento ativo e bem-sucedido. Assim sendo, é imperativo uma maior intervenção do Estado na implementação e execução de políticas públicas educativas e de proteção social direcionadas para a transição para a inatividade laboral e condição sénior.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adams, G. A., & Beehr, T. A. (Eds.). (2003). *Retirement: Reasons, processes, and results*. Springer Publishing Company.
- Afonso, A. J. (2003). Estado, globalização e políticas educacionais: elementos para uma agenda de investigação. *Revista Brasileira de Educação*, 22, 35-46. <https://dx.doi.org/10.1590/S1413-24782003000100005>
- Albarello, L.; Digneffe, F.; Hiernaux, JP; Maroy, C.; Ruquoy, D. & Saint-Georges, P. (1997). *Práticas e métodos de investigação em ciências sociais*. Editora Gradiva. <http://hdl.handle.net/10400.2/7583>
- Albuquerque, P. C. (2016). O sistema em reforma. In A. A. Fernandes, P. Albuquerque & A. Fonseca (Eds.), *A (re)forma das reformas: uma análise sociológica, económica e psicológica da reforma e do sistema de pensões* (pp. 53-93). Edições Almedina.
- Alexiadou, N., Fink-Hafner, D., & Lange, B. (2010). Education Policy Convergence through the Open Method of Coordination: theoretical reflections and implementation in 'old' and 'new' national contexts. *European Educational Research Journal*, 9(3), 345-358. <http://dx.doi.org/10.2304/eeerj.2010.9.3.345>
- Almeida, J. F., & Pinto, J. M. (1980). *A investigação nas ciências sociais*. Editorial Presença.
- Almeida, J. F., & Pinto, J. M. (1987). Teoria e investigação empírica nas ciências sociais. *Análise Social*, XI(42/43), 365-445. <http://hdl.handle.net/10071/6755>
- Alves, N., Canário, R., Melo, A., Fragoso, A., Cavaco, C., & Guimarães, P. (2014). Pensar a Educação. Portugal 2015. Aprender sempre. Educação da população adulta para a cidadania participativa e responsável. *Relatório do Projeto Pensar a Educação. Portugal. 2015*. <https://blogue.rbe.mec.pt/pensar-a-educacao-portugal-2015-1829507>
- Andersen, J. G., & Guillemard, A-M. (2005). Conclusion: policy change, welfare regimes and active citizenship. In J. G. Andersen, A-M. Guillemard, P. H. Jensen & B. Pfau-Effinger (Eds.), *The changing face of welfare* (pp. 257-272). Policy Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctt9qgz9p>
- Antunes, F. (2011). Governação, reformas do Estado e políticas de educação de adultos em Portugal: Pressões globais e especificidades nacionais, tensões e ambivalências, *Revista Crítica de Ciências Sociais*, 92, 3-29. <https://doi.org/10.4000/rccs.3861>
- Antunes, F. (2013). Reforma do Estado e políticas públicas: a governação em ação. Notas de um estudo no campo da educação e Formação de Adultos em Portugal. In. V. Peroni (Org.),

Redefinições das fronteiras entre o público e o privado: implicações para a democratização da educação (pp. 82-119). Oikos.

Antunes, F. (2015). Políticas, processos e atores de privatização da educação em Portugal: apontamentos. In V. Peroni (Org.), *Diálogos sobre as redefinições no papel do Estado e nas fronteiras entre o público e o privado na educação* (pp. 129-143). Oikos.

Antunes, F. (2020). Europeanisation and adult education: between political centrality and fragility, *Studies in Continuing Education*, 42(3), 298-315.
<https://doi.org/10.1080/0158037X.2019.1615425>

Antunes, F., & Peroni, V. (2017). Reformas do Estado e políticas públicas: trajetórias de democratização e privatização em educação. Brasil e Portugal, um diálogo entre pesquisas. *Revista Portuguesa de Educação*, 30(1), 181-216. <https://doi.org/10.21814/rpe.7399>

Antunes, M. C. P. (2001). *Teoria e prática pedagógica*. Instituto Piaget.

Antunes, M. C. P. (2008). *Educação, saúde e desenvolvimento*. Edições Almedina.

Antunes, M. C. P. (2015). *Educar para um envelhecimento bem sucedido: reflexões e propostas de ação*. *Teoría de la educación*, 27 (2), 185-201.
<http://dx.doi.org/10.14201/teoredu2015272185201>

Arza, C., & Johnson, P. (2006). The development of public pensions from 1889 to the 1990s. In G. Clark, A. Munnell & J. M. Orszag (Eds.), *The Oxford Handbook of Pensions and Retirement Income* (pp.52-57). Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199272464.003.0004>

Atchley, R., & Barusch, A. (2004). *Social forces and aging: an introduction to social gerontology* (10thed.). Wadsworth Publishing.

Atchley, R. (1976). *The sociology of retirement*. Schenkman Publishing Company.

Atchley, R. (1982). Retirement: leaving the world of work. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 464, 120-131. <https://doi.org/10.1177/0002716282464001>

Atchley, R. (1996). Retirement. In J. E. Birren (Ed.), *Encyclopedia of gerontology: Age, aging, and the aged* (vol, 2, pp. 437-449). Academic Press.

Atchley, R. (2006). Continuity theory. In R. Schulz (Ed.), *The encyclopedia of aging*, 1 (4), 266-268.
<https://www.jstor.org/stable/2945996>

Baltes, B. B., Rudolph, C. W., & Bal, A. C. (2012). A review of aging theories and modern work perspectives. In J. W. Hedge & W. C. Borman (Eds.), *The Oxford handbook of work and aging*

(pp. 117–136). Oxford University Press.

<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195385052.013.0069>

Baltes, P. B. (1987). Theoretical propositions of Life-Span developmental psychology: on the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 23(5), 611-626.

<https://doi.org/10.1037/0012-1649.23.5.611>

Bardin, L. (1979). *Análise de conteúdo*. Edições 70, Lda.

Barnes-Farrell, J. L. (2003). Beyond health and wealth: Attitudinal and other influences on retirement decision-making. In G. A. Adams & T. A. Beehr (Eds.), *Retirement: Reasons, processes, and results* (pp. 159–187). Springer Publishing Company.

https://www.researchgate.net/publication/220027216_Beyond_health_and_wealth_Attitudinal_and_other_influences_on_retirement_decision-making

Barros de Oliveira, J. H. (2005). *Psicologia do envelhecimento e do idoso*. (2ª ed.). Legis Editora/Livpsic.

Barros, R. (2011). *Genealogia dos conceitos em educação de adultos: da educação permanente à aprendizagem ao longo da vida-um estudo sobre os fundamentos político-pedagógicos da prática educacional*. Chiado editora.

Bauman, Z. (2001). *Modernidade líquida*. Jorge Zahar Ed.

Beauvoir, S. (1970). *La vieillesse*. Éditions Gallimard.

Beck, U. (2001). *La société du risque. Sur la voie d'autre modernité*. Aubier.

Beck, U. (2010). *Sociedade de risco. Rumo a uma outra modernidade*. Editora 34.

Bengtson V., & Sachaie, K. W. (1999). *Handbook of Theories of Aging*. Springer Publishing Company.

Bessa, M. D. C. (2015). *Trajetórias profissionais: influências na reforma*. [Dissertação de mestrado, ISSSP - Instituto Superior de Serviço Social do Porto]. Repositório do ISSSP.

<http://hdl.handle.net/10400.26/10545>

Bessa, M. E. P., & Silva, M. J. D. (2008). Motivações para o ingresso dos idosos em instituições de longa permanência e processos adaptativos: um estudo de caso. *Texto & Contexto- Enfermagem*, 17(2), 258-265. <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000200006>

Bisquerra, R. (1989). *Métodos de investigación educativa: guía práctica*. Ediciones CEAC.

Blaikie, N. (1995). *Approaches to social enquiry*. Polity Press.

Bogdan, R., & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação. Uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto Editora

- Bourdelaís, P. (1993). *Le nouveau âge de la vieillesse : histoire du vieillissement de la population*. Éditions Odile Jacob.
- Bourdieu, P. (1984). La «jeunesse» n'est qu'un mot. *Questions de sociologie*, pp. 143-154. Éditions de Minuit. (Entrevista original publicada em 1978, Les jeunes et le premier emploi, Association des Ages, 1978, pp. 520-530).
- Bourdieu, P. (1999). *Escritos de Educação*. Editora Vozes.
- Bourdieu, P. (2006). *A distinção crítica social do julgamento*. Editora Zouk.
- Cabral, M. V., Ferreira, P. M., Silva, P. A. da, Jerónimo, P. G., & Marques, T. (2013). *Processos de envelhecimento em Portugal: usos do tempo, redes sociais e condições de vida*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. <https://www.ffms.pt/pt-pt/estudos/processos-de-envelhecimento-em-portugal>
- Cabral, M.V., & Ferreira, M. (2013). *Envelhecimento activo em Portugal: Trabalho, reforma, lazer e redes sociais*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. <https://www.ffms.pt/sites/default/files/2022-07/Envelhecimento-activo-em-portugal>.
- Cachioni, M., & Neri, A. L. (2004). Educação e velhice bem-sucedida no contexto das universidades da terceira idade. In A. L. Neri & M. S. Yassuda (Orgs.), *Velhice bem-sucedida: aspectos afetivos e cognitivos* (pp. 29-50). Papirus.
- Calha, A. (2014). Saúde, bem-estar e convivialidade dos idosos – Portugal e Espanha, diferenças e semelhanças, no contexto europeu. In A. Anica, A. Fragoso, C. Ribeiro & C. Sousa (Coords.), *Envelhecimento Ativo e Educação* (pp. 30-40). Universidade do Algarve. <http://hdl.handle.net/10400.26/8377>
- Calha, A. (2015). A condição sénior no Sul da Europa e na Escandinávia. *Saúde e Sociedade*, 24(2), 527-542. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902015000200011>
- Canário, R. (1995). Os estudos sobre a escola: problemas e perspectivas. In A. Estrela, J. Barroso & J. Ferreira (Eds.), *A escola: Um objecto de estudo* (pp. 95-117). AFIRSE.
- Canário, R. (1999). *Educação de adultos: um campo e uma problemática*. Educa.
- Canário, R. (2001). Adultos - da escolarização à educação, *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 35(1), pp. 85-100.
- Canário, R. (2005). O impacto social das ciências da educação. In A. Estrela, P. Mendes & J. Chouriço (Orgs.), *O estado da arte em ciências da educação* (pp. 13-28). S.P.C.E.
- Canário, R. (Org.). (2003). *Formação e situações de trabalho*. (2ª ed.). Porto Editora

- Canário, R. (2013). Novos (des)caminhos da Educação de Adultos? *Aprender*, 34, 13-20. <https://doi.org/10.58041/aprender.74>
- Canário, R. (2018). “Trabalho e educação de adultos em Portugal: uma perspetiva histórica de 1945 à Revolução dos Cravos”, *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, XXXVI, 31-50. <http://doi.org/10.21747/08723419/soc36a2>
- Capucha, L. (2013). Em defesa da iniciativa Novas Oportunidades: a qualificação dos adultos é uma prioridade. *Aprender*, 34, 29-65. <http://hdl.handle.net/10071/14025>
- Capucha, L. (2014). Envelhecimento e políticas sociais em tempos de crise. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 74, 113-131. <https://journals.openedition.org/spp/1479>
- Caradec, V. & Van de Velde, C. (2011). Être jeune, être vieux dans la société française contemporaine. In G. Olivier & L. Yannick (Dir.), *La société française. Un bilan sociologique des évolutions depuis l'après-guerre* (pp. 43-68). Armand Colin.
- Caradec, V. (2004). *Vieillir après la retraite. Approche sociologique du vieillissement*. Presses Universitaires de France.
- Caradec, V. (2008). Les mécanismes de la transition identitaire au moment de la retraite. *Spirale. Revue de recherches en éducation*, 41, 161-176. <https://doi.org/10.3406/spira.2008.1232>
- Caradec, V. (2009). Retraite « à la carte » et « libre choix » individuel. Réflexion sur les transformations contemporaines de la retraite. *Gérontologie et société*, 32(131), 25-43. <https://doi.org/10.3917/g.s.131.0025>
- Caradec, V. (2010). *Sociologie de la Vieillesse et du vieillissement* (2^a ed.). Armand Colin.
- Caride Gómez, J. A. (2005). La animación sociocultural y el desarrollo comunitario como educación social. *Revista de Educación*, 336, 73-88. <http://hdl.handle.net/10347/18581>
- Carneiro, R., Chau, F., Soares, C., Fialho, J. S., & Sacadura, M. J. (2012). *O envelhecimento da população: dependência, ativação e qualidade*. *Povos e Culturas*, 16, 13-32 <https://doi.org/10.34632/povoseculturas.2012.8899>
- Carvalho, A. D. (1996). *Epistemologia das ciências da educação* (4^a ed.). Edições Afrontamento.
- Casey, B. (1997). *Retraite anticipée ou tardive : incitations et désincitations*. Documento de trabalho sobre o envelhecimento AWP 3.3F. ILO-OECD. <https://www.oecd.org/fr/retraites/pensions-publiques/2428760.pdf>
- Castells, M., & Guillemard, A-M. (1971). La détermination des pratiques sociales en situation de retraite. *Sociologie du travail*, 13(3), 282-307. <https://doi.org/10.3406/sotra.1971.1729>

- Castro, R. V., Guimarães, P., & Sancho, A. V. (2007). Mutações no campo da educação de adultos. Sobre os caminhos da formação dos educadores. *Educar em Revista*, 29, 63-81. <https://doi.org/10.1590/S0104-40602007000100006>
- Cavaco, C. (2008). *Adultos pouco escolarizados: diversidade e interdependência de lógicas de formação*. [Tese de doutoramento em Ciências da Educação (Formação de Adultos), Universidade de Lisboa]. Repositório da FPCE. <http://hdl.handle.net/10451/972>
- Cavaco, C. (2009). *Adultos pouco escolarizados. Políticas e práticas de formação*. Educa.
- Cerqueira, M. M. (2010). *Imagens do Envelhecimento e da Velhice: um estudo na população portuguesa*. [Tese de doutoramento em Ciências da Saúde, Universidade de Aveiro]. Repositório da RIA. <http://hdl.handle.net/10773/6477>
- Chiesa, R., & Sarchielli, G. (2008). Prepararse para la jubilación: el papel del apoyo social en la gestión de la ansiedad. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 24(3), 365-388. <https://doi.org/10.4321/s1576-59622008000300006>
- Chizzotti, A. (1991). *A pesquisa em ciências humanas e sociais*. Cortez Editora.
- Coelho, C. V. C. (2020). *Aprender com a vida: o caso dos idosos dos Polos de Educação ao Longo da Vida do concelho de Silves*. [Dissertação de mestrado, Universidade do Algarve]. Repositório da FEC. <http://hdl.handle.net/10400.1/15383>
- Comissão Económica Europeia. (2017). Declaração Ministerial da UNECE sobre o Envelhecimento 2017. Declaração Ministerial de 2017 em Lisboa. “*A Sustainable Society for All Ages: Realizing the potential of living longer*”. https://www.seg-social.pt/documents/10152/1198153/2017_UNECE_Ministerial_Declaration+on+Ageing-22+Sept/3e2d4300-09be-4fe4-8e3f-efc0624dce57
- Comissão Europeia. (1994). *Crescimento, competitividade, emprego: os desafios e as pistas para entrar no século XXI: Livro branco*. <https://op.europa.eu/pt/publication-detail/-/publication/0d563bc1-f17e-48ab-bb2a-9dd9a31d5004>
- Comissão Europeia. (1995). *Livro Branco sobre a Educação e a Formação - Ensinar e aprender - Rumo à sociedade cognitiva*. <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/d0a8aa7a-5311-4eee-904c-98fa541108d8/language-pt>
- Comissão Europeia. (2000). *Memorando sobre Aprendizagem ao Longo da Vida*. https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/A-5-2001-0322_PT.html?redirect
- Comissão Europeia. (2002). *Comunicação da Comissão ao Conselho e ao Parlamento Europeu*. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PT/TXT/?uri=celex:52001DC0140>

- Conceição, A. J. B. (2022). *Segurança Social: manual prático*. Edições Almedina.
- Cook, T. D., & Reichardt, C. S. (Eds.). (1979). *Qualitative and quantitative methods in evaluation research*. Sage Publications.
- Costa, A. F. (1987). A pesquisa de terreno em sociologia. In A. S. Silva & J. M. Pinto (Orgs.), *Metodologia das Ciências Sociais* (pp. 129-148). Edições Afrontamento.
- Cumming, E., & Henry, W. (1961). *Growing old: process of disengagement*. Basic Books.
- Daniel, F., Antunes, A., & Amaral, I. (2015). Representações sociais da velhice. *Análise Psicológica*, 33(XXXIII), 291-301. <https://doi.org/10.14417/ap.972>
- Davies, E., & Jenkins, A. (2013). The work-to-retirement transition of academic staff: Attitudes and experiences. *Employee Relations*, 35(3), 322-338. <https://doi.org/10.1108/01425451311320503>
- Debert, G. (1997). Envelhecimento e Curso da Vida. *Revista Estudos Feministas*, 5(1), 120. <https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/viewFile/12564/11720>
- Debert, G. G. (1999). Velhice e o curso de vida pós-moderno. *Revista USP*, 42, 70-83.
- Decreto-lei n.º 384/76 de 20 de maio, art.º 2.º-2 <https://dre.tretas.org/dre/226935/decreto-lei-384-76-de-20-de-maio>
- Deleroy-Momberger, C. (2012). Abordagens metodológicas na pesquisa biográfica. *Revista Brasileira de Educação*, 17 (51), 523-538. <https://doi.org/10.1590/S1413-24782012000300002>
- Delors, J., Al Mufti, I., Amagi, I., Carneiro, R., Chung, F., Geremek, B., Gorham, W., Kornhauser, A., Manley, M., Padrón Quero, M., Savane, M. A., Singh, K., Stavenhagen, R., Myong W. S., & Zhou, N. (1998). *Educação um tesouro a descobrir. Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre Educação para o Século XXI*. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000109590_por?posInSet=1&queryId=N-EXPLORE-ac92dd5c-bdf0-4d5e-925f-d426108d2bf4
- Despacho n.º 12427/2016. *Diário da República*, 2.ª série – N.º 199 – 17 de outubro de 2016.
- Dias, J. R. (2009). *Educação. O caminho da nova humanidade: das coisas às pessoas e aos valores*. Papiro Editora.
- Dicionário infopédia da língua portuguesa [em linha]. Porto Editora, 2003-2018. <https://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/sénior>
- Diehl, A. A., & Tatim, D. C. (2004). *Pesquisa em ciências sociais aplicadas: métodos e técnicas*. Prentice Hall. <https://doi.org/10.1590/S1415-65552006000300013>

- Direção-Geral da Saúde. (2004). *Programa Nacional para a Saúde das Pessoas Idosas*.
<https://www.dgs.pt/saude-no-ciclo-de-vida/envelhecimento-activo/programas-e-projectos.aspx>.
- Djukanović, I., & Peterson, U. (2016). Experiences of the transition into retirement: an interview study. *Nordic Journal of Nursing Research*, 36(4), 224-232.
<https://doi.org/10.1177/2057158516652069>
- Dores, A. P. (2010). Política, Tecnologia e Relações Humanas no Trabalho Moderno. In J. Freire & P. P. Almeida (Orgs.), *Trabalho moderno, tecnologia e organizações* (pp. 6-31). Edições Afrontamento.
- Duarte, C. V., & Melo-Silva, L. L. (2009). Expectativas diante da aposentadoria: Um estudo de acompanhamento em momento de transição. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 10(1), 45-54. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbop/v10n1/v10n1a07.pdf>
- Eizirik, C., Kapczinski, F., & Bassols, A. M. (Coords.). (2007). *O ciclo da vida humana: uma perspectiva psicodinâmica* (2ª ed.). Artmed.
- Ekerdt, D. J., Hackney, J., Kosloski, K., & DeViney, S. (2001). Eddies in the stream: the prevalence of uncertain plans for retirement. *The Journals of Gerontology. Series B*, 56(3), 162–170. <https://doi.org/10.1093/geronb/56.3.S162>
- Engelen, E. (2006). Changing work patterns and pensions. In G. L. Clark, A. H. Munnell, K. Williams & J. M. Orszag (Eds.). *The Oxford handbook of pensions and retirement income* (pp. 98-120). Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199272464.001.0001>
- Esping-Andersen, G. (1999). *Social foundations of postindustrial economies*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/0198742002.001.0001>
- Estanque, E. (2017). Portugal e o Estado providência: fragilidades, dependências e ameaças. *NORUS - Novos Rumos Sociológicos*, 5(8), 33-70.
<https://doi.org/10.15210/norus.v5i8.13117>
- Faria, M. I. & Rosário, M. J. (2014). Como se envelhece na atualidade: os novos contratos de género e cidadania. In A. Anica, A. Fragoso, C. Ribeiro & C. Sousa (Coord.), *Envelhecimento ativo e Educação* (pp. 54-64). Universidade do Algarve.
- Faure, E., Herrera, F., Kaddoura, A. -R., Lopes, H., Pérovski, A. V., Rahnema, M., & Ward, F. C. (1972). *Apprendre à être*. UNESCO. http://www.UNESCO.org/education/pdf/15_60_f.pdf

- Featherstone, M., & Hepworth, M. (2005). Images of Ageing: Cultural Representations of Later Life. In V. Bengtson, P. Coleman, & T. Kirkwood (Authors) & M. Johnson (Ed.), *The Cambridge Handbook of Age and Ageing* (pp. 354-362). Cambridge University Press. <http://doi.org/10.1017/CBO9780511610714.036>
- Fernandes, A. A. (1997). Velhice e sociedade. Demografia, família e políticas sociais em Portugal. Celta Editora.
- Fernandes, A. A. (2001). Velhice, solidariedades familiares e política social: Itinerário de pesquisa em torno do aumento da esperança de vida. *Sociologia, Problemas e Prática*, 36, 39-52. <http://hdl.handle.net/10071/407>
- Fernandes, A. A. (2016). A proteção social na velhice estará em risco? In A. A. Fernandes; P. C. Albuquerque & A. M. Fonseca. *A (re)forma das reformas. Uma análise sociológica, económica e psicológica da reforma e do sistema de pensões* (pp. 5- 49). Edições Almedina.
- Fernandes, A. T. (2005). Processos e estratégias de envelhecimento. *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, 15, 223-248. <https://ojs.letras.up.pt/index.php/Sociologia/article/view/2390>
- Fernández-Ballesteros, R., Garcia, L. F., Abarca, D., Blanc, E., Efkliides, A., Moraitou, D., Lerma, A. J., Mendoza-Numez, V. M., Mendoza-Ruvalcaba, N. M., Orosa, T., Paul, C., & Patricia, S. (2010). The concept of 'ageing well' in ten. Latin American and European countries. *Ageing & Society*, 30(1), 41-56. <https://doi.org/10.1017/S0144686X09008587>
- Ferreira, J. L. S. (2007). *Educación na terceira idade: Estudo do colectivo de personas maiores no contexto comunitário de Vila Nova de Gaia*. [Tese de doutoramento em Ciências da Educação, Universidade de Santiago de Compostela]. Repositório da USC. <http://hdl.handle.net/10347/2417>
- Ferreira, M. C. S. (2013). *Stress na Transição para a Reforma*. [Dissertação de mestrado, Universidade de Coimbra]. Repositório da UC. <http://hdl.handle.net/10316/25887>
- Ferreira, P. M. (2011). Envelhecimento activo e relações intergeracionais. In *Anais do XV Congresso Brasileiro de Sociologia*. <http://hdl.handle.net/10451/6091>
- Ferreira, P.M. (2015). O Envelhecimento ativo em Portugal: tendências recentes e (alguns) problemas. *Revista Kairós Gerontologia*, 18(No Especial 19),.07-29. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2015v18iEspecial19p07-29>

- Field, J., & Schemmann, M. (2017). International organisations and the construction of the learning active citizen: An analysis of adult learning policy documents from a Durkheimian perspective. *International Journal of Lifelong Education*. 36(1-2), 164-179. <https://doi.org/10.1080/02601370.2017.1287920>
- Finger, M. (2010). As implicações socioepistemológicas do método biográfico. In A. Nóvoa, & M. Finger (Orgs.), *O método (auto)biográfico e a formação* (pp.119-128). Paulus.
- Fisher, G. G., Chaffee, D. S., & Sonnega, A. (2016). Retirement timing: A review and recommendations for future research. *Work, Aging and Retirement*, 2(2), 230-261. <https://doi.org/10.1093/workar/waw001>
- Flecha García, R. (1994). *Educación de las personas adultas: propuestas para los años noventa* (2ª ed.). El Roure Editorial.
- Flick, U. (2013). *Métodos qualitativos na investigação científica*. (2ª ed). Monitor – Projectos e Edições, Lda.
- Fonseca, A. M. (2004). *Uma abordagem psicológica da “passagem à reforma” – desenvolvimento, envelhecimento, transição e adaptação*. [Tese de doutoramento em Ciências Biomédicas, Universidade do Porto]. Repositório da UP. <http://hdl.handle.net/10216/9776>
- Fonseca, A. M. (2006). *O envelhecimento: uma abordagem psicológica* (2ª ed.). Católica Editora.
- Fonseca, A. M. (2009). *O Tempo da vida- Fórum Gulbenkian de saúde sobre o envelhecimento 2008/2009*. Fundação Calouste Gulbenkian. Principia.
- Fonseca, A. M. (2010). Promoção do desenvolvimento psicológico no envelhecimento. *Contextos Clínicos*, 3(2), 124-131. <https://doi.org/10.4013/ctc.2010.32.06>
- Fonseca, A. M. (2011a). Há vida depois da reforma. *A página da Educação*. 195(II). <https://www.apagina.pt/?aba=7&cat=549&doc=14716&mid=2>
- Fonseca, A. M. (2011b). *Reforma e reformados*. Edições Almedina.
- Fonseca, A. M. (2012). Do trabalho à reforma: quando os dias parecem mais longos. *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, 2, 75-95. <https://ler.letras.up.pt/site/geral.aspx?id=3&tp=5&as=Adapta%C3%A7%C3%A3o&ida=3712>
- Fonseca, A. M. (2016). Há vida além da reforma? In A. A. Fernandes; P.C. Albuquerque & A. M. Fonseca. *A (re)forma das reformas. Uma análise sociológica, económica e psicológica da reforma e do sistema de pensões* (pp. 87-151). Edições Almedina.
- Fontes, A. P. D. A. (2014). *A classificação internacional de funcionalidade, incapacidade e saúde:*

um modelo multidimensional e multideterminado da funcionalidade em idosos assistidos na rede nacional de cuidados continuados integrados da região do Algarve. [Tese de doutoramento em Ciências Médicas, Universidade Nova de Lisboa]. Repositório da RUM. <https://run.unl.pt/bitstream/10362/14744/1/>

Formosa, M. (2002). Critical gerogogy: Developing practical possibilities for critical educational gerontology. *Education and Ageing*, 17(1), 73-86. <https://www.um.edu.mt/library/oar//handle/123456789/1200>

Formosa, M. (2012). Critical gerogogy: Situating theory in practice. *Journal of Contemporary Educational Studies*, 63 (5), 36-54. <https://www.um.edu.mt/library/oar/bitstream/123456789/1212>

Freire, J. (1997). *Variações sobre o tema trabalho*. Edições Afrontamento.

Freire, P. (1981). *Educação e mudança* (12ª ed.). Paz e Terra.

Freire, P. (1985). *Extensão ou comunicação?* (8ª ed.). Paz e Terra.

Freire, P. (2001). *Política e educação* (5ª ed.). Cortez Editora.

Freire, P. (2008). *Pedagogia do oprimido* (23ª ed.) Paz e Terra.

Gadotti, M. (2011). Adult education as a human right: the Latin American context and the ecopedagogic perspective. *Int Rev Educ*, 57, 9–25. <https://doi.org/10.1007/s11159-011-9205-0>

Gaullier, X. (1998). Âges mobiles et générations incertaines. *Esprit*, 246(10), 5-44. <https://www.jstor.org/stable/24276934>

Gaullier, X. (2002 a). Emploi, retraites et cycle de vie. *Retraite et Société*, 3(37), 163-207. <https://doi.org/10.3917/rs.037.0163>

Gaullier, X. (2002 b). Retraites, préretraites et temps de vie. *Gérontologie et Société*, 25(102), 67-85. <https://doi.org/10.3917/gs.102.0067>

Gelpi, E. (1983). *Lazer e educação permanente: tempos, espaços, políticas e atividades de educação permanente e do lazer*. SESC.

Gelpi, E. (1994). L'éducation permanente : principe révolutionnaire et pratiques conservatrices. In P. Bélanger & E. Gelpi (Eds.), *Lifelong Education / Education Permanente*. Springer Dordrecht

Gelpi, E. (2005). *Educación permanente: la dialéctica entre opresión y liberación*. Edicions del CREC.

- Generoso, S. P. S. R. (2013). *O processo de transição da vida ativa para a reforma no concelho de Lagoa – Algarve*. [Dissertação de mestrado, Universidade do Algarve]. Repositório da UALG. <http://sapientia.ualg.pt/handle/10400.1/6914>.
- Generoso, S., & Fragoso, A. (2020). O processo de transição da vida ativa para a reforma: o caso do concelho de Lagoa, no Algarve. In R. Barros & A. Fragoso (Eds.), *Investigação em Educação Social – prática e reflexão*. Volume II (pp.117-132). Universidade do Algarve. <https://www.researchgate.net/publication/349465589>
- Ghiglione, R., & Matalon, B. (1993). *O inquérito. Teoria e prática*. Celta Editora.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity: self and society in the late modern age*. Stanford University Press.
- Giddens, A. (1996). *Novas regras o método sociológico. Uma crítica positiva às sociologias interpretativas*. Editora Gradiva.
- Giddens, A. (2002). *The third way. The renewal of social democracy*. Polity Press.
- Giddens, A. (2006). *O Mundo da era da globalização* (6ª ed). Editorial Presença.
- Giddens, A. (2013) *Sociology* (7ª Ed.). Polity Press.
- Gierveld, J. J., van Tilburg, T., & Dykstra, P. A. (2006). Loneliness and social isolation. *Cambridge handbook of personal relationships*, 485-500. <https://core.ac.uk/download/pdf/15458095.pdf>
- Giroux, S., & Tremblay, G. (2009). *Méthodologie des sciences humaines* (3ª ed.). Éditions du Renouveau Pédagogique.
- Glendenning, F. (1983). *Mental Disorder in Old Age: a spectrum of service*. The Beth Johnson Foundation. <https://doi.org/10.1177/026461968700500316>
- Glendenning, F. (1985). An ageing society: education and the role of older adults in Britain and the United States of America. In F. Glendenning (Ed.), *Educational Gerontology: International Perspectives*. (pp. 100–141). Routledge.
- Goodwin, J., & O'Connor, H. (2014). Notions of fantasy and reality in the adjustment to retirement. *Ageing and Society*, 34(04), 569-589. <http://doi.org/10.1017/S0144686X12001122>
- Guedes, J. M. T. M. (2015). *Modos de vida na reforma. Construção de uma tipologia*. [Tese de doutoramento em Gerontologia e Geriatria, Universidade do Porto]. Repositório da UP. <https://hdl.handle.net/10216/83277>
- Guerra, I. (2006). *Pesquisa qualitativa e análise de conteúdo: sentidos e formas de uso*. Principia Editora.

