



TRABAJO Y JUBILACIÓN: LA PERCEPCIÓN DE LAS MUJERES MAYORES RESIDENTES EN UNA PEQUEÑA COMUNIDAD DE LA CIUDAD DE RÍO DE JANEIRO/BRASIL

WORK AND RETIREMENT: THE PERCEPTION OF OLDER WOMEN RESIDING IN A SMALL COMMUNITY OF THE CITY OF RIO DE JANEIRO/BRAZIL

Viviane dos Santos Chester¹, Carolina Rebellato²

RESUMEN

Los impactos sociales, de la salud y ocupacionales de la jubilación pueden ser percibidos de manera diferente por las mujeres, debido a las experiencias de mayor vulnerabilidad social y falta de reconocimiento profesional. El objetivo de la investigación fue analizar la percepción de las mujeres mayores sobre el trabajo y la jubilación y comprender el impacto en su participación en temas laborales y de salud sociales. Se trata de una investigación cualitativa, realizada con 8 mujeres mayores, con experiencia laboral previa, residentes en la comunidad. Los datos se recopilaron mediante entrevistas individuales y en un grupo focal. El análisis, basado en la técnica de análisis de contenido, reveló cuatro categorías temáticas. El trabajo ha adquirido un papel central a lo largo de la vida, principalmente por el mantenimiento de los ingresos, la participación social, la socialización y una percepción positiva de salud y bienestar. En la prejubilación, además del trabajo, las mujeres participaban principalmente en actividades domésticas y religiosas. La jubilación repercutió en la reducción de ingresos e, inicialmente, no permitió la participación en nuevas ocupaciones. El género debe ser considerado en las acciones gubernamentales y en las investigaciones sobre el trabajo y la jubilación en la vejez, con el fin de reducir las desigualdades sociales y ocupacionales.

PALABRAS CLAVE

Envejecimiento, Trabajo, Jubilación, Terapia Ocupacional.

- 1 Graduado en Terapia Ocupacional en la Universidade Federal do Rio de Janeiro (2020). Posgraduación en Nuevos enfoques en salud mental: buenas prácticas de cuidado en libertad en el Centro Sul-Brasileiro de Pesquisa, Extensão e Pós-Graduação (2022). ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2890-8569>. E-mail: viviane.s.chester@gmail.com Celular: +55 (21) 9.8584-3230
- 2 Doctorado en Educación Especial (Educación del Individuo Especial) de la Universidade Federal de São Carlos (2016)..Maestría en Terapia Ocupacional por el Programa de Posgrado en Terapia Ocupacional de la Universidade Federal de São Carlos (2012). Graduado en Terapia Ocupacional de la Universidade Federal de São Carlos (2002). Profesora adjunta del Departamento de Terapia Ocupacional de la Universidade Federal do Rio de Janeiro ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8359-6724>. E-mail: crebellato.to@medicina.ufrj.br Celular: +55 (19) 9.9914-5559



ABSTRACT

The social, health, and occupational impacts of retirement may be perceived differently by women, due to experiences of greater social vulnerability and lack of professional recognition. The aim of the research was to analyze the perception of older women about work and retirement, and to understand the impact on their participation in labor and social issues. This is qualitative research, performed with 8 elderly women, with previous professional experience, residents of the community. Data was collected through individual interviews and in a focus group. The analysis, based on the content analysis technique, revealed four thematic categories. The work has assumed a central role throughout life, mainly by maintaining income, social participation, socialization and a positive perception of health and well-being. In pre-retirement, in addition to work, women were, above all, involved in household and religious activities. Retirement impacted on the decrease in income and, initially, did not allow participation in new occupations. Gender must be considered in government actions and in research on work and retirement in old age, in order to reduce social and occupational inequalities.

KEYWORDS

Aging, Work, Retirement, Occupational Therapy.

Recibido: 03/12/2021

Aceptado: 27/09/2022

INTRODUCCIÓN

El proceso de envejecimiento se ha producido rápidamente en el mundo debido, sobre todo, a la disminución de las tasas de fecundidad y mortalidad (Antunes & Moré, 2016; Centro Internacional de Longevidade-Brasil, 2015). Además, es importante considerar el aumento de la longevidad ante los avances tecnológicos en el área de la salud y la prontitud de la atención de emergencia y el seguimiento de las enfermedades crónico degenerativas (Antunes & Moré, 2016).

En Brasil, en 2018, el número de personas mayores era de aproximadamente 28 millones, lo que representa 13 % de la población nacional, con expectativa promedio de vida de 76,3 años (Instituto Brasileiro de Geografía e Estatística, 2019). Además, es importante destacar el proceso de feminización de la vejez, es decir, la mayor proporción de mujeres que de hombres en la población mayores, especialmente en edades más avanzadas (Almeida et al., 2015) “las mujeres pueden, en promedio, vivir de cinco a siete años más que los hombres” (Almeida et al., 2015, p. 116, nuestra traducción). En Brasil, estas mujeres, a veces responsables del cuidado de la familia, generalmente tienen pocos años de

educación y están insertadas en trabajos mal remunerados, principalmente destinados al trabajo doméstico y relacionados con el cuidado de terceros (Cunha, 2015).

Estos factores relacionados con las transformaciones demográficas, epidemiológicas y sociales han traído temas importantes a diversos ámbitos de la sociedad, como la salud, la vivienda y la seguridad social (Gonçalves & Branchi, 2019). En cuanto a los temas que involucran la seguridad social en Brasil hay, por un lado, una discusión sobre la reforma y el incumplimiento de las pensiones y, por otro lado, el impacto para los adultos mayores, especialmente los financieros y sociales (Gonçalves & Branchi, 2019).

El impacto económico se refiere a la jubilación, que en ocasiones es insuficiente para mantener el gasto en salud y medicamentos, la inversión en actividades de ocio, el acceso a bienes materiales y el mantenimiento de la renta familiar (Sato & Lancman, 2020). En cuanto al aspecto social, se sabe que, a lo largo de la vida, el trabajo juega un papel importante en la socialización e identidad ocupacional. Dado que el trabajador juega un papel central en la organización de la vida diaria, así como para la salud y el bienestar (Antunes et al., 2015;

Dutra et al., 2016), al jubilarse se pueden perder muchos de los lazos construidos, con el riesgo de un mayor aislamiento social y enfermedad.

En este contexto, la jubilación puede impactar la implicación en ocupaciones, especialmente en personas que no han planificado su jubilación, lo que requiere estrategias y cambios en su vida diaria y construcción de nuevos roles ocupacionales (Xavier et al., 2017; Antunes et al., 2015).

La literatura señala que las personas que han distribuido mejor su tiempo en otros roles ocupacionales además del propio trabajo a lo largo de su vida tienden a tener menos dificultad al momento de la jubilación, crean nuevas estrategias y rutinas para esta nueva etapa de la vida. Por otro lado, las personas que dedican la mayor parte de su tiempo a actividades relacionadas con el trabajo, sin equilibrio con otras ocupaciones, suelen tener más dificultades para reestructurar sus rutinas (Antunes et al., 2015; Costa et al., 2016a).

