

UNIVERSIDADE DO ALGARVE

***O PROCESSO DE TRANSIÇÃO DA VIDA ATIVA PARA A
REFORMA NO CONCELHO DE
LAGOA - ALGARVE***

Sandra Patrícia dos Santos Rodrigues Generoso

Dissertação de Mestrado em Educação Social

Trabalho efetuado sob a orientação de:

Professor Doutor António Carlos Pestana Fragoso de Almeida
e de Professor Doutor Carlos Miguel da Silva Ribeiro

2013

UNIVERSIDADE DO ALGARVE
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO E COMUNICAÇÃO

***O PROCESSO DE TRANSIÇÃO DA VIDA ATIVA PARA
A REFORMA NO CONCELHO DE
LAGOA - ALGARVE***

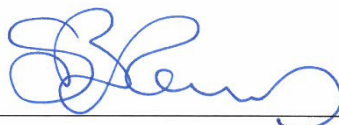
Sandra Patrícia dos Santos Rodrigues Generoso

Dissertação de Mestrado em Educação Social

**O PROCESSO DE TRANSIÇÃO DA VIDA ATIVA PARA A REFORMA
NO CONCELHO DE LAGOA - ALGARVE**

Declaração de autoria do trabalho:

Declaro ser a autora deste trabalho, que é original e inédito. Autores e trabalhos consultados estão devidamente citados no texto e constam da listagem de referências incluída.



© Copyright

A Universidade do Algarve tem o direito, perpétuo e sem limites geográficos, de arquivar e publicar este trabalho através de exemplares impressos reproduzidos em papel ou de forma digital, ou por qualquer outro meio conhecido ou que venha a ser inventado, de o divulgar através dos repositórios científicos e de admitir a sua cópia e distribuição com objetivos educacionais, não comerciais, desde que seja dado crédito ao autor e editor.

Ao *Stéphane* e, aos meus filhos, *Beatriz* e *Bernardo*, pela compreensão, motivação e carinho constantes.

Dedico ainda à memória do meu avô, Joaquim *Macário*.

"Não fazemos aquilo que queremos e, no entanto,
somos responsáveis por aquilo que somos".

Jean-Paul Sartre

Agradecimentos:

Este é o culminar de um desafio a que me propus há cerca de dois anos atrás na expectativa de atualizar conhecimentos e de crescer como pessoa e como profissional. Este caminho não teria sido possível sem o apoio incondicional do **Stéphane** em particular, mas também foram importantes as palavras de incentivo do meu irmão e sobrinhas, o amparo de retaguarda da minha mãe e ainda todo um conjunto de pessoas que em mim confiaram e me auxiliaram nesta jornada e que aqui importa referir.

Ao **Professor Doutor António Fragoso** e ao **Professor Doutor Carlos Miguel Ribeiro**, o meu reconhecimento pelo apoio na condução e orientação deste trabalho, incentivando-me a ultrapassar os momentos que pareciam imensuravelmente críticos.

Reconheço a todos os professores e colegas do Mestrado os momentos de troca de saberes e de experiências que contribuíram para o meu desenvolvimento académico, pessoal e profissional, com um agradecimento muito especial à **Sofia** e à **Emília** pela presença e palavras de estímulo constantes.

À Câmara Municipal de Lagoa, na pessoa do seu Presidente, **Dr. José Inácio Marques Eduardo** e, ao meu dirigente direto, o Vice-Presidente, **Rui Manuel Rosa Lopes Correia**, agradeço a habitual disponibilidade em acolher as minhas propostas e a facilidade de meios e condições para a concretização e eventual continuidade deste processo de investigação-ação. Ao Chefe de Gabinete, **Dr. Joaquim Cabrita**, agradeço as observações, os comentários e as oportunidades de partilha de opiniões.

À minha equipa da Ação Social da Câmara Municipal de Lagoa, que me assistiram e incentivaram para que fosse possível a concretização desta dissertação, em especial os contributos e o apoio da **Ana Filipa Ferreira**, bem como as reflexões partilhadas na nossa prática profissional diária, por parte da **Ana Marta Charneco**, da **Carla Silva**, da **Márcia Oliveira**, da **Cláudia Mestre**, da **Susana Godinho**, da **Sónia Duarte**, da **Carla Nicho** e da **Carla Serol**.

