



O impacto do trabalho e da aposentadoria na saúde das pessoas idosas

The impact of work and retirement on the health of elderly people

El impacto del trabajo y la jubilación en la salud de las personas mayores

Maria das Graças Duarte Miguel¹, Josiane Maria Oliveira de Souza², Karoline de Lima Alves¹, Maria Lucrecia de Aquino Gouveia¹, Antônia Lêda Oliveira Silva¹, Maria Adelaide Silva Paredes Moreira¹.

RESUMO

Objetivo: Investigar o impacto do trabalho e da aposentadoria para saúde das pessoas idosas e os fatores relacionados a permanência, ou não, no mercado de trabalho. **Métodos:** Revisão integrativa da literatura nas bases de dados Web of Science, Scopus, Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (Cinahl) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline®/ PubMed®), que identificassem os impactos do trabalho para a pessoa idosa nos últimos 5 anos (2019-2023). Foram utilizados os descritores "Idoso" AND "Trabalho" e "Aposentadoria" AND "Avaliação do Impacto na Saúde" OR "Impacto Psicossocial".

Resultados: Dos 1.383 artigos obtidos na busca inicial, após a triagem, 12 artigos atenderam aos critérios de inclusão e compreenderam a revisão final. **Considerações finais:** O trabalho pode ser tanto benéfico quanto desafiador para a saúde física e mental dos idosos, dependendo de vários fatores, como a qualidade do emprego, as condições do mercado de trabalho e as políticas de emprego implementadas. A estabilidade no emprego ao longo da vida, juntamente com a promoção de ambientes de trabalho favoráveis, pode contribuir significativamente para o bem-estar das pessoas idosas para um envelhecimento saudável e ativo.

Palavras-chave: Idoso, Trabalho, Aposentadoria, Avaliação do impacto na saúde, Impacto psicossocial.

ABSTRACT

Objective: To analyze the impact of work for the elderly, the challenges faced by elderly individuals who remain in or retire from the labor market, and the changes in social and health aspects resulting from these choices. **Methods:** Integrative literature review in the databases Web of Science, Scopus, Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL), and Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE/PubMed), identifying the impacts of work for the elderly in the last 5 years (2019-2023). The descriptors "Elderly" AND "Work" and "Retirement" AND "Health Impact Assessment" OR "Psychosocial Impact" were used. **Results:** Out of the 1,383 articles obtained in the initial search, after screening, 12 articles met the inclusion criteria and comprised the final review. **Final considerations:** Work can be both beneficial and challenging for the physical and mental health of the elderly, depending on various factors such as job quality, labor market conditions, and implemented employment policies. Lifetime job stability, along with the promotion of favorable work environments, can significantly contribute to the well-being of the elderly and to healthy and active aging.

Keywords: Elderly, Work, Retirement, Health impact assessment, Psychosocial impact.

RESUMEN

Objetivo: Analizar el impacto del trabajo para las personas mayores, los desafíos enfrentados por los adultos mayores que permanecen o se retiran del mercado laboral y los cambios en los aspectos sociales y de salud resultantes de estas elecciones. **Métodos:** Revisión integradora de la literatura en las bases de datos Web of Science, Scopus, Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL) y Medical Literature

¹ Universidade Federal da Paraíba (UFPB), João Pessoa - PB.

² Universidade de Brasília (UnB/FCE), Brasília - DF.

Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE/PubMed), que identificaron los impactos del trabajo para las personas mayores en los últimos 5 años (2019-2023). Se utilizaron los descriptores "Adulto mayor" Y "Trabajo" y "Jubilación" Y "Evaluación del Impacto en la Salud" O "Impacto Psicosocial". **Resultados:** De los 1,383 artículos obtenidos en la búsqueda inicial, después del cribado, 12 artículos cumplieron con los criterios de inclusión y comprendieron la revisión final. **Consideraciones finales:** El trabajo puede ser tanto beneficioso como desafiante para la salud física y mental de las personas mayores, dependiendo de varios factores como la calidad del empleo, las condiciones del mercado laboral y las políticas de empleo implementadas. La estabilidad laboral a lo largo de la vida, junto con la promoción de entornos laborales favorables, puede contribuir significativamente al bienestar de las personas mayores y a un envejecimiento saludable y activo.

Palabras clave: Adulto mayor, Trabajo, Jubilación, Evaluación del impacto en la salud, Impacto psicosocial.

INTRODUÇÃO

A concepção do trabalho para a pessoa idosa tem evoluído significativamente nas últimas décadas, refletindo mudanças demográficas, socioeconômicas e culturais. Tradicionalmente, a aposentadoria era vista como o término da vida produtiva, marcando o início de uma fase de descanso e lazer. No entanto, cada vez mais idosos estão optando por permanecer no mercado de trabalho, seja por necessidade financeira, realização pessoal ou contribuição social (OIT, 2020). No Brasil, dados estatísticos recentes revelam uma realidade marcada pelos impactos na saúde e na vida social dos idosos que continuam trabalhando.