El momento de la transición de la vida laboral a la jubilación puede estar marcado por cambios significativos en la rutina (Xavier et al., 2017); Las rutinas son "secuencias establecidas de ocupaciones o actividades que proporcionan una estructura para la vida diaria" (American Occupational Therapy Association, 2020 p. 14). En este sentido, el período posterior a la jubilación suele estar marcado por una ruptura en la rutina que anteriormente se estructuraba en base al trabajo (Xavier, 2013). Durante este período, el rol del trabajador es reemplazado por el de "jubilado", lo que puede tener impactos positivos o negativos, dependiendo de la trayectoria vital del anciano y de la forma en que se haya planificado el proceso de jubilación a lo largo de los años (Costa et al., 2016a).

Mucha gente mayor, después de retirarse, puede experimentar una sensación de vacío y dificultades para adaptarse al nuevo momento de la vida. Por otro lado, puede ser un momento de redefinición de la vida, ligado a una mayor libertad para aprender nuevas actividades, descansar, o tener más tiempo para participar en la vida familiar y comunitaria (Antunes et al., 2015; Costa et al., 2016b; Xavier et al., 2017).

Entendiendo que el envejecimiento se da de forma heterogénea y que la trayectoria vital está influenciada por el contexto sociocultural en el que se encuentra

la persona, la persona mayor puede permanecer en el mercado laboral formal e informal incluso después de la jubilación. Algunas personas mayores permanecen en el mercado laboral por la necesidad de complementar los ingresos y apoyar a la familia, ya que muchos tienen el papel de proveedor principal (Ribeiro et al., 2018; Areosa & Bulla, 2010); Algunas otras personas mayores permanecerán activas en el mercado para ser vistas socialmente como productivas "ya que en una sociedad que sustituye al trabajo en todo momento, la persona solo se percibe útil a la sociedad cuando trabaja" (Costa et al., 2016b, p. 30).

Al permanecer en el mercado laboral, las personas mayores enfrentan algunas barreras actitudinales y ambientales, ya que el mercado no fue diseñado y estructurado para mantener este nuevo perfil de trabajadores. "La falta de oportunidades de formación y actualización de competencias es la principal responsable de la obsolescencia del trabajador" (Sato et al., 2017, p. 27) que en ocasiones se encuentran en condiciones precarias, sin prestaciones y con un gran desgaste físico y mental (Costa et al., 2016b; Sato et al., 2017).

Otro punto importante a ser abordado es la relación entre género y trabajo. Según Guiraldelli (2007), tras la Revolución Industrial se produjo un hito importante con la entrada de mujeres en mayor número al mercado laboral formal. En esta ocasión surgió maquinaria que no requería de fuerza bruta para operar las fábricas, incorporando trabajo femenino e infantil, ya que estos eran más baratos y, en consecuencia, más rentables para las grandes industrias de la época.

De este modo, la entrada de estas mujeres en el mercado no significó la valorización de esta fuerza laboral, de hecho, ocuparon puestos mal remunerados y poco reconocidos. Hasta el día de hoy, aún con más educación, las mujeres siguen siendo menos valoradas (Lima, 2018; Organização Internacional do Trabalho, 2016), además de tener turnos triples, ya que el trabajo doméstico y el cuidado de los niños y la familia sigue siendo, en su mayor parte, responsabilidad de la figura femenina (Passos & Guedes, 2018; Guiraldelli, 2007).

Las mujeres, a lo largo de su vida laboral, aún enfrentan varias dificultades: reciben salarios más bajos en comparación a los hombres que ocupan los mismos puestos (Organização Internacional do Trabalho, 2016) y están sujetas a trabajos de jornada reducida con



pocas garantías laborales o trabajo informal para realizar actividades de cuidado con el hogar y la familia. Estos aspectos pueden tener un impacto directo en el proceso de jubilación, en términos de tiempo y valor de los beneficios (Lima, 2018), reforzando aún más la desigualdad social entre géneros.

A pesar de los estudios mencionados, es importante comprender los cambios que se han producido en la rutina de las personas mayores, así como su repercusión en las ocupaciones después de la jubilación e incluso el mantenimiento del trabajo en la vejez, desde la perspectiva de las personas mayores. En consecuencia, el objetivo de esta investigación fue analizar la percepción de las mujeres mayores sobre el trabajo y la jubilación, además de comprender el impacto de este proceso en lo que respecta a la implicación laboral y social.

MÉTODO

Se trata de un estudio cualitativo, realizado en Vila Residencial de la Universidad Federal de Rio de Janeiro (UFRJ). La población de estudio fueron mujeres mayores que forman parte del Proyecto de Extensión “Terapia Ocupacional en Salud de Personas Mayores: Vila Residencial”. Este proyecto, que se encuentra en funcionamiento desde septiembre de 2016, está formado por 2 profesores de terapia ocupacional y 1 terapeuta ocupacional del Departamento de Terapia Ocupacional de la UFRJ, así como estudiantes de la Licenciatura en Terapia Ocupacional de la misma universidad y residentes del Programa de Residencia Multiprofesional del Hospital Universitario Clementino Fraga Filho (HUCFF) y, su principal objetivo es promover la participación social y la valoración de las personas mayores dentro de la comunidad en la que se inserta.

El estudio forma parte del Proyecto de Investigación “Factores asociados a los roles ocupacionales y la participación de las personas mayores residentes en una comunidad de la ciudad de Río de Janeiro” presentado y aprobado por el Comité de Ética del HUCFF da UFRJ, a través del Certificado de Presentación de Reconocimiento Ético (CAAE) n° 05063218.7.0000.5257.

Se trata de un estudio de conveniencia y los criterios de inclusión fueron: ser mujeres mayores, residir en la Villa Residencial, estar registrado en el mencionado Proyecto de Extensión, tener antecedentes laborales previos

y estar interesado en participar voluntariamente en la investigación, además de firmar el Formulario de Consentimiento Informado (FCI).

Los criterios de exclusión fueron: presentar alteraciones cognitivas y del lenguaje que pudieran comprometer la recolección de datos desde la perspectiva del investigador.

El presente estudio involucró solo a mujeres, entendiendo algunos aspectos: 1) el proceso de feminización de la vejez, donde la población mayor es mayoritariamente femenina, que corresponde al 11,7% de la población, mientras que el porcentaje de hombres mayores es solo del 9,8% (Camarano et al., 2016); 2) mayor vulnerabilidad social que enfrenta este grupo de población a lo largo de la vida (Cunha, 2015); falta de valoración y reconocimiento de la mujer en el mercado laboral (Organização Internacional do Trabalho, 2016).

Inicialmente, las mujeres mayores que formaban parte del proyecto de extensión con trayectoria laboral previa (n = 8) recibieron una invitación en su domicilio para participar en la investigación. Una vez aceptada, se agendó una cita previa para firmar el FCI y hacer el levantamiento del perfil sociodemográfico, económico y de salud en los propios domicilios de los participantes, considerando su disponibilidad de tiempo. Luego, se programó una segunda reunión para realizar la entrevista sobre el tema central.