À Administração Regional de Saúde do Algarve e em especial à Unidade de Cuidados na Comunidade D'Alagoa, na pessoa da **Dr.ª Anabela Simões**; à Universidade Sénior da Associação Academia Cultural Sénior de Lagoa na pessoa da **D. Miraldina Diogo** e, às Intuições Particulares de Solidariedade Social, nomeadamente, Centro Popular de Lagoa na pessoa da **Dr.ª Sandra Monteiro**, Associação Cultural e Desportiva CHE Lagoense na pessoa do **Sr. José Armando**, Santa Casa da Misericórdia de Estômbar na pessoa do **Sr. Camarinha**, Centro de Apoio Social de Porches na pessoa do **Sr. Mateus**, Centro de Apoio Social de Carvoeiro na pessoa do **Sr. Viegas**, Centro de Apoio a Idosos de Ferragudo na pessoa da **Dr.ª Anabela Simão** e à ADR Centro Cultural e Social da Quinta de S. Pedro, na pessoa do **Sr. Álvaro Matos**; aos Presidentes das seis Juntas de Freguesia do concelho em geral, mas em particular ao **Enf. Francisco Martins** de Lagoa, ao **Sr. José Marques** de Porches, ao colega de sociologia **Luís Alberto** de Ferragudo e, ao amigo **Jorge Pardal** de Carvoeiro; obrigada por permitirem, autorizarem e facilitarem as melhores condições para a aplicação dos questionários, quando tal tarefa parecia interminável.

A todos os adultos mais velhos que colaboraram na realização dos inquéritos por questionário e em especial aos entrevistados, que partilharam as suas perceções, vivências e trajetórias de vida, o meu sincero agradecimento, sem vós este trabalho não teria objeto, nem utilidade!

Resumo:

Nesta investigação, abordo o envelhecimento com enfoque no processo de transição para a reforma, abarcando a passagem para novos padrões institucionais dependentes do *habitus* no qual os indivíduos se movimentam. A (re)construção de identidades, está subjacente às trajetórias de vida, à capacidade criativa de agência humana, sob influência dos contextos histórico, social e cultural. Recorri à metodologia qualitativa, num processo de investigação-ação, alicerçada no paradigma interpretativo. Este primeiro ciclo da investigação provocou uma autorreflexão da prática profissional e envolveu 157 adultos do concelho de Lagoa dos 60 aos 70 anos que participaram num inquérito por questionário, complementado por quatro entrevistas de episódio. Os resultados indicam que a transição para a reforma não é preparada, originando situações de ansiedade na sequência de um conjunto de mudanças estruturais. Não se encontra instituído um apoio formal ou informal na planificação da reforma. Identificou-se dois perfis de transição, um quando a reforma não é programada e é involuntária, com uma forte valorização da atividade profissional pelos sujeitos, que gera um período inicial de transição mais difícil. Pelo contrário, menor identificação profissional e uma reforma voluntária com preparação prévia, facilita um período inicial mais satisfatório. A satisfação com a reforma é maior quando os sujeitos encontram atividades de ocupação do tempo do não-trabalho na comunidade e/ou desenvolvem interesses pessoais. Associam a reforma positivamente ao tempo do descanso, do ócio e à oportunidade de escolhas. Os inquiridos não valorizam a continuidade de atividades remuneradas, a prática de voluntariado é quase inexistente. As narrativas indicam que durante o processo de transição os sujeitos recorrem a estratégias compensatórias de ação criativa, para (re)construir identidades e atenuar constrangimentos. Através de uma aprendizagem biográfica, replanificam a sua ação com base nas vivências de uma trajetória de vida passada, o que facilita o processo de transição e um envelhecimento mais bem-sucedido.

Palavras-chave: Envelhecimento, transição, reforma, trajetória de vida, identidade, agência humana

Abstract:

This research addresses ageing with the main focus on the transition process to retirement, comprising the passage to new institutional patterns dependent on the *habitus* in which the individuals move. Identity (re)construction underlies life course, the creative ability of agency, under the influence of historical, social and cultural contexts. Qualitative methodology was used, in an action research process, supported by the interpretative paradigm. The first research cycle resulted in a self-reflection on professional practice and involved 157 adults from Lagoa council aged between 60 and 70 years old, who participated in a survey conducted through a questionnaire, as well as four interviews. Results show that transition to retirement is not planned, thus causing anxiety following a set of structural changes. Neither formal nor informal support for retirement planning is found. Two transition profiles were identified. The first is an unplanned and involuntary retirement with a strong appreciation of professional activity by the individuals, which leads to a more difficult initial transition period. On the contrary, less professional identification and a voluntary retirement with previous planning facilitates a more satisfactory initial period. Retirement satisfaction increases when individuals find activities to occupy non-working time within their community and/or develop personal interests. Retirement is positively associated with repose time, leisure and choice opportunity. Individuals do not appreciate the continuity of remunerative activities and volunteering is nearly non-existent. Narratives show that individuals resource to creative action compensatory strategies throughout the transition process in order to (re)construct identities and attenuate constraint. By means of biographical learning, individuals review their action based on the experience of past life trajectory, which facilitates a more successful transition process and ageing.