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE, a proporção de pessoas idosas na população brasileira está em constante crescimento, e estima-se que até 2050, um em cada quatro brasileiros terá mais de 60 anos. Nesse contexto, o envelhecimento ativo, que inclui a permanência ou a busca por oportunidades de trabalho para a pessoa idosa, ganha relevância (BRASIL, 2022).

Estudos recentes têm apontado para os efeitos adversos que o trabalho pode ter sobre a saúde física dos idosos; Casseb ACS, et al. (2021) destacam que o idoso que continua trabalhando pode aumentar o risco de lesões musculoesqueléticas devido à sobrecarga física e à exposição prolongada a determinados ambientes de trabalho.

No que diz respeito à saúde mental, a sobrecarga de trabalho e a pressão para se manterem competitivos podem contribuir para o aumento do estresse, ansiedade e depressão entre aqueles que trabalham. Pesquisas como a de Antunes J (2020) sugerem que o estresse relacionado ao trabalho está associado a um maior risco de desenvolver sintomas depressivos. Além disso, a ansiedade em relação ao desempenho no trabalho pode ser uma preocupação significativa para os idosos, como destacado por estudos como o de Wahrendorf M, et al. (2017). Os desafios enfrentados pelas pessoas idosas ao continuar no mercado de trabalho são diversos e abrangem diferentes aspectos que vão desde discriminação até questões relacionadas à adaptação tecnológica e condições de trabalho.

A discriminação etária é um problema significativo enfrentado por muitos idosos no mercado de trabalho. A idade avançada pode ser vista como um obstáculo para a contratação ou promoção, resultando em dificuldades significativas para encontrar emprego ou avançar na carreira. Estudos como o de Camarano AA, Carvalho DF e Kanso S (2021) destacam que a discriminação baseada na idade persiste em muitos ambientes de trabalho, prejudicando as oportunidades de emprego para as pessoas idosas. O rápido avanço tecnológico também representa um desafio para as pessoas idosas que desejam continuar no mercado de trabalho. As mudanças constantes na tecnologia podem tornar difícil o aprendizado de novas habilidades ou adaptação a novas tecnologias no local de trabalho.

Pesquisas como a de Martín-García AV, et al. (2022) sugerem que as pessoas idosas podem enfrentar barreiras significativas na utilização e compreensão das novas tecnologias, o que pode prejudicar sua eficácia e produtividade no trabalho. Os desafios da permanência no mercado de trabalho podem levar a tomada de decisão pela aposentadoria, e a transição para a aposentadoria também pode apresentar uma série de desafios que afetam o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas idosas, nessa fase da vida. A interrupção das atividades profissionais pode levar à perda de identidade profissional e de propósito, deixando

muitos idosos em busca de novas formas de se envolverem e se sentirem realizados (BARRETTO COSTA M et al., 2023).

Diante desse contexto complexo e multifacetado, surge a necessidade de uma revisão integrativa que explore de forma abrangente a ambiência do trabalho para a pessoa idosa. Portanto, esta revisão se propõe a investigar os impactos do trabalho e da aposentadoria para a saúde das pessoas idosas e os fatores relacionados a permanência, ou não, no mercado de trabalho. Ao reunir e sintetizar evidências de diversas fontes, esta revisão busca contribuir para um melhor entendimento dessa temática e fornecer subsídios para o desenvolvimento de políticas e práticas que promovam o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas idosas no contexto laboral.

MÉTODOS

Trata-se de revisão integrativa caracterizada por um método específico que avalia estudos e sintetiza resultados, para proporcionar a compreensão mais holística de um determinado fenômeno, bem como a necessidade de pesquisas futuras. O estudo foi estruturado de acordo com as etapas de formulação da questão de pesquisa; busca eletrônica na literatura, mediante um protocolo com critérios de inclusão e exclusão; coleta de dados; análise crítica dos estudos; e apresentação dos resultados (OLIVEIRA PV e MUSZKAT M, 2021; JBI, 2021).

Para elaboração da questão norteadora deste estudo, utilizou-se a estratégia mnemônica PVO, que é uma adaptação da técnica PICO, utilizada pelas investigações na área da saúde, na qual P corresponde à população/ao problema da pesquisa; V, às variáveis do estudo; e O, aos resultados alcançados. Com isso, a população são as pessoas idosas, a variável se constitui em estar no mercado de trabalho ou aposentado, e os resultados alcançados são os impactos causados na pessoa idosa.

Assim, delimitou-se a questão: quais os impactos do trabalho ou aposentadoria para a pessoa idosa? A coleta de dados ocorreu entre os meses de novembro de 2023 a maio de 2024, mediante a busca nas fontes de dados: Web of Science, Scopus, Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (Cinahl), Scopus e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline®/ PubMed®).