- Guerreiro, C. S. R. (2018). *Transições para a reforma: Uma abordagem biográfica*. [Dissertação de mestrado, Universidade do Algarve]. Repositório da UALG. <https://sapientia.ualg.pt/bitstream/10400.1/12206/1/dissertac%cc%a7a%cc%83o%20Julho%202018%20com%20capas.pdf>
- Guillemard A.-M., & Rein, M. (1993). Comparative Patterns of Retirement: Recent Trends in Developed Societies. *Annual Review of Sociology*, 19, 469-503. <https://www.jstor.org/stable/2083397>
- Guillemard, A.-M. (1972). *La retraite une mort sociale. Sociologie des conduites en situation de retraite*. Mouton.
- Guillemard, A.-M. (1980). *La vieillesse et l'État*. P.U.F.
- Guillemard, A.-M. (1983). Les politiques de la vieillesse. In Communications, 37, Le continent gris. *Vieillesse et vieillissement*, 105-123. <https://doi.org/10.3406/comm.1983.1555>
- Guillemard, A.-M. (1984). Jalons pour une sociologie des politiques sociales – Le cas de la politique française de la vieillesse. *Sociologie et sociétés*, xvi (2), 119-128. <https://doi.org/10.7202/001322ar>
- Guillemard, A.-M. (1986). Formation et crise d'une politique sociale : le cas de la politique de la vieillesse. *Sociologie du Travail*, 28(2), 156-172. <https://doi.org/10.3406/sotra.1986.2037>
- Guillemard, A.-M. (1991). *La retraite en mutation*. Recherche FEN I RES.
- Guillemard, A.-M. (1997). Sortie précoce du marché du travail et mutations du cycle de vie en Europe. *Gérontologie et société*, 20(81), 71-90. <https://doi.org/10.3917/ges.081.0071>
- Guillemard, A.-M. (2000). Age Integration in Europe: Increasing or Decreasing? *The Gerontologist*, 40(3), 301-302. <https://doi.org/10.1093/geront/40.3.301>
- Guillemard, A.-M. (2002). De la retraite mort sociale à la retraite solidaire : La retraite une mort sociale (1972) revisitée trente ans après. *Gérontologie et société*, 25(102), 53-66. <https://doi.org/10.3917/ges.102.0053>
- Guillemard, A.-M. (2003). *L'âge de l'emploi. Les sociétés à l'épreuve du vieillissement*. Armand Colin.
- Guillemard, A.-M. (2007). Une nouvelle solidarité entre les âges et les générations dans une société de longévité. In S. Paugam (Dir), *Repenser la solidarité* (pp. 355-375). Puf. <https://doi.org/10.3917/puf.pauga.2007.02.0355>
- Guillemard, A.-M. (2013). Le vieillissement actif : enjeux, obstacles, limites. Une perspective internationale. *Retraite et société*, 65, 17-38. <https://doi.org/10.3917/rs.065.0017>

- Guillemard, A.M. (2015). Age policy. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences* (2^a ed), 25, 323–326. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.03059-2>
- Guimarães, P., & Antunes, F. (2016). Portugal. In F. Brian & M. Formosa (Eds.), *International Perspectives on Older Adult Education: Research, Policies and Practice* (pp. 345-356). Springer.
- Haguette, T. M. F. (2008). *Metodologias qualitativas na Sociologia*. (11^a ed.). Vozes
- Hansan, J.E. (2011). English poor laws: Historical precedents of tax-supported relief for the poor. *Social Welfare History Project*. <https://socialwelfare.library.vcu.edu/programs/poor-laws/>
- Heaven, B., O'Brien, N., Evans, E. H., White, M., Meyer, T. D., Mathers, J. C., & Moffatt, S. (2015). Mobilizing Resources for Well-being: Implications for Developing Interventions in the Retirement Transition. *Gerontologist*, 56 (4), 615-629. <https://doi.org/10.1093/geront/gnu159>
- Henkens, K., van Dalen, H. P., Ekerdt, D. J., Hershey, D. A., Hyde, M., Radl, van Solinge, A., Wang, M., & Zacher, H. (2017). What We Need to Know About Retirement: Pressing Issues for the Coming Decade. *Gerontologist*, 58 (5), 805–812. <https://doi.org/10.1093/geront/gnx095>
- Hermida, P. D., Tartaglini, M. F., & Stefani, D. (2016). Actitudes y significados acerca de la jubilación: un estudio comparativo de acuerdo al género en adultos mayores. *Liber*, 22(1), 57-66. <http://hdl.handle.net/11336/41994>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, P. (2003). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Hershey, D. A., & Henkens, K. (2014). Impact of different types of retirement transitions on perceived satisfaction with life. *Gerontologist*, 54(2), 232-44. <http://doi.org/10.1093/geront/gnt006>
- Hornstein, G. A., & Wapner, S. (1985). Modes of experiencing and adapting to retirement. *International Journal of Aging and Human Development*, 21(4), 291-315. <https://doi.org/10.2190/4NRA-2UY5-UVA3-4RPQ>
- Hozjan, D. (2009). Key competences for the development of lifelong learning in the European Union. *European Journal of Vocational Training*, 4(1), 196-207.
- Instituto Nacional de Estatística. (2016). *Estatísticas demográficas 2015*. https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_publicacoes&PUBLICACOESpubboui=275533085&PUBLICACOESmodo=2.

- Instituto Nacional de Estatística. (2022). *Censos 2021. XVI Recenseamento Geral da População. VI Recenseamento Geral da Habitação: Resultados definitivos*. <https://www.ine.pt/xurl/pub/65586079>
- Instituto para o Desenvolvimento Social. (2001). *ReCriar o futuro*. Advita. Departamento de Envelhecimento e Dependência – Núcleo de Medida Políticas. http://new.advita.pt/userfiles/file/recriar_o_futuro.pdf
- Ireland, T. D., & Spezia, C. H. (Orgs.). (2014). *Educação de adultos em retrospectiva.: 60 anos de CONFINTEA*. <https://unesdoc.UNESCO.org/ark:/48223/pf0000230540>
- Jacob, L. (2007). Manual de Animação de idosos. *Cadernos Socialgest*. <http://br.monografias.com/trabalhos-pdf/animacao-idosos/animacao-idosos.pdf>.
- Katz, S., & Laliberte-Rudman, D. (2004). *Exemplars of retirement: identity and agency between lifestyle and social movement*. In Tulle E. (Ed.), *Old age and agency* (pp. 45–65). Nova Science.
- Koff, T. H., & Park, R. W. (2017). *Aging public policy: bonding the generations* (2^a ed.). Routledge.
- Kohli, M. (1986). The world we forgot: a historical review of the life course. In V. W. Marshall (Ed.), *Later life*, (pp. 271-304). Sage.
- Kohli, M., & Meyer, J. W. (1986). Social structure and social construction of life stages. *Human development*, 29(3), 145-149. <https://doi.org/10.1159/000273038>
- Kohli, M., & Rein, M. (1991). The changing balance of work and retirement. In M. Kohli, M. Rein, A.-M. Guillemard & H. van Gunsteren (Eds.), *Time for retirement: Comparative studies of early exit from the labor force*. Cambridge University Press. <https://www.jstor.org/stable/26764847>
- Kohli, M., Rein, M., Guillemard, A. M., & van Gunsteren, H. (Eds.). (1991). *Time for retirement: Comparative studies of early exit from the labor force*. Cambridge University Press.
- Kohli, M., Rosenow, J. & Wolf, J. (1983). The social construction of ageing through work: Economic structure and life-world. *Ageing & Society*, 3(1), 23-42. <https://doi.org/10.1017/S0144686X0000982X>
- Kuhn, T. S. (1998). *A estrutura das revoluções científicas*. Perspectiva.
- Lahire, B. (2002). *Homem plural. Os determinantes da ação*. Editora Vozes.
- Lahire, B. (2003). From the habitus to an individual heritage of dispositions. Towards a sociology at the level of the individual. *Poetics*, 31(5-6), 329-355. <https://doi.org/10.1016/j.poetic.2003.08.002>

- Lahire, B. (2004). *Retratos Sociológicos. Disposições e variações individuais*. Artmed
- Lahire, B. (2005). Patrimônios individuais e disposições. Para uma sociologia à escala individual. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 49, 11-42. <http://hdl.handle.net/10071/200>
- Lahire, B. (2013). *Dans les plis singuliers du social : individus, institutions, socialisations*. La Découverte.
- Laslett, P. (1995). The third age and the disappearance of old age. In E., Heikkinen, J., Kuusinen & I., Ruoppila (Eds), *Preparation for Aging* (pp. 9-16). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-1979-9_2
- Le Borgne-Uguen, F. (2001). [La grand-parenté : une occasion de socialisation des retraités](#). In M. Legrand (Org.), *La retraite : une révolution silencieuse* (pp. 131-157). Éditions Érès.
- Legrand, M. (2001). Introduction. *La retraite : une révolution silencieuse*. In M. Legrand (Org.), *La retraite : une révolution silencieuse* (pp. 11-29). Éditions Érès.
- Lengrand, P. (1972). *A la découverte de l'éducation permanente*. UNESCO.
- Lengrand, P. (1975). *An introduction to lifelong education*. UNESCO.
- Lenoir, R. (1979). L'invention du "troisième âge : constitution du champ des agents de gestion de la vieillesse. *Actes de La Recherche En Sciences Sociales*, 26-27, 57-82. <https://doi.org/10.3406/arss.1979.2630>
- Lenoir, R. (1998). Objeto sociológico e problema social. In P. Champagne, R. Lenoir, D. Merllié & L. Pinto. *Iniciação a prática sociológica*. (pp. 59-106). Editora Vozes.
- Lessard-Hébert, M., Goutin, G., & Goyettee, G. (1994). *Investigação Qualitativa Fundamentos e práticas*. Instituto Piaget.
- Lima, A. P., & Viegas, S. M. (1988). A diversidade cultural do envelhecimento: a construção social da categoria de velhice. *Psicologia* 6(2), 149-258. <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v6i2.795>
- Lima, L. C. (1991). *Produção e reprodução de regras: normativismo e infidelidade normativa na organização escolar*. Ministério da Educação. Instituto de Inovação Educacional.
- Lima, L. C. (2005). A Educação de Adultos em Portugal (1974-2004). Entre as lógicas de Educação Popular e da gestão de recursos humanos. In Canário, R. & Cabrito, B. (Org.), *Educação e Formação de Adultos, Mutações e Convergências* (pp. 31-60). Educa.
- Lima, L. C. (2006). Introdução. In L. C. Lima (Org.), *Educação. Não Escolar de Adultos. Iniciativas de Educação e Formação em Contexto Associativo* (pp. 15-24). Universidade do Minho.

- Lima, L. C. (2007). *Educação ao longo da vida. Entre a mão direita e a mão esquerda de Miró*. Cortez Editora.
- Lima, L. C. (2010). Investigação e investigadores em educação: anotações críticas. *Sísifo. Revista de Ciências da Educação*, 12, 63-72. <https://hdl.handle.net/1822/11790>
- Lima, L. C. (2012a). Educación permanente en tiempos de crisis: volviendo a Freire, Gelpi e Illich. In M. Aparicio Barberán; I. Corella Llopis & P. Aparicio Guadas (Ed.), *Educación permanente, vida recibida y cambio de civilización* (pp. 41-62). Edicions del Crec.
- Lima, L. C. (2012b). *Aprender para ganhar, conhecer para competir: sobre a subordinação da educação na “sociedade da aprendizagem”*. Cortez Editora.
- Lima, L. C. (2014). Revisión crítica de la hegemonía de un cierto concepto de “aprendizaje a lo largo de la vida”. *Decisio*, 39, 34-38. <https://revistas.crefal.edu.mx/decisio/images/pdf/decisio-48-49/decisio-48-49-art03.pdf>
- Lima, L. C. (2018). Alguma notas sobre democratização e desigualdades na educação em Portugal (1974-2018). In S. Gomes, V. Duarte, F. B. Ribeiro, L. Cunha, A. M. Brandão & A. Jorge (Orgs.), *Desigualdades sociais e políticas públicas: Homenagem a Manuel Carlos Silva* (pp. 329-345). Húmus.
- Lima, L. C. (2019). Uma pedagogia contra o outro? Competitividade e emulação. *Educação & Sociedade*, 40, 1-18. <https://doi.org/10.1590/ES0101-73302019218952>
- Lima, L. C. (2021). Educação permanente: contestação, enquadramento, otimização pessoal. In A. Melo, L. C. Lima & P. Guimarães. *A(c)tualidade da educação permanente*. APCEP/Espaço Ulmeiro.
- Lopes, J. T. (2012). Subjetividade plural no mundo contemporâneo. *Cronos, R. Pós-Grad. Ci. Soc.* 13(1), 81-88. <https://hdl.handle.net/10216/77558>
- Lopes, J. T. (2014). Retratos sociológicos: dispositivo metodológico para uma sociologia da pluralidade disposicional. In L. L. Torres & J. A. Palhares (Org.), *Metodologia de investigação em ciências sociais da educação* (pp. 99-112). Húmus.
- Loureiro, H. M. A. M. (2011). *Cuidar na entrada na reforma: uma intervenção conducente à promoção da saúde de indivíduos e de famílias*. [Tese de doutoramento em Ciências da Saúde, Universidade de Aveiro] Repositório da UA. <http://hdl.handle.net/10773/4159>
- Loureiro, H. M. A. M., Mendes, A. M. O. C., Camarneiro, A. P. F, Silva, M. A. M., & Pedreiro, A. T. M. (2016). Perceções sobre a transição para a aposentadoria: um estudo qualitativo. *Contexto Enferm*, 25(1). <http://dx.doi.org/10.1590/0104-070720160002260015>

- Loureiro, H., Mendes, A., Fernandes, A. A., Camarneiro, A., Fonseca, A. M., Silva, M., & Ângelo, M. (2014). *A Transição para a Reforma em Reformados Portugueses*. Unidade de Investigação em Ciências da Saúde: Enfermagem (UICISA:E) / Escola Superior de Enfermagem de Coimbra (ESEnfC). https://web.esenfc.pt/v02/pa/conteudos/downloadArtigo.php?id_ficheiro=727&codigo
- Loureiro, H., Mendes, A., Fernandes, A., Camarneiro, A., Fonseca, A. M., Veríssimo, M. T., Carvalho, M., Silva, M., Rodrigues, R., Pedreiro, A., & Ângelo, M. (2015). *REATIVA: programa promotor de um envelhecimento ativo*. Unidade de Investigação em Ciências da Saúde: Enfermagem (UICISA: E) / Escola Superior de Enfermagem de Coimbra (ESEnfC). <http://hdl.handle.net/10400.14/22063>
- Lüdke, M., & André, M. E. D. A. (1986). *Pesquisa em Educação: abordagens qualitativas*. Ed. Pedagógica e Universitária.
- Marconi, M. A., & Lakatos, E. M. (2003). *Fundamentos de metodologia científica* (5ª ed.). Editora Atlas S. A..
- Marconi, M. A., & Lakatos, E. M. (2007). *Técnicas de Pesquisa*. Editora Atlas S. A..
- Martins, H. (1996). *Hegel, Texas - e outros Ensaios de Teoria Social*. Edições Século XXI, Lda.
- Mateus, A. (Coord.) (2015). *Três décadas de Portugal europeu: balanço e perspetivas*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. <https://www.ffms.pt/pt-pt/estudos/tres-decadas-de-portugal-europeu>
- McHugh, K. E. (2003). Three faces of ageism: society, image and place. *Ageing and Society*, 23(2), 165–185. <https://doi.org/10.1017/S0144686X02001113>
- Medeiros, T. (2012). Aprendizagem em adultos com idade avançada na Universidade dos Açores: os avós vêm à Universidade. In N. Ramos, M. Marujo & A. Baptista, *A Voz dos Avós* (pp. 121-136). Gráfica de Coimbra 2.
- Melo, A. (2019). Recortes de uma vida de intervenção inspirada em Paulo Freire. *Revista Lusófona de Educação*, 4, 237-243. <https://revistas.ulusofona.pt/index.php/rleducacao/article/view/6782>
- Melo, A., Lima, L., & Almeida, M. (2002). *Novas políticas de educação e formação de adultos: o contexto internacional e a situação portuguesa*. ANEFA.
- Melo, A., Queirós, A. M., Silva, A. S., Salgado, L., Rothes, L., & Ribeiro M. (1998). *Documento de Estratégia para o Desenvolvimento da Educação de Adultos. Uma Aposta Educativa na Participação de Todos*. Ministério da Educação

- Mendes, M. F., & Rosa, M. J. V. (2012). *Projeções 2030 e o futuro*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. <https://www.ffms.pt/pt-pt/estudos/projecoes-2030-e-o-futuro>
- Merriam, S. B. (1998). *Qualitative research and case study applications in education*. Jossey-Bass.
- Mills, C. W. (1982). *A Imaginação sociológica* (6ª ed.). Zahar Editores.
- Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social [MTSSSS], & Gabinete de Estratégia e Planeamento [GEP]. (2017). *Comissão Económica das Nações Unidas para a Europa (UNECE), Terceiro Ciclo de revisão e avaliação da estratégia de implementação regional do plano internacional de ação de Madrid sobre o envelhecimento (MIPAA)*. Gabinete de Estratégia e Planeamento.
- Moen, P. (1996). A life course perspective on retirement, gender, and well-being. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1(2), 131–144. <https://doi.org/10.1037/1076-8998.1.2.131>
- Moreira, M. J. G. (2020). *Como envelhecem os portugueses – envelhecimento, saúde, idadismo*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. <http://hdl.handle.net/10400.11/7409>
- Morrison, M. H. (1986). Work and Retirement in an Aging Society. *Daedalus*, 115(1), 269-293. <https://www.jstor.org/stable/20025034>
- Moulaert, T., & Viriot Durandal, J.-P. (2012). Le 'vieillessement actif' sur la scène internationale : perspectives méthodologiques pour l'étude d'un référentiel polymorphe. *Les politiques Sociales*, 1(1-2), 10-21. <https://doi.org/10.3917/lps.121.0010>
- Neri, A. L. (2009). Conceitos e teorias sobre o envelhecimento. In L. F. Malloy-Diniz, D. Fuentes & R. M. Cosenza (Orgs.), *Neuropsicologia do envelhecimento: uma abordagem multidimensional* (pp. 17- 42). ArtMed.
- Neto, A. (2010). *Da vida laboral à reforma: expectativas de ocupação*. [Tese de doutoramento em Ciências da Educação e do Património, Universidade Portucalense]. Repositório da UP. <http://hdl.handle.net/11328/593>.
- Nunes, S. C. R. (2017). *Animarte com animus na promoção de um envelhecimento ativo*. [Dissertação de mestrado, Universidade do Minho]. Repositório da UM. <https://hdl.handle.net/1822/45395>
- Nunes, S. C. R., & Antunes, M. C. (2017). Um projeto de intervenção socioeducativa em prol do envelhecimento ativo. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación, Extraordinario*(14), 200-205. <http://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.14.2916>

- Oliveira, R. C., Oliveira, F. S., & Scortegagna, P. A. (2010). Pedagogia Social: possibilidade de empoderamento para o idoso. In *III Congresso Internacional de Pedagogia Social*, 3. http://www.proceedings.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=MSC000000092006000100034&lng=en&nrm=iso
- Organização das Nações Unidas. (2003). *Plano de ação internacional contra o envelhecimento, 2002* / Organização das Nações Unidas. Secretaria Especial dos Direitos Humanos. http://www.observatorionacionaldoidoso.fiocruz.br/biblioteca/_manual/5.pdf.
- Organização Mundial de Saúde. (2002). *Envelhecimento saudável: envelhecimento ativo uma política de saúde*. http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf.
- Organização Mundial de Saúde. (2005). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf
- Organização Mundial de Saúde. (2008). *Guia global: cidade amiga do idoso*. <http://www.who.int/ageing/GuiaAFCPortuguese.pdf>.
- Organização Mundial de Saúde. (2015). *Relatório mundial sobre envelhecimento e saúde*. <http://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMS-ENVELHECIMENTO-2015-ort.pdf>.
- Organização Mundial de Saúde. (2018). *Plano de ação global para a atividade física 2018-2030*. <https://cnaepf.files.wordpress.com/2020/04/who-nmh-pnd-18.5-por.pdf>
- Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico. (1998). *Préserver la prospérité dans une société vieillissante*. <https://doi.org/10.1787/9789264263130-fr>
- Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico. (2016), "Quel rapport entre l'âge et les compétences ?", *Les compétences des adultes à la loupe*, No. 3, OECD Publishing, Paris. <https://doi.org/10.1787/5j1zgjng5szp-fr>
- Pacheco, J. A. (2010). Ciências da Educação e investigação. O pesadelo que é o presente. *Sísifo- revista de ciências de educação*, 12, 5-18. <https://hdl.handle.net/1822/11533>
- Pankow, L. J., & Solotoroff, J. M. (2007). Biological aspects and theories of aging. In J. A. Blackburn, & C. N. Dulmus (Eds.), *Handbook of gerontology: evidence-based approaches to theory, practice and policy*. (pp. 19-56). John Wiley & Sons, Inc.
- Papaléo Netto, M. (2007). Ciência do envelhecimento: abrangência e termos básicos e objetivos. In M. Papaléo Netto (Ed.), *Tratado de gerontologia* (2ª ed., pp. 29-38). Atheneu. https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4043922/mod_resource/content/1/TextoConceitos.pdf
- Parker, S. (2022). *Work and retirement*. Routledge Revivals.

- Paúl, C. (2005). A construção de um modelo de envelhecimento humano. In C. Paúl & A. M. Fonseca (Coords.), *Envelhecer em Portugal: psicologia, saúde e prestação de cuidados*. Climepsi Editores.
- Paúl, M. C., & Fonseca, A. M. (2001). *Envelhecer em Portugal*. Climepsi Editores.
- Pennec, S. (2001). Les liens sociaux au moment du passage à la retraite : différences entre les sexes. In M. Legrand (Org.), *La retraite : une révolution silencieuse* (pp. 159-178). Éditions Érès.
- Pestana, N. N. (2003). *Trabalhadores mais velhos: políticas públicas e práticas empresariais*. Ministério da Segurança Social e do Trabalho.
- Peterson, D. A. (1996). Educational gerontology: the state of the art. *Educational Gerontology*, 1(1), 61-73. <https://doi.org/10.1080/03601277.1976.12049517>
- Phillipson, C. (1983). The state, the economy and retirement. In A. M. Guillemard (Ed.), *Old age and the Welfare State. Studies in International Sociology* (pp. 127-143). Sage Publications Ltd.
- Phillipson, C. (2002). *Transitions from work to retirement Developing a new social contract*. Policy Press.
- Pinquart, M., & Sörensen, S. (2000). Influences of socioeconomic status, social network, and competence on subjective well-being in later life: a meta-analysis. *Psychol Aging*, 15(2), 187-224. <https://doi.org/10.1037//0882-7974.15.2.187>
- PORDATA. (2015). *Retrato de Portugal em 2015*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. <https://www.pordata.pt/retratos/2015/retrato+de+portugal-40>
- PORDATA. (2018). *Retrato de Portugal na Europa em 2018*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. <https://www.pordata.pt/retratos/2018/retrato+de+portugal-74>
- PORDATA. (2021). *Censos 2021*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. <https://www.pordata.pt/censos/resultados/emdestaque-portugal-361>
- Portugal. (2016). Diário da República n.º 165/2016, Série I de 2016-08-29. https://www.ulisboa.pt/sites/ulisboa.pt/files/documents/files/dl_n.o_582016_de_29_d_e_agosto.pdf
- Portugal. Direção-Geral da Saúde. (2016). Estratégia nacional para o envelhecimento ativo e saudável (ENEAS) - 2017-2025. Proposta do Grupo de Trabalho Interministerial (Despacho n.º 12427/2016). <https://www.eas.pt/estrategia-nacional-para-o-envelhecimento-ativo-e-saudavel-eneas-2017-2025/>

- Portugal. Estratégia de Lisboa. (2006). *Portugal de Novo - PNACE (2005-08) Relatório do 1º ano de execução*. <https://ec.europa.eu/social/BlobServlet?langId=pt&docId=6179&>
- Portugal. Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social & Ministério da Educação. (2005). *Novas Oportunidades: iniciativa no âmbito do Plano Nacional de Emprego e do Plano Tecnológico*. <http://id.bnportugal.gov.pt/bib/bibnacional/1649718>
- Quiwy, R., & Campenhoudt, L. V. (1998). *Manual de Investigação em Ciências Sociais* (2ª ed.). Editora Gradiva.
- Ramos, M. C. P. (2011). *Economia solidária, inovação social, empreendedorismo e desenvolvimento local*. Imprensa da Universidade de Coimbra. http://dx.doi.org/10.14195/978-989-26-0228-8_22
- Rebelo, B. P. A. (2021). *Reformados e modos de relação com a reforma*. [Tese de doutoramento em Sociologia, Instituto Universitário de Lisboa]. Repositório do ISCTE. <http://hdl.handle.net/10071/23081>
- Requejo Osório, A. (2003). *Educação permanente e Educação de Adultos*. Instituto Piaget.
- Ribeiro, O. (2012). O envelhecimento “ativo” e os constrangimentos da sua definição. *Sociologia, Número temático: Envelhecimento demográfico*, 33-52. <https://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/10580.pdf>
- Riley, M. W., & Riley, J. W. (2000). Age Integration: Conceptual and Historical Background. *Gerontology*, 40(3), 266-270. <https://doi.org/10.1093/geront/40.3.266>
- Riley, M. W. (1986). On the significance of the age in sociology. *American Sociological Review*, 52(1), 1-14. <https://doi.org/10.2307/2095388>
- Riley, M. W., Johnson, M., & Foner, A. (1972). *A sociology of age stratification*. Russel Sage Foundation.
- Rodríguez Gómez, G., Gil Flores, J., & García Jiménez, E. (1996). *Metodología de la investigación cualitativa*. Editorial Aljibe.
- Rosa, M. J. V. (2012). *O Envelhecimento da Sociedade Portuguesa*. Relógio D'Água Editores.
- Rosa, M. J. V. (2014). *Os reformados e os tempos livres*. Bnomics.
- Rosa, M. J. V. (2016). *O envelhecimento da sociedade portuguesa*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Rosa, M. J. V. (2020). *Um tempo sem idades. Ensaio sobre o envelhecimento da população*. Tinta da China.

- Rosa, M. J. V., & Chitas P. (2013). *Portugal e a Europa: os números*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Saint-Georges, P. (1997). As fontes de documentação. In L. Albarello, F. Digneffe; J. P. Hiernaux, C. Maroy, D. Ruquoy & P. Saint-Georges (Eds.), *Práticas e métodos de investigação em ciências sociais* (pp. 15-47). Editora Gradiva. <http://hdl.handle.net/10400.2/7583>
- Santos, B. S. (1992). O Estado, as relações salariais e o bem-estar social na semiperiferia: o caso português. In B.S. Santos (Org.), *Portugal: um retrato singular* (pp. 15-56.). Afrontamento.
- Santos, B. S. (1993). *Um discurso sobre as ciências* (6ª ed). Edições Afrontamento
- Santos, B. S. (1999). *A reinvenção solidária e participativa do Estado*. Oficina do CES, nº 134. <https://www.ces.uc.pt/publicacoes/oficina/ficheiros/134.pdf>
- Santos, B. S. (2008). *Um discurso sobre as ciências* (5ª ed). Cortez Editora.
- Santos, B. S. (Org.). (2002). *A globalização e as ciências sociais* (2ª ed.) Cortez Editora.
- Santos, S. S. C. (2010). Concepções teórico-filosóficas sobre envelhecimento, velhice, idoso e enfermagem gerontogeriatrica. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 63(3), 1035-1039. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672010000600025>
- Schlossberg, N. K. (1981). A model for analysing human adaptation to transition. *The Counseling Psychologist*, 9(2), 2–18. <https://doi.org/10.1177/001100008100900202>
- Schlossberg, N. K. (2011). The challenge of change: the transition model and its applications. *Journal of Employment Counseling*, 48(4), 159-162. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1920.2011.tb01102.x>
- Schlossberg, N., K., Waters, E., B., & Goodman, J. (1995). *Counseling adults in transition: linking practice with theory* 2(ed). Springer Publishing Company, Inc.
- Schnapper, D. (2000). *A compreensão sociológica*. Editora Gradiva
- Schneider, R. H., & Irigaray, T. Q. (2008). O envelhecimento na atualidade aspetos cronológicos. *Estud. Psicol.* 25(4), 585-593. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2008000400013>
- Sen, A. (2007). *Desenvolvimento como liberdade* (6ª ed.). Companhia das Letras.
- Severino, A. J. (2002). *Metodologia do trabalho científico* (23ª ed.). Cortez Editora.
- Shanas, E. (1972). Adjustment to retirement: substitution or accommodation? In F. M. Carp (Ed.), *Retirement*. (pp. 219-243). Human Sciences Press.
- Sheppard, H. L. (1991). The United States: the privatization of exit. In M. Kohli, M. Rein, A.-M. Guillemard & H. V. Gunsteren (Eds.), *Time for retirement. Comparative studies of early exit from the labor force* (pp. 252-283). Cambridge University Press.