El levantamiento de datos se realizó del 12/08/2019 al 15/09/2019, a través de entrevistas individuales, siguiendo un guión de preguntas elaborado a partir de la literatura y el objetivo de la investigación (Jacob & Furgerson, 2012). Todas las mujeres mayores que participaron en la entrevista individual también fueron invitadas a participar en un grupo focal—realizado el 10/03/2019, con la finalidad de propiciar la reflexión y discusión colectiva sobre el tema, mediada por los investigadores, a partir de preguntas desencadenantes formuladas tras un análisis previo de los resultados de la entrevista, con el objetivo de la validación de estos datos (Nyumba et al., 2018). El grupo focal se considera una técnica de investigación cualitativa, derivada de entrevistas grupales que recopilan información de un guión semiestructurado de preguntas que tienen como objetivo explorar un conjunto específico de preguntas. Esta técnica se basa en la noción de que la interacción grupal anima a los

encuestados a explorar y aclarar las perspectivas individuales y compartidas (Luke et al., 2019).

Tanto las entrevistas como el grupo focal fueron grabados en audio, transcritos y analizados por medio de la técnica de análisis de contenido, que se refiere a una técnica metodológica que puede ser aplicada en diversos discursos y formas de comunicación (Câmara, 2013). A partir del análisis de contenido, se identificaron dos categorías temáticas en el período de prejubilación y dos en el período de post jubilación, a saber: prejubilación-1) El trabajo como fuente de ingresos, salud y bienestar; 2) El trabajo como fuente de socialización, participación social y composición de roles ocupacionales asumidos a lo largo de la vida; y post jubilación-1) Cambios en los roles ocupacionales y de rutina; 2) Impacto en los ingresos. Estas categorías constituyeron un eje para discutir la trayectoria y percepción del trabajo a lo largo de la vida y las repercusiones en la vida diaria del proceso de jubilación. Para garantizar la confidencialidad, los nombres de los participantes fueron reemplazados por P, seguido de un número, de acuerdo con el orden alfabético del nombre de cada participante (P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7 y P8).

RESULTADOS

Caracterización de participantes

La investigación involucró a 8 mujeres mayores de entre 61 y 89 años, un promedio de 73,38 años. En cuanto al estatus social afectivo, 2 mujeres mayores eran solteras, 4 casadas y 2 viudas. De las 8 participantes, 7 vivían acompañadas, ya sea por su esposo, hijos, nietos o incluso sobrinos; solo una vivía sola. Seis participantes informaron tener hijos y nietos (promedio de 1,84 hijos y 3,17 nietos). En cuanto a la educación, 5 informaron haber completado la educación secundaria o técnica, 2 estudiaron hasta el quinto año de la escuela primaria y uno no pudo informar. En cuanto a los ingresos mensuales, las adultas mayores que percibían de 1 a 3 salarios mínimos eran 7 (n = 7) y de 3 a 5 salarios mínimos, 1 (n = 1), además, todas estaban inactivas, 1 de baja por problemas de salud y 7 jubiladas. Hay que destacar que, de estas 7 personas jubiladas, 5 informaron que se retiraron por enfermedad incluso antes de la edad de jubilación. Las enfermedades que más se notificaron entre

las mujeres mayores fueron la hipertensión arterial y la diabetes Mellitus, y 7 de las 8 participantes indicaron el uso de medicación continua para estos problemas de salud.

Los resultados de las categorías temáticas se presentan a continuación, subdivididos en prejubilación y post jubilación. El período de prejubilación involucró las siguientes categorías: 1) El trabajo como fuente de ingresos, salud y bienestar; 2) El trabajo como fuente de socialización, participación social y composición de roles ocupacionales asumidos a lo largo de la vida; El período posterior a la jubilación involucró las siguientes categorías: 1) Cambios en los roles ocupacionales y de rutina; 2) Impacto en los ingresos.

Prejubilación

El trabajo como fuente de ingresos, salud y bienestar.

Según el informe de los participantes, el trabajo como fuente de ingresos se destaca como uno de los beneficios más importantes para la vida, como se pudo identificar en los siguientes enunciados.

Sin trabajar, ¿cómo vamos a vivir? Hay que comer algo, pagar el alquiler, todo [...] Creo que trabajar es muy necesario, ¿no? [...] Hay que pagar la renta, hay que comer, hay que vivir [...] Nadie puede vivir sin trabajar (P2).

[...] Trabajas con mucho gusto, con mucho vigor, alegría, porque tienes tu dinero para gastar, tienes tu dinero para ayudar, ¿eso es muy bueno? [...] (P6).

El perfil de las participantes en esta investigación está marcado por mujeres que han trabajado a lo largo de su vida para asegurar el sustento de sus familias, ya sea en su primer núcleo familiar (padres y hermanos), o posteriormente en la construcción de sus propias familias (marido e hijos). Además del trabajo como fuente de ingresos y acceso garantizado a elementos básicos de supervivencia, como la alimentación y la vivienda, las participantes mencionaron que permanecer en el mismo trabajo durante muchos años puede contribuir a una mejor condición de salud y bienestar, especialmente cuando se hace lo que a uno le gusta, como se muestra a continuación.



Salí con alegría y volví con alegría...el trabajo es muy bueno, el trabajo es saludable, trabajamos y nos sentimos saludables. Mira, muchas veces dejé mi casa aquí y no estaba bien, cuando llegué me puse mejor. Salí molesto por momentos y llegué bien (P6).

Si tienes un trabajo, ¿no es genial? Incluso para nuestra salud, porque cuando estamos muy quietos solo tenemos problemas, enfermedades para nosotros. Estamos trabajando, ¿no? Estás ejercitando tu mente y tu cuerpo [...] Solo para que trabajemos, salir un poco de la casa para trabajar es divertido para nosotros. A veces estás lleno de problemas, luego sales de casa por un tiempo, eso te ayuda mucho (P5).

Trabajar hace muy bien, ¿sabes? Eso es lo que les dije, especialmente cuando nos gusta lo que hacemos (P4).

A pesar de esto, la mayoría trabajaba en roles que demandaban mucha de sus habilidades físicas porque eran actividades manuales, como los servicios generales y domésticos, que tenían impactos en la salud a largo plazo y, en consecuencia, limitaban su permanencia en el mercado laboral. Este problema es evidente en los siguientes relatos.

[...] Me jubilé por el problema de la osteoartritis. Porque trabajé en un servicio de limpieza, [...] esto de subir escaleras, limpiar esto, limpiar aquello (P7).

Solo paré porque tenía un problema grave de espalda, mucho dolor en mi cuerpo, así que lo dejé. (P2)

Las participantes también atribuyeron al trabajo un papel social importante para la adquisición y el mantenimiento de ingresos, salud y bienestar. Además, puede representar la posibilidad de construir vínculos afectivos, ampliar roles ocupacionales y una mayor participación social, como se presentará a continuación. El trabajo como fuente de socialización, participación social y composición de roles ocupacionales asumidos a lo largo de la vida.

Para las participantes de esta investigación, el trabajo jugó un papel importante en cuanto a la socialización

y participación social a lo largo de la vida, al brindar la construcción de vínculos y amistades. Este tema también puede estar vinculado al hecho de que permanecen en el mismo puesto durante muchos años, favoreciendo la construcción de estas redes y enlaces.