Para as bases de dados, foi realizada uma busca avançada mediante os descritores indexados (DeCS – Descritores em Ciências da Saúde), sendo eles “Idoso”; “Trabalho”; “Aposentadoria”, “Avaliação do Impacto na Saúde” e “Impacto Psicossocial”. Foram utilizados os operadores booleanos “AND” e “OR” nos cruzamentos. Dessa forma, foram definidos os seguintes cruzamentos para a busca nas bases de dados: “Idoso” AND “Trabalho” AND “Aposentadoria” AND “Avaliação do Impacto na Saúde” OR “Impacto Psicossocial”. As estratégias de busca nas bases de dados estão apresentadas no quadro 1.

Para a seleção dos estudos, foram utilizados os critérios de inclusão: artigos que respondessem a questão norteadora do estudo; completos e disponíveis na íntegra; e recorte temporal de 2019 a 2023. Foram excluídos editoriais, cartas ao editor, resumos, opinião de especialistas, correspondências, resenhas, capítulos de livros, teses e dissertações.

Não houve limitação quanto ao idioma dos artigos publicados. A primeira fase de seleção ocorreu por meio de uma análise feita por especialistas através da leitura dos títulos e resumos, seguida da leitura completa dos estudos escolhidos. Discordâncias entre os revisores foram resolvidas por acordo mútuo. Estudos duplicados foram considerados apenas uma vez, enquanto aqueles que não atendiam aos critérios de inclusão foram removidos da análise.

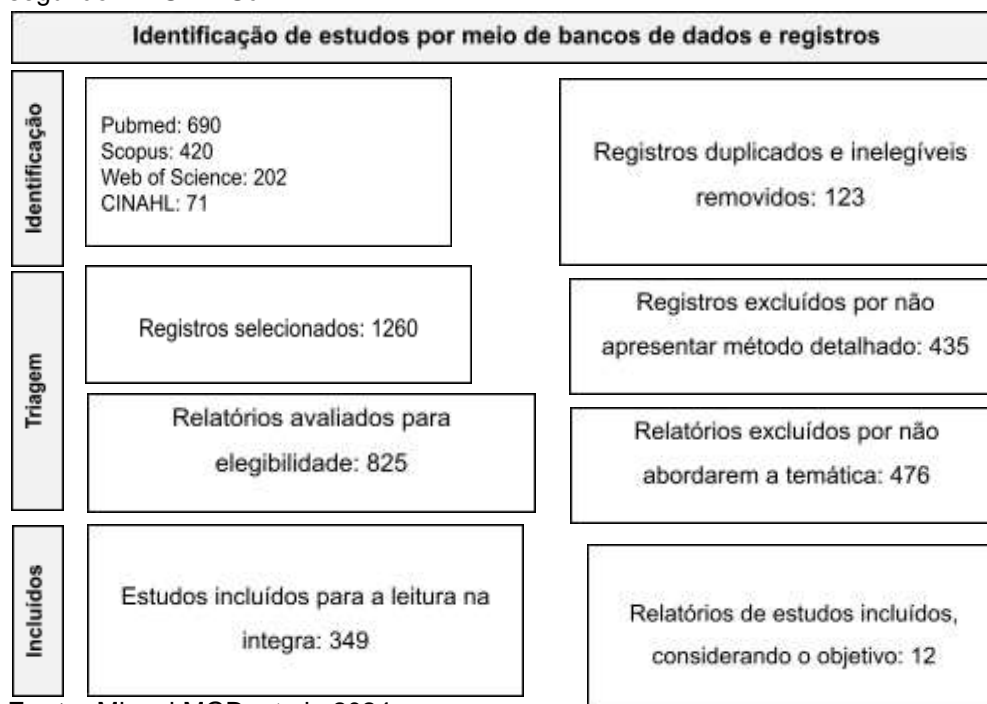
Para a extração e a categorização dos dados, foi construído um instrumento com os seguintes itens: identificação da publicação (país, autores e ano de publicação), aspectos metodológicos do estudo (tipo de abordagem, método empregado e nível de evidência), número de participantes no estudo e os resultados apresentados nos estudos. Quanto ao Nível de Evidência, adotou-se: I) Revisões sistemáticas ou meta-análises de relevantes ensaios clínicos; II) Evidências de pelo menos um ensaio clínico randomizado controlado bem delineado; III) Ensaios clínicos bem delineados sem randomização; IV) Estudos de coorte e

de caso-controle bem delineados; V) Revisão sistemática de estudos descritivos e qualitativos; VI) Evidências derivadas de um único estudo descritivo ou qualitativo; VII) Opinião de autoridades ou relatório de comitês de especialistas (MELNYK BM E FINEOUT-OVERHOLT, 2018). Os estudos foram exportados para o software de gestão de referências (EndNote Web®), onde foram eliminadas duplicatas, e então transferidos para a plataforma de triagem

Rayyan® para a triagem dos estudos, seguindo os critérios de elegibilidade. Inicialmente, dois revisores avaliaram títulos e resumos de forma independente. Os artigos que cumpriram os critérios de seleção foram examinados integralmente por esses dois revisores.