- Shultz, K. S., Morton, K. R., & Weckerle, J. R. (1998). The influence of push and pull factors on voluntary and involuntary early retirees' retirement decision and adjustment. *Journal of Vocational Behavior*, 53(1), 45–57. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1997.1610>
- Silva, A. M. (2011). *Representações sociais da velhice*. [Tese de doutoramento em Ciências da Educação, Universidade do Porto]. Repositório da UP. https://sigarra.up.pt/flup/pt/pub_geral.show_file?pi_gdoc_id=575056.
- Silva, L. R. F. (2008). Da velhice à terceira idade: o percurso histórico das identidades atreladas ao processo de envelhecimento. *Análise História, Ciências, Saúde - Manguinhos*, 15(1), 155-168. <https://doi.org/10.1590/S0104-59702008000100009>
- Silvestre, C. (2003). *Educação/ Formação de Adultos como dimensão dinamizadora do sistema educativo/ formativo*. Instituto Piaget
- Simões, A. (2006). *A nova velhice – um novo público a educar*. Editora Ambar.
- Sitoe, R. M. (2006). *Aprendizagem ao longo da vida: Um conceito utópico?* Instituto Superior de Psicologia aplicada. <http://hdl.handle.net/10400.12/142>
- Sousa, F. (2010). *A sociologia da adultez*. Memória Imaterial.
- Sousa, L. (2006). Ciclo final de vida familiar. In L. Sousa, D. Figueiredo & M. Cerqueira (Eds.), *Envelhecer em família: os cuidados familiares na velhice* (2ª ed., pp. 13-19). Editora Ambar.
- Stake, R. E. (1995). *The art of case study research*. Sage Publications.
- Suarez Cuba, M. A., & Alcalá Espinoza, M. (2014). APGAR familiar: una herramienta para detectar disfunción familiar. *Rev. Med. La Paz*, 20(1), 53-57.
- Szinovacz, M. E. (2003). Contexts and pathways: retirement as institution, process, and experience. In G. A. Adams & T. A. Beehr (Eds.), *Retirement: reasons, processes, and results* (pp. 159–187). Springer Publishing Company.
- Szinovacz, M. E. (2013). A multilevel perspective for retirement research. In M. Wang (Ed.), *The Oxford handbook of retirement* (pp. 152–173). Oxford University Press
- Taylor-Gooby, P. (2002). The silver age of the welfare state: perspectives on resilience. *Journal of Social Policy*, 31(4), 597-621. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/S0047279402006785>
- Thane, P. (2006). The History of retirement. In L. G. Clark & A. L. Munnell (Eds.), *The Oxford Handbook of Pensions and Retirement Income*, 13 (pp. 33-51). Oxford University Press.
- Thierry, D. (2006). *L'entrée dans la retraite : nouveau départ ou mort sociale?* Rueil-Malmaison : Editions Liaisons.

- Thierry, D. (2010). *L'engagement bénévole des seniors. Une implication réfléchie*. Edition 2010.
- Tomás Agullón, M. S. (2001). *Mayores, actividad y trabajo en el proceso de envejecimiento y jubilación: una aproximación psico-sociológica*. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales (IMSERSO).
- Topa, G., & Alcover, C. M. (2015). Psychosocial factors in retirement intentions and adjustment: A multi-sample study. *Career Development International*, 20(4), 384-408. <https://doi.org/10.1108/CDI-09-2014-0129>
- Tuckman, B. W. (2000). *Manual de investigação em educação: como conceber e realizar o processo de investigação em educação* (2ª ed.). Fundação Calouste Gulbenkian.
- UNESCO (1949). *Rapport sommaire de la Conférence internationale de l'éducation des adultes (Danemark)*. UNESCO. https://unesdoc.UNESCO.org/ark:/48223/pf0000071263_fre
- UNESCO (1960). *Segunda conferencia mundial de educación de adultos*. UNESCO.
- UNESCO (1972). *Rapport final. Troisième Conférence Internationale sur l'éducation des adultes (Tóquio)*. UNESCO.
- UNESCO (1976). *Quarta conferência internacional da UNESCO sobre a educação de adultos. Recomendação sobre o desenvolvimento da educação de adultos* (1977). UNESCO.
- UNESCO (1977). *Recommandation sur le développement de l'éducation des adultes*. Conférence générale à sa dix-neuvième session (Nairobi). UNESCO.
- UNESCO (1985). *Rapport final. Quatrième Conférence Internationale sur l'éducation des adultes (Paris)*. UNESCO.
- UNESCO (1997). *Educação de adultos: Declaração de Hamburgo, agenda para o futuro*. UNESCO. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000116114_por
- UNESCO (1998). *Rapport Final. Quinta Conferência Internacional de Educação de Adultos (Hamburgo)*. UNESCO.
- UNESCO (1999). *Rapport de suivi soumis à la Conférence Générale de l'UNESCO (Hamburgo)*. UNESCO.
- UNESCO (2010). *Marco de ação de Belém. Sexta Conferência Internacional de Educação de Adultos (Brasil)*. UNESCO.
- UNESCO (2023). *CONFITEA VII Seventh International Conference on Adult Education: Final report; Adult learning and education for sustainable development: A transformative agenda*. UNESCO.

- United Kingdom [UK] Parliament (2015). *Poor Law, 1601*. <https://www.parliament.uk/about/living-heritage/evolutionofparliament/2015-parliament-in-the-making/get-involved1/2015-banners-exhibition/rachel-gadsden/1601-poor-law-gallery/#:~:text=In%201601%2C%20Elizabeth%20's%20Government,and%20different%20patters%20of%20employment.z>.
- Vala, J. (2001). A análise de conteúdo. In A. S. Silva, & J. M. Pinto (Orgs.), *Metodologia das Ciências Sociais* (101-128). Edições Afrontamento.
- van Solinge, H. (2012). Adjustment to retirement. In M. Wang (Ed.), *The Oxford Handbook of retirement* (pp. 311-324). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199746521.001.0001>
- van Solinge, H. (2013). Adjustment to retirement. In M. Wang (Ed.), *The Oxford Handbook of retirement* (pp. 311-324). Oxford University Press.
- van Solinge, H., & Henkens, K. (2005). Couples' adjustment to retirement: a multi-actor panel study. *The Journals of Gerontology: Series B*, 60(1), S11–S20. <https://doi.org/10.1093/geronb/60.1.S11>
- van Solinge, H., & Henkens, K. (2007). Involuntary retirement: The role of restrictive circumstances, timing, and social embeddedness. *The Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 62 (5), 295–303. <https://doi.org/10.1093/geronb/62.5.S295>
- Veloso, E. (2004). *Políticas e contextos educativos para os idosos: um estudo sociológico numa universidade da terceira idade em Portugal*. [Tese doutoramento em Educação, Universidade do Minho]. Repositório da UM. <http://hdl.handle.net/1822/908>
- Veloso, E. (2007). As universidades da terceira idade em Portugal: um contributo para a análise da sua emergência. *Revista Portuguesa de Pedagogia. Educação e Formação Adultos*, 41(3), 263-284. https://doi.org/10.14195/1647-8614_41-3_13
- Veloso, E. (2011). *Vidas depois da Reforma*. Coisas de Ler.
- Viriot-Durandal, J. P. (2001). Empowerment et vieillissement ou l'âge et le pouvoir en question. In M. Legrand (Org.), *La retraite : une révolution silencieuse* (pp. 325-341). Éditions Érès.
- Vroom, B., & Blomsma, M. (1991). The Netherlands: an extreme case. In M. Kohli, M. Rein, A-M. Guillemand & H. V. Gunsteren (Ed.), *Time for retirement. Comparative studies of early exit from the labor force* (pp. 97-126). Cambridge University Press.
- Walker, A. (2002a). Aging in Europe: policies in harmony or discord? *International Journal of Epidemiology*, 31(4) 1, 758–761. <https://doi.org/10.1093/ije/31.4.758>

- Walker, A. (2002b). A strategy for active ageing. *International Social Security Review*, 55(1), 121-139. <https://doi.org/10.1111/1468-246X.00118>
- Walker, K. N., MacBride, A., & Vachon, M. L. (1977). Social support networks and the crisis of bereavement. *Social Science & Medicine*, 11(1), 35–41. [https://doi.org/10.1016/0037-7856\(77\)90143-3](https://doi.org/10.1016/0037-7856(77)90143-3)
- Wang, M. (2007). Profiling retirees in the retirement transition and adjustment process: Examining the longitudinal change patterns of retirees' psychological well-being. *Journal of Applied Psychology*, 92 (2), 455–474. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.92.2.455>
- Wang, M., & Alterman, V. (2016). Retirement. *Oxford Research Encyclopedia of Psychology*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190236557.013.11>
- Wang, M., & Shultz, K. S. (2009). Employee retirement: a review and recommendation for future investigation. *Journal of Management*. *Southern Management Association Sage*. XX(X). <http://jom.sagepub.com/content/early/2009/10/06/0149206309347957>
- Wang, M., Henkens, K., & van Solinge, H. (2011). Retirement adjustment: a review of theoretical and empirical advancements. *American Psychologist*, 66(3), 204–213. <https://doi.org/10.1037/a0022414>
- Wang, M., Zhan, Y., Liu, S., & Shultz, K. S. (2008). Antecedents of bridge employment: A longitudinal investigation. *Journal of Applied Psychology*, 93(4), 818–830. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.93.4.818>
- Wetzel, M., Huxhold, O., & Tesch-Römer, C. (2016). Transition into retirement affects life satisfaction: Short-and long-term development depends on last labor market status and education. *Social Indicators Research*, 125(3), 991-1009. <https://doi.org/10.1007/s11205-015-0862-4>
- World Bank (1994). *Averting the old age crisis. Policies to protect the old and promote growth*. Oxford University Press.
- World Health Organization. (1999). *A life course perspective of maintaining independence in older age*. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/65576?show=full>
- Yin, R. K. (2002). *Case study research: design and methods*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Zimmerman, G. I. (2005). *Velhice. aspectos biopsicossociais*. Artmed.

ANEXOS

ANEXO 1 - PARECER DA COMISSÃO DE ÉTICA PARA A INVESTIGAÇÃO EM CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANA - QUESTIONÁRIOS



Universidade do Minho

SECSH

Subcomissão de Ética para as Ciências Sociais e Humanas

Identificação do documento: SECSH 039/2018

Título do projeto: *Perspetivas e experiências da transição para a inatividade laboral e condição sénior: dimensões socioeducativas*

Investigador(a) Responsável: Sílvia Cristiana Ribeiro Nunes, Universidade do Minho (doutoranda)

Outros Investigadores: Maria de Fátima Magalhães Antunes Gonçalves Teixeira, Instituto de Educação, Universidade do Minho (orientadora)

Subunidade Orgânica: Centro de Investigação em Educação, Universidade do Minho

PARECER


A Subcomissão de Ética para as Ciências Sociais e Humanas (SECSH) analisou o processo relativo ao projeto intitulado "*Perspetivas e experiências da transição para a inatividade laboral e condição sénior: dimensões socioeducativas*".

Os documentos apresentados revelam que o projeto obedece aos requisitos exigidos para as boas práticas na investigação com humanos, em conformidade com as normas nacionais e internacionais que regulam a investigação em Ciências Sociais e Humanas.

Face ao exposto, a SECSH nada tem a opor à realização do projeto.

Braga, 15 de junho de 2018.

O Presidente

 Digitally signed by
PAULO MANUEL PINTO
PEREIRA ALMEIDA
MACHADO
- Date: 2018.06.20
11:03:00 +01'00'

Paulo Manuel Pinto Pereira Almeida Machado

ANEXO 2 - PARECER DA COMISSÃO DE ÉTICA PARA A INVESTIGAÇÃO EM CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANA - ENTREVISTAS



Universidade do Minho

Conselho de Ética

Comissão de Ética para a Investigação em Ciências Sociais e Humanas

Identificação do documento: CEICSH 024/2019

Relatores: Acílio Silva Estanqueiro Rocha

Título do projeto: *Perspetivas e experiências da transição para a inatividade laboral e condição sénior: dimensões socioeducativas*

Equipa de Investigação: Sílvia Cristiana Ribeiro Nunes, Centro de Investigação em Educação (CIEd), Instituto de Educação, Universidade do Minho; Prof. Doutora Maria de Fátima Magalhães Antunes Gonçalves Teixeira (orientação científica e supervisão da investigação), Professora Associada, Instituto de Educação, Universidade do Minho

PARECER

A Comissão de Ética para a Investigação em Ciências Sociais e Humanas (CEICSH) analisou o processo relativo ao projeto de investigação acima identificado, intitulado *Perspetivas e experiências da transição para a inatividade laboral e condição sénior: dimensões socioeducativas*.

Os documentos apresentados revelam que o projeto obedece aos requisitos exigidos para as boas práticas na investigação com humanos, em conformidade com as normas nacionais e internacionais que regulam a investigação em Ciências Sociais e Humanas.

Face ao exposto, a Comissão de Ética para a Investigação em Ciências Sociais e Humanas (CEICSH) nada tem a opor à realização do projeto, emitindo o seu parecer favorável, que foi aprovado por unanimidade pelos seus membros.

Braga, 2 de agosto de 2019.

O Presidente da CEICSH

Assinado por : **ACÍLIO DA SILVA ESTANQUEIRO
ROCHA**
Num. de Identificação Civil: B1042754054
Data: 2019.08.06 15:03:37 Hora de Verão de GMT



Anexo: Formulário de identificação e caracterização do projeto

APÊNDICES

APÊNDICE 1 - INQUÉRITO POR QUESTIONÁRIO

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR



Universidade do Minho
Instituto de Educação

Consentimento informado

Este inquérito realiza-se no âmbito da tese de Doutoramento em Ciências da Educação na área de especialização Sociologia da Educação e Política Educativa desenvolvido por Sílvia Cristiana Ribeiro Nunes, intitulado "Perspetivas e experiências da transição para a inatividade laboral e condição sénior: dimensões socioeducativas".

Este projeto de investigação tem como objeto de estudo as experiências e perspetivas dos indivíduos sobre a transição para a inatividade profissional/reforma e a condição sénior.

Solicitamos a participação neste estudo. A sua participação é voluntária estando garantido o anonimato e a confidencialidade das respostas dadas, sendo que os dados recolhidos serão tratados exclusivamente para fins da investigação.

Pedimos que responda de forma sincera e honesta às nossas questões, não existem respostas certas ou erradas, apenas pretendemos conhecer a sua opinião sobre os temas tratados, a sua participação é fundamental para o nosso estudo.

Informamos que poderá interromper ou cancelar a sua participação a qualquer momento.

1. Deseja colaborar voluntariamente neste estudo

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

Pare de preencher este formulário.

2. Freguesia de administração

3. Local de administração

4. Número de questionário

A responder unicamente pelos parceiros de administração

A. Caracterização sociodemográfica

5. Idade

6. Sexo

Marcar apenas uma oval.

- Feminino
 Masculino

7. Pertence à mesma raça ou grupo étnico do que a maioria portuguesa?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não
 Não sabe/não responde

8. Estado civil

Marcar apenas uma oval.

- Solteiro(a)
 Casado(a)
 União de facto
 Viúvo(a)
 Separado(a)
 Divorciado(a)

9. Habilitações literárias

Marcar apenas uma oval.

- Não sabe ler nem escrever
 1º ciclo não concluído
 1º ciclo (4º ano)
 2º ciclo (6º ano)
 3º ciclo (9º ano)
 Secundário (12º ano)
 Bacharelato
 Licenciatura
 Mestrado
 Doutoramento
 Outra: _____

10. Das seguintes classes sociais, em qual delas é que se incluiria?

Marcar apenas uma oval.

- Classe baixa
 Classe média baixa
 Classe média
 Classe média alta
 Classe alta
 Não sabe

B. Agregado familiar

Considera-se as pessoas que vivam em economia comum

11. Vive só?

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

12. Indique o número de pessoas que compõe o seu agregado familiar

13. Se não vive só, indique quem são as pessoas com quem vive?

Marcar tudo o que for aplicável.

Marido/mulher(esposa), companheiro(a)

Filho(a)

Genro/nora

Neto(a)

Pai/mãe

Outra: _____

14. Relação com família e amigos

Marcar apenas uma oval por linha.

	Nunca	Quase nunca	Algumas vezes	Quase sempre	Sempre	Não se aplica
1. Estou satisfeito(a) com a ajuda que recebo da minha família, sempre que alguma coisa me preocupa ou tenho algum problema e/ou necessidade.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Sinto-me satisfeito(a) pela forma como em família conversamos e partilhamos os nossos problemas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Sinto-me satisfeito(a) com a forma como a minha família aceita e apoia os meus desejos de iniciar novas atividades ou de modificar o meu estilo de vida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Estou satisfeito(a) com a forma como a minha família demonstra o seu carinho por mim e como reage aos meus sentimentos, tais como irritação, tristeza e amor.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Estou satisfeito(a) com o tempo que passo com a minha família.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Estou satisfeito(a) com a forma como em família, partilhamos os espaços da casa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Estou satisfeito(a) com a forma como em família, partilhamos os rendimentos (dinheiro)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Tenho amigos próximos a quem posso recorrer sempre que precise de ajuda.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Estou satisfeito(a) com o apoio que recebo dos meus amigos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

C. Contexto habitacional

Indique o seu local de residência

15. Concelho

16. Freguesia

17. Caracterização da habitação

Marcar apenas uma oval.

- Casa própria
 Casa arrendada
 Habitação social
 Casa de familiares
 Outra: _____

18. Em que medida se encontra satisfeito(a) ou insatisfeito(a) com:

Assinale a opção que melhor corresponde à sua situação.

Marcar apenas uma oval por linha.

	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Indeciso	Satisfeito	Muito satisfeito	Não sabe/não responde
1. Local de residência	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Condições de habitação	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Comunidade/bairro (vizinhos)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Proximidade de serviços públicos (finanças, loja do cidadão...)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Proximidade de serviços de saúde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Proximidade de serviços de comércio	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Proximidade de serviços de transportes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Proximidade de atividades culturais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Proximidade de zonas verdes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Segurança e policiamento	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

D. Condição sénior

19. Considero que uma pessoa entra na idade sénior quando...

Complete a seguinte frase (assinale a(s) até três opções que melhor correspondem ao seu pensamento).

Marcar tudo o que for aplicável.

- tem mais autonomia para controlar a sua vida.
 deixa de ter objetivos de vida (não ter o que fazer).
 entra na idade legal da reforma.
 a partir de uma certa idade, começam a aparecer problemas de saúde.
 sente dificuldades a resolver situações do dia-a-dia (ir às compras, pagamentos...).
 Outro

20. Se assinalou outro na questão anterior indique qual ou quais.

D.1. Atividades de educação e formação

21. Participa em algum tipo de atividade de educação e formação?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

22. Porquê?

23. Se respondeu sim à questão 20, indique qual ou quais o(s) tipo(s) de atividade(s) que participa?

24. Porquê?

(Responder unicamente se participa em algum tipo de atividades)

D.2. Atividades sociocomunitárias

25. Participa em algum grupo formal ou informal de atividades sociocomunitárias?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

26. **Porquê?**

27. **Se respondeu sim à questão 24, indique qual ou quais o(s) tipo(s) de atividade(s) em que participa?**

28. **Porquê?**

(Responder unicamente se participa em algum tipo de atividades)

29. **Quais as medidas sociais do Estado direcionadas para os seniores e/ou o envelhecimento ativo que conhece?**

30. **Na sua opinião, existe informação suficiente sobre as políticas públicas e/ou projetos direcionados para os seniores, tendo em vista o envelhecimento ativo?**

31. **É da opinião que as instituições públicas e sociais cuidam dos interesses dos seniores?**

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não
 Sem opinião

32. Porquê?

E. Situação profissional

33. Se exerce ou exerceu uma atividade profissional, qual a atividade profissional exercida ou em exercício?

34. Se o seu cônjuge exerce ou exerceu uma atividade profissional, qual a atividade profissional exercida ou em exercício?

E.1. Indique a sua principal situação profissional e, em caso de viver em casal, a do seu cônjuge

35. Principal situação profissional do próprio

Marcar apenas uma oval.

- Trabalhador Independente com empregados *Passe para a pergunta 57.*
- Trabalhador Independente sem empregados *Passe para a pergunta 57.*
- Trabalhador por conta de outrem *Passe para a pergunta 57.*
- Trabalhador familiar não remunerado *Passe para a pergunta 63.*
- Nunca trabalhei numa atividade remunerada *Passe para a pergunta 70.*
- Desempregado(a) *Passe para a pergunta 48.*
- Reformado(a)
- Reformado(a) exercendo atividade profissional

E.1.1. Situação perante a inatividade profissional/reforma nos reformados

36. Principal situação profissional do cônjuge

Se aplicável marcar a que melhor corresponde.
Marcar apenas uma oval.

- Trabalhador Independente com empregados
- Trabalhador Independente sem empregados
- Trabalhador por conta de outrem
- Trabalhador familiar não remunerado
- Nunca trabalhou numa atividade remunerada
- Desempregado(a)
- Reformado(a)
- Reformado(a) exercendo atividade profissional

37. Idade de entrada para a reforma

38. Qual o motivo de passagem à reforma

Assinale a opção que melhor corresponde à sua situação.
Marcar apenas uma oval.

- Limite de idade
- Reforma antecipada
- Outra: _____

39. Se respondeu reforma antecipada indique o motivo

Assinale a opção que melhor corresponde à sua situação.
Marcar apenas uma oval.

- Estado de saúde (doença)
- Cansaço
- Cuidado a familiares
- Opção própria
- O meu cônjuge já estava reformado
- Tinha rendimentos
- Outra: _____

40. Refira as suas vivências e as estratégias que adotou nesta fase da vida.

Assinale as opções que melhor correspondem à sua situação.

Marcar apenas uma oval por linha.

	Sim	Não	Não se aplica
1. Planeei objetivos/atividades para ocupar o meu tempo no futuro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. A minha entrada na inatividade profissional/reforma foi feita gradualmente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Senti grandes alterações com a vida de reformado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Já me senti inútil nesta fase de vida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Sinto-me só e isolado(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Sinto menos stress e/ou ansiedade depois da inatividade profissional/reforma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

41. Recebeu algum tipo de apoio na transição para a inatividade profissional/reforma?

Marcar apenas uma oval por linha.

	Psicológico	Financeiro	Outro
1. Família	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Amigos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Colegas de trabalho	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Profissionais de saúde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Profissionais de educação e animação sociocultural	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Instituição	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Outro	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

42. Depois da transição para a inatividade profissional/ reforma manteve alguma atividade remunerada?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

43. Se manteve atividade remunerada, pratica essa atividade a tempo inteiro?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

44. Indique as duas principais razões para manter uma atividade remunerada após a inatividade profissional/reforma?

Marcar tudo o que for aplicável.

	Sim
Para me manter ocupado(a).	<input type="checkbox"/>
Para melhorar as minhas condições de vida.	<input type="checkbox"/>
Por necessidade financeira (muitos encargos ou reforma muito baixa).	<input type="checkbox"/>
Para não me sentir só.	<input type="checkbox"/>
Por gostar em realizar essa atividade.	<input type="checkbox"/>
Para desenvolver capacidades e interesse pessoais.	<input type="checkbox"/>
Outra	<input type="checkbox"/>

45. Tem projetos para as próximas semanas? Se sim, quais?

46. Indique o valor da remuneração mensal auferida no presente momento pelo próprio.

Marcar apenas uma oval.

- Não recebo nenhuma quantia
- Valor inferior a 200 €
- Entre os 201 € e os 580 €
- Entre os 581 € e os 700 €
- Entre os 701 € e os 1000 €
- Entre os 1001 € e os 1500 €
- Entre os 1501 € e os 1800 €
- Entre os 1801 € e os 2000 €
- Valor superior a 2001 €

47. Indique o valor da remuneração mensal auferida no presente momento pelo casal.

Marcar apenas uma oval.

- Não recebo nenhuma quantia
- Valor inferior a 200 €
- Entre os 201 € e os 580 €
- Entre os 581 € e os 700 €
- Entre os 701 € e os 1000 €
- Entre os 1001 € e os 1500 €
- Entre os 1501 € e os 1800 €
- Entre os 1801 € e os 2000 €
- Valor superior a 2001 €

Passe para a pergunta 75.

Passe para a pergunta 75.

E.1.2. Situação perante a inatividade profissional/reforma nos desempregados

48. Principal situação profissional do cônjuge

Se aplicável marcar a que melhor corresponde.

Marcar apenas uma oval.

- Trabalhador Independente com empregados
- Trabalhador Independente sem empregados
- Trabalhador por conta de outrem
- Trabalhador familiar não remunerado
- Nunca trabalhou numa atividade remunerada
- Desempregado(a)
- Reformado(a)
- Reformado(a) exercendo atividade profissional

49. Quais as razões de se encontrar desempregado?

50. Considera estar na situação de entrar numa condição de pré-reforma (reforma antecipada)?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

51. Como se sente em relação a essa situação?

52. Refira as vivências e as estratégias que adota ou pensa adotar na fase de transição para a inatividade profissional/reforma.

Assinale as opções que melhor correspondem à sua situação.
Marcar apenas uma oval por linha.

	Sim	Não	Não se aplica
1. Planejar objetivos/atividades para ocupar o meu tempo no futuro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Gostar que a entrada na inatividade profissional/reforma fosse feita gradualmente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Pensar sentir grandes alterações com a vida de reformado(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Acreditar me sentir inútil nessa fase de vida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Imaginar vir a me sentir só e isolado(a) depois da inatividade profissional/reforma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Esperar sentir menos stress e/ou ansiedade depois da inatividade profissional/reforma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

53. Depois da transição para a inatividade profissional/ reforma exerce ou gostaria de ter alguma atividade remunerada?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

54. Indique as duas principais razões que o levam ou levariam a manter uma atividade remunerada após a inatividade profissional/reforma?

Marcar tudo o que for aplicável.

- Para me manter ocupado(a).
 Para melhorar as minhas condições de vida.
 Por necessidade financeira (muitos encargos ou reforma muito baixa).
 Para não me sentir só.
 Por gosto em realizar essa atividade.
 Para desenvolver capacidades e interesse pessoais.
 Outra: _____

55. Indique o valor da remuneração mensal auferida no presente momento pelo próprio.

Marcar apenas uma oval.

- Não recebo nenhuma quantia
 Valor inferior a 200 €
 Entre os 201 € e os 580 €
 Entre os 581 € e os 700 €
 Entre os 701 € e os 1000 €
 Entre os 1001 € e os 1500 €
 Entre os 1501 € e os 1800 €
 Entre os 1801 € e os 2000 €
 Valor superior a 2001 €

56. Indique o valor mensal auferido no presente momento pelo casal.

Marcar apenas uma oval.

- Não recebemos nenhuma quantia
- Valor inferior a 200 €
- Entre os 201 € e os 580 €
- Entre os 581 € e os 700 €
- Entre os 701 € e os 1000 €
- Entre os 1001 € e os 1500 €
- Entre os 1501 € e os 1800 €
- Entre os 1801 € e os 2000 €
- Valor superior a 2001 €

Passe para a pergunta 75.

E.1.3. Situação perante a inatividade profissional/reforma dos profissionais no ativo

57. Principal situação profissional do cônjuge

Se aplicável marcar a que melhor corresponde.

Marcar apenas uma oval.

- Trabalhador Independente com empregados
- Trabalhador Independente sem empregados
- Trabalhador por conta de outrem
- Trabalhador familiar não remunerado
- Nunca trabalhou numa atividade remunerada
- Desempregado(a)
- Reformado(a)
- Reformado(a) exercendo atividade profissional

58. Refira as suas vivências e as estratégias que adota ou pensa adotar na fase de transição para a inatividade profissional/reforma.

Assinale as opções que melhor correspondem à sua situação.

Marcar apenas uma oval por linha.

	Sim	Não	Não se aplica
1. Planejar objetivos/atividades para ocupar o meu tempo no futuro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Gostar que a minha entrada na inatividade profissional/reforma fosse feita gradualmente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Pensar sentir grandes alterações com a vida de reformado(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Acreditar me sentir inútil nessa fase de vida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Imaginar vir a me sentir só e isolado(a) depois da inatividade profissional/reforma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Esperar sentir menos stress e/ou ansiedade depois da inatividade profissional/reforma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

59. **Depois da transição para a inatividade profissional/ reforma gostaria de ter alguma atividade remunerada?**

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

60. **Indique as duas principais razões que o levariam a manter uma atividade remunerada após a inatividade profissional/reforma?**

Marcar tudo o que for aplicável.

- Para me manter ocupado(a).
 Para melhorar as minhas condições de vida.
 Por necessidade financeira (muitos encargos ou reforma muito baixa).
 Para não me sentir só.
 Por gosto em realizar essa atividade.
 Para desenvolver capacidades e interesse pessoais.
 Outra: _____

61. **Indique o valor da remuneração mensal auferida no presente momento pelo próprio.**

Marcar apenas uma oval.

- Não recebo nenhuma quantia
 Valor inferior a 200 €
 Entre os 201 € e os 580 €
 Entre os 581 € e os 700 €
 Entre os 701 € e os 1000 €
 Entre os 1001 € e os 1500 €
 Entre os 1501 € e os 1800 €
 Entre os 1801 € e os 2000 €
 Valor superior a 2001 €

62. **Indique o valor mensal auferido no presente momento pelo casal.**

Marcar apenas uma oval.

- Não recebemos nenhuma quantia
 Valor inferior a 200 €
 Entre os 201 € e os 580 €
 Entre os 581 € e os 700 €
 Entre os 701 € e os 1000 €
 Entre os 1001 € e os 1500 €
 Entre os 1501 € e os 1800 €
 Entre os 1801 € e os 2000 €
 Valor superior a 2001 €

Passe para a pergunta 75.

E.1.4. Situação perante a inatividade profissional/reforma nos trabalhadores familiares não remunerados

63. Principal situação profissional do cônjuge

Se aplicável marcar a que melhor corresponde.
Marcar apenas uma oval.

- Trabalhador Independente com empregados
- Trabalhador Independente sem empregados
- Trabalhador por conta de outrem
- Trabalhador familiar não remunerado
- Nunca trabalhou numa atividade remunerada
- Desempregado(a)
- Reformado(a)
- Reformado(a) exercendo atividade profissional

64. Em que momento da sua vida considera entrar na condição de pensionista?

65. Refira as suas vivências e as estratégias que adota ou pensa adotar na fase de transição para a inatividade profissional/reforma.

Assinale as opções que melhor correspondem à sua situação.
Marcar apenas uma oval por linha.

	Sim	Não	Não se aplica
1. Planejar objetivos/atividades para ocupar o meu tempo no futuro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Gostar que a minha entrada na inatividade profissional/reforma fosse feita gradualmente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Pensar sentir grandes alterações com a vida de reformado(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Acreditar me sentir inútil nessa fase de vida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Julgar vir a sentir dificuldades em me adaptar à inatividade profissional/reforma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Imaginar vir a me sentir só e isolado(a) depois da inatividade profissional/reforma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Esperar sentir menos stress e/ou ansiedade depois da inatividade profissional/reforma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

66. Depois da transição para a inatividade profissional/ reforma gostaria de ter alguma atividade remunerada?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

67. Indique as duas principais razões que o levariam a manter uma atividade remunerada após a inatividade profissional/reforma?