Cuando llegaron (aquí la participante se refiere a otros empleados) el café estaba listo para todos. Eso fue una alegría, dentro de la dispensa todos bebían su café. Me gustó servir, niña, y me gusta. Me encanta trabajar, el trabajo es muy bueno. Amo el trabajo (P6).

Los discursos de los participantes apuntan a la reflexión sobre cuánto la experiencia en el espacio de trabajo podría favorecer las relaciones interpersonales y los intercambios afectivos, además de la interacción y el compromiso en las actividades, que no necesariamente están vinculadas a las atribuciones de cada puesto. Al respecto, una participante señala cómo las relaciones laborales pueden contribuir a la construcción de la identidad ocupacional de una persona, a través de actividades que van más allá del entorno laboral, pero que fueron posibles a través de la creación de vínculos con los pares.

Siempre me llevé bien con mis compañeros de trabajo, siempre fui muy solidaria, era el día a día, era una fiesta. Hice los cumpleaños del mes todos los meses. Luego hicimos una fiesta, desayunamos, almorzamos. A veces venían los viernes a almorzar a mi casa (P4).

En cuanto a los roles ocupacionales, además del trabajo que realizaban fuera del hogar, los participantes asumieron roles ocupacionales concomitantes a lo largo de su vida, como miembros de la familia y cuidadores, como se representa en el siguiente discurso.

Me fui, dejé a mis dos hijos pequeños, no quería, pero tenía que trabajar. Los dejé en casa. Pero trabajaba en la calle tanto como en casa. [...] Hice toda la ropa de la escuela (aquí la participante se refiere a sus dos hijos), la lavé, la puse bonita. Incluso la comida, les separé todo. Les dije que no tocaran el gas. Chica, mi vida fue una pelea, fue una pelea (P6).

Realizar otras actividades, además de las laborales, no fue una tarea fácil para estas mujeres, sin tiempo, por ejemplo, para continuar sus estudios.

Estudiar es realmente difícil, junto con el trabajo. [...] Era una comida desde las seis horas (de la mañana) hasta las ocho de la noche. [...] Estudiar es difícil; bueno lo intenté (P6)

Incluso después de haber cumplido cierta edad. Voy a hacer un curso (dijo la participante). Luego decidí más tarde que lo iba a hacer, pero eso fue una pelea. [...] Vivía en el trabajo, salía cada 15 días, mi tiempo libre era cada 15 días. Quiero decir, entonces, la mayor parte de mi trabajo era como estar en el servicio. [...] Tienes un día entero para encargarte de todo, cuidar la casa, y esto y aquello, entonces el tiempo escaseaba (P7).

Las participantes de la investigación, aun que estaban interesadas, tenían pocos años de estudio debido a la necesidad de trabajar desde pequeñas para complementar los ingresos familiares, como se menciona en los enunciados.

[...] Mi madre, para sacarnos del trabajo pesado, que era la finca, nos puso en una casa familiar cuando teníamos diez años. Yo tenía diez años y mi hermana nueve. Y de ahí seguimos trabajando hasta hoy [...] (P2).

[...] Quiero decirte esto, toda mi vida he estado persiguiendo mucho trabajo, he trabajado desde los nueve años. No tuve padre ni madre al principio, porque se separaron [...] A los nueve años me puse a trabajar. Empecé en una casa familiar y sufrí mucho. Fue mucho sufrimiento, porque mi vida no fue fácil (P8).

Por otro lado, se pudo identificar que las participantes pudieron asumir actividades en otros escenarios a lo largo de su trayectoria vital, como el rol miembro de algún grupo religioso.

[...] Soy miembro de la iglesia [...], y trabajé hasta el año pasado, el año anterior al último. Trabajé haciendo bocadillos para niños (aquí la participante se refiere de la iglesia). [...] Salimos de aquí cargados para darles un bocadillo.

Solo paré porque tenía un problema grave de espalda, mucho dolor en mi cuerpo, así que lo dejé (P6).

Asisto a la iglesia, así que a veces hay algo. Es una fiesta. Vamos allí, nos ayudamos a cocinar y lo hacemos con toda la buena voluntad del mundo, sin nada que ver con eso. Lo haces porque te gusta (P7).

La participación en actividades y en diferentes contextos, que van más allá del ámbito laboral, además de posibilitar la expansión de las relaciones interpersonales, puede contribuir positivamente a la transición entre el trabajo y la jubilación, ya que tendrán la posibilidad de involucrarse, de alguna manera, en las actividades de forma activa, con sentido de pertenencia y utilidad. Sin embargo, en este estudio las participantes estuvieron más enfocadas a ocupaciones relacionadas con el cuidado del hogar y sus familias, y en el período posterior a la jubilación continuaron dedicándose a estas actividades, siendo el mayor cambio debido a la ruptura en la rutina de trabajo.

Post jubilación

Cambios en los roles ocupacionales y de rutina

El período posterior a la jubilación puede estar marcado por una ruptura en la rutina y la reorganización diaria. Este proceso de cambio puede traer aspectos negativos, con sensación de ruptura de vínculos, pérdida de control y responsabilidad, y también tristeza, como señalan dos participantes.

No me acostumbré a mi jubilación. Extraño esa responsabilidad que tenía, que me fue asignada. Entonces, pasarle eso a otra persona, luego me dolió mucho, porque quería estar ahí todavía. Luego lo echaba mucho de menos, todavía no me acostumbraba a mi jubilación. [...] ¡Incluso después de 2 años! (P4).

Por otro lado, puede traer aspectos positivos, con la sensación de disfrutar de un merecido descanso o la posibilidad de apoyar a los familiares.



Ahora tengo un descanso más, porque no salgo todos los días. (P5).

Mi única rutina hoy es servir el almuerzo a las 11 de la mañana porque mi hija viene a almorzar y mi nieto se va a enseñar, mi rutina es esta (P4).

De todos modos, las participantes de esta investigación, al jubilarse, aún mencionando cambios importantes en su rutina, en general, no buscaron nuevos ocios u otras ocupaciones significativas; continuaron realizando actividades que ya formaban parte de su contexto de vida, como el mantenimiento de la casa y la participación en actividades religiosas.

Todo cambió, cierto. Principalmente en lo que respecta al trabajo y al hogar. Porque tenía la rutina de salir del trabajo a las 5, llegar a casa, encargarme de la cena, barrer la casa [...] hoy ya no tengo esto (P4).

Casi no salgo de casa, siempre ha sido así. El domingo voy a la iglesia, pero no soy esa persona que sale de noche (P5).

Las intervenciones de las participantes destacan las actividades que se realizan en el ámbito del hogar o cerca de sus hogares, expandiéndose a acciones externas cuando se trata, sobre todo, de grupos de personas que ya conocen, como actividades ocasionales con amigos de la iglesia.

Impacto en los ingresos

Otro punto que surgió en las declaraciones de algunas participantes, cuando se les preguntó sobre los impactos que provocó la jubilación, fue el tema de la disminución de los ingresos.

Creo que después de que dejé de trabajar, creo que se redujeron los ingresos. Porque trabajé 6 años jubilada después de dejar el trabajo. Quiero decir, gané dos sueldos, de mi jubilación y del trabajo, así que lo siento un poco (P5).