Discordâncias foram dirimidas por um terceiro revisor. O estudo foi realizado conforme as recomendações do protocolo Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses (PRISMA), compreendendo uma lista de verificação com 27 itens (WANG X. et al., 2019). Por fim, os resultados foram apresentados em figura e quadros.

Figura 1 - Diagrama de fluxo do processo de identificação e seleção dos estudos, segundo PRISMA-ScR.



Fonte: Miguel MGD, et al., 2024.

Durante a condução deste estudo, foi dada especial atenção à adesão aos princípios éticos. Um cuidadoso esforço foi empreendido para assegurar que todos os autores dos documentos analisados fossem devidamente citados e reconhecidos, em total consonância com a Lei de Direitos Autorais nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998 (BRASIL, 1998). Isso não apenas reitera o compromisso com a ética acadêmica, mas também reforça a transparência e a integridade na análise e apresentação dos estudos que compõem esta revisão integrativa.

RESULTADOS

Dos 1.383 artigos obtidos na busca inicial na base de dados, 1.260 artigos permaneceram após a remoção dos artigos duplicados e inelegíveis 825. Após a triagem desses artigos para elegibilidade, 476 foram removidos por não abordarem a temática; posteriormente, 349 artigos em texto completo pertencentes ao objetivo do estudo, foram revisados e destes 12 artigos atenderam aos critérios de inclusão e compreenderam a revisão final, conforme o (Quadro 1).

Quadro 1 - Distribuição dos estudos incluídos na revisão bibliográfica.

N	Autores- ano de publicação- País	Tipo de Estudos	Níveis de Evidência	Participantes
1	Yang JM e Kim JH, (2023) - Coreia	Estudo Longitudinal	III	2.774
2	Cheng Y e Lan J, (2023) - China.	Pesquisa Longitudinal	VI	4.316
3	Pan Y, et al, (2023) - China	Estudo Longitudinal	IV	3.864
4	Abrams LR, et al, (2022) - Estados Unidos	Estudo Transversal	IV	121.408
5	Breij S et al, (2022) - Holanda	Estudo Longitudinal	IV	313
6	Nilsen C et al, (2021) - Suécia	Estudo Longitudinal	IV	674
7	Page A et al, (2021) - Austrália	Estudo de Coorte Prospectivo	IV	267.153
8	Sagheriano K et al, (2021) - Estados Unidos	Estudo Longitudinal	IV	953
9	Madero-Cabib I et al, (2020) - Áustria, Bélgica, Chile, Dinamarca, Inglaterra, França, Alemanha, Itália, Espanha, Suécia, Suíça e Estados Unidos	Estudo Comparativo	IV	3.618
10	Brandão MP e Cardoso MF, (2020) - Portugal	Descritivo	III	1.100
11	Van Der Zwaan GL et al, (2019) - Holanda	Estudo Longitudinal	IV	568
12	Romero Starke K et al, (2019) - Inglaterra	Estudo Prospectivo	III	1.629

Fonte: Miguel MGD, et al., 2024.

Todos os estudos incluídos foram publicados em língua inglesa, entre 2019 e 2023, desenvolvidos no Estados Unidos, China, Coreia, Inglaterra, Austrália, Portugal, Suécia, Holanda. Sendo que um estudo foi multicêntrico e realizou o estudo em 12 países (Áustria, Bélgica, Chile, Dinamarca, Inglaterra, França, Alemanha, Itália, Espanha, Suécia, Suíça e Estados Unidos). O país com maior número de publicações sobre o impacto do trabalho para a pessoa idosa foi o Estados Unidos, contemplando 25% (n=03) dos artigos. Os estudos foram predominantemente longitudinais 58,33% (n=07), prospectivo 16,67% (n=02) e 8,33% (n=01) transversal, comparativo, descritivo, estudo de coorte, respectivamente.

Quanto ao nível de evidência, 66,67% (n=08) apresentou IV por se tratar de estudos de coorte e de caso-controle bem delineados, 25% (n=03) nível III são os ensaios clínicos bem delineados sem randomização e 8,33% (n=01) VI são as evidências derivadas de um único estudo descritivo ou qualitativo. Os dados extraídos dos estudos incluídos estão apresentados no (Quadro 1). No Quadro 2, estão descritos os principais resultados encontrados nos estudos.

Quadro 2 - principais resultados dos estudos.