Marcar tudo o que for aplicável.

- Para me manter ocupado(a).
- Para melhorar as minhas condições de vida.
- Por necessidade financeira (muitos encargos ou reforma muito baixa).
- Para não me sentir só.
- Por gosto em realizar essa atividade.
- Para desenvolver capacidades e interesse pessoais.
- Outra: _____

68. Indique o valor do apoio mensal auferido no presente momento pelo próprio.

Marcar apenas uma oval.

- Não recebo nenhuma quantia
- Valor inferior a 200 €
- Entre os 201 € e os 580 €
- Entre os 581 € e os 700 €
- Entre os 701 € e os 1000 €
- Entre os 1001 € e os 1500 €
- Entre os 1501 € e os 1800 €
- Entre os 1801 € e os 2000 €
- Valor superior a 2001 €

69. Indique o valor mensal auferido no presente momento pelo casal.

Marcar apenas uma oval.

- Não recebemos nenhuma quantia
- Valor inferior a 200 €
- Entre os 201 € e os 580 €
- Entre os 581 € e os 700 €
- Entre os 701 € e os 1000 €
- Entre os 1001 € e os 1500 €
- Entre os 1501 € e os 1800 €
- Entre os 1801 € e os 2000 €
- Valor superior a 2001 €

Passe para a pergunta 75.

E.1.5. Situação perante a inatividade profissional/reforma dos inquiridos que nunca trabalharam numa atividade remunerada (doméstico(a) ou com incapacidade permanente que nunca trabalharam)

70. Principal situação profissional do cônjuge

Se aplicável marcar a que melhor corresponde.
Marcar apenas uma oval.

- Trabalhador Independente com empregados
- Trabalhador Independente sem empregados
- Trabalhador por conta de outrem
- Trabalhador familiar não remunerado
- Nunca trabalhou numa atividade remunerada
- Desempregado(a)
- Reformado(a)
- Reformado(a) exercendo atividade profissional

71. Em que momento da sua vida considera entrar na condição de pensionista?

72. Refira as suas vivências e as estratégias que adota ou pensa adotar na fase de transição para a inatividade profissional/reforma.

Assinale as opções que melhor correspondem à sua situação.
Marcar apenas uma oval por linha.

	Sim	Não	Não se aplica
1. Planejar objetivos/atividades para ocupar o meu tempo no futuro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Pensar sentir grandes alterações com a vida de reformado(a)/pensionista.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Acreditar me sentir inútil nessa fase de vida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Julgar vir a sentir dificuldades em me adaptar à inatividade profissional/reforma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Imaginar vir a me sentir só e isolado(a) depois da inatividade profissional/reforma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Esperar sentir menos stress e/ou ansiedade depois da inatividade profissional/reforma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

73. **Indique o valor da remuneração mensal auferida no presente momento pelo próprio**

Marcar apenas uma oval.

- Não recebo nenhuma quantia
- Valor inferior a 200 €
- Entre os 201 € e os 580 €
- Entre os 581 € e os 700 €
- Entre os 701 € e os 1000 €
- Entre os 1001 € e os 1500 €
- Entre os 1501 € e os 1800 €
- Entre os 1801 € e os 2000 €
- Valor superior a 2001 €

74. **Indique o valor mensal auferido no presente momento pelo casal.**

Marcar apenas uma oval.

- Não recebemos nenhuma quantia
- Valor inferior a 200 €
- Entre os 201 € e os 580 €
- Entre os 581 € e os 700 €
- Entre os 701 € e os 1000 €
- Entre os 1001 € e os 1500 €
- Entre os 1501 € e os 1800 €
- Entre os 1801 € e os 2000 €
- Valor superior a 2001 €

F. Situação de transição para a inatividade profissional/reforma e condição sénior

75. **Quanto tempo demorou ou pensa vir a demorar a sua adaptação à inatividade profissional/reforma?**

76. **Que tipo de apoio considera essencial /ou gostaria de usufruir na transição para a inatividade profissional/reforma?**

77. Conhece instituições de apoio à transição da inatividade profissional/reforma? Em caso afirmativo indique quais?

78. Conhece programas de apoio à transição para a inatividade profissional/reforma? Em caso afirmativo indique quais?

79. Participa de algum programa ou atividade de apoio à transição para a inatividade profissional/reforma, porquê e, em caso afirmativo indique qual?

80. Se respondeu não à questão anterior, espera vir a participar? Indique em qual?

81. Na sua opinião, o que pensam os mais novos sobre as competências profissionais dos mais idosos?

82. Na sua opinião, que contributos podem os seniores dar à sua atividade profissional?

83. Das seguintes respostas sociais direcionadas para os idosos, assinale as que usufrui ou pensa vir a usufruir no contexto da transição para inatividade profissional/reforma.

Marcar tudo o que for aplicável.

	Antes da transição para inatividade profissional/reforma	Durante a transição para a inatividade profissional/reforma	Após a transição para a inatividade profissional/reforma
1. Apoios financeiros Segurança Social (Complemento solidário para idosos, Acréscimo vitalício de Pensão, Pensão social... (atribuído unicamente após a transição))	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Utilizador(a) de bibliotecas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Projetos/programas de educação/formação dinamizados por instituições públicas e/ou sociais (juntas...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Frequentador(a) de Universidades sénior ou Clubes sénior	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Visita a museus e/ou exposições ou atividades socioeducativas desenvolvidas nos museus ou centros de exposições	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Utente serviços de Apoio Social (SAD, Acolhimento, Centro convívio, Centro férias e lazer...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Frequentador(a) de teatro e/ou cinema	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Turismo sénior/Viagens para seniores	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Realizar atividades artísticas - dança, música, teatro...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Realizar atividades criativas - pintura, escultura, escrita...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Passe de 3ª idade (reformados ou com idade superior a 65 anos)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Ginástica sénior	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Saúde e termalismo sénior	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Antes da transição para inatividade profissional/reforma	Durante a transição para a inatividade profissional/reforma	Após a transição para a inatividade profissional/reforma
14. Realizar atividades comunitárias (Voluntariado)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Programas de segurança para Idosos (apoio 65 – Idoso em segurança PSP/ GNR, Linha de apoio aos idosos, Linha de apoio aos idosos, Comissão de proteção do idoso...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Atendimento prioritário para idosos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Participar ativamente numa associação	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

84. O que valoriza mais e menos na condição de inatividade profissional/reforma ou condição sénior.

Assinale as opções que melhor correspondem à sua situação.
 Marcar apenas uma oval por linha.

	Nada importante	Pouco importante	Indeciso	Importante	Muito importante	Não sabe/não responde
1. Ter mais tempo para cuidar da minha saúde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Viver mais descontraidamente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Ter mais tempo para me ocupar com atividades que gosto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Gerir melhor o meu tempo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Passar mais tempo com a família	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Ter mais tempo para passear, caminhar, ir de férias	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Ter tempo para me dedicar a projetos adiados	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Ter mais tempo para conviver com os amigos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Ter mais tempo para me dedicar à lida de casa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Ter mais tempo para ver televisão	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Ter mais tempo para ficar em casa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Passar mais tempo sozinho(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Ter mais tempo para ler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Realizar mais atividades de lazer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Realizar atividades comunitárias (voluntariado...)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Visitar museus e exposições	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Ir a espetáculos de teatro ou cinema	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Frequentar atividades de educação e formação formais – estudar: ciência, arte, história, literatura, TIC	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Nada importante	Pouco importante	Indeciso	Importante	Muito importante	Não sabe/não responde
19. Frequentar atividades de educação não formais – aprender sobre: ciência, arte, história, literatura, TIC ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. Realizar atividades criativas – pintura, escultura, escrita...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. Realizar atividades artísticas - dança, música, teatro...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22. Dedicar-me a atividades artesanais – bricolagem, rendas, malhas...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23. Praticar jogos sociais (damas, cartas...) ou de memória e raciocínio (sopa de letras, palavras cruzadas...)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24. Ter melhor qualidade de vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25. Sentir-me saber quem agora sou ou de que faço parte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26. Sentir que os outros me consideram inútil	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27. Um novo começo de vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28. Ter mais tempo para me dedicar a atividades de desenvolvimento pessoal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29. Ser considerado como um encargo social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Indique com quem passa ou pensa passar mais tempo e qual a frequência desses convívios?

Assinale as opções que melhor correspondem à sua situação

85. Antes transição para a inatividade profissional/reforma*Marcar apenas uma oval por linha.*

	Não se aplica	Diário	Semanal	Quinzenal	Mensal	Algumas vezes/ano	Nunca
1. Passo a maior parte do tempo sozinho(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Marido/mulher, companheiro(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Filho(s) /filha(s)/ enteado(s)/enteada(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Genro/ Nora	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Neto(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Irmã(s)/ irmão(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Cunhado (as)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Tio(s)/ tia(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Sobrinho(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Amigo(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Vizinho(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Colega(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Pai/mãe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

86. Durante a transição para a inatividade profissional/reforma*Marcar apenas uma oval por linha.*

	Não se aplica	Diário	Semanal	Quinzenal	Mensal	Algumas vezes/ano	Nunca
1. Passo a maior parte do tempo sozinho(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Marido/mulher, companheiro(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Filho(s) /filha(s)/ enteado(s)/enteada(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Genro/ Nora	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Neto(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Irmã(s)/ irmão(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Cunhado (as)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Tio(s)/ tia(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Sobrinho(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Amigo(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Vizinho(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Colega(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Pai/mãe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

87. Após a transição para a inatividade profissional/reforma

Marcar apenas uma oval por linha.

	Não se aplica	Diário	Semanal	Quinzenal	Mensal	Algumas vezes/ano	Nunca
1. Passo a maior parte do tempo sozinho(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Marido/mulher, companheiro(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Filho(s) /filha(s)/ enteado(s)/enteada(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Genro/ Nora	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Neto(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Irmã(s)/ irmão(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Cunhado (as)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Tio(s)/ tia(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Sobrinho(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Amigo(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Vizinho(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Colega(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Pai/mãe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Das seguintes atividades de ocupação de tempos livres assinale as que pratica e/ou praticou/ ou pensa ainda a vir a praticar?

88. Antes da transição para a inatividade profissional/reforma

Marcar apenas uma oval por linha.

	Diário	Semanal	Quinzenal	Mensal	Alguma vezes/ano	Nunca
1. Tarefas domésticas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Jardinagem/agricultura	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Praticar desporto (caminhadas/ginástica/piscina)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Cuidar dos netos/familiares/outras pessoas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Cuidar de animais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Passear	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Encontrar-se com familiares	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Encontrar-se com amigos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Ir ao café/pastelaria	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Votar nas eleições	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Participar em manifestações políticas ou fazer breve	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Ir espectáculos de cinema ou teatro	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Ir exposições e museus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Ir eventos desportivos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Ir à biblioteca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Ir a romarias/festas populares	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Ir de férias	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Fazer voluntariado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. Atividades de educação e formação formais – estudar: ciência, arte, história, literatura, TIC ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. Atividade de educação não formais – aprender sobre: ciência, arte, história, literatura, TIC ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. Atividades criativas – pintura, escultura, escrita...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22. Atividades artísticas - dança, música, teatro...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23. Atividades artesanais – bricolagem, rendas, malhas...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24. Jogos sociais (damas, cartas...)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25. Caça, Pesca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26. Leitura de jornais e/ou revistas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27. Leitura de livros	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28. Usar computador (jogar, comunicar)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29. Jogos de memória e raciocínio (palavras cruzadas, sopa letras....)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30. Ver televisão	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31. Praticar uma religião? (Culto, igreja)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

91. Se pertenceu e/ ou pertence a alguma associação, por favor, responda à seguinte questão.

Marcar tudo o que for aplicável.

	Antes da transição para a inatividade profissional/reforma	Durante a transição para a inatividade profissional/reforma	Após a transição para a inatividade profissional/ reforma
1. Associação cultural e recreativa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Associação desportiva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Associação religiosa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Associação política	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Associação profissional (Sindicato, patronal)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Associação de moradores	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Associação de solidariedade social e/ou voluntariado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Universidade/Clube Sénior	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Centro recreativo (atividades informais- convívio, lazer, ocupacional...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Associação de reformados	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Associação de pais/comunidade educativa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Associação de consumidores	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Associação mutualista	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Escuteiros	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Associação cívica (de cegos, surdos, deficientes motores; de defesa do ambiente; de amigos dos animais; de defesa de património;...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Estado de Saúde Geral e Bem-estar

Assinale as opções que melhor poderão corresponder à sua situação.

92. Antes da transição para a inatividade profissional/reforma

Marcar apenas uma oval por linha.

	Nada satisfeito	Pouco satisfeito	Indeciso	Satisfeito	Muito satisfeito	Não sabe/não responde
1. Autonomia física/motora	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Condições de cognitivas/de memória	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Bem-estar psicológico	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Estilo de vida saudável	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Atitude positiva e/ou perspectiva face à vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Relação com a família e os amigos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Qualidade de vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Satisfação com a vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Participação vida social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

93. Durante a transição para a inatividade profissional/reforma

Marcar apenas uma oval por linha.

	Nada satisfeito	Pouco satisfeito	Indeciso	Satisfeito	Muito satisfeito	Não sabe/não responde
1. Autonomia física/motora	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Condições de cognitivas/de memória	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Bem-estar psicológico	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Estilo de vida saudável	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Atitude positiva e/ou perspectiva face à vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Relação com a família e os amigos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Qualidade de vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Satisfação com a vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Participação vida social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

94. Após a transição para a inatividade profissional/reforma

Marcar apenas uma oval por linha.

	Nada satisfeito	Pouco satisfeito	Indeciso	Satisfeito	Muito satisfeito	Não sabe/não responde
1. Autonomia física/motora	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Condições de cognitivas/de memória	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Bem-estar psicológico	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Estilo de vida saudável	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Atitude positiva e/ou perspectiva face à vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Relação com a família e os amigos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Qualidade de vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Satisfação com a vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Participação vida social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

95. Estaria disponível para participar numa fase posterior do estudo para aprofundar alguns dos assuntos focados neste questionário?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não *Passe para a pergunta 99.*

Passe para a pergunta 96.

96. Nome:

97. Morada

98. Contato telefónico

99. Observações/sugestões

Muito obrigada por colaborar voluntariamente neste estudo.

Nota: este questionário integra questões adaptadas a partir das seguintes investigações: (Cabral, 2013; Ferreira, 2007; Guedes, Alves & Fonseca, 2011; Loureiro, 2011; Suarez Cuba & Alcalá Espinoza, 2014).



Com tecnologia
 Google Forms

APÊNDICE 2 - DIÁRIOS DE BORDO DOS INQUÉRITOS POR QUESTIONÁRIO



TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data ____/____/____

Inquérito	N°				
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa		Rua	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato		Confidencialidade		Consentimento informado	
Situação de Privacidade					
Com privacidade		Acompanhado com consentimento		Sem privacidade	
Condições acústicas					
Lugar calmo		Com barulho			
Observações:					

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 01/10/2018

Inquérito	1 a 3	Hora	9h30 às 13h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>Junta Freguesia A- Testemunho (t1) de uma vida monótona e triste, tinha a seu cargo um filho que lhe tirava “a alegria de viver, eu só espero que ele saia o mais rápido possível de casa, está a ser muito complicado ele nem sequer arranja namorada, mete-se naqueles vícios e leva-me o dinheiro todo. Ele até é um bom rapaz e nunca falta ao trabalho e quando lhe pedem até dá horas, o que lhe estraga são as companhias. Quanto mais ganha, mais gasta e depois para que ele não ande a fazer asneiras temos que lhe dar dinheiro” (t1). Quando questionado se tinha projetos para as próximas semanas, a sua resposta foi imediata “espero morrer, acho que só assim é que vou ter paz” (t1). Notava-se a necessidade que esta pessoa tinha de falar, de desabafar os seus problemas, as suas inquietudes.</p> <p>Dois inquéritos não foram respondidos na totalidade devido à extensão do mesmo, um deles acrescenta-se o aproximar da hora do almoço.</p>					

Inquérito	4 a 9	Hora	14h30 às 18h30
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	X
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	x	Confidencialidade	x Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	x	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	x	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	x	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>Juntas de Freguesias (JF) abertas em horários reduzidos (2h/semana), mesmo Uniões de Freguesias em zonas periféricas do concelho. Os serviços administrativos de uma Junta de Freguesia abordada presencialmente, não aceitou a administração dos inquéritos questionários justificando não apresentar condições físicas para administração dos mesmos.</p> <p>Um dos inquiridos foi contactado e convidado a participar por telefone, o qual aceitou; este indicou um outro participante. Na deslocação a outra JF que se encontrava encerrada foi encontrado nas suas imediações um sujeito ao qual foi explicado o nosso propósito de deslocação à JF e feito o convite para participar no estudo, este último indicou mais 3 participantes.</p> <p>Freguesia B, muito envelhecida, ainda muito ruralizada, sem indústria e afastada quer dos serviços de comércio quer de atividades educativas e culturais, durante as respostas aos inquéritos duas inquiridas, lamentaram-se precisamente do mesmo “desde que deixei de trabalhar a sensação que tenho é que me fecharam neste mundo, sem ter nada o que fazer” (t2).</p> <p>“Nós aqui vivemos no sossego, só tenho medo que aconteça alguma coisa, pois além do meu marido não tenho ninguém que me valha, passamos todo o dia os dois aqui sozinhos até a minha netinha sair da escola” (t3).</p> <p>“Sinto-me como se estivéssemos abandonados, imagine que nem a Junta de Freguesia está aberta todos os dias, quando precisamos temos de ir à vila, já viu bem, se estivermos doentes temos de chamar um</p>			

táxi, a mim o que me safa é que o meu marido conduz, mas se ele ficar doente tenho de pedir ao meu filho para o vir buscar ou então chamar um táxi" (t4).

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 02/10/2018

Inquérito	10 a 12	Hora	9h30 às 13h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
<p>Observações/Relatos: “Os nossos idosos não têm quem cuidem deles, para os colocar num lar é muito difícil e é necessário ter dinheiro para eles entrarem e se as reformas forem pequenas a família ainda tem de ajudar, mas acho que cada vez mais, há pessoas mais novas ir para lares ou centros de dia (t5)”.</p> <p>Um dos inquiridos indicou e gentilmente confirmou com dois familiares para responderem ao IQ da parte da tarde.</p>					

Inquérito	13 a 19	Hora	14h30 às 19h
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X
		Consentimento informado	X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
<p>Observações/Relatos: “Eu enquanto puder que me deixem trabalhar é sinal de que ainda me posso mexer” (t6).</p> <p>“O nosso país está cada vez pior, até para ir fazer um penso ao centro de saúde é preciso levar os pensos, é uma pouca-vergonha” (t6).</p> <p>“Sei que há algumas juntas e centros que têm atividades para ocuparem os mais idosos, tenho lá uma vizinha, é pena não ser todos os dias, assim as pessoas têm com que passar o tempo e convivem com outras” (t7)”.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 03/10/2018

Inquérito	20 a 22	Hora	10h às 12h30
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	x	Confidencialidade	x
		Consentimento informado	X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	x	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	x	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Nós não podemos participar em nada, aqui não temos nada, só a ginástica, se precisarmos temos de ir para outros sítios ou para a cidade, pelo menos aproveito a ginástica” (t8).</p> <p>“Eu sempre trabalhei muito, quando fui para a reforma foi complicado, deixei de ter o que fazer, custou habituar-me (t8)”.</p> <p>“Acha que os mais novos se interessam pelos mais velhos?, pelo que vejo, às vezes, nem os filhos” (t9).</p> <p>“Quer que lhe diga, estar neste momento desempregada faz-me muito jeito, o meu marido já está doente e posso tomar conta dele” (t10).</p> <p>Os inquiridos foram contactados diretamente pela investigadora para a administração dos inquéritos.</p>			

Inquérito	23 a 24	Hora	14h00 às 15h
Local de administração			
Casa particular	x	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	x	Confidencialidade	x
			Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	x	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	x	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	x	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Eu vivo só com a minha mãe, tive a sorte de conseguir a reforma porque assim posso cuidar dela, senão não sei quem cuidava dela, metê-la num lar nem pensar, não há dinheiro e gosto muito dela para a abandonar num sítio daqueles, quando for eu, vai ser bem pior, não tenho filhos e não estou a ver nenhum sobrinho a cuidar de mim” (t11).</p>			

Inquérito	25 a 28	Hora	15h às 18h
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo		Ruído moderado	X Muito ruído
<p>Observações/Relatos: “Venho sempre que posso para estas atividades, senão nunca estou em casa, vou visitar os meus netos” (t12).</p> <p>“Fiz 50 anos de casada e naquele tempo não havia dinheiro para ir de lua-de-mel, sabe que tive um casal amigo que me ofereceu uma viagem para ir agora de lua-de-mel” (t12).</p> <p>“Agora que estou reformado, se pudesse ia trabalhar, vou fazendo aqui voluntariado e já me ajuda a passar o tempo e a sentir-me útil” (t13).</p> <p>“Estas atividades só nos fazem bem, aprendemos com todos, com os mais velhos e com os mais novos” (t14).</p> <p>“Isto ajuda a aliviar a cabeça, se estivermos em casa começamos a pensar, eu às vezes penso que já estou velha, mas venho para aqui e penso eu, eu ainda não me sinto idosa, tenho 70 anos, mas não me sinto idosa” (t14).</p> <p>Durante a colocação das perguntas a maioria contava uma pequena história da sua vida. Alguns idosos perguntavam se iam receber mais de reforma com esta investigação, demonstrando descontentamento e mesmo alguma indignação com o valor da reforma. “Isto vai servir para nos dar aumentos já me contentava se devolvessem os cortes que tivemos” (t13).</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 04/10/2018

Inquérito	29 a 33	Hora	9h às 12h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade X
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
<p>Observações/Relatos: “Depois da reforma é que comecei a aproveitar mais a vida, tinha mais tempo, reformei-me muito cedo e graças a Deus ainda com saúde para andar” (t15). “Agora depois de viúva para passar o tempo, faço voluntariado e vou ao grupo de convívio, só tenho pena de não ser todos os dias” (t15).</p> <p>“Eu sei lá como vai ser a minha vida depois da reforma, nunca pensei nisso, ainda tenho muitos anos para trabalhar e com estas leis hei de morrer a trabalhar” (t16).</p> <p>“Deveria ser uma obrigação social todas as pessoas responderem aos inquéritos” (t17). “Existe uma enorme falta de humildade, as pessoas preferem ostentar bons carros do que ter o que comer” (t17).</p> <p>“Vivemos numa sociedade que valoriza mais os bens materiais do que todo o resto, existe falta de educação e cultura com tendências a piorar” (t17).</p> <p>“Eu como ainda estou no ativo, não consigo responder a essas questões, nem sei se lá chegarei” (t17) – relativo às questões que envolvem o durante a após a transição.</p> <p>Nascemos e crescemos sempre a aprender, somos uma mosca no conhecimento em qualquer área "estamos a transformar numa selva (Castro Relva). Existe uma grande desorganização social e profissional. Todos dizem eu tenho, eu tenho, ninguém diz eu sou. A falta de humanidade é um problema social. (t17)</p>			

O último IQ não foi finalizado devido o aproximar da hora do almoço, a JF tinha de encerrar para almoço e o inquirido tinha também de almoçar para voltar ao seu posto de trabalho.

Inquérito	34 a 39	Hora	20h30 às 22h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	5
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Isto acaba por ter muita coisa repetida” (t18) – referindo-se ao IQ.</p> <p>“Nós não temos nada aqui, nem o essencial, como centro de saúde ou um local para fazer compras, quanto mais atividades para os seniores, só os passeios da Junta” (t19).</p> <p>O grupo foi reunido pela secretária da JF.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 08/10/2018

Inquérito	40 a 42	Hora	14h às 18h
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Vejo televisão todos os dias para me manter informada, mas também gosto de ver novelas” (t20).</p> <p>“Não vai dizer nada ao meu senhorio pois não, senão ainda me aumenta a renda” (t21) - quando questionado sobre condições da habitação.</p> <p>“Há pessoas que têm muitas dificuldades de saúde e depois sem dinheiro piora tudo” (t22).</p> <p>“A nossa Presidente de Junta é muito boa, temos algumas atividades, mas já estou velha para aprender trabalhar com o computador e tenho problemas de saúde para fazer ginástica” (t22).</p> <p>A última pessoa inquirida quer durante o inquérito quer após (cerca 1 hora) teve a necessidade de contar toda a sua vida, os seus hábitos, com quem falava e com quem não falava e o porquê, notando-se a falta de atenção e convívio que tinha.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 09/10/2018

Inquérito	43 a 45	Hora	10h às 12h
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X
		Consentimento informado	X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Eu até gostava de fazer alguma coisa (atividades) para aliviar um bocado a cabeça, mas não há nada próximo, nós aqui só temos o centro de dia e quando vou lá vejo-os sentados a olhar para a parede, não se faz nada aqui” (t23).</p> <p>“As nossas reformas são tão baixas que temos de poupar caso nos aconteça alguma coisa, por isso, não saímos daqui a minha mulher vai conversando com as vizinhas e eu vou ali abaixo e entretenho-me a jogar patela (jogo popular mais conhecido por chinchalhão)” (t23).</p> <p>“Para me entreter estou a aprender a bordar, foi uma coisa que sempre quis aprender, agora tenho tempo e vou-me entretendo e tenho a cabeça ocupada” (t24).</p> <p>“Eu não me dou em casa parada, faço todas as semanas ginástica e hidroginástica, porque aqui não temos nada, não temos respostas para ocupar o tempo” (t25).</p> <p>Os inquiridos foram contactados diretamente pela investigadora para a administração dos inquéritos.</p>			

Inquérito	46 a 48	Hora	15h às 18h
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Como cá não temos nada, eu inscrevi-me na Universidade Sénior para aprender a mexer com o computador e em história, mas porque tenho algum dinheirinho, também trabalhei muito, porque senão não dava, pagar deslocações e as quotas não é para qualquer um, tive sorte sempre foi poupado e agora posso fazer isto” (t26).</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 10/10/2018

Inquérito	49 a 58	Hora	10h às 18h30		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Raça? não temos raça somos todos portugueses” (t27).</p> <p>“Sou uma pessoa muito ativa, precisava que o dia tivesse mais horas, faço sobretudo voluntariado, estou responsável por uma loja social” (t28).</p> <p>“Honestamente, quer que lhe diga, eu não tenho medo porque não vou dizer nenhuma mentira, a nossa saúde é horrível” (t29).</p> <p>“Como ex-combatente já reivindiquei várias coisas, já escrevi muitas cartas a pedir transportes, piscinas, medicamentos mais baratos para os ex-combatentes” (t29).</p> <p>“Sou pioneiro de defesa dos ex-combatentes só para ajudar, faço voluntariado de forma individual, já tratei de dezenas de reformas dos outros. O estado e as instituições não tratam de nada” (t29). “Sou muito reivindicativo quanto aos meus direitos. Informação sobre os direitos! Existe omissão, só há vigarice. Já pensou nessa coisa dos tratores andarem nas autoestradas ou aparecem multas de carros que nunca andaram outros até das ilhas e têm multas cá, é que depois de escrito não podem retirar a multa então falsificam as matrículas, um I vira T, um 0 um 8 e muitos outros, mas se escrevessem as matrículas por extenso não havia isso, como quando passamos cheques, escrevemos o número e depois a quantia por extenso. E já agora, porque não aparece o n° de contribuinte no cartão de eleitor, só o n°</p>					

de identificação, depois até os mortos votam, sabe que 80% das pessoas não sabem distinguir os votos para a Câmara, para a Junta, para a Presidência da República” (t29).

“O Estado não ajuda a cuidar da saúde, estive 7 anos à espera de 1 cirurgia e tive de desistir” (t29).

“Estou revoltado contra o sistema, não cuidou de nós e não cuida e ainda nos roubou o subsídio, devia respeitar mais os ex-combatentes pagar a quem deve e que tivesse-mos prioridade nas questões de dados, vieram muitos para cá com graves problemas de saúde. Há pouca informação sobre o acréscimo vitalício de pensão para os ex-combatentes, nem as viúvas recebem, nem sabem que têm direito” (t29).