Debido a la disminución de los ingresos tras la jubilación, existen informes sobre la importancia de la oferta de trabajo para personas mayores, incluso jubilados, para complementar sus

ingresos. Es un poco más de salario, esto para mí es muy importante. Yo sí puedo envejecer realmente, ¿verdad? No digo mucho, pero si tengo algo que hacer, iré hasta el final (P3).

En este sentido, los participantes creen que mantener el rol de los trabajadores en la vejez es algo positivo y les gustaría seguir comprometidos en las actividades laborales, dependiendo de algunos factores, como las condiciones de salud, por ejemplo.

Veo personas mayores allí que están siendo contratadas en supermercados, y las farmacias. Chicos, esto es muy bueno. Luego ves allí al niño, de nuevo, renovado. Esta es la vejez, ¿entiendes? (P1).

Además, la falta de oportunidades y los prejuicios contra las personas mayores se consideran barreras para participar en actividades laborales en la vejez.

Creo que en general la gente tiene que dar más oportunidades a las personas mayores, ¿sabes por qué? A veces es más activa que uno joven, ¿sabes? Hay más cosas que un novato a veces no hace. Y tal vez incluso este recién llegado, hombre, será amigo de esa persona mayor. ¿Por qué? Porque va a aprender, y si sabe escuchar a los mayores, ¡guau! Como va a aprender. Tanto las personas mayores aprenderán un poco de él, como también aprenderán un poco de las personas mayores (P3).

En las declaraciones mencionadas, los participantes explican que la inclusión de la persona mayor en el mercado laboral puede traer beneficios no solo personales, como el mantenimiento de los ingresos y la identidad ocupacional sino también sociales, como la transmisión de conocimientos y la solidaridad intergeneracional.

DISCUSIÓN

A pesar del reducido número de participantes, parece que su perfil está en consonancia con las características generales de la población mayores brasileña, que está compuesta, sobre todo, por personas mayores casadas o viudas, jubiladas, con un ingreso mensual de hasta tres salarios mínimos y con arreglo familiar unipersonal o formado por dos o más personas, donde el persona

mayor puede ser o no el jefe de familia (Faustino et al., 2020).

En cuanto a la situación ocupacional, se destaca que los últimos años de trabajo de las participantes en esta investigación estuvieron permeados por constantes bajas por motivos de salud, como también se evidencia en la literatura (Dutra et al., 2016). Por un lado, esta condición puede estar relacionada con problemas del propio envejecimiento fisiológico, donde las personas mayores son más propensas a padecer enfermedades crónicas (Maresova et al., 2019) pero, por otro lado, los lugares de trabajos son insalubres y poco adaptados a la nueva condición de la persona, lo que puede potenciar las dificultades enfrentadas y generar situaciones de enfermedad (Sato et al., 2017).

A pesar de eso se sabe que el trabajo es una de las principales ocupaciones a lo largo de la vida y una actividad central en la vida diaria del adulto, ya que además de ser un medio de subsistencia, genera mayor independencia, autonomía y reconocimiento social (Antunes et al., 2015). Específicamente respecto a la cuestión financiera, el trabajo permite que el individuo sea capaz de mantener su sustento y, muchas veces, el de sus familiares. Para algunas personas, la garantía de una fuente de ingresos se destaca como el factor más importante en el trabajo (Kubo & Gouvêa, 2012). En la literatura, estos aspectos son vividos por hombres y mujeres mayores, como lo mencionan Areosa y Bulla (2010); los autores señalan que, comúnmente, este grupo de población suele ser el responsable de mantener a su familia, donde en ocasiones las mujeres juegan un papel central en el mantenimiento económico de su núcleo familiar.

Además, se destaca que muchas mujeres terminan involucrándose en actividades laborales orientadas al cuidado de los demás, además de ser responsables del cuidado de la casa y de los niños, es decir, terminan teniendo horas más largas y agotadoras (Guiraldelli, 2007; Passos & Guedes, 2018). Sobre el recorte de género, un estudio del Instituto Brasileño de Geografía y Estadística (2019) mostró que las mujeres dedicaron, en promedio, 21,3 horas a la semana a actividades domésticas en 2018, casi el doble de la cantidad de hombres que dedicaron solo 10,9 horas a las mismas actividades. Además, muchas todavía se dedican a actividades fuera del hogar en sus respectivos trabajos, es decir, trabajan más porque tienen doble turno (Passos & Guedes, 2018; Guiraldelli, 2007).

Estos datos son importantes para comprender las barreras que enfrentan las mujeres para acceder al trabajo remunerado, tema que debe ser considerado en acciones con este público no solo en la vejez, sino a lo largo de la vida para reducir las desigualdades de género. La sobrecarga laboral por turnos dobles o incluso triples impacta directamente en los ingresos y la posibilidad de que las mujeres asciendan dentro de sus profesiones, ya que no queda tiempo para invertir en la cualificación profesional (Passos & Guedes, 2018).

Otro factor que se suma a este problema es la necesidad de que las mujeres de bajos ingresos comiencen la vida laboral muy temprano. No es raro tener un historial de interrupción de estudios en la juventud, lo que tiene un impacto directo en las oportunidades y el tipo de trabajo de estas mujeres; ya que con menor calificación terminan en puestos de escaso prestigio social, además de percibir bajos salarios que repercuten negativamente en sus derechos al proceso de jubilación (Azzolin, 2020).

El hecho de que tengan un trabajo más pesado, sumado a las jornadas agotadoras y largas, también puede influir en el tiempo disponible para dedicarse a actividades significativas que van más allá del entorno familiar y laboral (Passos & Guedes, 2018).

La participación de las personas mayores en actividades externas contribuye al período de vida posterior a la jubilación, aumentando la percepción de calidad de vida (Silva et al., 2017). Un estudio de Xavier et al. (2017), con 30 personas mayores —7 hombres y 23 mujeres— demostró que el involucramiento en las actividades a lo largo de la vida contribuye positivamente a la transición del trabajo a la jubilación, pues, incluso perdiendo el rol de trabajador, hay un compromiso continuo en otras actividades, mantenerse activo, con sentido de utilidad, mantenimiento de la socialización y el bienestar. A pesar de la falta de tiempo, las mujeres mayores del presente estudio pudieron mantener actividades en otros escenarios de vida a lo largo de la vida laboral, como miembro de la familia y servicio religioso. Sin embargo, después de la jubilación, a pesar del cambio de rutina, no ampliando su ámbito de participación, conforme identificado en los resultados. Para algunas mujeres mayores de la investigación, el cambio de rutina después del trabajo fue negativo, con presencia de sentimientos de tristeza, debido a la ruptura de vínculos y propósito de vida, pero, en cambio, para otras mujeres,



la jubilación significó una liberación para descansar y disfrutar del contacto con la familia.

En cuanto al bienestar en el trabajo, la literatura indica que esta variable, además de estar vinculada a la independencia económica y la socialización, implica un componente de satisfacción personal (Silva & Ferreira, 2013). Es importante comprender el valor del rol del trabajador para esta población y su percepción del desarrollo de sus habilidades y potencialidades. Así, el trabajo también se considera una fuente de bienestar, principalmente por el mantenimiento de la rutina, la identidad social, la necesidad de mantener activo el cuerpo y la mente y las interacciones sociales (Sobrinho & Porto, 2012). Las participantes de la presente investigación, como apuntado en algunas afirmaciones de los resultados, reforzar lo señalado en la literatura, es decir, la importancia del trabajo va más allá del beneficio de la renta, contribuye para el mantenimiento de la salud y el bienestar, ya que posibilita la ampliación de roles ocupacionales y una mayor participación social.