N	Resultados
1	Revelou que há uma associação significativa entre a trajetória do emprego e a mortalidade em pessoas idosas. Períodos de desemprego estão associados a um risco maior de morte em comparação com empregos estáveis ao longo do tempo.
2	Mostraram uma associação significativa entre emprego e saúde mental em idosos. Aqueles que estavam empregados apresentaram níveis mais altos de saúde mental em comparação com os desempregados ou aposentados, sugerindo que o emprego pode trazer benefícios para a saúde mental dos idosos na China.
3	Destacaram uma associação significativa entre características do mercado de trabalho e autopercepção da saúde. Trabalhadores com empregos de alta qualidade, caracterizados por segurança, salários justos e boas condições, relataram melhor saúde percebida, enquanto aqueles em empregos de baixa qualidade ou desempregados tendiam a avaliar sua saúde de forma negativa.
4	Revelou que trabalhadores mais velhos enfrentam desafios significativos com horários imprevisíveis, resultando em níveis mais baixos de bem-estar e maior probabilidade de deixar seus empregos em comparação com aqueles com horários estáveis.
5	Os principais resultados destacaram diferenças significativas entre homens e mulheres, revelando que as condições de trabalho são cruciais nessa disparidade. Mulheres em ambientes de trabalho desfavoráveis, como alta demanda psicológica, baixo controle e apoio social insuficiente, tiveram maior probabilidade de apresentar sintomas depressivos.
6	Revelaram que padrões favoráveis de condições de trabalho ao longo da vida estão associados ao envelhecimento bem-sucedido. Aqueles que enfrentaram condições de trabalho desfavoráveis, como empregos precários, estresse ocupacional crônico e falta de suporte, têm maior risco de enfrentar desafios de saúde e bem-estar na velhice.
7	Mostraram que a mudança abrupta da atividade laboral para a aposentadoria está relacionada a um maior risco de comportamento suicida entre os idosos. Fatores como perda de identidade profissional, falta de propósito e estrutura na vida cotidiana contribuem para esse aumento do risco.
8	Revelou uma associação significativa entre sintomas de insônia e fadiga e a probabilidade de saída do emprego no futuro. Indivíduos com sintomas mais graves de insônia e fadiga apresentaram maior probabilidade de deixar seus empregos mais tarde. Essa associação foi mais pronunciada entre aqueles em empregos com alta exigência física e baixo controle sobre o trabalho.
9	Destacou diferenças significativas nos padrões de emprego e nos resultados de saúde para idosos entre países com diferentes sistemas de bem-estar. Em contextos onde políticas de bem-estar favorecem uma transição suave para a aposentadoria, os adultos mais velhos tendem a se engajar mais no mercado de trabalho após a idade convencional de aposentadoria, o que pode estar associado a melhores resultados de saúde.
10	Destacou uma ligação significativa entre sintomas depressivos e o status de emprego ou aposentadoria. Indivíduos desempregados ou aposentados tinham maior probabilidade de relatar sintomas depressivos em comparação com aqueles empregados.
11	Revelou uma interação complexa entre características pessoais, ambiente de trabalho e contexto social na decisão de continuar trabalhando. Fatores pessoais, como saúde, habilidades e interesses, desempenharam um papel crucial, influenciando a disposição dos indivíduos para prolongar a vida profissional. Além disso, o ambiente de trabalho, incluindo suporte organizacional, flexibilidade de horário e oportunidades de desenvolvimento profissional, teve um impacto significativo nessa decisão.
12	Revelou uma associação significativa entre a aposentadoria e o declínio na memória episódica ao longo do tempo. Indivíduos que se aposentaram apresentaram taxas mais altas de declínio nessa forma de memória em comparação com aqueles que continuaram trabalhando. Esse declínio foi pronunciado entre participantes mais jovens no momento da aposentadoria e aqueles com menor nível educacional.

Fonte: Miguel MGD, et al., 2024.

Esses estudos destacam a complexidade dos impactos que o trabalho na pessoa idosa pode ter sobre a saúde física e mental, bem como sobre a vida social dos idosos, reforçando a importância de condições de trabalho mais adequadas a este público e políticas que valorizem o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas idosas que continuam ativas no mercado de trabalho.

DISCUSSÃO

Os resultados deste estudo revelaram os principais fatores relacionados ao trabalho e aposentadoria entre as pessoas idosas, bem como os impactos na saúde física e emocional, na vida social e no bem-estar deste público. A compreensão dos impactos do trabalho na vida da pessoa idosa é crucial para revelar os desafios enfrentados por aqueles que permanecem no mercado de trabalho ou se aposentam. Diante disso, estudos recentes destacam que a aposentadoria pode ter tanto efeitos positivos quanto negativos na saúde dos idosos, dependendo de vários fatores, como condições de trabalho prévias, saúde física e mental, e rede de suporte social.