“Medidas para os seniores, nem infantários há que chegue para as crianças que são poucas, quanto mais para os seniores” (t30)

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 11/10/2018

Inquérito	59 a 65	Hora	10h às 16h
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Já me sinto velha, sem forças para lutar, já me resta pouco para viver, eu já não me reconheço, sempre tive uma boa vida enquanto trabalhava, depois fiquei doente e vivo da caridade da família” (t31). “Tiraram-me a dignidade, descontei tanto e agora não ganho sequer para os medicamentos, se não são eles cá e a minha família a ajudar não sei, já estava morta (t31).</p> <p>“Escrevo Portugal com letra pequena, estamos num país de vergonha, a saúde está como está, as reformas baixas, o nível de vida sempre a aumentar, não sei onde isto vai parar” (t32).</p> <p>“Não tenho dinheiro para passear, não tenho dinheiro para gastar, tenho dinheiro para sobreviver” (t33).</p> <p>“O dinheiro mal chega para mim, não consigo ajudar os meus filhos que também precisam, nem eles a mim, estamos num país de miséria, mas só para alguns, repare bem nesta injustiça (tirando um papel da carteira com um recorte de uma revista com a imagem de dois cheques), estes [...] que nunca descontaram olhe quanto recebem por mês, e estes [...] que passam a vida a roubar, e nós sem dinheiro para o mínimo e ainda têm boas casas sem pagarem” (t33).</p> <p>A maioria dos inquiridos demonstram total descredito e indignação pelo sistema político e social implementado, mostrando-se muito críticos e revoltados com as suas circunstâncias de vida.</p> <p>Um dos inquiridos fez questão de tirar fotocópias de documentos e da legislação para deixar com a investigadora para comprovar a sua revolta.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 12/10/2018

Inquérito	66 a 69	Hora	10h às 16h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“As pensões demoram muito tempo a chegar, existem pessoas com muitas dificuldades. O Estado está péssimo, demora na entrega dos subsídios de funeral e pensão, mas quando nós precisamos temos de pagar logo” (t34).</p> <p>“Eu tenho uma esposa que não mereço, é maravilhosa” (t35).</p>					

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 15/10/2018

Inquérito	70 a 79	Hora	15h às 18h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado		Número de elementos inquiridos			10
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“O meu marido queixasse que desde que estou reformada passo menos tempo em casa” (t36).</p> <p>“Isto é para nos dar aumentos?” (t37).</p> <p>“Estas atividades fazem me bem, gosto muito de participar, venho sempre que posso, muito ou pouco sempre vou fazendo alguma coisa” (t38).</p> <p>“Aprendo coisas novas e não estou em casa sozinha” (t39).</p> <p>Aplicação feita em grupo, 6 inquéritos foram preenchidos individualmente com a ajuda da investigadora e de uma professora, 4 foram administrados pela investigadora.</p>					

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 16/10/2018

Inquérito	80 a 82	Hora	10h às 12h		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua		
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros		Casualidade	X		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Aqui não se passa nada, vivemos isolados, o que nos vale é os dois dias que a Junta está aberta para tratar do que precisamos, senão temos de ir a (cidade concelhia) ou a (cidade mais próxima) que ainda fica mais perto” (t40).</p> <p>“Toda a gente se conhece, é um meio muito pequeno, ajudámo-nos uns aos outros quando é preciso” (t41).</p>					

Inquérito	83	Hora	14h30 às 16h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>Aplicado numa JF à uma das duas pessoas que se deslocaram aos serviços, única que se enquadrava no estudo e se prontificou a colaborar.</p> <p>“Eu não posso parar, ando sempre de um lado para o outro, ajudar aqui e ali no que puder” (t42).</p> <p>“Ando no Grupo Coral o meu marido não gosta, porque sempre que haja alguma cerimónia tenho de ir, mas não deixo porque faz-me bem” (t42).</p> <p>“Nós cá (JF) somos quem trata dos problemas quase todos da freguesia, às vezes também somos médicos, psicólogos, fazemos um pouco de tudo” (t43).</p> <p>“Mesmo nos transportes a população está muito mal servida, se quiserem ir a (cidade concelhia) só têm 4 carreiras, 2 idas e 2 voltas, duas de manhã e duas de tarde, se precisarem de resolver algum assunto, se forem de manhã só voltam à tarde, muitos que não têm carro optam pelo táxi” (t43).</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 17/10/2018

Inquérito	84 a 88	Hora	9h30 às 12h		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua		
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros		X	Casualidade		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Era importante termos atividades, fazia-nos bem” (t 44)</p> <p>“Há freguesias mais pequenas do que a nossa e têm muitas atividades nós, temos ginástica e pouco mais” (t44)</p> <p>“Acho que todas as pessoas deviam fazer algum tipo de atividades, principalmente voluntariado, faz tão bem sentir nos úteis, ajudamos os outros e a nós mesmos” (t45).</p> <p>“Agora com esta idade, decidi aprender a tocar cavaquinho, ajuda a manter-me ativo e a aliviar a cabeça” (t46).</p> <p>Os inquiridos foram contactados diretamente pela investigadora para a administração dos inquéritos.</p>					

Inquérito	0	Hora	14h30 às 16h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>Secretário da Junta da Freguesia: “Não sei se vai ter a sorte de encontrar cá alguém, cá na Junta Freguesia temos pouco movimento, temos mais quando fazemos as provas de vida porque temos muitos ex-emigrantes, senão só se alguém morrer é que cá vêm” (t47).</p> <p>“Como a Junta tem um horário de atendimento reduzido as pessoas sentem-se à vontade para baterem à porta do Sr. Presidente de Junta quando precisam de resolver algum assunto” (t47).</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 18/10/2018

Inquérito	89 a 93	Hora	9h30 às 12h		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua		
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros		X	Casualidade		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“O Governo não faz nada para nos ajudar, quando eramos novos trabalhamos que nem uns mouros, agora cortam-nos nas reformas, isto é uma maravilha, está bom para os malandros” (t48).</p> <p>“A minha amiga anda sempre a chatear-me para ir com ela para a Universidade Sénior, mas fica muito longe e tinha de ir com ela e como não quero incomodar fico por casa, mas gostava muito de fazer alguma coisa para distrair e conviver com outras pessoas” (t49).</p> <p>Os inquiridos foram contactados diretamente pela investigadora para a administração dos inquéritos.</p>					

Inquérito	94 a 96	Hora	15h30 às 17h
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	3
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Nós vimos para cá, 2 vezes por semana, só uma é que temos um professor e fazemos algumas atividades manuais, no outro dia como hoje juntamo-nos aqui para conversarmos e vamos fazendo algumas coisinhas para entreter, umas rendas, outras malhas o que calhar” (t50).</p> <p>Esta Junta de Freguesia (JF) dispõe de duas salas que estão à disponibilidade da população, numa delas reúnem-se um grupo de cerca de 6 senhoras em que um dia por semana são orientadas em trabalhos manuais por um professor, no outro reúnem-se para convívio. Já a outra sala é reservada aos jogadores de cartas, por norma este grupo reúne-se todos os dias no jardim próximo da JF, nos dias quentes, frios ou de chuva, estes resguardam-se nesta sala.</p> <p>O grupo do sexo masculino foi também ele convidado a participar no estudo, contudo no final do jogo a única pessoa que se mostrou disponível não reunia as condições necessárias, ou seja, já tinha mais do que os 75 anos máximos exigidos.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 19/10/2018

Inquérito	97 a 102	Hora	9h às 18h30
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X
		Consentimento informado	X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Eu e o meu marido trabalhamos muito, agora temos tempo para fazermos o que gostamos, vamos várias vezes de férias e canto num grupo, gosto muito de conviver, sempre estive habituada a estar com pessoas quando trabalhava, mas agora é diferente” (t51).</p> <p>“Estou a aprender a tocar cavaquinhos, mas eu gosto mais de cantar, quando vamos a passeios animo a malta com a minha cantoria, canto todo o caminho comigo não há tristezas” (t52).</p> <p>“Quando vim a reforma tinha feito muitos planos, sabia o que queria fazer, mas depois comecei a sentir só e voltei ao trabalho, então vou fazendo umas horinhas para ocupar o tempo” (t53).</p> <p>“Eu rezo muitas vezes para quando estiver doente e mais velho para que os meus filhos me deixem ficar em casa, que não me levem para nenhum lado” (t54).</p> <p>“Foi muito difícil deixar de trabalhar, pelo menos quando trabalhava sabia o que tinha de fazer e tinha muitos colegas, agora saio pouco de casa, entretenho-me com a minha horta” (t55).</p> <p>Os inquiridos foram contactados diretamente pela investigadora para a administração dos inquéritos.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 20/10/2018

Inquérito	103 a 105	Hora	15h às 18h30		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa		Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Nunca ouvi falar em instituições ou programas que dão apoio para a reforma, isso existe?” (t 56).</p> <p>“Era muito bom que existisse mais apoio para os mais idosos, não vejo jeito, cada vez, mesmo em termos de saúde é pior” (t 56).</p> <p>“Ainda existe um longo caminho a percorrer para a estado e sociedade cuidar dos interesses dos seniores” (t57).</p> <p>Os inquiridos foram contactados diretamente pela investigadora para a administração dos inquéritos.</p>					

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 22/10/2018

Inquérito	106 a 111	Hora	9h às 13h
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua X
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		Casualidade	X
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Eu não tenho nada a esconder, pode colocar aí a miséria que ganho” (t58).</p> <p>“Não estamos perto de nada, qualquer assunto a tratar temos de ir à cidade” (t59).</p> <p>“Há poucas escolas para os mais pequenos, agora para os mais velhos, só o centro de dia” (t60).</p> <p>“O Estado ainda não tem capacidade de responder às necessidades das pessoas adultas e dos idosos em particular” (t61).</p>			

Inquérito	—	Hora	15h às 17h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	10
Condições acústicas			
Lugar calmo		Ruído moderado	X Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Muitas pessoas recebem reformas baixas porque quando trabalhavam não queriam descontar e não descontavam do que recebiam, por isso, é que algumas reformas são baixas” (t62).</p> <p>“Existem muitas pessoas com reforma antecipada porque antigamente era mais fácil, bastava falar com um médico amigo” (t62).</p> <p>“Eu além desta aula com os computadores ensino com outra senhora outras senhoras a bordar” (t63).</p> <p>“Quem me ensinou a ler e a escrever foi um amigo meu, um grande amigo, teve cá uma paciência e agora aqui estou eu a aprender nos computadores” (t 64).</p> <p>Foram aplicados 10 inquéritos por administração direta on-line, uma vez que os participantes se encontravam numa aula de informática, as dúvidas que iam surgindo foram esclarecidas pela investigadora e pela Técnica Superior de Educação responsável pela dinamização da atividade.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 23/10/2018

Inquérito	112 a 115	Hora	9h30 às 12h		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa		Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“É sempre bom, ouvir que alguém se preocupa com os idosos, afinal já não passamos do prazo de validade” (t64).</p> <p>“Eu estava mais satisfeita se estivesse um sítio onde teria alguma coisa para ocupar a cabeça, nós aqui estamos quase abandonados” (t65).</p> <p>“Nunca ouvi falar em nada para ajudar os idosos, só centros de dia, lares e universidades sénior” (t65).</p>					

Inquérito	116 a 142	Hora	17h às 19h
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	27
Condições acústicas			
Lugar calmo		Ruído moderado	X Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Temos de preencher isto tudo, nunca mais vamos sair daqui” (t66).</p> <p>Grupo de senhoras que se juntam para aulas de hidroginástica, foi-lhes explicado em que consistia o estudo e sensibilizadas para a importância de participarem. Foi pedido aos interessados que levassem para casa para preencher e que entregasse outro(s) inquérito(s) a quem cumprisse o perfil e estivesse interessado em responder, foram entregues 30 inquéritos a 15 participantes e devolvidos 27 preenchidos.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 24/10/2018

Inquérito	143 a 149	Hora	8h30 às 13h
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade X
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Políticas, política é só para favorecer quem está no Governo não é para o “Zé-povinho” (t67).</p> <p>“Nunca pensei que passei por esta fase de transição, agora a ver isto, tem razão, nós vamos tentando adaptarmos nem damos fé” (t68).</p> <p>“Depois de entramos na reforma é quando temos mais tempo para gozar a vida e quando temos menos dinheiro e saúde para gozar” (t69).</p> <p>“Eu recebo pouco, mas comparado a muitas pessoas sinto-me feliz, há pessoas que precisam de muita ajuda, mesmo para comprar medicamentos na farmácia” (t70).</p> <p>“Precisava de haver mais atividades para nós, senão fechamo-nos em casa em frente à televisão e agora com este frio ainda pior” (t71).</p> <p>Foi feito o contato com um possível participante que aceitou participar, que por sua vez mobilizou outras 4 pessoas a participarem, uma destas indicou um outro participante.</p> <p>Os inquiridos na condição de não reformados sentem muita dificuldade em perspetivar o futuro.</p>			

Inquérito	150 a 157	Hora	14h às 20h
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X
			Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Eu gostava muito de fazer alguma coisa para entreter-me, mas estas pernas não me deixam andar, fica tudo longe e não há transporte” (t71).</p> <p>“Gosto muito de fazer sopa de letras, senão passo o dia a ver televisão, vejo as novelas todas” (t72).</p> <p>“A ginástica que faço é dar todos os dias uma caminhada com o meu marido, ele já tem muita dificuldade em andar” (t73).</p> <p>“Eu não posso sair de casa tenho o meu marido para cuidar, mas tenho pena, não convivo com ninguém, só se vierem cá a casa, senão passo o dia quase sem falar com ninguém” (t73).</p> <p>“Com a idade da reforma sempre a aumentar eu quando lá chegar já estou velho e caduco” (t74).</p> <p>“Isso de ir para a escola com esta idade não sei o que me parece, para mim não dá” (t75).</p> <p>Foram contados dois casais pela investigadora, que por sua vez indicaram os outros inquiridos.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 25/10/2018

Inquérito	158 a 161	Hora	9h às 12h30		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua		
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros		X	Casualidade		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“São perguntas muito difíceis, algumas não sei responder” (t76).</p> <p>“A escola não é para as crianças e os jovens, agora também há para os idosos?, agora é mesmo “aprender até morrer”” (t77).</p> <p>“Até gostava de aprender de novo a ler, agora só sei assinar com uma letra muito feia” (t77).</p> <p>O contato com os participantes foi feito através de uma pessoa residente nesta freguesia.</p>					

Inquérito	162 a 173	Hora	14h às 22h
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“A parte mais chata de ir para a reforma é o fim do mês, dava muitas horas e compunha o ordenado, agora isso acabou, tenho de gerir muito bem o dinheiro para chegar ao final do mês e, pé-de-meia é para esquecer” (t78).</p> <p>“Tem muitas perguntas repetidas, não se enganou?” (t79).</p> <p>“Eu não passei por isto” (t79) - referente à fase de transição, embora já reformado.</p> <p>“A minha reforma foi de um dia para o outro, foi como se estivesse de férias” (t80).</p> <p>“O que é isto de atividades sociocomunitárias?” (t81).</p> <p>“E de programa ou atividade de apoio à transição? Nunca ouvi falar nisto, nem na televisão, isto existe ou é como os políticos que dizem que há e fazem e depois nada?” (t81).</p> <p>“Planos há muitos e dinheiro, isso é que está mau” (t82).</p> <p>“É como estivesse na reforma há muito tempo, estive no fundo de desemprego e passei direta para a reforma” (t83).</p> <p>Os inquéritos foram respondidos individualmente em casas particulares, em caso dos casais responderam os dois no mesmo espaço por opção dos mesmos, exceto numa casa em que foram respondidos por um casal e uma filha.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 26/10/2018

Inquérito	174 a 181	Hora	9h às 13h		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa		Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Isto nunca mais acaba” (t84).</p> <p>“Já não me lembro de ler tanto tempo seguido, no jornal só costumo a ler as letras grandes” (t84).</p> <p>“Ser considerado como um encargo social?” não faltava mais nada, descontei para receber a reforma até acho injusto os cortes que tive, há tanto malandro a viver à nossa custa, quem descontou tem direito a receber, é uma vergonha descontar uma vida toda para agora receber tostões” (t85).</p> <p>“Se tivesse saúde gostava de ajudar os outros, daqui a pouco quem vai precisar de ajuda sou eu, graças a Deus que tenho uma filha a viver comigo, ela ajuda-me muito, também a ajudo a tomar conta do meu netinho, faço a ele coisas que nunca fiz com os meus filhos, também os tempos eram outros, era só trabalho” (t86).</p> <p>Os inquéritos foram respondidos individualmente em casas particulares, 6 de administração direta e 2 indireta. O contato foi efetuado com dois elementos que sugeriram os restantes participantes no estudo.</p>					

Inquérito	182 a 192	Hora	14h às 21h
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Quando fui para o desemprego custou-me muito, agora não, tenho bem com que me ocupar, todos os dias vou buscar os meus netos à escola e faço duas vezes por semana hidroginástica” (t87)”. “O <i>facebook</i> foi das melhores coisas que inventaram, passo muito tempo nos jogos e a falar com as amigas” (t88). “Aqui temos algumas atividades, mas não vou só se fala da vida dos outros” (t89). “As atividades para o envelhecimento ativo é só para quem tem dinheiro, pagar as quotas e as deslocações não é para reformas baixas como a minha” (t90). “Passo o meu dia-a-dia a cuidar da casa, da minha horta e a ver televisão” (t91).</p> <p>Os inquéritos foram respondidos individualmente em casas particulares, no caso dos casais estes durante o preenchimento encontravam-se no mesmo espaço físico, 8 foram respondidos de administração direta sendo os restantes preenchidos pela investigadora de acordo com as respostas dadas. O contato foi efetuado com alguns elementos que sugeriram os restantes participantes no estudo.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 27/10/2018

Inquérito	193 a 196	Hora	14h às 19h30		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa		Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Quem me dera ter dinheiro para viajar, vou a muitos passeios só não vou a mais porque o dinheiro não estica” (t92).</p> <p>“Mas no início que fui para a reforma foi complicado, ter de pensar com quê que ia ocupar tantas horas” (t93).</p> <p>Foram administrados três IQ por administração indireta e um por administração direta.</p> <p>Os participantes foram indicados por familiares e pessoas amigas.</p>					

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 29/10/2018

Inquérito	197 a 200	Hora	9h às 12h		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa		Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros		X	Casualidade		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Atividades para nós? não temos nada a única coisa que faço é ir duas vezes por semana à piscina e já não fica muito barato” (t93).</p> <p>“O Governo não se preocupa com os desempregados que têm uma família para manter, quanto mais com os velhotes, nem a Junta está aberta quando precisamos” (t94).</p> <p>“Eu pensei que com este Governo as coisas iam melhorar, mas são todos iguais só olham para o seu umbigo” (t94).</p> <p>“Precisava de uma reforma mais alta, tenho um filho desempregado e tenho uma grande tristeza no peito de não poder ajudar mais” (t95).</p> <p>Os inquéritos foram administrados indiretamente, os participantes foram indicados por outros participantes que já tinham respondido ao IQ.</p>					

Inquérito	201 a 212	Hora	14h30 às 16h30
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Gostava que cá tivesse alguma associação que cuidasse de nós, a única coisa que temos é a ginástica na Junta, o que há fica longe” (t96).</p> <p>“Acha que com esta idade, tenho paciência para ir aprender alguma coisa” (t97).</p> <p>“Vamo-nos habituando a viver um dia de cada vez” (t98).</p> <p>Os inquéritos foram respondidos individualmente em casas particulares, dois foram respondidos de administração direta e outros dois por administração indireta, os restantes foram entregues aos participantes para que os fizessem chegar a elementos interessados em participar, tendo sido recolhidos mais tarde, de salientar que foram recolhidos todos os inquéritos deixados devidamente preenchidos. O contato foi efetuado com alguns elementos que sugeriram os restantes participantes no estudo.</p>			

Inquérito	213 a 238	Hora	17h às 19h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	26
Condições acústicas			
Lugar calmo		Ruído moderado	X Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Gostava de ir para a Universidade Sénior, mas fica longe e só tem uma aula por dia, para ir todos os dias fica muito caro” (t99).</p> <p>“Acho que era muito importante que o Estado ou as Juntas de Freguesia cuidasse melhor dos idosos, terem centros de convívio gratuitos para passarmos o tempo em vez de estarmos fechados em casa” (t99).</p> <p>“Se não vier a estas aulas de ginástica, fico em casa a ver televisão, não tenho mais nada que fazer” (t100).</p> <p>“Era bom ter os meus filhos por perto, se precisar de alguma coisa tenho mais ajuda dos amigos do que dos meus filhos” (t101).</p> <p>“Toda a vida a descontar a contribuir para a bem-estar do país e agora que estou reformado fazem cortes na reforma, como se o que ganhasse fosse muito” (t102).</p> <p>“Estou farta desta vida, estou cansada, o meu médico obrigou-me a sair de casa, mas às vezes não venho à ginástica, fico em casa” (t103).</p> <p>“Ocupo os meus dias a ver televisão e venho à ginástica, já estava a ficar com “ferrugem” (t104).</p> <p>“Tenho sempre o que fazer em casa, há sempre coisas para limpar e o jardim para me entreter, só venho à ginástica porque faz-me bem e assim o meu marido também sai do café para me trazer e vir comigo” (t105).</p>			

“Quando somos novos não pensamos muito na velhice, só quando cá chegamos é que dizemos “se soubesse o que sei hoje”, no meu caso gozava mais a vida, pois agora a saúde não é muita e o dinheiro faz-se pouco” (t106).

“Este país é uma pouca-vergonha, não cuida das pessoas, desconta-se tanto, paga-se por tudo e os serviços são maus e ainda se queixam e estão sempre a fazer greve, se ganhassem tanto como nós o país parava” (t107).

O contato com os participantes foi realizado através de um professor de ginástica orientada para o público sénior. No final de uma das aulas a investigadora explicou aos participantes a finalidade da investigação e direcionou o convite para participarem, nesse dia responderam de forma direta doze elementos, os restantes levaram os inquéritos para casa e devolveram-nos passado uma semana. Foram entregues dezasseis inquéritos e recolhidos catorze.

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 30/10/2018

Inquérito	239	Hora	9h30 às 12h30		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“É muito difícil tenho a minha mulher com uma doença oncológica e tenho que a acompanhar, tem de estar sempre alguém em casa, mesmo agora para cá vir pedi a uma vizinha que fosse lá a casa, é deste apoio que preciso” (t108).</p> <p>“Os meus filhos ajudam quando podem, mas também trabalham, o que me vale são os vizinhos” (t108).</p> <p>Inquérito administrado indiretamente.</p>					

Inquérito	240 a 257	Hora	14h às 17h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	17
Condições acústicas			
Lugar calmo		Ruído moderado	X Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“É para preencher tudo? Amanhã ainda cá estou” (t109).</p> <p>“Ainda vamos tendo algumas atividades, é bom para aliviar a cabeça, sair um bocadinho de casa” (t110).</p> <p>“Eu dantes era uma escrava da casa, agora não, faço as coisas quando me apetece, logo que não pareça mal, tenho de sair de casa, senão ainda fico maluca” (t111).</p> <p>“Isto fez-me pensar, não me dei conta que tive de me adaptar a esta vida de reformado” (t112).</p> <p>“Nunca tinha respondido a um questionário tão grande, imagine se fosse feito por telefone!” (t113).</p> <p>“É um assunto interessante, vamos ver se serve para melhorar a nossa vida, a minha já não, mas talvez as dos meus netos, haja alguém que se preocupe com estas coisas” (t113).</p> <p>“Já estou cansada, desculpe, mas não me apetece responder a mais nada” (t114).</p> <p>“Há coisas que eu já não me lembro, não sei responder quanto tempo demorou a adaptar-me à reforma, acho que foi logo” (t115).</p> <p>“A idade sénior, isto é difícil, eu que já lá estou não sei responder” (t116).</p> <p>“Atividades de educação e formação não é a escola? Já passei esse tempo” (t116).</p> <p>“Atividades sociocomunitárias não sei o que é?” (t116).</p> <p>“Eu gostava de ter tanta coisa agora na reforma, estas páginas todas não chegavam para responder, começava logo por uma reforma mais alta e mais cedo sem penalizações para poder aproveitar, agora</p>			

cada vez é mais tarde, só quando estamos com os pés no caixão é que temos direito à reforma e alguns morrem sem terem esse direito” (t117).

Os inquéritos foram preenchidos por administração direta com a ajuda da investigadora e da assistente social que acompanhava o grupo, excetuando-se dois que foram terminados por administração indireta.

Inquérito	258 a 261	Hora	18h às 22h
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Isto nunca mais acaba, tenho quase que contar a minha vida toda” (t118).</p> <p>“Nunca ouvi falar nada disto” (t119) - referente a instituições e programas de apoio à transição.</p> <p>“Hoje em dia fala-se muito no envelhecimento ativo, mas ninguém faz nada, olhe os centros de dia que metem lá os idosos todo o dia sentados a olhar para a televisão, já para não falar nos lares, que só para lá entrar até a “camisa nos tiram” e depois morrem quase logo, é o mundo em que vivemos, sabe isto não é da crise, isso é desculpa, é falta de humanidade, de boa vontade, enquanto pudemos trabalhar descontamos tudo, agora que precisamos não temos direito a nada, até as taxas no centro de saúde temos de pagar” (t120).</p> <p>“Ainda dizem que há países piores que o nosso, até custa a acreditar, se precisarmos de uma consulta estamos tempos à espera, vamos às finanças ou à segurança social não nos informam e ainda somos mal atendidos, tenho família no estrangeiro e lá não é nada como aqui, eles ainda ficam varados com o custo das coisas” (t120).</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma direta, os participantes foram indicados por outros sujeitos.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 31/10/2018

Inquérito	262 a 281	Hora	9h30 às 12h30		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado		Número de elementos inquiridos			20
Condições acústicas					
Lugar calmo		Ruído moderado	X	Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Nem os novos querem ir para a escola, vamos agora nós, só se for para dar trabalho aos professores!” (t121).</p> <p>“Nos cá, não temos centros de convívio, mas como estamos perto da cidade às vezes vou, agora no inverno com o frio e quando está a chover aborrece-me e não vou tantas vezes, senão costumo a ir, é mais pelo convívio, fazem alguns passeios e tardes de cinema e eu gosto de ir” (t123).</p> <p>“Eu ainda trabalho e sinceramente ainda não pensei o que vou fazer quando parar de trabalhar” (t124).</p> <p>“Eu sei lá como vai ser o meu tempo de reforma, nem sei se chego lá” (t124).</p> <p>“Faz muita falta na nossa idade trabalhar com o cérebro senão começamo-nos a esquecer mais rápido das coisas” (t125).</p> <p>“Temos de nos esforçar para sair de casa, não somos como os homens que passam o dia no café, temos de ter a canseira de fazer o comer a horas, arrumar a casa, mas também precisamos de tempo para nós, não acha?” (t126).</p> <p>“Eu passo as minhas tardes a jogar às cartas com os amigos, a jogar o tempo passa mais rápido nem damos por ele passar” (t127).</p> <p>“Quando for para a reforma espero ter saúde para continuar a trabalhar, já chegam as férias, ficar todo o dia enfiado em casa, não é para mim, fico maluco” (t128).</p>					

A maioria dos inquéritos foram preenchidos pelos inquiridos com a(o) esposa(o) ao lado a responder ao seu. Dezoito inquéritos foram administrados diretamente, dois indiretamente.

Inquérito	282 a 297	Hora	14h às 18h
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	16
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Isto é um testamento, é melhor ser a Dra. a perguntar senão nunca mais saímos daqui” (t129).</p> <p>“Eu não tenho muito para contar” (t130).</p> <p>“Eu vou ser muito sincero, passo os meus dias aqui sentado no sofá a ver televisão” (t130).</p> <p>“Tenho a lida de casa e vou fazendo alguma renda para passar o tempo, de resto não faço mais nada” (t131).</p> <p>“Vou conversando com os vizinhos, os meus filhos só vêm cá aos fins-de-semana e não são todos, também têm a vida deles e nós temos de compreender, sabemos como é também já trabalhamos e sabemos que quando se trabalha temos pouco tempo” (t132).</p> <p>A maioria dos inquéritos foram preenchidos pelos inquiridos com a(o) esposa(o) ao lado a responder ao seu.</p>			

Inquérito	298 a 299	Hora	19h às 21h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		Casualidade	X
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo		Ruído moderado	X Muito ruído
Observações/Relatos:			
Os inquéritos foram administrados diretamente.			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 2/11/2018

Inquérito	300 a 308	Hora	9h30 às 18h30		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua		
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros		X	Casualidade		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Eu ainda não sou velha, é engraçado quando era mais nova, uma pessoa com 60 anos já era velha agora com 66 não me considero velha, ainda tenho muito para dar, tenho de ajudar os meus filhos, sou eu que tomo conta dos meus netos quando saem da escola” (t133).</p> <p>“Quando trabalhava queria ir para a reforma cedo, agora quem me dera estar a trabalhar” (t134).</p> <p>“O que as pessoas reformadas mais precisam é de reformas maiores” (t135).</p> <p>A administração foi efetuada de forma indireta.</p> <p>Os participantes foram indicados por outros participantes.</p>					

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 3/11/2018

Inquérito	309 a 334	Hora	9h30 às 17h30		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado		Número de elementos inquiridos			25
Condições acústicas					
Lugar calmo		Ruído moderado	X	Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Aqui o que temos é a ginástica duas vezes por semana, temos as aulas de cavaquinho, mas é só para os homens” (t136).</p> <p>“Eu venho duas vezes à ginástica e faço duas vezes piscina por semana e já tenho quase todos os dias ocupados” (t137).</p> <p>“Fiz durante muitos anos voluntariado, agora não tenho ido, mas faz-me falta porque fecho-me muito em casa e começo a ficar deprimida” (t138).</p> <p>“Já não é um inquérito, é quase um relato da nossa vida adulta” (t139).</p> <p>“Há muitas perguntas parecidas, porque é que têm o antes, o durante e o após, isto é quase tudo igual” (t140).</p> <p>“Quem quiser fazer alguma atividade além de ginástica têm que ir para fora, aqui não há mais nada” (t141).</p> <p>“Vai ver, começou na instituição X a ginástica, mas daqui a pouco as pessoas começam a desistir, é sempre assim, no início vem muita gente, mas aos poucos e poucos desistem e acaba, já não é a primeira vez que acontece, já houve ginástica, dança e as pessoas começam a desanimar e acaba” (t142).</p> <p>A administração foi efetuada de forma direta e nove de forma indireta.</p>					

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 4/11/2018

Inquérito	335 a 350	Hora	9h45h às 17h30		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Está a perguntar o meu sexo, não se vê logo?” (t143).</p> <p>“Não há nenhuma classe mais baixa, pelo que eu recebo é mais que baixa” (t144).</p> <p>“Agora o meu filho veio viver comigo, a mulher ficou desempregada e o dinheiro dele não chega para pagar renda de casa e a escola dos filhos, assim vieram para minha casa e vamo-nos arranjando como pudemos” (t145).</p> <p>“Como vê, agora que podia estar mais descansada com o meu homem, ainda tenho de ajudar o meu filho” (t145).</p> <p>“Eu gosto muito de viver aqui, tenho bons vizinhos é um sítio calmo, mas se precisarmos de alguma coisa temos de ir fora, para conviver só temos cafés, cafés e tascas isso não falta (t146).</p> <p>“Aqui não se passa nada, estamos esquecidos, principalmente os idosos, temos a ginástica e quem quiser outras atividades têm de ir para outra freguesia e pagar” (t147).</p> <p>Os IQ foram administrados após uma aula de ginástica, cinco deles foram preenchidos na parte da tarde de forma indireta.</p>					

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 5/11/2018

Inquérito	351 a 352	Hora	9h45 às 11h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado		Número de elementos inquiridos			10
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“O meu homem ainda trabalha, mas eu não paro em casa, vou todos os dias ao pão-queite por a conversa em dia e faço ginástica 2 vezes por semana” (t148).</p> <p>“Em casa não se aprende nada, eu já andei em muitas atividades, tinha aulas de computador, trabalhos manuais, ginástica e nos bordados, tudo de graça, mas agora acabaram e aqui perto não temos nada, só a ginástica” (t149).</p> <p>“Passo muito tempo em casa a ver televisão ou a falar com as amigas no <i>Facebook</i>, foi nas aulas dos computadores que aprendi a mexer no <i>Facebook</i> e a fazer chamadas para os meus filhos que estão fora” (t149).</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma indireta.</p>					

Inquérito	353	Hora	11h às 12h
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Faço ginástica estas duas vezes por semana os outros dias vou caminhar com uma amiga” (t150).</p> <p>O inquérito foi administrado de forma indireta.</p>			