Es importante señalar que las interacciones sociales son parte de la construcción del individuo en diferentes entornos a lo largo de la vida, como escuelas, clubes, iglesia y trabajo. Así, el trabajo permite puede ampliar la red de socialización, además de generar una percepción positiva sobre la salud y el bienestar (Dutra et al., 2016).

El bienestar puede cambiar cuando, por ejemplo, las atribuciones y relaciones desarrolladas en el contexto laboral influyen negativamente en aspectos relacionados con la salud de trabajadores de diferentes grupos de edad (Sobrinho & Porto, 2012). Respecto a estos aspectos, existe evidencia de que el proceso de trabajo precario, el exceso de obligaciones y las largas jornadas afectan la salud mental de los trabajadores (Silva & Souza, 2016).

El impacto negativo de la jubilación, además de la ruptura y organización de la rutina, se refiere a la interrupción de los vínculos (Silva et al., 2017). De manera complementaria, el proceso de jubilación puede ser un predictor de depresión, dada la pérdida del rol social de un trabajador, pérdida de vínculos, estatus ocupacional y, en ocasiones, ingresos (Silva et al., 2018; Andreatto et al., 2016). La falta de preparación y orientación para este momento de la vida, ya sea económico, en nuevas ocupaciones o incluso en la recuperación de antiguas

tareas, también puede tener impactos negativos en la salud (Costa et al., 2016a), haciendo este tiempo más difícil para algunas personas mayores.

A pesar del impacto en los ingresos que genera la jubilación, es importante señalar que los beneficios de la seguridad social son responsables de reducir la pobreza entre las personas mayores, y las mujeres se encuentran entre las más beneficiadas (Gugel, 2016). En Brasil, muchas familias tienen garantizado su sustento con las contribuciones de las personas mayores jubilados, o que todavía están en el mercado laboral, aunque de manera informal (Gugel, 2016). Por lo tanto, es importante comprender el contexto en el que se inserta la persona, ya que las características culturales, socioeconómicas, de salud y persona les impactan en cómo se percibirá la jubilación (Xavier, 2017).

Para algunas mujeres mayores de la investigación, el cambio de rutina después del trabajo fue negativo, con presencia de sentimientos de tristeza, debido a la ruptura de vínculos y propósito de vida, pero, en cambio, para otras mujeres, la jubilación significó una liberación para descansar, disfrutar del contacto con la familia y dedicarte a las actividades de la casa con mayor tranquilidad.

En cuanto a la implicación en actividades significativas, Xavier et al. (2017) señalan que pueden facilitar la adaptación a la jubilación, en función de la historia de vida de la persona y ocupaciones anteriores. Una mayor participación en las actividades domésticas después de la jubilación, por ejemplo, puede estar vinculada al contexto sociocultural de las personas mayores, que a veces se centra en el cuidado del hogar y de los miembros de la familia a lo largo de su vida, incluso si están involucrados en actividades laborales concomitantes.

Como se mencionó anteriormente, otros estudios muestran que las mujeres dedican muchas más horas a la atención domiciliaria en comparación con los hombres (Soares, 2016; Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2019). Estos números traen una reflexión sobre cómo la sociedad naturaliza el desempeño de estas actividades como responsabilidad de las mujeres en sus diferentes ciclos de vida, reforzando como consecuencia el machismo y la sobrecarga laboral. Así, las horas de trabajo no remunerado terminan impactando los ingresos de estas mujeres en el entorno laboral

remunerado y reduciendo la posibilidad de dedicarse a otras ocupaciones (Soares, 2016).

La participación en otros espacios, además del entorno laboral a lo largo de la vida, posibilita la expansión de las relaciones interpersonales. Las mujeres mayores participantes de la investigación, identificadas en los resultados, señalaron que en la vejez han participado, además de actividades en el hogar y con la familia, actividades con amigos en la iglesia. Para la población de personas mayores, los grupos religiosos han jugado un papel importante en el apoyo social y la socialización (Andreatto, et al., 2016), además de posibilitar una función social en la comunidad, puede entenderse como un factor protector frente a los impactos negativos de la jubilación. De manera complementaria, Bigossi (2014) destaca los aportes de la participación de personas mayores longevas en ambientes religiosos para la socialización e intercambios intergeneracionales, a partir del involucramiento en actividades desarrolladas en la iglesia local, tales como fiestas que requieren organización y mayor participación en la comunidad.

En cuanto a la permanencia de la persona mayor en el mercado laboral, algunas personas mayores buscan seguir trabajando para complementar sus ingresos (Ribeiro et al., 2018). Actualmente, el mercado informal es el que más absorbe a esta población, la cual está sujeta al desarrollo de actividades sin garantías de empleo (Ribeiro et al., 2018). La necesidad de complementar los ingresos surge de la indispensabilidad del sustento de la familia y el mantenimiento del nivel de vida, y en el caso de las mujeres, se puede sumar al menor monto de la jubilación por las escasas o nulas cotizaciones a la seguridad social a lo largo de los años, que son un reflejo del menor acceso a la educación y la cualificación profesional, además de los turnos dobles (Lima, 2018; Areosa & Bulla, 2010).

Por lo tanto, brindar oportunidades para la inserción de las personas mayores en el mundo laboral se vuelve necesario tanto para el mantenimiento económico como para posibilitar la permanencia de quienes desean mantenerse en actividad profesional. Para ello, es necesario fomentar la continuidad en el mercado laboral a través de políticas públicas efectivas, como la posibilidad de reciclaje y cualificación de la población activa, y las sensibilización de las empresas y la sociedad, con el fin de combatir la discriminación por edad.

El *ageism* (en inglés), también llamado edadismo, se refiere a la discriminación por edad (Daniel et al., 2015). En cuanto a la discriminación por edad en el ámbito laboral, la sociedad valora a la juventud a expensas de los mayores, y se espera que haya una desvinculación del trabajo después de cierta edad (Paolini, 2016; Pinheiro et al., 2016), es decir, que las personas mayores le dé espacio a los más jóvenes.

Si bien existen leyes que afirman el derecho al trabajo de las personas mayores, como se discute en el Art. 26 del "Estatuto do Idoso" (Brasil, 2003), aún existe una gran resistencia en su implementación (Paolini, 2016), principalmente debido a la oferta de empleo, el interés social y las políticas económicas. Además, la falta de formación de esta población aparece como uno de los obstáculos para permanecer en el mercado laboral, donde los más jóvenes son percibidos como más cualificados (Paolini, 2016).

Pensando en la inserción y permanencia del adulto mayor en el mercado laboral, el tema de la intergeneracionalidad aparece como un aspecto positivo para la dinámica laboral porque "permite el intercambio de experiencias, el establecimiento de vínculos afectivos, el reconocimiento de las peculiaridades del otro y posibilidades como sujeto, además de posibilitar la ruptura de estereotipos" (Poltronieri et al., 2015, p. 301). Por lo tanto, los intercambios intergeneracionales pueden representar una gran ganancia para los trabajadores jóvenes y mayores, permitiendo el aprendizaje mutuo (Poltronieri et al., 2015).