De acordo com um estudo longitudinal conduzido por Chen X, et al. (2021), a aposentadoria pode levar a melhorias na saúde mental, redução do estresse e maior satisfação com a vida para alguns idosos, enquanto outros podem experimentar um declínio na saúde devido à perda de estrutura e propósito que o trabalho proporcionava. Contudo, o estudo longitudinal encontrado nesta revisão - Korea Longitudinal Study of Aging, investigou o efeito da trajetória do status de emprego na mortalidade por todas as causas em adultos de meia-idade e mais velhos, na Coreia. E, identificou que, houve uma associação significativa entre a trajetória do status de emprego e a mortalidade por todas as causas, o que sugere que as mudanças no status de emprego ao longo do tempo têm um impacto substancial na saúde e na longevidade dos indivíduos (YANG JM e KIM JH, 2023). Portanto, os indivíduos que experimentaram períodos de desemprego apresentaram um risco aumentado de mortalidade em comparação com aqueles que mantiveram um emprego estável ao longo do tempo. Destacando-se os efeitos adversos do desemprego na saúde e na mortalidade.

Pode-se observar em outro estudo, uma relação substancial entre ocupação e bem-estar mental. No qual as pessoas idosas engajadas em atividades laborais exibiram um maior nível de saúde mental em comparação àqueles sem ocupação ou já aposentados. Além disso, a pesquisa apontou que a qualidade do trabalho, abrangendo aspectos como contentamento ocupacional e estabilidade laboral, desempenhou um papel crucial nessa ligação. Os resultados sugerem que o emprego durante a fase avançada da vida pode contribuir positivamente para o equilíbrio mental das pessoas idosas, enfatizando a necessidade de políticas e iniciativas que fomentem oportunidades laborais satisfatórias e apropriadas para essa parcela da população (CHENG Y e LAN CI Q, 2023).

Entretanto, essa escolha não está isenta de desafios. Os idosos que optam por continuar trabalhando muitas vezes enfrentam discriminação no mercado de trabalho, dificuldades de reinserção profissional e questões relacionadas à saúde física e mental. Em contrapartida, há desafios para aqueles que se aposentam, como a adaptação à nova rotina, a busca por atividades significativas e a manutenção de uma vida social ativa (CAMARANO AA, CARVALHO DF e KANSO S, 2021).

As condições de trabalho inadequadas também podem representar um desafio para os idosos que continuam trabalhando. Ambientes de trabalho que não são adaptados às necessidades das pessoas idosas, falta de acessibilidade e a ausência de políticas de apoio específicas podem dificultar sua permanência e bem-estar no mercado de trabalho (PAN Y, et al, 2023; NILSEN C et al, 2021).

Neste sentido, estudos como o de Lee, et al. (2020) destacam a importância de se criar ambientes de trabalho inclusivos e acessíveis para garantir que as pessoas idosas possam continuar contribuindo de forma significativa e segura no mercado de trabalho. Os resultados mostraram que o compromisso com o trabalho também pode impactar na vida social dos idosos, com repercussões em aspectos como na própria identidade, nos relacionamentos interpessoais e na estrutura cotidiana; que pode chegar até o suicídio (BRANDÃO MP e CARDOSO MF, 2020; PAGE A, et al., 2021).

Corroborando com tais resultados, a pesquisa de Dias, et al. (2023) demonstrou que o isolamento social está associado a problemas de saúde mental, bem como a um menor bem-estar emocional entre pessoas idosas.

Neste sentido, a transição para a aposentadoria apresenta uma série de desafios que podem afetar o bem-estar e a qualidade de vida. Os resultados, supramencionados, destacam a identidade e o propósito. Em que a interrupção das atividades profissionais pode levar à perda de identidade profissional e de propósito, alertando para a necessidade de se reconhecer estes desafios emocionais e psicológicos, com o desenvolvimento de programas de suporte às pessoas idosas para uma transição mais saudável para a aposentadoria (PAGE A, et al, 2021). Outros estudos como de Barretto Costa M et al, (2021), confirmam tal achado, ao destacarem que a identidade profissional desempenha um papel significativo na adaptação à aposentadoria e na busca de significado e propósito na vida após o trabalho.

Outro fator encontrado foi o relativo aos aspectos financeiros. Para alguns idosos, a aposentadoria pode representar um desafio financeiro, especialmente se não estiverem financeiramente preparados para viver com uma renda fixa. A falta de planejamento financeiro adequado pode resultar em dificuldades para manter um padrão de vida satisfatório durante a aposentadoria (VAN DER ZWAAN GL, et al, 2019; MADERO-CABIB, et al, 2020). Destarte, pesquisas como a de Schuabb TC e França LHDFP (2020), enfatizam a importância do planejamento financeiro ao longo da vida para garantir a segurança financeira no período da aposentadoria.