Inquérito	354 a 356	Hora	15h às 21h30
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Estar desempregada foi o pior que me aconteceu, agora meti os papéis para a reforma estou à espera” (t151).</p> <p>“Atividades nós aqui não temos, quem tem carro ainda pode ir agora quem não tem é difícil, temos poucas camionetas que passam para este lado” (t151).</p> <p>“Desculpe lá não saber responder a muitas das perguntas” (t151).</p> <p>“Já algum tempo que estou para meter para a reforma, estou à espera que acabem com as penalizações, a reforma já é baixa com as penalizações ainda pior” (t152).</p> <p>“Eu sei o que queria fazer quando estiver na reforma, só falta dinheiro, planos não faltam, falta o essencial, dinheiro para os fazer” (t152).</p> <p>“No trabalho é tanto o <i>stress</i> estou morta para ir para a reforma” (t153).</p> <p>“Não conheço programas para apoiar a passagem para a reforma, acho que até informação não há que chegue” (t153).</p> <p>“O que me safa é o meu marido estar no estrangeiro, só assim conseguimos juntar algum dinheiro para quando formos mais velhos, as reformas aqui são uma miséria” (t153).</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma indireta.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 6/11/2018

Inquérito	357 a 360	Hora	9h30 às 11h30		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua	X	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros		Casualidade	X		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“É para responder a tudo, é muita coisa” (t154).</p> <p>“Não sei responder, não sei o que é” (t154) – referentes atividades sociocomunitárias</p> <p>“Não conheço nada que ajude as pessoas na reforma, quem me tratou para meter para a reforma foi o Sr.1, ele é que fez as contas para meter sem ter penalizações” (t155).</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma indireta.</p>					

Inquérito	361 a 364	Hora	15h00 às 18h30
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Eu estou há muito tempo desempregada, agora estou a receber o RSI e então vou fazendo uns cursos pelo Centro de Emprego, isto é formação, não é?” (t159).</p> <p>“Há muitas perguntas que não sei responder, queria ter ajudado mais” (t160).</p> <p>“Vou passando o meu tempo a ver televisão ou no <i>tablet</i> a jogar ou no <i>Facebook</i>” (t161).</p> <p>Dois inquéritos foram administrados de forma indireta e os restantes de forma direta.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 07/11/2018

Inquérito	365 a 369	Hora	9h às 12h30		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua	X	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros		Casualidade	X		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Nós não temos escola para as crianças, quanto mais atividades para os mais velhos, veja lá, nem centro de dia, não temos nada, só velhotes” (t162).</p> <p>“Passo as minhas tardes no café a jogar à sueca com os amigos” (t163).</p> <p>“Não conheço nada para dar apoio para a reforma, isso é alguma lei nova?” (t164).</p> <p>“Eu gostava de ter onde passar o tempo sem ser em casa a ver televisão, sei que me fazia bem, mas aqui perto não temos nada” (t165).</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma direta, à exceção de três que foram de forma indireta.</p>					

Inquérito	370 a 376	Hora	14h30 às 22h
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Não sabia que havia tanta coisa para os idosos” (t166) - referente às respostas sociais apresentadas no IQ</p> <p>“Ainda não estou reformado, não sei que apoio irei precisar, se não aumentarem mais os anos de trabalho já é bom” (t167).</p> <p>“Os idosos ainda são muito mal tratados no nosso país” (t167).</p> <p>“Isto do envelhecimento ativo é só conversa, porque depois não há nada, há os passeios organizados pela Junta e algumas sessões de sensibilização, mas do resto mais nada” (t168).</p> <p>“Ainda há muita falta de informação sobre os nossos direitos enquanto cidadãos, acho que é geral” (t169).</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma indireta.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 08/11/2018

Inquérito	377 a 381	Hora	9h às 12h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Quem quer ir para atividades tem de ir para fora e ficam longe” (t170).</p> <p>“Eu vou-me entretendo a tomar conta dos netos e a fazer bordados” (t170).</p> <p>“Eu frequento aulas de ginástica, mas não é cá na freguesia, nós aqui não temos” (t171).</p> <p>“De vez em quando marco um café com as amigas para espairecer um bocado, faz muito bem conviver” (t172).</p> <p>“Como é que as instituições podem tomar conta dos interesses dos idosos, dou o exemplo da Junta de Freguesia onde moro, só está aberta um dia por semana, acha normal” (t173).</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma indireta.</p>					

Inquérito	382 a 383	Hora	14h às 17h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Não me importo de responder, demora muito é que estou com muita pressa” (t174) – durante as respostas alongava-se, no final ainda teve tempo para desabafar situações do dia-a-dia. (“Eu dou-me bem com toda a gente, mas tenho uma vizinha que sabe de tudo, não pode ouvir um barulhinho que está logo à porta a ver o que se passa” (t174)).</p> <p>“Todos os dias juntamo-nos ali no parque um grupinho para jogar às cartas, quando chove como hoje vimos para a Junta eles têm uma sala lá em baixo com umas mesas e jogamos lá” (t175).</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma indireta.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 09/11/2018

Inquérito	384 a 385	Hora	9h30 às 11h30		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua		
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros		X	Casualidade		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Com esta idade o que quero é sossego, passo o dia a tratar do quintal ou quando chove no sofá a ver televisão” (t176).</p> <p>“Eu nunca trabalhei fora, sempre fui doméstica, mas trabalhei mais do que muitas pessoas tomarem conta da casa, dos animais, do quintal e dos filhos é muito trabalho, só quem passa por isso é que sabe o trabalho que dá” (t177).</p> <p>“Nunca me meti a fazer mais nada também não tinha tempo, agora acho que sou muito velha para me consumir com essas coisas, só quero descanso. Gostava de passar amais tempo com os meus netos” (t177) - referente à pergunta de ocupação de tempos livres.</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma indireta</p>					

Inquérito	386 a 394	Hora	15h às 17h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	9
Condições acústicas			
Lugar calmo		Ruído moderado	X Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Participo em algumas atividades aqui, faço parte do Grupo de Teatro e o de música” (t178).</p> <p>“Atividades sociocomunitárias tem a ver com fazer voluntariado? (t179).</p> <p>“A reforma é que é pequena, gostava muito de viajar, conhecer outros países” (t180).</p> <p>“Nós cá temos sorte, fazem muitas atividades só fica em casa quem quer” (t180).</p> <p>“Desde que eu comecei a vir para aqui comecei a andar melhor, mais leve da cabeça, em casa não se faz nada” (t181).</p> <p>“Enquanto trabalhava nunca pensei no que iria fazer quando me reformasse, mas acho que nunca pensava em fazer o que faço, até aprender nos computadores faço, é difícil, mas aos poucos vou lá, se tivesse um computador em casa era mais fácil, porque o que aprendo numa semana na outra já está meio esquecido” (t182).</p> <p>“Eu comecei a trabalhar muito cedo, a reforma para mim veio numa altura boa, vim cedo e sem penalizações” (t183).</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma indireta.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 12/11/2018

Inquérito	395 a 398	Hora	9h às 12h30		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua		
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros		X	Casualidade		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Tantas perguntas!” (t184).</p> <p>“Não sei o que é isso” (t184) – referente às atividades sociocomunitárias.</p> <p>“É necessário dar apoio aos familiares que deixam de trabalhar para ajudar os outros, normalmente é a família que ajuda a pagar esse “ordenado”, mas depois quando as pessoas morrem quem fica a tomar conta delas ficam “sem pau nem bola”. Têm de se despedirem para tomar conta dos pais ou do marido ou mulher e depois deles morrerem, ficam sem direito a nada” (t185).</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma indireta.</p>					

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 13/11/2018

Inquérito	399 a 404	Hora	9h30 às 12h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
“Tem aqui coisas que eu nunca pensei” (t186).					
“A vida depois da reforma é complicada, começamos a ficar velhos, sem saúde e as reformas são baixas não dá para nada” (t187).					
“Planos! Fazer planos é muito bonito e depois o dinheiro, a reforma mal chega para viver” (t188).					
Um inquérito administrado diretamente os restantes inquéritos foram administrados de forma indireta.					

Inquérito	405 a 409	Hora	14h30 às 18h30
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“O meu maior desgosto com a reforma é de o dinheiro ser pouco e não dá para ajudar os meus filhos, essa é a parte mais difícil” (t189).</p> <p>“Até gostava de fazer atividades se tivesse saúde e o dinheiro chegasse” (t190).</p> <p>“Entrar na reforma foi fácil, já estava cansada do trabalho, o pior é o resto, se pelo menos o dinheiro fosse o mesmo e, com estes cortes nem lhe digo” (t190).</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma indireta.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 14/11/2018

Inquérito	410 a 414	Hora	9h às 12h		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa		Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Os jovens não dão valor aos mais idosos, quando conto aos meus netos pelo que passei eles nem acreditam e começam-se a rir” (t191).</p> <p>“Ir de férias e passear, gostava muito se as minhas pernas deixassem” (t192).</p> <p>“Depois de tantos anos a trabalhar o que queria era ir para a reforma, na altura falei com o meu patrão ele deu-me o desemprego e no fim fui direta para a reforma” (t192).</p> <p>“Fazer atividades, eu já não tenho cabeça para isso, só quero descanso, ir agora estudar, isso é para os novos” (t193) - relativo ao que valoriza mais e menos na condição de inatividade profissional/reforma ou condição sénior.</p> <p>“Não sei responder, não sei o que é isso de encargo social” (t193).</p> <p>Inquéritos foram administrados de forma indireta.</p>					

Inquérito	415 a 426	Hora	14h às 18h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	12
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Eu venho para cá todas as tardes nem que seja só para conversar e ver televisão” (t194).</p> <p>“Tenho telemóvel para os idosos, às vezes engano-me e ligo para lá, mas uma vez liguei para lá sem querer e um já ralhou comigo, alguns são simpáticos, mas este ralhou, mas não me interessa como vivo sozinha preciso disto. Eu com o telefone fixo sei ligar bem, mas com o telemóvel às vezes engano-me” (t195).</p> <p>“Os idosos estão fora do baralho. Tanto precisei deles, tive o meu marido doente e ninguém me ajudou. Os velhos e pobres no nosso país, coitados” (t196) - referente às medidas sociais do estado para seniores.</p> <p>“Bem pensei que na reforma ia passear muito, mas quê! Dizia quando me apanhar reformada vou fazer, vai acontecer, saiu-me tudo ao contrário” (t196).</p> <p>“Agora não tenho horários, ninguém me chama atenção, não tenho quem me ralhe; faço o que quero, quando quero. Estou contente” (t197).</p> <p>“Acho que ainda não arranjei uma depressão por causa da televisão, rio-me, choro, entretenho-me bem com a televisão. Tenho a televisão ligada todo a dia é a minha companhia” (t198).</p> <p>“Como tenho o passe da 3ª idade vou passeando de autocarro para trás e para a frente para passar o tempo” (t199).</p> <p>Inquéritos foram administrados de forma indireta, dois de forma direta com a ajuda da investigadora.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 15/11/2018

Inquérito	427 a 434	Hora	9h às 12h		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua		
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros		X	Casualidade		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“A vida agora é outra, os mais novos têm a vida mais fácil, ninguém vai trabalhar com 12/13 anos isso era dantes” (t200).</p> <p>“Aqui já não há juventude estamos todos velhos, os novos saíram daqui porque não há fabricas nem nada para trabalharem” (t201).</p> <p>“As vezes vem cá o teatro e eu vou sempre ver só se não posso, senão passo a vida no campo” (t202).</p> <p>“O meu passatempo é a televisão” (t203).</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma indireta, quatro IQ foram terminados pelos inquiridos e entregues dias mais tarde à investigadora.</p>					

Inquérito	435 a 441	Hora	14h às 17h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Faz-me falta o trabalho” (t204).</p> <p>“Eu às vezes digo aos meus vizinhos, ides para a universidade aos 80 anos fazer o quê? se ainda fosse para aprender a escrever e a ler, agora não percebo o que eles vão fazer, mas isso é lá com eles” (t205).</p> <p>“Temos transportes, a gente não se pode queixar, mas por exemplo quando temos as marchas e dias de festas, não temos transporte, as pessoas que vivem longe podem ir ver e nós de perto não podemos ir, está muito mal isto” (t206).</p> <p>Dois inquéritos foram administrados de forma indireta, os restantes foram preenchidos pelos inquiridos.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 16/11/2018

Inquérito	442 a 468	Hora	9h30 às 12h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado		Número de elementos inquiridos			28
Condições acústicas					
Lugar calmo		Ruído moderado	X	Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Vai ser noite e nós ainda aqui a preencher isto” (t207).</p> <p>“Não respondi a tudo é muito maçador” (t208).</p> <p>“Tem que me ajudar senão não saio daqui” (t209).</p> <p>“Isto é tudo para responder?” (t210).</p> <p>“Está bem, está, passear e ir de férias bem eu queria e o mais importante, com esta reforma que é uma miséria, mal dá para ir à cidade todas as semanas passear” (t210).</p> <p>“Se fosse mais nova e tivesse muito dinheiro ia a todas as atividades e passeios que pudesse, agora não tenho nem saúde nem dinheiro” (t211).</p> <p>Onze elementos preencheram online durante a aula de TIC, os restantes preencheram em papel, auxiliados pela investigadora e o professor.</p>					

Inquérito	469 a 477	Hora	14h00 às 20h30
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua X
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	X
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Nós cá não temos nada disto, quem quiser tem de ir para a cidade para participar em atividades, temos a ginástica e já é muito bom” (t212).</p> <p>Foram convidadas três senhoras que estavam na rua a participarem, todas vizinhas indicaram outros familiares (maridos; filhas e cunhados) a participarem. Administração indireta.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 19/11/2018

Inquérito	478 a 486	Hora	9h às 12h15		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua		
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros		X	Casualidade X		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	X
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo		Ruído moderado	X	Muito ruído	
Observações/Relatos:					
Foram preenchidos seis IQ durante a manhã pelos inquiridos com a ajuda da investigadora, dois foram terminados e entregues à investigadora no final do dia.					

Inquérito	487 a 499	Hora	14h às 20h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	13
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Os mais novos não acreditam no que somos capazes, acham-nos velhos e ultrapassados” (t213).</p> <p>Inquéritos administrados de forma direta, com a ajuda da investigadora.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 20/11/2018

Inquérito	500 a 511	Hora	10h às 13h
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	12
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Estas atividades são muito importantes, ajudam a passar o tempo enquanto aprendemos a mexer no computador” (t214)</p> <p>“Estas atividades fazem-me sentir útil” (t215)</p> <p>“O meu neto ajuda-me e ensina-me a trabalhar no tablet, eu não percebo até parece que nascem ensinados” (t215)</p> <p>“Não é só o que aprendemos que é importante, mas a convivência e as amizades que fazemos” (t216)</p> <p>“Quando trabalhamos pensamos na reforma, agora na reforma pensamos na morte” (t217)</p> <p>“Tantas folhas, isto são muitas!” (t218)</p> <p>“Eu não fico muito tempo em casa, sabe, “tenho medo de que ela me caia em cima” (t218)</p> <p>“É muito difícil responder a essa pergunta, eu ainda não estou reformada” (t219)</p> <p>“Não sei se respondi bem?” (t219)</p> <p>“Não acabei tudo, já estava cansado” (t220)</p> <p>“Tenho de refletir antes de preencher, por isso, demoro tanto” (t221)</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma direta com a ajuda da investigadora e da técnica de educação.</p>			

Inquérito	512 a 530	Hora	14h00 às 18h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	19
Condições acústicas			
Lugar calmo		Ruído moderado	X Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Foi fácil a minha entrada na reforma, já estava cansada, na altura era muito fácil ir para a reforma, era só entregar os papéis à Segurança Social e não precisava de Junta Médica. Estava desempregada, no fim preenchi os papéis e tive logo a reforma” (t222)</p> <p>“Sabe como passei bem para a reforma, passei a trabalhar na Igreja, a limpar e assear os altares e a fazer a limpeza na casa do Sr. Padre, passava assim os dias entretida com isto” (t223)</p> <p>“As pessoas vão “murchando” com a idade, agora estamos bem e com a idade piora” (t224)</p> <p>“Entrar na reforma é entrar num ciclo diferente, outra forma de viver” (t224)</p> <p>“A nossa saúde está uma miséria, quando se precisa de marcar uma consulta demora muito tempo, uma pessoa ainda morre sem ter a consulta” (t225)</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma direta com a ajuda da investigadora de duas técnicas da instituição.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 21/11/2018

Inquérito	531 a 542	Hora	9h45 às 12h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado		Número de elementos inquiridos			12
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Foi muito difícil encerrar a reforma, fui muito abaixo psicologicamente, tive um grande apoio da parte da minha família e amigos” (t226)</p> <p>“Chegamos a uma certa idade o que queremos é descanso, as reformas é que são baixas” (t227)</p> <p>“Eu se não fosse tão penalizado já tinha pedido a reforma, isto de ter de descontar 40 anos para não ser penalizado e alguns senhores terem direito sem nunca terem descontado está muito mal” (t228)</p> <p>“As condições de vida são outras, os novos estão mal-habitados e, se formos a ver só faz greve quem menos trabalha e quem mais ganha” (t229)</p> <p>(Muitos dos inquiridos precisaram de indicações de preenchimento porque pensavam que tinham de responder a todas as situações profissionais, 2 deles estiveram a rever e corrigir o inquérito)</p>					

Inquérito	543 a 549	Hora	14h às 20h30
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	X
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Estive muitos anos emigrados e acho que os idosos em França são mais felizes e têm menos problemas financeiros e de saúde” (t230)</p> <p>“Eu fiz uma vez greve em toda a minha vida, mas fez-me tanta falta aquele dinheirinho, nunca mais fiz greve” (t231)</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma indireta.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 22/11/2018

Inquérito	550 a 556	Hora	10h às 12h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade X
Isolado		Número de elementos inquiridos	7
Condições acústicas			
Lugar calmo		Ruído moderado	X Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Nunca pensei saber o que sei hoje, ir à Internet, falar com os meus filhos pelo computador” (t232)</p> <p>“Isto é uma terapia, este convívio” (t233)</p> <p>“Na passagem para a reforma senti grande alteração ao nível do dinheiro, fiquei a ganhar menos” (t234)</p> <p>“Depois da reforma fiquei com mais stress devido aos problemas da vida, a doença do meu marido, a falta de dinheiro, é muito complicado gerir isto e é que depois não temos ajudas nenhuma, só em transporte para as consultas e medicamentos vai-se o dinheiro todo” (t235)</p> <p>“Participo nas atividades porque quero ocupar a minha cabeça, porque esqueço-me muito” (t235)</p> <p>“Costumo a dizer “antes quero ser mandada do que mandar”, para mim não é importante mandar ou gerir as coisas” (t236)</p> <p>“Estou satisfeita com a vida, este mundo é tão lindo!” (t237)</p> <p>“Apesar dos problemas que remédio tem a gente” (t238) – referente questão satisfação com a vida antes, durante e após a transição).</p> <p>“Só tenho pena de prender agora uma coisa e logo já me esquecer” (t238)</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma direta com a ajuda da investigadora e a técnica da instituição.</p>			

Inquérito	557 a 561	Hora	13h30 às 15h25
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X
		Consentimento informado	X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Não planeei nada, não tive tempo de pensar, apareceu a doença e fiquei reformado” (t239)</p> <p>“Quando vim do Ultramar já trouxe um stress do ca****(t240)</p> <p>“Passo mais tempo a ver televisão, é o que mais gosto” (t240)</p> <p>“O que interessa é a gente ter saúde e lutar por nós, lutar pela vida” (t241)</p> <p>Dois inquéritos foram de administração indireta, três preenchidos pelos próprios tiveram de ser recolhidos no final do dia.</p>			

Inquérito	562 a 584	Hora	15h30 às 19h
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	23
Condições acústicas			
Lugar calmo		Ruído moderado	X Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Gosto de vir (para as atividades) para me distrair” (t242)</p> <p>“Custa-me a memorizar, mas tenho um bom raciocínio” (t243)</p> <p>“Em casa ou está tudo limpo ou não paro” (t244)</p> <p>Os inquéritos foram administrados de forma direta com a ajuda da investigadora e pelas técnicas da instituição, três foram administrados de forma indireta pela investigadora.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 23/11/2018

Inquérito	585 a 633	Hora	9h45 às 12h15		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	X
Isolado		Número de elementos inquiridos			49
Condições acústicas					
Lugar calmo		Ruído moderado	X	Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Os trabalhadores do privado deviam de ter os mesmos direitos dos que os da função pública, deveriam poder aposentarem-se mais cedo sem penalizações e com pensões maiores e outros sistemas de ajuda na saúde” (t245)</p> <p>“Os que mais ganham são os que fazem breves os pequenos não podem fazê-lo” (t245)</p> <p>“Agora a vida é mais fácil, não existe tanta miséria, é preciso as pessoas agarrarem-se a trabalhar” (t246)</p> <p>“Os mais novos parecem terem medo de trabalhar e não aceitam qualquer trabalho, estão mal-habitados” (t246)</p> <p>“Descontei toda uma vida, para receber pouco mais dos que nunca trabalharam isso dói, não está certo, sem falar dos que vêm doutros países e recebem mais do que nós sem nunca descontarem um tostão” (t247)</p> <p>“Agora nada é como antigamente que tínhamos de fazer tudo à mão, agora há máquinas para tudo” (t248)</p> <p>“Tudo isto é importante, é preciso ter tempo e dinheiro” (t248) – referindo-se às atividades que valorizam mais ou menos no momento da condição sénior ou inatividade profissional</p> <p>“Enquanto puder trabalhar, trabalho, só vou ser reformado quando não puder mais trabalhar” (t249)</p> <p>“Foi difícil adaptar me à reforma estar sem poder fazer nada” (t250)</p>					

“Não sei como não me dão a reforma aos problemas de saúde que tenho” (t251)

Foram preenchidos 18 IQ no local no final de uma aula de ginástica, os participantes levaram 36 IQ e na semana seguinte foram recolhidos 21.

Inquérito	634 a 679	Hora	14h às 18h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	46
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Não somos reformados somos aposentados” (t252)</p> <p>“Quando trabalhamos fazemos muitos planos para quando nos reformar, depois de reformados nem temos saúde nem dinheiro, os planos vão todos por “água abaixo” (t253).</p> <p>“Há muitas atividades que gostava de fazer, mas muitas delas são pagas e o dinheiro não estica” (t254).</p> <p>“Eu só me entretenho aqui a jogar às cartas e a dizer umas “asneiras”, senão estou em casa sentado no sofá a ver televisão” (t255)</p> <p>“Já não tenho idade para estudar, quando era novo não pude porque tinha de ir trabalhar, agora de velho não estou para me chatear” (t255)</p> <p>Venho para cá todos os dias, encontro-me com os amigos e jogo às cartas, têm outras atividades, só se for algum espetáculo é que venho senão é só para jogar as cartas” (t256)</p> <p>18 IQ foram administrados online em duas aulas de TIC, 15 foram distribuídos e preenchidos pelos vários grupos, os restantes foram levantados na semana seguinte.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 25/11/2018

Inquérito	680 a 685	Hora	10h00 às 13h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Não estou a ver o significado dessa pergunta” (t257) – relativa a atividades sociocomunitárias.</p> <p>“Eu quando ficar na reforma não sei o que fazer, não me dou parado, tenho de arranjar trabalho, nem que faça como quando estive desempregado vim para cá como voluntário e agora trabalho cá” (t257)</p> <p>“Sou uma pessoa dinâmica e tenho de arranjar sempre o que fazer, não me deixo ir abaixo, por exemplo, estava desempregado, neste momento trabalho na Junta a recibos verdes, se fosse outro não se sujeitava” (t257)</p> <p>“Na reforma ir de férias quatro vezes ao ano era um desejo meu, falta é condições” (t258)</p> <p>“Nós cá não temos atividades para os idosos, só a hidroginástica” (t258)</p> <p>“Greves só depois do 25 de Abril e nos primeiros anos, o dinheiro fazia falta, não se podia fazer sempre breve” (t259)</p> <p>“Estamos mal para pertencer a um país europeu estamos muito abaixo dos outros países, por exemplo, em Espanha o salário mínimo é muito mais alto, quem pagar uma renda, para onde vai o dinheiro? para a renda, a água e luz” (t260)</p>					

“Há famílias que têm vergonha de pedir ajuda, têm vergonha de dar a cara, vivem da ajuda da família e amigos e outras que têm dinheiro e vão buscar comida e às vezes até a votam fora, o Estado deveria controlar isto” (t260)

“Durante a reforma terei na mesma de trabalhar porque a minha reforma vai ser muito baixa, perto dos 300 euros” (t260)

“Quando for para a reforma nem vou acreditar” (t261)

“70% dos jovens não vão ser “Homens nenhuns”, eles não trabalham e os que trabalham ao fim de pouco tempo não querem ir mais trabalhar, daqui a uns anos vamos ter um problema grave, eles não se agarram a trabalhar e agora com os estudos até aos 18 anos ainda pior” (t262)

“Não há vergonha nenhuma dizer que ajudo a fazer o trabalho em casa, agora os homens devem ajudar as mulheres, isso de não ajudar era dantes” (t262)

Três de administração direta e três de forma indireta.

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 26/11/2018

Inquérito	686 a 712	Hora	9h45 às 13h
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade X
Isolado		Número de elementos inquiridos	26
Condições acústicas			
Lugar calmo		Ruído moderado	X Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Não, porque penso que não existe” (t263) – relativo a questão sobre a participação em programas de apoio à transição.</p> <p>“Não tenho tempo de participar em nada, mas que atividades são essas?” (t264) – relativo à participação em atividades sociocomunitárias.</p> <p>“Não conto reformar-me do trabalho, só no papel” (t264)</p> <p>“Eu quando fui para a reforma entrei em depressão, não conseguia passar em frente à fábrica, o que me safou foi um amigo que começou a chamar-me para sair de casa, comecei a ir ao café com ele e depois participar em algumas atividades, foi o que me safou, as atividades que frequento foi o que me ajudaram a sair da depressão” (t265)</p> <p>“Quando me tiraram dinheiro da reforma foi como quem me “arrancasse os dentes”, não se faz, trabalhei tanto e aturei tanto para ter uma reforma maiorzinha e depois [...] tira-nos o dinheiro, porque não descontaram aos deputados que ganham muito, não, foi a quem toda a vida fez alguma coisa pelo país, isto é uma injustiça” (t 266)</p> <p>“Preciso de sair todos os dias, não consigo ficar em casa, estar em casa põe-me doido” (t266)</p> <p>No final das aulas de ginástica foram preenchidos 18 IQ, alguns elementos levaram questionários para o marido responder, na aula seguinte foram entregues 8.</p>			

Inquérito	713 a 714	Hora	13h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		Casualidade	X
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X
		Consentimento informado	X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	
		Muito ruído	
Observações/Relatos:			
Foram entregues dois inquéritos a dois funcionários de uma empresa que foram recolhidos da parte de tarde.			

Inquérito	715 a 720	Hora	14h às 20h30
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Olhe eu agora com esta idade ir estudar, já não tenho cabeça, o que quero é descanso” (t268)</p> <p>“Sempre quis aprender a mexer com o computador, para falar com os meus filhos que estão no estrangeiro” (t269)</p> <p>“Eu sem a minha televisão, já não sou ninguém” (t270)</p> <p>Administração indireta.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 27/11/2018

Inquérito	721 a 744	Hora	10h45 às 12h15		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado		Número de elementos inquiridos			23
Condições acústicas					
Lugar calmo		Ruído moderado	X	Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Quando fui para o fundo de desemprego foi complicado, não estava habituado a ficar em casa, custou-me muito adaptar-me a estar em casa” (t271).</p> <p>“Andei doente quando fiquei no desemprego, senti-me doente sem saber o que fazer, fui muito abaixo, foi difícil encerrar essa situação” (t272)</p> <p>“Desconta-se tanto, custa-me um bocadinho pagar o IRS, afinal foi do meu trabalho, e a reforma não assim nenhuma fortuna” (t273)</p> <p>“A reforma que recebo de França é que compõe 1 bocadinho senão ganhava 1 miséria”</p> <p>“Hoje os idosos ainda têm de ajudar os filhos financeiramente” (t274).</p> <p>“Com a idade começam a aparecer os problemas de saúde” (t275)</p> <p>16 IQ foram administrados no final da aula de ginástica, 7 foram entregues na semana seguinte.</p>					

Inquérito	745 a 771	Hora	14h às 18h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado		Número de elementos inquiridos	26
Condições acústicas			
Lugar calmo		Ruído moderado	X Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“A fabrica fechou numa boa hora para ir para a reforma” (t276)</p> <p>“Se a gente não aperta o cinto ele [dinheiro] vai todo e nós ficamos sem nada” (t276)</p> <p>“Acho que agora há muitos idosos e a vida é tão cara que os novos não podem viver a vida como deve ser” (t277)</p> <p>“Foi bom vir para a reforma, já estava cansado de trabalhar” (t278)</p> <p>“Custou-me um bocadinho enfrentar a reforma, mas depois correu bem” (t279)</p> <p>“Agora passeio mais” (t279)</p> <p>“Às vezes dizem uma coisa e depois fazem outra” (t279) relativo à questão se as instituições cuidam dos interesses dos seniores.</p> <p>“Foi difícil adaptar-me á reforma, estar sem fazer nada” (t280)</p> <p>Dois inquéritos foram preenchidos de forma indireta os restantes a investigadora contou com a ajuda das três técnicas da instituição.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 28/11/2018

Inquérito	772 a 774	Hora	9h00 às 12h		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua		
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros		X	Casualidade		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
“Nunca pensei no tempo de adaptar à reforma, agora fez-me pensar” (t281)					
“Não sei porque não me dão a reforma aos problemas de saúde que tenho, é uma miséria este país” (t282)					
Administração indireta.					

Inquérito	775 a 777	Hora	12h às 13h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		Casualidade	X
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade		Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
Foram entregues três IQ por questionários a colaboradores de uma empresa que foram levantados no final do dia.			