Los intercambios intergeneracionales en diferentes contextos estarán cada vez más presentes, al considerar el envejecimiento y la longevidad de la población (Centro Internacional de Longevidade-Brasil, 2015). El entorno laboral no se diferencia de esta lógica, y las relaciones intergeneracionales también deben analizarse a la luz de los procesos de jubilación cada vez más tardía (Costa et al., 2016a). Por tanto, es necesario invertir en la construcción de una sociedad más tolerante e inclusiva, minimizando los prejuicios contra las personas mayores (Centro Internacional de Longevidade-Brasil, 2015).



CONSIDERACIONES FINALES

Esta investigación muestra que la percepción de las mujeres mayores sobre el trabajo y la jubilación, así como el impacto de este proceso en temas de salud, social y de participación laboral es variable, dependiendo del contexto de vida y aspectos personales, que pueden ser modificables.

De este modo, se destaca la importancia de hacer valer los derechos garantizados en las políticas públicas, así como también considerar el tema de género en las investigaciones sobre el trabajo y la jubilación en la vejez, con el fin de reducir las desigualdades sociales y ocupacionales y, ampliar la percepción de bienestar.

Como limitación de esta investigación, se destaca que algunos participantes trabajaron en unidades de la Universidad Federal de Río de Janeiro y fueron parte de un proyecto de extensión universitaria, lo que pudo haber contribuido de alguna manera a la receptividad para participar en la investigación. Por estas razones, se debe tener cuidado al capturar los resultados. Aun así, se destaca la relevancia de la investigación al identificar la percepción no solo del proceso de jubilación, sino también de la relación del trabajo de pre-jubilación con un grupo formado por mujeres mayores, dado el proceso de feminización de la vejez y las consecuencias de las desigualdades sociales cuestiones de género que sufren las mujeres a lo largo de su vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almeida, A. V. Mafra, S. C. T., da Silva, E. P., & Kanso, S. (2015). A Feminização da Velhice: em foco as características socioeconômicas, pessoais e familiares das idosas e o risco social / The Feminization of Old Age: a focus on the socio economic, personal and family characteristic soft He elderly and the social risk. *Textos & Contextos (Porto Alegre)*, 14(1), 115-131. <https://doi.org/10.15448/1677-9509.2015.1.19830>
- American Occupational Therapy Association. (2020). Occupational therapy practice framework: Domain and process (4th ed.). *American Journal of Occupational Therapy*, 74(Supplement_2), 7412410010p1-7412410010p87. <https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S2001>
- Andreatto, C. A. Costa, A. M. M. R., Scarpari, L., & Lopes, R. G. C. (2016). Aspectos psicossociais da aposentadoria. In: Costa, J. R. L., Costa, A. M. M. R., & Junior, G. F. (org.). *O que vamos fazer depois do trabalho? Reflexões sobre a preparação para a aposentadoria*. (pp. 63-76). São Paulo: Cultura Acadêmica. <https://doi.org/10.7476/9788579837630>
- Antunes, M. H., & Moré, C. L. O. O. (2016). Aposentadoria, saúde do idoso e saúde do trabalhador: Revisão integrativa. *Rev. Psicol., Organ. Trab.*, 16(3), 248-258. <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2016.3.681>
- Antunes, M. H., Soares, D. H. P., & Silva, N. (2015). Orientação para aposentadoria nas organizações: História, gestão de pessoas e indicadores para uma possível associação com a gestão do conhecimento. *Perspectivas em Gestão & Conhecimento*, João Pessoa, 5(1), 43-63. <https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/pgc/article/view/19114>
- Areosa, V. C., & Bulla, L. C. (2010). O envelhecimento humano e as novas configurações familiares: o idoso como provedor. 24(1), 161-171. http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-20492010000100008
- Bigossi, F. (2014). Envelhecimento e religiosidade: a sociabilidade construída através da fé. *Revista Nures*. 27. 1-7. <https://revistas.pucsp.br/index.php/nures/article/view/25995/18638>
- Brasil. (2003). Ministério da Saúde. Estatuto do Idoso (3ª ed.). Brasília: Editora do Ministério da Saúde. https://bvsm.sau.gov.br/bvsm/publicacoes/estatuto_idoso_3edicao.pdf
- Câmara, R. H. (2013). Análise de conteúdo: da teoria à prática em pesquisas sociais aplicadas às organizações. *Rev. Interinst. Psicol.*, 6(2). 179-191. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1983-82202013000200003&lng=pt&nrm=iso
- Camarano, A. A., Kanso, S., & Fernandes, D. (2016). Brasil envelhece antes e pós-PNI. In: Alcântara, A. O, Camarano, A. A., & Giacomini, K. C. (org.). *Política Nacional do Idoso: velhas e novas questões*. (pp. 63-103). Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada – IPEA. https://www.ipea.gov.br/portal/index.php?option=com_content&view=article&id=28693
- Costa, N. E., Mesquita, R. A. V., & Rocha, M. R. (2016a). Significado da aposentadoria na vida da pessoa idosa. In: Freitas, E. V., Py, L. (Eds.). *Tratado de geriatria e gerontologia. 4ª Ed.* Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- Costa, A. M. M. R., Moraes, F. P. Costa, J. L., & Lopes, R.G. (2016b). Envelhecimento e trabalho. In: Costa, J. R. L., Costa, A. M. M. R., & Junior, G. F. (org.) *O que vamos fazer depois do trabalho? Reflexões sobre a preparação para a aposentadoria*. (pp. 23-32). São Paulo: Cultura Acadêmica. <http://books.scielo.org/id/n8k9y>
- Cunha, R. P. (2015). *A mulher idosa no Brasil: percepções e expectativas de boas práticas na promoção do bem-estar promovidas pelo SESC em São Paulo* [Dissertação de Mestrado, Fundação Getúlio Vargas, São Paulo, Brasil]. <https://bibliotecadigital.fgv.br/dspace/handle/10438/15402>
- Daniel, F., Antunes, A., & Amaral, I. (2015). Representações sociais da velhice. *Análise Psicológica*, 33(3), 291-301. <http://publicacoes.ispa.pt/index.php/ap/article/view/972/0>