Além disso, a mudança na rotina diária e a redução da atividade física associada à aposentadoria podem ter impactos significativos na saúde física e mental dos idosos. A falta de estrutura e rotina pode levar a um estilo de vida mais sedentário, aumentando o risco de problemas de saúde, como obesidade, diabetes e doenças cardiovasculares (BRANDÃO MP e CARDOSO MF, 2020). O que foi alertado por Leite ML, et al. (2023) ao destacar a importância da atividade física na promoção da saúde e bem-estar das pessoas idosas, especialmente durante a transição para a aposentadoria.

Diante dessas complexidades, a atuação de uma equipe interdisciplinar é fundamental para promover a saúde e o bem-estar das pessoas idosas. No recente estudo de Mendes F et al. (2023) ressalta-se a importância da intervenção precoce e personalizada para maximizar os benefícios da aposentadoria e minimizar os impactos negativos na saúde das pessoas idosas. Neste sentido, os profissionais de saúde, desempenham um papel crucial na identificação e no tratamento de problemas de saúde física e mental associados ao trabalho e à aposentadoria. Além de poder fornecer suporte emocional na transição para a aposentadoria e promover a conexão dos idosos a recursos comunitários que promovam o envelhecimento ativo e saudável.

Destaca-se, também, as intervenções comunitárias e políticas públicas que desempenham um papel crucial na promoção da saúde das pessoas idosas. Programas de educação continuada, oportunidades de voluntariado e atividades recreativas podem ajudar os idosos a permanecerem socialmente engajados e mentalmente estimulados após a aposentadoria. Da mesma forma, políticas que promovam a inclusão no mercado de trabalho, com incentivos fiscais para empresas que contratam trabalhadores mais velhos, podem contribuir para a saúde financeira e emocional das pessoas idosas. Em suma, uma abordagem interdisciplinar e integral, que considera os aspectos físicos, mentais, sociais e econômicos do envelhecimento e do trabalho, é essencial para melhorar a saúde e o bem-estar das pessoas idosas na sociedade.

Os resultados revelaram forte associação entre o trabalho e a saúde física e mental das pessoas idosas. Períodos de desemprego foram ligados a um aumento no risco de mortalidade, enquanto empregos estáveis promoveram uma melhor saúde percebida. Além disso, a qualidade do emprego, incluindo segurança e satisfação, desempenhou um papel significativo na saúde mental dos idosos.

Estes achados sublinham a importância de políticas que garantam estabilidade no emprego e promovam oportunidades laborais adequadas e satisfatórias para essa população, visando proteger seu bem-estar e promover um envelhecimento saudável e ativo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão objetivou investigar o impacto do trabalho e da aposentadoria para saúde das pessoas idosas e os fatores relacionados a permanência, ou não, no mercado de trabalho. Observou-se que os resultados demonstraram uma maior incidência de impacto positivo do trabalho na saúde mental, física e social da pessoa idosa. Os idosos envolvidos em atividades laborais apresentaram índices mais elevados de saúde mental em comparação com aqueles desempregados ou já aposentados. A estabilidade no emprego ao longo da vida e ambientes de trabalho favoráveis, contribuiu significativamente para o bem-estar das pessoas idosas e para um envelhecimento saudável e ativo. Destarte, destaca-se a necessidade de adequação das condições de trabalho e de políticas de bem-estar voltadas a transição para uma aposentadoria mais saudável e prazerosa.