Inquérito	778 a 782	Hora	14h às 18h30
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua X
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Depois de ir para a reforma gostava de aprender a mexer com o computador” (t283)</p> <p>“Se pudesse já gostava de estar reformado, só que as leis estão sempre a mudar e se for agora sou penalizado, a reforma já não vai ser muita se tiver penalizações recebo uma “côdea” (t283)</p> <p>“Era bem preciso as pessoas reformarem-se mais cedo quando nos reformamos estamos quase a caminho da cova” (T284)</p> <p>Administrados de forma indireta pela investigadora.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 29/11/2018

Inquérito	783 a 804	Hora	9h15 às 12h		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo		Ruído moderado	X	Muito ruído	
Observações/Relatos:					
<p>“Estive 5 anos a cuidar dos meus sogros, foi muito difícil, eram muitos filhos e ninguém se chegou, tinha de estar 24 sobre 24, sem receber nada” (t285)</p> <p>“Nestes meios pequenos tentamos ajudar uns aos outros” (t285)</p> <p>“Antigamente não tínhamos informação, as nossas mães não nos abriam os olhos, achavam que era pecado [falar sobre assuntos pessoais e íntimos], havia pouca informação até por parte da família, aprendemos por nós próprias” (t286)</p> <p>“Dantes logo de pequenas as meninas iam para as casas servir e não iam para a escola, cresceram muito mal informadas” (t286)</p> <p>“Aqui quem tem carro é que são procurados para ajudar, para levar as pessoas ao hospital, são os pombos correios” (t287)</p> <p>“Eu digo muitas vezes que não sei falar porque sou do campo, mas as pessoas dizem que não sei falar muito bem, mas tenho muita experiência, é verdade não sei falar [comparando com os srs engenheiros e médicos] mas sei me mexer tento informar-me sobre as coisas que preciso” (t287) – relativo ao capital cultural</p> <p>“O [negócio] acaba por ser uma família, há clientes que só nos vê a nós, fazemos mais do que a família” (t287)</p>					

“Nós não temos informação, mas não somos burros!” (t288)

“Agora as pessoas não falam, não conversam é só telemóveis até à mesa” (t289)

“Nós mais novos vemos as coisas de outra forma, não é só no trabalho que aprendemos, há 30 anos tínhamos outra forma de pensar” (t290)

“Ninguém pode estar a contar com os filhos nem com terceiros, toda a gente tem a vida ocupada com o trabalho” (t291)

“Hoje temos de poupar 2 tostões para se quisermos ir para um lar, nenhum filho está para olhar pelos pais, temos de ser humildes e poupar muito dinheiro” (t291)

Os inquéritos foram aplicados no final de uma aula de ginástica, no final os participantes dispuseram-se a preencher os inquéritos.

Inquérito	805 a 818	Hora	14h15 às 19h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Os idosos têm necessidade de desabafar, de falar” (t292)</p> <p>“Fico todo o dia a ver televisão” (t293)</p> <p>“Gosto muito de estar só” (t293)</p> <p>Administração direta, com exceção de quatro. Uma técnica a acompanhar.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 30/11/2018

Inquérito	819 a 824	Hora	10h às 12h
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua X
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	X
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Eu já não tenho bem a certeza, mas acho que foi para a reforma com 65 anos, que era a lei na altura” (t294)</p> <p>“Eu trabalhava como muita gente a jornaleiro e os patrões não faziam descontos e agora temos reformas que não chegam para a farmácia, eu “graças a Deus” não morro à fome porque cultivo umas coisinhas e ainda vendo alguma coisa para uns senhores Doutores que vêm cá, mas não dá para juntar se ficar doente sem poder trabalhar não sei como vou fazer, os filhos trabalham e estão longe e também tenho vergonha de lhes pedir” (t295)</p> <p>“Eu gostava de ir de férias, sabe nunca fui e agora de velho não tenho dinheiro para ir, às vezes os meus filhos dizem-me para ir com eles, mas não vou, tenho o gado para tratar” (t296)</p> <p>“Eu não tenho vizinhos muito perto, às vezes passam-se dias sem ver ninguém” (t297)</p> <p>“O desporto que faço é o trabalho no campo e passear é levar o gado ao pasto ali acima” (t297)</p> <p>“Eu agora só peço que “Deus” me leve, depois de morrer a minha mulher fiquei só, era a minha companhia” (t297)</p> <p>Administração indireta preenchida pela investigadora.</p>			

Inquérito	825 a 828	Hora	14h às 18h
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua X
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros	X	Casualidade	X
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“Dantes não tínhamos informação nenhuma comparado com a vida de hoje” (t298)</p> <p>“Tomei conta dos meus pais e sogros, foi muito desgastante, mas agora se precisar não tenho quem tome conta de mim” (t299)</p> <p>“As pessoas vivem muito para si, cada um olha por si” (t299)</p> <p>“O que nos vai safando é o gado e as hortaliças que vendemos” (t300)</p> <p>“Passar fome graças a Deus não passamos porque temos o nosso campo, mas temos de vender o que produzimos e ainda uns animais” (t300)</p> <p>Administração indireta efetuada pela investigadora.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 03/12/2018

Inquérito	829 a 831	Hora	9.30h às 12.30h
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
<p>“as reformas, é importante acabar com reformas baixas para poderem viver com dignidade, com mais saúde e alegria” (t 301)</p> <p>“Nós estamos longe de tudo, aqui não há nada, até pessoas somos poucas, os filhos saíram de cá porque aqui não há futuro” (t302)</p> <p>“Para se conseguir alguma coisa temos de trabalhar, fazer alguns biscates” (t303)</p> <p>Administração indireta.</p>			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 03/12/2018

Inquérito	1200 a 1202	Hora	15h às 17.30h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
Aplicado por uma animadora social e uma professora					

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 04/12/2018

Inquérito	1300 a 1303	Hora	10h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos: Aplicado uma técnica de educação e uma psicóloga.					

Inquérito	1400 a 1403	Hora	11 h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	X
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
Aplicado pela técnica social da instituição.					

Inquérito	1600 a 1600	Hora	14h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
Aplicado pela psicóloga da instituição.					

Inquérito	1700 a 1705	Hora	16 h
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		X	Casualidade
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
Aplicado por uma Assistente social e uma técnica de animação social.			

Inquérito	1800 a 1806	Hora	17h 30		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			Casualidade		
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
Aplicado por Assistente social e técnica de animação social.					

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 05/12/2018

Inquérito	2100 a 2105	Hora	10h		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa		Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado		Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo		Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
Preenchidos pelos próprios – grupo informal de hidroginástica					

Inquérito	2200 a 2209	Hora	11h		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa		Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
Preenchidos pelos próprios – grupo de ginástica					

Inquérito	2300 a 2302	Hora	14h30		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa		Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
Preenchidos pelos próprios – grupo de hidroginástica					

Inquérito	2400 a 2401	Hora	15h30
Local de administração			
Casa particular	X	Instituição ou empresa	Rua X
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		Casualidade	X
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
Preenchidos pelos próprios – grupo jogadores de cartas			

Inquérito	2500 a 2512	Hora	16h30
Local de administração			
Casa particular		Instituição ou empresa	X Rua
Condição de identificação dos inquiridos			
Indicados por terceiros		Casualidade	X
Garantia ética e deontológica			
Anonimato	X	Confidencialidade	X Consentimento informado X
Situação de Privacidade			
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X Sem privacidade
Isolado	X	Número de elementos inquiridos	
Condições acústicas			
Lugar calmo	X	Ruído moderado	Muito ruído
Observações/Relatos:			
Preenchidos pelos próprios – grupo jogadores de cartas			

TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Condições/situação de administração

Data 06/12/2018

Inquérito	2600 a 2602	Hora	10h		
Local de administração					
Casa particular		Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado		Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo		Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos: Preenchidos pelos próprios – funcionários de IPSS					

Inquérito	2700 a 2713	Hora	11.30 h		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
Preenchidos pelos próprios – grupo de ginástica e de encontros intergeracionais.					

Inquérito	1900 a 1908	Hora	14h30		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa	X	Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento	X	Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
Preenchidos pelos próprios – grupo de hidroginástica					

Inquérito	(81)	Hora	14h30		
Local de administração					
Casa particular	X	Instituição ou empresa		Rua	
Condição de identificação dos inquiridos					
Indicados por terceiros			X	Casualidade	
Garantia ética e deontológica					
Anonimato	X	Confidencialidade	X	Consentimento informado	X
Situação de Privacidade					
Com privacidade	X	Acompanhado com Consentimento		Sem privacidade	
Isolado	X	Número de elementos inquiridos			
Condições acústicas					
Lugar calmo	X	Ruído moderado		Muito ruído	
Observações/Relatos:					
Preenchidos on-line.					

APÊNDICE 3 – CONSENTIMENTO INFORMADO – QUESTIONÁRIOS

Consentimento informado

“TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÊNIOR”

Este inquérito realiza-se no âmbito da tese de doutoramento em Ciências da Educação na área de especialização Sociologia da educação e política educativa desenvolvido por Sílvia Cristiana Ribeiro Nunes, intitulado “Perspetivas e experiências da transição para a inatividade laboral e condição sénior: dimensões socioeducativas”.

Este projeto de investigação tem como objeto de estudo as experiências e perspetivas dos indivíduos sobre a transição para a inatividade profissional/reforma e a condição sénior.

Solicitamos a participação neste estudo. A sua participação é voluntária estando garantido o anonimato e a confidencialidade das respostas dadas, sendo que os dados recolhidos serão tratados exclusivamente para fins da investigação.

Pedimos que responda de forma sincera e honesta as nossas questões, não existem questões certas ou erradas, apenas pretendemos conhecer a sua opinião sobre os temas tratados, a sua participação é fundamental para o nosso estudo.

Informamos que poderá interromper ou cancelar a sua participação a qualquer momento.

Muito obrigada por colaborar voluntariamente neste estudo.

Assinatura _____

Data _____

APÊNDICE 4 – CONSENTIMENTO INFORMADO PARA ESTUDO POSTERIOR



TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR

Disponibilidade para participar numa fase posterior do estudo para aprofundar alguns dos assuntos focados neste questionário.

Nome _____

Morada

Contacto _____

Data ____/____/____



APÊNDICE 5 - GUIÃO GERAL DE ENTREVISTA

Trajetos de vida

Caracterização sociodemográfica

- Idade
- Sexo
- Estado civil
- Habilitações literárias
- Percurso escolar
- Classe social

Agregado familiar e redes sociais

- Cultura familiar
- Relações sociais e comunitárias

Contexto habitacional

- Local de residência(s)
- Contexto de residência
- Satisfação com o local e condições habitacionais

Situação profissional

- Situação de atividade
- Trajetória passada: situação profissional, profissão, idade de início do tempo de trabalho
- Satisfação com a(s) profissão (ões)
- Significado atribuído ao trabalho (integração social e participação social)

Condição Sénior

- Significado atribuído
- Experiência vivenciada
- Imagem social: representações subjetivas e objetivas
- Dimensões socioeducativas presentes
- Participação na sociedade

- Estado de saúde, qualidade de vida e satisfação

Envelhecimento Ativo

- Significado atribuído
- Experiência vivenciada
- Perspetiva futura
- Dimensões socioeducativas presentes

Transição para a inatividade laboral

- Entrada para a inatividade laboral: idade de entrada, razão, tipo de preparação, tempo de transição, processo (flexível, gradual, abrupto)
- Vivências e/ou expectativas: percepção, fatores que influenciaram, mudanças ocorridas, preocupações sentidas, reações sentidas ou esperáveis, apoio recebido
- Impacto individual e social e estratégias adotadas
- Principais características
- Significado atribuído
- Dimensões socioeducativas presentes: atividades desenvolvidas: tipo, ocupação tempo
- Perspetiva futura

Dinâmicas socioeducativas e atividades de Educação e Formação

- Participação em atividades: tipo, nível de satisfação, significado atribuído, motivos, expectativas
- Fatores que facilitam e condicionam a participação

Políticas públicas

- Políticas sociais/educativas para terceira idade
- Respostas de proximidade encontradas: instituições de apoio, medidas e programas existentes
- Participação social

Vida Social

Práticas sociais

- Recordações da sua infância e juventude
- Vida familiar (relacionamento com pais, irmãos, etc.).
- Núcleo familiar (escolaridade e profissão do cônjuge, tipo de relacionamento)
- Filhos (tipo de relacionamento, atividades)
- Rede familiar (alterações com a entrada para a reforma)
- Práticas de sociabilidades (tipo de relações, atividades, frequência de encontro, alterações com a entrada para a reforma)

Práticas culturais e lazer

- Práticas culturais e de lazer
- Participação em atividades socioeducativas (tipo, significado e importância)

Trajatória acadêmica e socioprofissional

- Habilitações (percurso escolar, frequência de cursos de formação)
- Percurso profissional (sentimentos, momentos significativos, experiências)

Transição para a inatividade

- Preparação
- Significados
- Experiências
- Sentimentos
- Estratégias adotadas
- Ocupação do dia-a-dia

Representações sociais sobre trabalho

- Significados sobre trabalho
- Importância atribuída

Representações sociais sobre a inatividade laboral

- Significados sobre a inatividade laboral
- Sentimentos
- Experiências e expectativas
- Impacto
- Estratégias
- Relações pessoais e institucionais

Representações sociais sobre o envelhecimento

- Significados sobre o envelhecimento
- Relações sociais
- Experiências e expectativas

APÊNDICE 6 – ANÁLISE TEMÁTICA - MATRIZ DE ENTREVISTA

Análise temática das entrevistas – Matriz

Entrevistado:

Local:

Duração entrevistas:

Categoria Temática	Subcategoria	Inferência	Unidade de registros/excertos
Caracterização sociodemográfica	Idade Sexo Estado civil Classe social		
Contexto familiar e redes sociais	Agregado familiar Cultura familiar Relações sociais e comunitárias		
Contexto habitacional	Local de residência(s) Contexto de residência Satisfação com as condições habitacionais Satisfação com o local, serviços e segurança		
Trajetória acadêmica	Habilitações literárias Percurso escolar Frequência de cursos de formação		
Trajetória socioprofissional	Situação de atividade profissional Trajetória passada: profissão, idade		

	<p>de início do tempo de trabalho</p> <p>Significado atribuído ao trabalho</p> <p>Importância atribuída</p> <p>Satisfação com a(s) profissão (ões)</p> <p>Sentimentos, momentos significativos e experiências</p>		
Condição Sênior	<p>Significado atribuído</p> <p>Experiência vivenciada</p> <p>Imagem social: representações subjetivas e objetivas</p> <p>Dimensões socioeducativas presentes</p> <p>Participação na sociedade</p> <p>Estado de saúde, qualidade de vida e satisfação</p>		
Envelhecimento	<p>Significados sobre o envelhecimento</p> <p>Relações sociais</p> <p>Experiências e expectativas</p>		
Envelhecimento Ativo	<p>Significado atribuído</p>		

	<p>Importância do envelhecimento ativo</p> <p>Experiência vivenciada</p> <p>Perspetiva futura</p> <p>Dimensões socioeducativas presentes</p>		
Transição para a inatividade laboral	<p>Significado atribuído</p> <p>Entrada para a inatividade laboral: idade de entrada, razão, tipo de preparação, tempo de transição, processo (flexível, gradual, abrupto)</p> <p>Vivências e/ou expectativas: percepção, fatores que influenciaram, mudanças ocorridas, preocupações sentidas, reações sentidas ou esperáveis, apoio recebido</p> <p>Sentimentos</p> <p>Principais características</p> <p>Impacto individual e social</p> <p>Estratégias adotadas</p> <p>Ocupação do dia-a-dia</p>		

	<p>Relações pessoais e institucionais</p> <p>Dimensões socioeducativas presentes:</p> <p>atividades desenvolvidas:</p> <p>tipo, ocupação tempo</p> <p>Perspetivas futuras</p>		
Dinâmicas socioeducativas / Atividades de educação e formação	<p>Participação em dinâmicas e atividades: tipo, nível de satisfação, significado atribuído, motivos, expetativas</p> <p>Fatores que facilitam e condicionam a participação</p>		
Políticas públicas	<p>Políticas sociais/educativas para a transição</p> <p>Políticas sociais/educativas para terceira idade</p> <p>Respostas de proximidade encontradas: instituições de apoio, medidas e programas existentes</p> <p>Participação social</p>		
Práticas sociais	<p>Recordações da sua infância e juventude</p> <p>Vida familiar (relacionamento com pais, irmãos, etc.).</p>		

	<p>Núcleo familiar (escolaridade e profissão do cônjuge, tipo de relacionamento)</p> <p>Filhos (tipo de relacionamento, atividades)</p> <p>Rede familiar (alterações com a entrada para a reforma)</p> <p>Práticas de sociabilidades (tipo de relações, atividades, frequência de encontro, alterações com a entrada para a reforma)</p>		
Práticas culturais e lazer	<p>Práticas culturais e de lazer</p> <p>Participação em atividades socioeducativas (tipo, significado e importância)</p>		

APÊNDICE 7 – CONSENTIMENTO INFORMADO – ENTREVISTAS

Consentimento informado

“TRANSIÇÃO PARA A INATIVIDADE PROFISSIONAL/REFORMA E CONDIÇÃO SÉNIOR”

Esta entrevista realiza-se no âmbito da tese de doutoramento em Ciências da Educação na área de especialização Sociologia da educação e política educativa desenvolvido por Sílvia Cristiana Ribeiro Nunes, intitulado “Perspetivas e experiências da transição para a inatividade laboral e condição sénior: dimensões socioeducativas”.

Este projeto de investigação tem como objeto de estudo as experiências e perspetivas dos indivíduos sobre a transição para a inatividade profissional/reforma e a condição sénior.

Solicitamos a participação neste estudo. A sua participação é voluntária estando garantido a confidencialidade e o sigilo das respostas dadas, sendo que os dados recolhidos serão tratados exclusivamente para fins do estudo.

Pedimos que responda de forma sincera e honesta as nossas questões, não existem questões certas ou erradas, apenas pretendemos conhecer a sua opinião sobre os temas tratados, a sua participação é fundamental para a nossa pesquisa.

Informamos que poderá interromper ou cancelar a sua participação a qualquer momento.

Muito obrigada por colaborar voluntariamente neste estudo.

Assinatura _____

Data _____

APÊNDICE 8 - TABELAS SUPLEMENTARES DA ANÁLISE DOS DADOS QUANTITATIVOS

Tabela I

Relação das distribuições das habilitações académicas em função da idade e género

Sexo	Habilitações académicas			Idade				Total	
				< 60 anos	61 aos 65 anos	66 aos 69	> 69		
Feminino	Habilitações académicas	Não sabe	n	0	0	3	29	32	
		ler/escrever	% do Total	0.0	0.0	0.6	5.4	6.0	
		Sabe ler e escrever sem frequentar escola	n	0	1	0	0	1	
			% do Total	0.0	0.2	0.0	0.0	0.2	
		1º ciclo não concluído	n	3	3	15	45	66	
			% do Total	0.6	0.6	2.8	8.4	12.3	
		1º ciclo (4º ano)	n	50	93	96	33	272	
			% do Total	9.3	17.3	17.9	6.1	50.7	
		2º ciclo (6º ano)	n	42	23	9	2	76	
			% do Total	7.8	4.3	1.7	0.4	14.2	
		3º ciclo (9º ano)	n	26	13	7	2	48	
			% do Total	4.8	2.4	1.3	0.4	8.9	
		Secundário (12º ano)	n	10	0	3	0	13	
			% do Total	1.9	0.0	0.6	0.0	2.4	
		Bacharelato	n	5	0	1	0	6	
			% do Total	0.9	0.0	0.2	0.0	1.1	
		Licenciatura	n	15	3	2	0	20	
			% do Total	2.8	0.6	0.4	0.0	3.7	
		Mestrado	n	3	0	0	0	3	
			% do Total	0.6	0.0	0.0	0.0	0.6	
Total		n	154	136	136	111	537		
		% do Total	28.7	25.3	25.3	20.7	100.0		
Masculino	Habilitações académicas	Não sabe	n	1	0	1	19	21	
		ler/escrever	% do Total	0.2	0.0	0.2	4.1	4.6	
		1º ciclo não concluído	N	4	2	11	62	79	
			% do Total	0.9	0.4	2.4	13.4	17.1	
		1º ciclo (4º ano)	n	26	43	95	40	204	
			% do Total	5.6	9.3	20.6	8.7	44.3	
		2º ciclo (6º ano)	n	26	20	27	1	74	
			% do Total	5.6	4.3	5.9	0.2	16.1	
		3º ciclo (9º ano)	n	14	12	12	2	40	
			% do Total	3.0	2.6	2.6	0.4	8.7	
		Secundário (12º ano)	n	6	2	6	0	14	
			% do Total	1.3	0.4	1.3	0.0	3.0	
		Bacharelato	n	2	2	0	1	5	
			% do Total	0.4	0.4	0.0	0.2	1.1	
		Licenciatura	n	15	4	1	0	20	
			% do Total	3.3	0.9	0.2	0.0	4.3	
		Mestrado	n	3	0	1	0	4	
			% do Total	0.7	0.0	0.2	0.0	0.9	
		Total		n	97	85	154	125	461
				% do Total	21	18.4	33.4	27.1	100.0

Tabela II*Distribuição do estado civil dos inquiridos*

	<i>N</i>	<i>%</i>
Solteiro(a)	45	4,5
Casado(a)	793	79,1
Divorciado(a)/separado(a)	36	3,6
Viúvo(a)	129	12,9
Total	1003	100,0

Tabela III*Nº pessoas que compõe o agregado familiar*

	<i>n</i>	<i>%</i>
1	129	13.2
2	641	65.7
3 ou mais	206	21.1
Total	976	100.0
Média	2.22	

Tabela IV*Composição agregado familiar*

Coabitação		Sexo	
		Feminino	Masculino
Cônjuge	n	378	394
	%	70.3	84.5
Filhos	n	121	91
	%	22.5	19.5
Outros familiares	n	47	42
	%	8.7	9.0
Não familiares	n	1	0
	%	0.2	0

Tabela V*Distribuição da classe social dos inquiridos*

	<i>n</i>	<i>%</i>
Classe alta	1	.1
Classe baixa	114	11.6
Classe média	344	35.1
Classe média alta	8	.8
Classe média baixa	437	44.6
Não sabe	76	7.8
Total	980	100.0

Tabela VI*Remuneração auferida pelo próprio segundo coabitação*

		Vive só		Total
		Sim	Não	
Nenhum	n	0	42	42
	%	0	7.3	6.3
Até 200 €	n	6	28	34
	%	6.7	4.9	5.1
201-580€	n	60	351	411
	%	67.4	61.0	61.9
581-700	n	12	89	101
	%	13.5	15.5	15.2
701-1000 €	n	10	37	47
	%	11.2	6.4	7.1
1001-1500 €	n	0	21	21
	%	0.0	3.7	3.2
1501-1800 €	n	1	3	4
	%	1.1	0.5	0.6
1801-2000 €	n	0	0	0
	%	0.0	0.0	0.0
Superior a 2000 €	n	0	4	4
	%	0.0	0.7	0.6
Total	n	89	575	664
	%	100.0	100.0	100.0

Tabela VII*Remuneração auferida pelo casal segundo coabitação*

		Vive só		Total
		Sim	Não	
Nenhum	n	0	2	2
	%	0.0	0.4	0.4
Até 200 €	n	6	3	9
	%	9.8	0.6	1.6
201-580€	n	45	48	93
	%	73.8	9.6	16.5
581-700	n	5	80	85
	%	8.2	15.9	15.1
701-1000 €	n	5	167	172
	%	8.2	33.3	30.6
1001-1500 €	n	0	154	154
	%	0.0	30.7	27.4
1501-1800 €	n	0	18	18
	%	0.0	3.6	3.2
1801-2000 €	n	0	12	12
	%	0.0	2.4	2.1
Superior a 2000 €	n	0	18	18
	%	0.0	3.6	3.2
Total	n	61	502	563
	%	100.0	100.0	100.0

Tabela VIII*Tabulação cruzada entre Habilitações académicas e a participação em atividades Socioeducativas*

Sexo	Participação atividades Educação Formação			Participação atividades sociocomunitárias				
		Não	Sim	Total	Não	Sim	Total	
Feminino	N/S ler e escrever	n	29	2	31	11	20	31
		% Total	5.4	0.4	5.8	2.1	3.8	5.8
	Até 1º ciclo	n	263	75	338	208	127	335
		% Total	49.2	14.0	63.2	39.2	23.9	63.1
	Do 2 ciclo ao secundário	n	97	39	136	85	50	135
		% Total	18.1	7.3	25.4	16.0	9.4	25.4
	Ensino Superior	n	10	19	29	18	11	29
		% Total	1.9	3.6	5.4	3.4	2.1	5.5
	Sabe ler e escrever sem grau	n	0	1	1	0	1	1
		% Total	0.0	0.2	0.2	0.0	0.2	0.2
	Total	N	n	136	535	322	209	531
		% do Total	% Total	25.4	100.0	60.6	39.4	100.0
Masculino	N/S ler e escrever	n	21	0	21	19	1	20
		% Total	4.6	0.0	4.6	4.2	0.2	4.4
	Até 1º ciclo	n	239	44	283	242	38	280
		% Total	51.8	9.5	61.4	53.0	8.3	61.3
	Do 2 ciclo ao secundário	n	92	36	128	102	26	128
		% Total	20.0	7.8	27.8	22.3	5.7	28.0
	Ensino Superior	n	14	15	29	25	4	29
		% Total	3.0	3.3	6.3	5.5	0.9	6.3
	Total	n	366	95	461	388	69	457
		% Total	79.4	20.6	100.0	84.9	15.1	100.0

Tabela IX*Coefficientes de correlação de Spearman entre participação em atividades socioeducativas e habilitações dos inquiridos por sexo*

Sexo	Atividades Educação Formação	Atividades sociocomunitárias	Habilitações académicas
Feminino	Atividades Educação Formação	1.000	.198*
	Atividades sociocomunitárias		1.000
	Habilitações académicas		
Masculino	Atividades Educação Formação	1.000	.340*
	Atividades sociocomunitárias		1,000
	Habilitações académicas		

** $p < .01$, 2 extremidades.

Tabela X*Participação em atividades socioeducativas por situação profissional*

			Situação profissional		
			Não reformados	Reformados	Total
Participação em atividades de Educação Formação	Não	n	273	484	757
		% Total	27.9	49.5	77.5
	Sim	n	75	145	220
		% Total	7.7	14.8	22.5
Total		n	348	629	977
		% Total	35.6	64.4	100.0
Participação em atividades Sociocomunitárias	Não	n	272	428	700
		% Total	28.0	44.1	72.1
	Sim	n	75	196	271
		% Total	7.7	20.2	27.9
Total		n	347	624	971
		% Total	35.7	64.3	100.0

Tabela XI*Tabulação cruzada Categoria profissional próprio * Participação atividades Educação Formação*

Categoria		n	Participação atividades Educação Formação			Participação atividades Sociocomunitárias		
			Não	Sim	Total	Não	Sim	Total
Dirigentes, diretores, gestores e empresários	n	17	5	22	22	3	22	
	% Total	2.2	2.1	2.2	2.2	1.1	2.2	
Esp. ativ. intelectuais científicas	n	17	34	51	51	11	51	
	% Total	2.2	14.5	5.1	5.2	3.9	5.2	
Técnicos prof. intermédias	n	22	8	30	30	4	30	
	% Total	2.9	3.4	3.0	3.0	1.4	3.0	
Pessoal administrativo	n	31	5	36	36	7	36	
	% Total	4.1	2.1	3.6	37	2.5	37	
Serviços pessoais, proteção, segurança e vendedores	n	131	32	163	160	52	160	
	% Total	17.2	13.7	16.4	16.2	18.6	16.2	
Agricultores e pecuária	n	43	2	45	43	3	43	
	% Total	5.7	0.9	4.5	4.4	1.1	4.4	
Indústria, construção e maquinaria	n	419	94	513	509	151	509	
	% Total	55.1	40.2	51.6	51.6	53.9	51.6	
Transportes e manobreadores obras	n	17	4	21	21	3	21	
	% Total	2.2	1.7	2.1	2.1	1.1	2.1	
Função pública	n	6	4	10	10	2	10	
	% Total	0.8	1.7	1.0	1.0	0.7	1.0	
Nunca trabalhou	n	1	0	1	1	1	1	
	% Total	0.1	0.0	0.1	0.1	0.4	0.1	
Total	N	n	234	994	706	280	986	
	% Total	% Total	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	

Tabela XII*Número de atividade(s) em que participa*

	%
1	62.05
2 ou mais	37.95

Tabela XIII

Participação em atividades socioeducativas por sexo, idade, estado civil, habilitações, situação profissional, dimensão do agregado, coabitação com o cônjuge, grau de satisfação familiar e grau de satisfação com os amigos

	Sim		Não		Total	
	n	%	n	%	n	%
Sexo						
$\chi^2(1) = 65.434; p < 0.001$						
Feminino	287	53.3	251	46.7	538	100.0
Masculino	131	28.1	335	71.9	466	100.0
Total	418	41.6	586	58.4	1004	100.0
Idade						
$\chi^2(3) = 8.930; p = 0.030$						
Até 60 anos	100	39.8	151	60.2	251	100.0
61 aos 65 anos	104	46.8	118	53.2	222	100.0
66 aos 69 anos	132	44.9	162	55.1	294	100.0
Mais 69 anos	82	34.6	155	65.4	237	100.0
Total	418	41.6	586	58.4	1004	100.0
Estado civil						
$\chi^2(3) = 4.527; p = 0.210$						
Solteiro(a)	22	48.9	23	51.1	45	100.0
Casado(a)	317	40.0	476	60.0	764	100.0
Viúvo(a)	62	48.1	67	51.9	129	100.0
Divorciado(a)/Separado(a)	17	47.2	19	52.8	36	100.0
Total	418	100.0	585	100.0	1003	100.0
Habilitações académicas						
$\chi^2(4) = 15.362; p = 0.004$						
Não sabe ler nem escrever	21	39.6	32	60.4	53	100.0
Até 1 ciclo	241	38.8	380	61.2	621	100.0
Do 2 ciclo ao secundário	113	42.6	152	57.4	265	100.0
Ensino superior	37	63.8	21	36.2	58	100.0
Sabe ler e escrever sem grau	1	100.0	0	0.0	1	100.0
Total	413	41.4	585	58.6	998	100.0
Situação profissional						
$\chi^2(1) = 4.568; p = 0.030$						
Não reformados	127	36.5	221	63.5	348	100.0
Reformados	276	43.7	355	56.3	631	100.0
Total	403	41.2	576	58.8	979	100.0
Dimensão do agregado						
$\chi^2(2) = 3.590; p = 0.166$						
1	62	15.7	67	11.6	129	13.2
2	255	64.4	386	66.6	641	65.7
3 ou mais	79	19.9	127	21.9	206	21.1
Total	396	100.0	235	100.0	593	100.0
Coabitação com o cônjuge						
$\chi^2(1) = 6.060; p = 0.014$						
Não	97	48.0	105	52.0	202	100.0
Sim	297	38.5	475	61.5	772	100.0
Total	394	40.5	580	59.5	974	100.0

Gau de satisfação familiar $\chi^2(2) = 3.006; p = 0.222$

Pouco satisfeito	8	61.5	5	38.5	13	100.0
Algumas vezes	25	44.6	31	55.4	56	100.0
Muito satisfeito	349	39.7	530	60.3	879	100.0
Total	382	40.3	566	59.7	948	100.0