- Dutra, F. C. M. S., Costa, L., & Sampaio, R. F. (2016). A influência do afastamento do trabalho na percepção de saúde e qualidade de vida de indivíduos adultos. *Fisioter. Pesqui.*, 23(1), 98-104. <https://doi.org/10.1590/1809-2950/14900923012016>
- Faustino, C. G., Levy, R. B., Canella, D. S., Oliveira, C., & Novaes, H. M. D. (2020). Income and out-of-pocket health expenditure in living arrangements of families with older adults in Brazil. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(3). <https://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00040619>
- Gonçalves, A., & Branchi, B. A. (2019). Envelhecimento, sustentabilidade e reforma do Sistema de Seguridade Social brasileiro: um novo desafio demográfico para uma velha questão política. *Textos & Contextos*, 18(2), e30113. <https://doi.org/10.15448/1677-9509.2019.2.30113>
- Gugel, M. A. (2016). O direito ao trabalho, a preparação e a conquista da aposentadoria. In: Alcântara, A. O., Camarano, A. A., & Giocomin, K. C. (org). Política Nacional do Idoso: velhas e novas questões. *Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada - IPEA*. 63-103. https://www.ipea.gov.br/portal/index.php?option=com_content&view=article&id=28693.
- Guiraldelli, R. (2007). Presença feminina no mercado de trabalho: História e atualidade. *Revista da RET. Rede de Estudos do Trabalho*. <https://sil0.tips/download/estudos-do-trabalho-ano-i-numero-revista-da-ret-rede-de-estudos-do-trabalho#>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2019) <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/27877-em-media-mulheres-dedicam-10-4-horas-por-semana-a-mais-que-os-homens-aos-afazeres-domesticos-ou-ao-cuidado-de-pessoas>.
- Centro Internacional de Longevidade-Brasil. (2015). Envelhecimento ativo: Um marco Político em Resposta à Revolução da Longevidade. https://ilcbrazil.org/portugues/wp-content/uploads/sites/4/2015/12/Envelhecimento-Ativo-Um-Marco-Pol%C3%ADtico-ILC-Brasil_web.pdf
- Jacob, S. A., & Furgerson, S. P. (2012). Writing Interview Protocols and Conducting Interviews: Tips for Students New to the Field of Qualitative Research. *The Qualitative Report*, 17(42), 1-10. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2012.1718>
- Kubo, S. H., & Gouvea, M. A. (2012). Análise de fatores associados ao significado do trabalho. *Rev. Adm.* 47(4), 540-554. <https://www.revistas.usp.br/rausp/article/view/51903>
- Lima, C. R. N. A. (2018). Gênero, trabalho e cidadania: função igual, tratamento salarial desigual. *Revista Estudos Feministas*, 26(3), e47164. <https://doi.org/10.1590/1806-9584-2018v26n347164>
- Luke, M., & Goodrich, K. M. (2019). Focus Group Research: An International Strategy for Applied Group Research? *The Journal for Specialists in Group Work*, 44(2), 77-81. <https://doi.org/10.1080/01933922.2019.1603741>
- Maresova, P., Javanmardi, E., Barakovic, S. et al. (2019). Consequences of chronic diseases and other limitations associated with old age – a scoping review. *BMC Public Health*, 19 (1431), 1-17. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7762-5>
- Nyumba, T. O., Wilson, K., Derrick, C. J., & Mukherjee, N. (2018). The use of focus group discussion methodology: Insights from two decades of application in conservation. *Methods in Ecology and Evolution*, 9 (1), 20-32. <https://doi.org/10.1111/2041-210X.12860>
- Organização Internacional do Trabalho (2016). Mulheres no trabalho: Tendências 2016. https://www.ilo.org/brasilia/publicacoes/WCMS_457096/lang-en/index.htm
- Paolini, K. S. Desafios da inclusão do idoso no mercado de trabalho. (2016). *Rev. bras. med. trab.* 14(2), 177-182, 2016. <https://www.rbmt.org.br/details/47/pt-BR/desafios-da-inclusao-do-idoso-no-mercado-de-trabalho>
- Passos, L., & Guedes, D. R. (2018). Participação feminina no mercado de trabalho e a crise de cuidados da modernidade: conexões diversas. *Planejamento e Políticas Públicas*. 50, 67- 94. <https://www.ipea.gov.br/ppp/index.php/PPP/article/view/847>.
- Pinheiro, A. F. S., Ribeiro, D. J., & Souto, I. F. Q. (2016). Inserção do idoso no mercado de trabalho. *Humanidades*, 5(1), 82-92. http://www.revistahumanidades.com.br/arquivos_up/artigos/a90.pdf.
- Poltronieri, C. F., Costa, D. G. S., Costa, J. S., & Soares, N. (2015). Os desafios da construção da intergeracionalidade no tempo do capital. *Revista Kairós Gerontologia*, 18(4), 289-309. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2015v18i4p289-309>
- Ribeiro, P. C. C., Almada, D. S. Q., Souto, J. F., & Roberto, R. A. (2018). Permanência no mercado de trabalho e satisfação com a vida na velhice. *Ciênc. saúde coletiva*, 23(8), 2683- 2692. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018238.20452016>
- Sato, A. T., & Lancman, S. (2020). Políticas públicas e a inserção da pessoa idosa no mercado de trabalho no Brasil. *Rev. bras. geriatr. gerontol.*, Rio de Janeiro, 23(6): e200170. <https://doi.org/10.1590/1981-22562020023.200170>
- Sato, A. T., Barros, J. O., Jardim, T. A., Ratier, A. P. P., & Lacman, S. (2017). Processo de envelhecimento e trabalho: estudo de caso no setor de engenharia de manutenção de um hospital público do Município de São Cad. *Saúde Pública*, 33(10):e00140316. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00140316>
- Silva, C. A., & Ferreira, M. C. (2013) Dimensões e indicadores da qualidade de vida e do bem-estar no trabalho. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 29(3), 331-339. <https://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722013000300011>.
- Silva, M. M., Turra, V., & Chariglione, I. P. F. S. (2018). Idoso, depressão e aposentadoria: Uma revisão sistemática da literatura. *Rev. Psicol. IMED*, 10(2), 119-136. <http://dx.doi.org/10.18256/2175-50272018.v10i2.2858>



- Silva, M. O., Santos, A. S., Angelotti, L. C. Z., Andrade, V. S., & Tavares, G. S. (2017). Trabalho, atividades de lazer e apoio familiar: fatores para proteção da qualidade d vida de idosos residentes no município de Sacramento-MG. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*. 28(2), 163-172. <https://doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v28i2p163-172>
- Silva, M. P., B, M. H., & Souza, H. A. (2016). Relação entre saúde mental e trabalho: a concepção de sindicalistas e possíveis formas de enfrentamento. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 41, e23. <https://doi.org/10.1590/2317-6369000003416>.
- Soares, C. (2016). Os desafios (para as mulheres) do trabalho reprodutivo no Brasil com o processo de envelhecimento populacional: In Itaborá, N. R., & Ricolto, A, M. (org). Até onde caminhou a questão de gênero no Brasil? Implicações demográficas e questões sociais. *Associação Brasileira de Estudos Populacionais - abep*. <http://www.abep.org.br/publicacoes/index.php/ebook/index>.
- Sobrinho, F. R., & Porto, J. B. (2012) Bem-estar no trabalho: um estudo sobre suas relações com Clima Social, Coping e Variáveis Demográficas. *Revista de Adm. Contemporânea*. Rio de Janeiro, 16(2), 253-270. <https://www.scielo.br/pdf/rac/v16n2/v16n2a06.pdf>.
- Xavier, C. M. N., Bueno, K. M. P., Assis, L. O., Almeida, S. C., & Assis, M. G. (2017). A aposentadoria na perspectiva ocupacional: continuidade do curso de vida e novas possibilidades. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*. São Paulo. 28(2), 214-220. <https://doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v28i2p214-220>