REFERÊNCIAS

1. ABRAMS LR, et al. Older Workers With Unpredictable Schedules: Implications for Well-Being and Job Retention. *The Gerontologist*, 2022; 62(10): 1443–1453.
2. ANTUNES J. Defensive Styles and Sexual Functioning in Adults. *Psicologia, Saúde & Doença*, 2020; 21(2): 311–321.
3. BARRETTO COSTA M, et al. Aposentadoria e depressão: perspectiva para clínica ampliada. *Rev. salud pública*, 2023; 25(2): 10.
4. BRANDÃO MP e CARDOSO MF. Associações entre sintomas depressivos e estar empregado ou aposentado em idosos com diabetes tipo 2. *Atenção Primária ao Diabetes*, 2020; 5: 464–468.
5. BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. Censo Demográfico, Ministério do Planejamento e Orçamento, 2022; 14.
6. BRASIL. Ministério da Saúde. Lei no 9.610, de 19 de fevereiro de 1998, que altera, atualiza e consolida a legislação sobre direitos autorais e dá outras providências. *Diário Oficial da União*. Brasília: Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/19610.htm#:~:text=L9610&text=LEI%20N%C2%BA%209.610%2C%20DE%2019%20DE%20FEVEREIRO%20DE%201998.&text=Alterar%2C%20atualiza%20e%20consolida%20a,autorais%20e%20d%C3%A1%20outras%20provid%C3%AAsncias. Acesso em 19 de abril de 2024.
7. BREIJ S, et al. Diferenças de sexo e gênero nos sintomas depressivos em trabalhadores mais velhos: o papel das condições de trabalho. *BMC Saúde Pública*, 2022; 1: 1023.
8. CAMARANO AA, et al. Saída precoce do mercado de trabalho: aposentadoria ou discriminação? *Ciência & Saúde Coletiva*, 2019; 24(9): 3183–3192.
9. CASSEB ACS, et al. Progressão da Osteoartrose no Âmbito Social e Profissional. Editora Pasteur, 2021; 9-15.
10. CHEN X, et al. China Health and Retirement Longitudinal Study (CHARLS). *Encyclopedia of Gerontology and Population Aging*. Cham: Springer International Publishing, 2021; 948–956.
11. CHENG Y, et al. Employment and Mental Health of the Chinese Elderly: Evidence from CHARLS 2018. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2023; 20(4): 2791.
12. COSTA DVF, et al. Os sentidos do aposentar-se na visão de sujeitos aposentados. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 2023; 26.
13. DIAS FCS, et al. Repercussões do Isolamento Social na Pandemia em Pessoas Idosas Assistidas pela Atenção Primária à Saúde. *Nursing (São Paulo)*, 2023; 26(302): 9787–9792.
14. JOANNA BRIGGS INSTITUTE. Joanna Briggs Institute Critical Appraisal Tools. 2017-2021. Adelaide: JBI, 2021.
15. LEE YJ, et al. Multifaceted Demands of Work and Cognitive Functioning: Findings From the Health and Retirement Study. *The Journals of Gerontology: Series B*, 2022; 77(2): 351–361.
16. LEITE ML, et al. Atividade física: a importância dessa prática no envelhecimento. *Revisa*, 2023; 173-182.
17. MADERO-CABIB I, et al. Aging in Different Welfare Contexts: A Comparative Perspective on Later-Life Employment and Health. *The Journals of Gerontology: Series B*, 2020; 75(7): 1515–1526.
18. MARTÍN-GARCÍA AV, et al. Factors Influencing Intention to Technological Use in Older Adults. *The TAM Model Application*. *Research on Aging*, 2022; 44(7): 573–588.
19. MELNYK BM e FINEOUT-OVERHOLT E. Evidence-based practice in nursing & healthcare: a guide to best practice. Filadélfia: Wolters Kluwer Health, 2018; 4.
20. MENDES F, et al. Distúrbios do sono e quedas em idosos. *bookPart*. Disponível em: <http://dspace.uevora.pt/rdpc/handle/10174/32567>. Acesso em: 19 de abril de 2024.

21. NILSEN C, et al. Life-course trajectories of working conditions and successful ageing. *Scandinavian Journal of Public Health*, 2022; 50(5): 593–600.
22. OIT. ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. Trabalho e emprego na era do envelhecimento: Caminhos para a igualdade de oportunidades, 2020. Disponível em: https://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS_753850/lang--pt/index.htm. Acesso em: 19 de abril de 2024.
23. OLIVEIRA PV e MUSZKAT M. Revisão integrativa sobre métodos e estratégias para promoção de habilidades socioemocionais. *Rev. psicopedag.*, 2021; 38(115): 91-103.
24. PAGE A, et al. The impact of transitions from employment to retirement on suicidal behaviour among older aged Australians. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 2021; 56(5): 759–771.
25. PAN Y, et al. Labour-Market Characteristics and Self-Rated Health: Evidence from the China Health and Retirement Longitudinal Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2023; 20(6): 4748.
26. ROMERO STARKE K, et al. Retirement and decline in episodic memory: analysis from a prospective study of adults in England. *International Journal of Epidemiology*, 2019; 48(6): 1925–1936.
27. SAGHERIAN K, et al. Insomnia symptoms, fatigue, and future job exit in American older adults. *American Journal of Industrial Medicine*, 2021; 64(2): 127–136.
28. SCHUABB TC e FRANÇA LHDFP. Planejamento Financeiro para a Aposentadoria: Uma Revisão Sistemática da Literatura Nacional sob o Viés da Psicologia. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 2020; 20(1): 73–98.
29. VAN DER ZWAAN GL, et al. The role of personal characteristics, work environment and context in working beyond retirement: a mixed-methods study. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 2019; 92(4): 535–549.
30. WAHRENDORF M, et al. Who in Europe Works beyond the State Pension Age and under which Conditions? Results from SHARE. *Journal of Population Ageing*, 2017; 10(3): 269–285.
31. WANG X, et al. Reporting items for systematic reviews and meta-analyses of acupuncture: the PRISMA for acupuncture checklist. *BMC Complementary and Alternative Medicine*, 2019; 19(1): 208.
32. YANG JM e KIM JH. Effect of trajectory of employment status on all-cause mortality in the late middle-aged and older population: results of the Korea Longitudinal Study of Aging (2006-2020). *Epidemiology and Health*, 2023; 45: 2023056.