Gau de satisfação com os amigos $\chi^2(2) = 4.517; p = 0.104$

Nunca	7	58.3	5	41.7	12	100.0
Algumas vezes	14	58.3	10	41.7	24	100.0
Sempre	367	40.6	538	59.4	905	100.0
Total	388	41.2	553	58.8	941	100.0

Remuneração auferida pelo inquirido $\chi^2(3) = 18.105; p > .001$

Até 200€	34	44.7	42	55.3	76	100.0
Entre 201 e 580€	174	42.3	237	57.7	411	100.0
Entre 581 e 700€	29	28.7	72	71.3	101	100.0
>700€	46	60.5	30	39.5	76	100.0
Total	283	42.6	381	57.9	664	100.0

Remuneração auferida pelo casal $\chi^2(3) = 22.432; p > .001$

Até 700€	79	41.8	110	58.2	189	100.0
701 - 1000€	75	43.6	97	56.4	172	100.0
1001 - 1500€	45	29.2	109	70.8	154	100.0
>1500€	32	66.7	16	33.3	48	100.0
Total	231	41.0	332	59.0	563	100.0

Tabela XIV*Indicadores sociais para o envelhecimento ativo do conhecimento dos inquiridos*

	n	%
Conhece medidas sociais direcionadas para os seniores	260	35.2
Existe informação de Políticas públicas e/ou Projetos	31	3.9
Instituições públicas e sociais cuidam dos interesses dos seniores	139	16.3

Tabela XV*Representações dos inquiridos sobre a sua frequência na participação em atividades de ocupação de tempos livres antes da transição para a inatividade laboral*

Itens de resposta	Diário	Semanal	Quinzenal	Mensal	Algumas vezes/ano	Nunca
Tarefas domésticas. (N=904)	66.4	2.1	.1	-	2.1	29.3
Jardinagem/agricultura. (N=891)	25.0	18.3	.7	.8	4.9	50.3
Praticar desporto. (N= 894)	11.9	26.3	.7	.3	6.6	54.3
Cuidar familiares ou outros. (N= 880)	22.6	3.5	.2	.3	22.8	50.5
Cuidar de animais. (N= 874)	32.5	1.5	.1	-	1.3	64.6
Passear. (N= 882)	7.1	27.2	3.1	.9	53.9	7.8
Encontrar-se com familiares. (N=887)	23.0	65.2	5.7	1.5	3.8	.8
Encontrar-se com amigos. (N=888)	25.3	67.7	2.8	1.5	2.3	.5
Ir ao café/pastelaria. (N=888)	33.9	36.9	2.0	.2	23.8	3.2
Votar nas eleições. (N=870)	-	-	-	-	96.3	3.7
Participar manifestações/breve. (N=864)	-	-	-	-	16.6	83.4
Ir a espetáculos/ cinema/teatro. (N=870)	-	.5	1.3	1.6	30.1	66.6
Ir a exposições / museus. (N=869)	-	.2	1.0	.9	16.5	81.4
Ir a eventos desportivos. (N=869)	.3	3.3	3.9	.8	15.4	76.2
Ir à biblioteca. (N=875)	.2	.6	.3	.6	9.9	88.3
Ir a romarias / festas populares. (N= 871)	-	.5	.8	1.7	83.1	13.9
Ir de férias. (N=872)	-	-	-	-	38.4	61.6
Fazer voluntariado. (N=858)	.8	1.5	.6	.3	5.5	91.3
Atividades de educação e formação formais. (N=862)	.1	.7	.5	.5	6.7	91.5
Atividades de educação não formais. (N=862)	.6	1.6	.3	.7	3.7	93.0
Atividades criativas. (N= 852)	.6	.8	.4	.4	2.6	95.3
Atividades artísticas. (N= 847)	.2	3.0	.4	.6	3.5	92.3
Atividades artesanais. (N=869)	2.4	4.4	1.6	1.2	10.2	80.2
Jogos sociais. (N=868)	12.4	21.3	1.2	1.2	23.2	40.8
Caça. pesca. (N=855)	.8	5.3	.4	-	3.2	90.4
Leitura jornais e/ou revistas. (N= 865)	32.0	32.6	1.2	.2	4.3	29.7
Leitura de livros. (N=853)	13.1	5.5	.9	.1	8.0	72.3
Usar computador. (N=864)	35.0	3.7	.6	-	2.2	58.6
Jogos de memória e raciocínio. (N= 864)	4.9	5.6	1.6	1.0	11.0	75.9
Ver televisão. (N=885)	95.3	2.5	.6	.3	.7	.7
Praticar uma religião. (N=884)	1.8	70.2	1.7	.8	16.0	9.5

Tabela XVI

Representações dos inquiridos sobre a sua frequência na participação em atividades de ocupação de tempos livres durante a transição para a inatividade laboral

Itens de resposta	Diário	Semanal	Quinzenal	Mensal	Algumas vezes/ano	Nunca
Tarefas domésticas. (N=702)	73.8	1.7	.1	-	1.4	22.9
Jardinagem/agricultura. (N=679)	42.3	13.4	.9	.7	3.7	39.0
Praticar desporto. (N= 687)	37.4	31.3	.9	.3	2.3	27.8
Cuidar familiares ou outros. (N= 681)	22.3	6.2	.3	.4	32.6	38.2
Cuidar de animais. (N= 684)	38.2	2.5	.3	-	1.5	57.6
Passear. (N= 677)	8.1	27.3	3.0	.9	53.2	7.5
Encontrar-se com familiares. (N=663)	27.5	66.5	5.0	.8	-	.3
Encontrar-se com amigos. (N=690)	33.0	61.2	2.9	.7	1.7	.4
Ir ao café/pastelaria. (N=690)	32.6	37.5	.9	.1	25.5	3.3
Votar nas eleições. (N=683)	-	-	-	-	96.6	3.4
Participar manifestações/breve. (N=674)	-	-	-	-	6.1	93.9
Ir a espetáculos/ cinema/teatro. (N=676)	.1	.4	.7	1.9	31.8	64.9
Ir a exposições / museus. (N=678)	.1	.6	.4	.6	17.6	80.7
Ir a eventos desportivos. (N=679)	.3	2.4	3.1	.6	13.8	79.8
Ir à biblioteca. (N=681)	.1	.6	.4	.9	7.9	90.0
Ir a romarias / festas populares. (N= 686)	.6	.1	1.0	.7	80.9	16.6
Ir de férias. (N=678)	.4	-	.1	.4	40.0	59.0
Fazer voluntariado. (N=666)	1.2	2.3	.5	.2	10.7	85.3
Atividades de educação e formação formais. (N=672)	.1	2.1	.7	-	6.4	90.6
Atividades de educação não formais. (N=676)	.3	8.3	1.2	-	9.8	80.5
Atividades criativas. (N= 667)	.3	3.9	.7	.1	10.8	84.1
Atividades artísticas. (N= 661)	.2	7.6	.9	.2	12.4	78.8
Atividades artesanais. (N=672)	1.0	6.3	1.9	1.0	20.5	69.2
Jogos sociais. (N=683)	22.4	13.2	.9	1.2	26.2	36.2
Caça. pesca. (N=648)	.6	4.8	-	.2	-	94.4
Leitura jornais e/ou revistas. (N=680)	32.8	30.7	1.0	.4	3.5	31.5
Leitura de livros. (N=670)	11.0	8.1	.6	.3	6.6	73.4
Usar computador. (N=681)	33.2	5.3	.3	.3	2.1	58.9
Jogos de memória e raciocínio. (N= 670)	5.8	6.6	.6	.9	11.8	74.3
Ver televisão. (N=689)	95.9	1.5	.6	.7	.3	1.0
Praticar uma religião. (N=685)	2.5	73.7	1.5	.4	13.7	8.2

Tabela XVII

Representações dos inquiridos sobre a sua frequência na participação em atividades de ocupação de tempos livres após a transição para a inatividade laboral

Itens de resposta	Diário	Semanal	Quinzenal	Mensal	Algumas vezes/ano	Nunca
Tarefas domésticas. (N=814)	77.0	1.1	.1	-	1.4	20.4
Jardinagem/agricultura. (N=798)	43.5	14.2	1.0	.8	2.6	38.0
Praticar desporto. (N= 805)	50.1	30.4	.5	.2	1.6	17.1
Cuidar familiares ou outros. (N= 803)	22.8	5.2	.4	.2	42.6	28.8
Cuidar de animais. (N= 789)	39.3	1.6	-	.1	-	58.9
Passear. (N= 793)	9.1	28.9	2.8	.9	51.8	6.6
Encontrar-se com familiares. (N=806)	26.9	65.5	3.5	.6	3.2	.2
Encontrar-se com amigos. (N=794)	39.2	57.6	2.0	.6	.1	.5
Ir ao café/pastelaria. (N=803)	34.1	37.4	.7	.5	24.0	3.2
Votar nas eleições. (N=795)	-	-	-	-	97.0	3.0
Participar manifestações/breve. (N=790)	-	-	-	-	4.4	95.6
Ir a espetáculos/ cinema/teatro. (N=795)	.3	.4	.5	1.6	33.2	64.0
Ir a exposições / museus. (N=782)	.3	.8	.5	.9	20.7	76.9
Ir a eventos desportivos. (N=788)	.3	2.4	2.7	.6	12.3	81.7
Ir à biblioteca. (N=790)	.1	.6	.8	.6	6.6	91.3
Ir a romarias / festas populares. (N= 792)	.4	.3	.8	.8	81.6	16.3
Ir de férias. (N=792)	.3	.1	.4	.3	38.9	60.1
Fazer voluntariado. (N=779)	1.2	2.4	.5	.3	11.3	84.3
Atividades de educação e formação formais. (N=789)	.4	1.6	.8	.1	6.3	90.7
Atividades de educação não formais. (N=787)	.6	8.5	1.0	.1	9.8	79.9
Atividades criativas. (N= 780)	.8	4.0	.4	.4	14.9	79.6
Atividades artísticas. (N= 781)	.1	9.2	.6	.4	16.1	73.5
Atividades artesanais. (N=784)	1.3	5.2	1.8	1.1	24.2	66.3
Jogos sociais. (N=794)	27.7	11.8	.9	.6	25.9	33.0
Caça. pesca. (N=748)	.4	5.1	-	.3	-	94.3
Leitura jornais e/ou revistas. (N= 789)	36.0	28.0	1.1	.1	3.4	31.3
Leitura de livros. (N=781)	11.8	7.8	.4	.4	6.8	72.9
Usar computador. (N=788)	32.9	6.6	.5	.3	1.3	58.1
Jogos de memória e raciocínio. (N= 780)	5.0	7.7	1.3	.6	9.6	75.8
Ver televisão. (N=798)	96.7	1.4	.4	.1	.3	1.1
Praticar uma religião. (N=800)	2.5	74.9	1.3	.5	12.9	8.0

Tabela XVIII*Sentir alterações com a entrada na inatividade laboral*

	Sim		Não		Total	
	n	%	n	%	n	%
Motivo entrada						
$\chi^2(1) = 33.507; p=0.000$						
Limite de idade	120	33.2	131	57.5	251	42.6
Reforma antecipada	241	66.8	97	42.5	338	57.4
Total	361	100.0	228	100.0	589	100.0
Sexo						
$\chi^2(1) = 1.296; p=n.s.$						
Feminino	165	45.5	118	50.2	283	47.3
Masculino	198	54.5	117	49.8	315	52.7
Total	235	100.0	363	100.0	598	100.0
Habilitações académicas						
$\chi^2(4) = 12.303; p=0.015$						
Não sabe ler nem escrever	19	5.3	29	12.3	48	8.1
Até 1 ciclo	273	76.3	167	71.1	440	74.2
Do 2 ciclo ao secundário	62	17.3	34	14.5	96	16.2
Ensino superior	3	0.8	5	2.1	8	1.3
Sabe ler e escrever sem grau	1	0.4	0	0.0	1	1.0
Total	358	100.0	235	100.0	593	100.0

Tabela XIX*Sentir alterações com a entrada na inatividade laboral por sexo*

	Feminino		Masculino		Total	
	n	%	n	%	n	%
Dimensão agregado familiar						
$\chi^2(2) = 8.928; p=0.012$						
1 pessoa	34	20.9	19	9.7	53	14.8
2 pessoas	109	66.9	147	75.0	256	71.3
3 ou mais pessoas	20	12.3	30	15.3	50	13.9
Total	163	100.0	196	100.0	359	100.0
Grau de satisfação familiar						
$\chi^2(3) = .867; p=n.s.$						
Quase nunca	2	1.3	1	0.5	3	0.9
Algumas vezes	11	7.1	11	5.8	22	6.4
Quase sempre	74	47.7	94	49.2	168	48.6
Sempre	68	43.9	85	44.5	153	44.2
Total	155	100.0	191	100.0	346	100.0
Frequência convívio cônjuge						
$\chi^2(1) = 1.511; p=n.s.$						
Diário	117	100.0	154	98.7	271	99.3
Nunca	0	0.0	2	1.3	2	0.7
Total	117	100.0	156	100.0	273	100.0
Grau satisfação da relação com os amigos						
$\chi^2(4) = 4.826; p=n.s.$						
Nunca	3	1.9	0	0.0	3	0.9
Quase nunca	1	0.6	1	0.5	2	0.6
Algumas vezes	4	2.6	7	3.6	11	3.2
Quase sempre	54	34.8	77	39.7	131	37.5
Sempre	93	60.0	109	56.2	202	57.9
Total	155	100.0	194	100.0	349	100.0
Frequência convívio amigos						
$\chi^2(4) = 29.042; p<.001$						
Diário	40	27.6	99	56.3	139	43.3
Semanal	97	66.9	73	41.5	170	53.0
Quinzenal	3	2.1	3	1.7	6	3.0
Mensal	3	2.1	0	0.0	3	0.9
Algumas vezes/ano	2	1.4	1	0.6	3	0.9
Total	145	100.0	176	100.0	321	100.0

Tabela XX*Pertença associativa antes, durante e após a transição para a inatividade laboral*

<i>Antes da transição</i>		Sim		Não		Total	
Remuneração por casal em €		n	%	n	%	n	%
$X^2(3)= 39.026; p=.000$							
Até 700		44	17.9	202	82.1	246	100
700-1000		63	35.2	116	64.8	179	100
1001-1500		64	41.3	91	58.7	155	100
>1500		26	52	24	48	50	100
Total		197	31.3	433	68.7	630	100
<i>Durante a transição</i>		Sim		Não		Total	
Remuneração por casal em €		n	%	n	%	n	%
$X^2(3)= 49.877; p=.000$							
Até 700		34	13.8	212	86.2	246	100
700-1000		33	18.4	146	81.6	179	100
1001-1500		47	30.3	108	69.7	155	100
>1500		28	56	22	44	50	100
Total		142	22.5	488	77.5	630	100
<i>Após a transição</i>		Sim		Não		Total	
Remuneração por casal em €		n	%	n	%	n	%
$X^2(3)= 49.709; p=.000$							
Até 700		85	34.6	161	65.4	246	100
700-1000		69	38.5	110	61.5	179	100
1001-1500		95	61.3	60	38.7	155	100
>1500		38	76	12	24	50	100
Total		287	45.6	343	54.4	630	100

Tabela XXI*Correlação entre Atividades socioeducativas e Pertença associativa Antes transição para a inatividade laboral*

			Pertença associativa Antes transição		Total	
			Não	Sim		
Atividades socioeducativas	Não	n	428	158	586	
		Contagem Esperada	412.7	173.3	586.0	
		% em Atividades socioeducativas	73.0	27.0	100.0	
	Sim	n	279	139	418	
			Contagem Esperada	294.3	123,7	418,0
			% em Atividades socioeducativas	66.7	33.3	100.0
Total		n	707	297	1004	
		Contagem Esperada	707.0	297.0	1004,0	
		% em Atividades socioeducativas	70.4	29.6	100.0	

Tabela XXII

Correlação entre Atividades socioeducativas e Pertença associativa durante transição para a inatividade laboral

			Pertença associativa Durante transição		Total
			Não	Sim	
Atividades socioeducativas	Não	n	455	131	586
		Contagem Esperada	436.6	149.4	586.0
		% em Atividades socioeducativas	77.6	22.4	100.0
	Sim	n	293	125	418
		Contagem Esperada	311.4	106,6	418,0
		% em Atividades socioeducativas	70.1	29.9	100.0
Total	n	748	256	1004	
	Contagem Esperada	748.0	256.0	1004.0	
	% em Atividades socioeducativas	74.5	25.5	100.0	

Tabela XXIII

Correlação entre Atividades socioeducativas e Pertença associativa após transição para a inatividade laboral

			Pertença associativa Após transição		Total
			Não	Sim	
Atividades socioeducativas	Não	n	303	283	586
		Contagem Esperada	297.1	288.9	586.0
		% em Atividades socioeducativas	51.7	48.3	100.0
	Sim	n	206	212	418
		Contagem Esperada	211.9	206.1	418.0
		% em Atividades socioeducativas	49.3	50.7	100.0
Total	n	509	495	1004	
	Contagem Esperada	509.0	495.0	1004.0	
	% em Atividades socioeducativas	50.7	49.3	100.0	

Tabela XXIV

Grau de satisfação com a participação na vida social por sexo, habilitações literárias, participação em atividades socioeducativas, pertença associativa e relação com familiares e amigos antes da inatividade laboral

	Nada satisfeito		Pouco satisfeito		Satisfeito		Muito satisfeito		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Sexo - $U = 48286.000$; $\rho = .001$										
Feminino	15*	4.7	47*	14.8	129	40.7	126	39.7	317	100.0
Masculino	6*	1.7	22*	6.3	156	44.3	168	47.7	352	100.0
Total	21	3.1	69	10.3	285	42.6	294	43.9	669	100.0
Idade - $X^2_{kw}(3) = 19.032$; $\rho = .000$										
50 - 60 anos	7	3.7	18	9.4	54*	28.3	112	58.6	191	100.0
61 - 65 anos	2	1.4	17	12.1	67	47.5	55	39.0	141	100.0
66 - 69 anos	5	2.5	20	9.9	93	46.0	84	41.6	202	100.0
+ 70 anos	7	5.2	14	10.4	71*	52.6	43*	31.9	135	100.0
Total	21	3.1	69	10.3	285	42.6	294	43.9	669	100.0
Habilitações literárias - $X^2_{kw}(4) = 41.962$; $\rho = .000$										
N/S ler e escrever	2	10.0	5*	25.0	7	35.0	6	30.0	20	100.0
Até 1º ciclo	13	3.3	43	10.9	193	49.1	144	36.6	393	100.0
2º ciclo-secundário	6	3.0	18	9.1	75	37.9	99	50.0	198	100.0
E. superior	0	0.0	2	3.8	7*	13.5	43*	82.7	52	100.0
Sem grau	0	0.0	0	0.0	1	100.0	0	0.0	1	100.0
Total	21	3.2	68	10.2	283	42.6	292	44.0	664	100.0
Participação em atividades socioeducativas - $U = 51373.000$; n.s.										
Sim	8	3.1	26	10.1	105	40.9	118	45.9	257	100.0
Não	13	3.2	43	10.4	180	43.7	176	42.7	412	100.0
Total	21	3.1	69	10.3	285	42.6	294	43.9	669	100.0
Pertença associativa - $U = 38836.500$; $\rho = .000$										
Sim	4	1.7	13*	5.6	81*	35.1	133	57.6	231	100.0
Não	17	3.9	56*	12.8	204	46.6	161	36.8	438	100.0
Total	21	3.1	69	10.3	285	42.6	294	43.9	669	100.0
Relação com a família e os amigos										
$X^2_{kw}(3) = 166.283$; $\rho = .000$										
Nada satisfeito	2*	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	100.0
Pouco satisfeito	1*	33.3	1	33.3	1	33.3	0	0.0	3	100.0
Satisfeito	7	4.0	32*	18.1	136	76.8	2*	1.1	177	100.0

Muito satisfeito	11*	2.3	36*	7.5	146*	30.2	290*	60.0	483	100.0
Total	21	3.2	69	10.4	283	42.6	292	43.9	665	100.0

Qualidade de vida - $\chi^2_{kw}(3) = 334.286$; $p = .000$

Nada satisfeito	6*	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	6	100.0
Pouco satisfeito	8*	22.2	25*	69.4	3*	8.3	0*	0.0	36	100.0
Satisfeito	2*	0.8	27	10.8	206*	82.4	15*	6.0	250	100.0
Muito satisfeito	4*	1.1	14*	3.8	73*	19.7	279*	75.4	370	100.0
Total	20	3.0	66	10.0	282	42.6	294	44.4	662	100.0

*Categoria com relação significativa Resíduos Ajustados < -2 ou > 2 para um nível significância de 5%

Tabela XXV

Grau de satisfação com a participação na vida social por sexo, habilitações literárias, participação em atividades socioeducativas, pertença associativa e relação com familiares e amigos durante a inatividade laboral

	Nada satisfeito		Pouco satisfeito		Satisfeito		Muito satisfeito		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Sexo - $U = 30961.000$; $\rho = .001$										
Feminino	13	5.1	38*	14.9	120	47.1	84*	32.9	255	100.0
Masculino	6	2.1	22*	7.7	135	47.4	122*	42.8	285	100.0
Total	19	3.5	60	11.1	255	47.2	206	38.1	540	100.0
Idade - $X^2_{kw}(3) = 12.785$; $\rho = .005$										
50 - 60 anos	6	4.4	12	8.8	57	41.6	62	45.3	137	100.0
61 - 65 anos	4	3.6	11	9.9	55	49.5	41	36.9	111	100.0
66 - 69 anos	2*	1.1	18	10.3	83	47.4	72	41.1	175	100.0
+ 70 anos	7	6.0	19	16.2	60	51.3	31*	26.5	117	100.0
Total	19	3.5	60	11.1	255	47.2	206	38.1	540	100.0
Habilitações literárias - $X^2_{kw}(4) = 29.318$; $\rho = .000$										
N/S ler e escrever	1	5.0	6*	30.0	9	45.0	4	20.0	20	100.0
Até 1º ciclo	10	3.1	44*	13.5	167*	51.2	105*	32.2	326	100.0
2º ciclo-secundário	7	4.7	8*	5.4	68	45.6	66	44.3	149	100.0
E. superior	1	2.5	2	5.0	8*	20.0	29*	72.5	40	100.0
Sem grau	0	0.0	0	0.0	1	100.0	0	0.0	1	100.0
Total	19	3.5	60	11.2	253	47.2	204	38.1	536	100.0
Participação em atividades socioeducativas - $U = 33531.000$; n.s.										
Sim	8	3.9	25	12.1	89	43.0	85	41.1	207	100.0
Não	11	3.3	35	10.5	166	49.8	121	36.3	333	100.0
Total	19	3.5	60	11.1	255	47.2	206	38.1	540	100.0
Pertença associativa - $U = 20239.000$; $\rho = .000$										
Sim	1*	0.6	8*	4.5	62*	34.6	108*	60.3	179	100.0
Não	18*	5.0	52*	14.4	193*	53.5	98*	27.1	361	100.0
Total	19	3.5	60	11.1	255	47.2	206	38.1	540	100.0
Relação com a família e os amigos - $X^2_{kw}(3) = 92.224$; $\rho = .000$										
Nada satisfeito	2*	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	100.0
Pouco satisfeito	1*	25.0	2*	50.0	1	25.0	0	0.0	4	100.0
Satisfeito	7	4.0	32*	18.1	134*	75.7	4*	2.3	177	100.0
Muito satisfeito	9	2.5	25*	7.1	119*	33.6	201*	56.8	354	100.0
Total	19	3.5	59	11.0	254	47.3	205	38.2	537	100.0

Qualidade de vida - $\chi^2_{kw}(3) = 195.268; p = .000$										
Nada satisfeito	9*	75.0	0	0.0	2*	16.7	1*	8.3	12	100.0
Pouco satisfeito	5*	12.8	32*	82.1	2*	5.1	0*	0.0	39	100.0
Satisfeito	2*	0.9	19	8.6	188*	85.5	11*	5.0	220	100.0
Muito satisfeito	2*	0.8	8*	3.1	53*	20.6	194*	75.5	257	100.0
Total	18	3.4	59	11.2	245	46.4	206	39.0	528	100.0

*Categoria com relação significativa Resíduos Ajustados < -2 ou > 2 para um nível significância de 5%

Tabela XXVI

Grau de satisfação com a participação na vida social por sexo, habilitações literárias, participação em atividades socioeducativas, pertença associativa e relação com familiares e amigos após a inatividade laboral

	Nada satisfeito		Pouco satisfeito		Satisfeito		Muito satisfeito		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Sexo - $U = 43362.500$; $\rho = .002$										
Feminino	17	5.6	47*	15.6	164	54.3	74	24.5	302	100.0
Masculino	8	2.4	25*	7.6	198	60.4	97	29.6	328	100.0
Total	25	4.0	72	11.4	362	57.5	171	27.1	630	100.0
Idade - $X^2_{kw}(3) = 18.300$; $\rho = .000$										
50 - 60 anos	6	3.6	14	8.5	93	56.4	52	31.5	165	100.0
61 - 65 anos	6	4.9	11	8.9	69	56.1	37	30.1	123	100.0
66 - 69 anos	4	2.0	24	11.7	115	56.1	62	30.2	205	100.0
+ 70 anos	9	6.6	23*	16.8	85	62.0	20*	14.6	137	100.0
Total	25	4.0	72	11.4	362	57.5	171	27.1	630	100.0
Habilitações literárias - $X^2_{kw}(4) = 37.673$; $\rho = .000$										
N/S ler e escrever	2	8.0	7*	28.0	14	56.0	2*	8.0	25	100.0
Até 1º ciclo	15	4.1	50	13.5	223	60.3	82*	22.2	370	100.0
2º ciclo-secundário	7	3.9	13*	7.2	105	58.0	56	30.9	181	100.0
E. superior	1	2.0	2	4.1	17*	34.7	29*	59.2	49	100.0
Sem grau	0	0.0	0	0.0	1	100.	0	0.0	1	100.0
Total	25	4.0	72	11.5	360	57.5	169	27.0	626	100.0
Participação em atividades socioeducativas - $U = 40978.500$; $\rho = .002$										
Sim	5	2.0	28	11.4	127	51.8	85*	34.7	245	100.0
Não	20	5.2	44	11.4	235	61.0	86*	22.3	385	100.0
Total	25	4.0	72	11.4	362	57.5	171	27.1	630	100.0
Pertença associativa - $U = 33740.000$; $\rho = .000$										
Sim	5*	1.4	30*	8.2	194	53.3	135	37.1	364	100.0
Não	20*	7.5	42*	15.8	168	63.2	36*	13.5	266	100.0
Total	25	4.0	72	11.4	362	57.5	171	27.1	630	100.0
Relação com a família e os amigos - $X^2_{kw}(3) = 167.170$; $\rho = .000$										
Nada satisfeito	2*	100.	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	100.0
Pouco satisfeito	1	16.7	5*	5.6	0*	0.0	0	0.0	6	100.0
Satisfeito	14	4.7	45*	15.2	232	78.1	6*	2.0	297	100.0
Muito satisfeito	7*	2.2	21*	6.5	130	40.5	163	50.8	321	100.0
Total	24	3.8	71	11.3	362	57.8	169	27.0	626	100.0

Qualidade de vida - $\chi^2_{(3)} = 379.430$; $p = .000$										
Nada satisfeito	11*	78.6	2	14.3	0*	0.0	1	7.1	14	100.0
Pouco satisfeito	4	7.4	41*	75.9	9*	16.7	0*	0.0	54	100.0
Satisfeito	7*	2.0	23*	6.5	307*	87.2	15*	4.3	352	100.0
Muito satisfeito	1*	0.5	3*	1.5	37*	18.9	155*	79.1	196	100.0
Total	23	3.7	69	11.2	353	57.3	171	27.8	616	100.0

*Categoria com relação significativa Resíduos Ajustados < -2 ou > 2 para um nível significância de 5%

Tabela XXVII

Percepção sobre estado de saúde e bem-estar após a transição para a inatividade laboral na fase anterior à transição para a inatividade laboral.

	Nada/pouco satisfeito		(Muito) satisfeito	
	Não	Sim	Não	Sim
Autonomia física/motora	36.5	37.3	62.8	62.9
Condições cognitivas e de memória	29.9*	35.6*	69.6*	64.5*
Bem-estar psicológico	37.5	40.3	62.6	59.1
Estilo de vida saudável	62	54.9	35.7*	44.1*
Atitude positiva e/ou perspectiva face à vida	42.5	44.2	55.3	55
Relação com a família e amigos	29.3	30.1	70.2	69.9
Qualidade de vida	46.4	46	53.2	54
Satisfação com a vida	46.7	46.3	52.7	53.7
Participação social	43.7	41.7	41.6	41.6

Tabela XXVIII

Percepção sobre estado de saúde e bem-estar após a transição para a inatividade laboral na fase durante a transição para a inatividade laboral

	Nada/pouco satisfeito		(Muito) satisfeito	
	Não	Sim	Não	Sim
Autonomia física/motora	50.4	46.5	49.2	52.8
Condições cognitivas e de memória	45.7	44.8	53.8	54.5
Bem-estar psicológico	58.1	52.3	40.9	47.7
Estilo de vida saudável	65.2*	57.2*	34.7*	42.8*
Atitude positiva e/ou perspectiva face à vida	58.1	55.1	41.8	44.9
Relação com a família e amigos	37.7	34	62.3	65.9
Qualidade de vida	54.9	53.1	45.1	46.9
Satisfação com a vida	58.3	54.3	41.3	45
Participação social	48.6	44.4	38.3	38.6

Tabela XXIX

Percepção sobre estado de saúde e bem-estar após a transição para a inatividade laboral na fase após a transição para a inatividade laboral

	Nada/pouco satisfeito		(Muito) satisfeito	
	Não	Sim	Não	Sim
Autonomia física/motora	76.4*	64.8*	23*	34.2*
Condições cognitivas e de memória	76.6*	65.6*	22.8*	33.4*
Bem-estar psicológico	78.4*	67.1*	20.8*	31.7*
Estilo de vida saudável	76.6*	62.5*	23.1*	36.5*
Atitude positiva e/ou perspectiva face à vida	73.4	66.2	24.1*	32.9*
Relação com a família e amigos	53.8*	41.9*	45.8*	57.1*
Qualidade de vida	73.1*	62.2*	26.4*	36.7*
Satisfação com a vida	74.7*	65.4*	25.1*	33.7*
Participação social	58.6	49.9	28.9*	34*