Keywords: Ageing, transition, retirement, lifecourse, identity, agency

ÍNDICE

INTRODUÇÃO 1

CAPÍTULO I

1 ENQUADRAMENTO TEÓRICO 9

1.1 Traços do envelhecimento demográfico 9

1.2 O desafio do envelhecimento demográfico 11

1.3 O envelhecimento ativo ou bem-sucedido? 15

1.4 O processo de transição 21

1.4.1 Identidade, *agency* e estrutura 23

1.4.1.1 A (re)construção de identidade(s) 25

1.4.1.2 Capacidade de *Agency* 26

1.4.1.3 Fatores estruturais 27

1.5 A transição da vida ativa para a reforma 30

1.6 Breve roteiro pelas políticas sociais de velhice 33

1.6.1 As respostas locais para os adultos mais velhos 42

CAPÍTULO II

2 CAMINHO METODOLÓGICO..... 51

2.1 Paradigma Interpretativo de investigação..... 53

2.1.1 Procedimentos éticos..... 56

2.2 Método: um processo de investigação-ação 57

2.3 Técnicas de Recolha de Dados 62

2.3.1 Inquérito por Questionário 63

2.3.2 Entrevistas de episódio em profundidade..... 67

2.4 Métodos de Análise de Dados 72

2.4.1 Análise Estatística Descritiva..... 72

2.4.2 Análise de Conteúdo 73

2.5 Desenho da Investigação 76

CAPÍTULO III

3 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS..... 82

3.1 Caraterização geral da amostra do Inquérito por Questionário 82

3.1.1	Rendimentos.....	84
3.1.2	Encargos fixos mensais e participação social dos inquiridos.....	87
3.2	Contextualização biográfica dos entrevistados.....	88
3.2.1	Resumo biográfico de Renato	89
3.2.2	Resumo biográfico de Bruno.....	90
3.2.3	Resumo biográfico de Telma	91
3.2.4	Resumo biográfico de Dora.....	92
3.3	Identidade Pessoal e Social.....	93
3.3.1	Contexto histórico das trajetórias de vida dos entrevistados.....	93
3.3.2	Relações familiares e contexto socioeconómico dos entrevistados	95
3.3.3	Trajectoria profissional dos inquiridos	99
3.3.4	Significado atribuído à atividade profissional e relações sociais dos entrevistados	100
3.3.5	Preparação para a reforma.....	106
3.4	Envelhecimento e Reforma	111
3.4.1	Circunstâncias políticas.....	114
3.4.2	Significado da reforma	116
3.4.3	Dimensão emocional/social antes e após a reforma.....	119
3.5	Capacidade de <i>agency</i>	122
3.5.1	Atividades e espaços de lazer no concelho	127
3.5.2	Utilização das respostas sociais da comunidade pelos inquiridos.....	128
3.5.3	Segurança	129
3.5.4	Atividades antes e depois da reforma.....	129

CAPÍTULO IV

4	CONCLUSÕES / RECOMENDAÇÕES	135
4.1	Como preparam os adultos mais velhos a transição da vida ativa para a reforma?	135
4.2	Será este um processo de (re)construção de identidades sociais? Que narrativa identitária é utilizada pelos adultos mais velhos neste processo de mudança?	137
4.3	Que condições estruturais limitam a ação e as escolhas dos adultos mais velhos residentes em Lagoa no processo de envelhecimento?	139
4.4	Que potencialidades detêm os adultos mais velhos para ultrapassar este período de “crise” e de mudanças associado à transição para a reforma?	141

4.5	Serão os adultos mais velhos em Lagoa, cidadãos capacitados para ultrapassar as dificuldades estruturais associadas ao processo de envelhecimento? Que estratégias utilizam?.....	142
4.6	Recomendações e contributos para um Plano de Ação	145
4.7	Potencialidades, limitações e dificuldades da investigação.....	150
4.8	Sugestão de Investigações futuras	150
	Referências Bibliográficas	153
	ANEXO I Inquérito por Questionário	164
	ANEXO II Guião de Entrevista de Episódio em Profundidade: Relatos de Vida.....	177
	ANEXO III Declarações de Autorização para Aplicação dos Questionários	182
	ANEXO IV Transcrição das Entrevistas	188
	ANEXO V: Matriz da Análise de Conteúdo das Entrevistas	364
	ANEXO VI: Tabelas <i>Social Package Statistical Science</i> (SPSS) no âmbito do tratamento do Inquérito por Questionário	435

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 2.1- Modelo de Investigação-Ação de Elliott	59
Figura 2.2 - Espiral de Ciclos da Investigação-ação	60
Figura 2.3 - Questão Generalista do Guião de Entrevista de Episódio	70
Figura 2.4- Desenho de Investigação adaptado ao modelo de Maxwell (2005)	76
Figura 2.5 - Caminho Metodológico	79

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 3.1 - Número de elementos do agregado familiar	83
Gráfico 3.2 - Escolaridade dos Inquiridos.....	84
Gráfico 3.3 - Rendimento Individual Mensal.....	85
Gráfico 3.4 - Rendimento Mensal do Agregado Familiar.....	85
Gráfico 3.5 - Proveniência dos Rendimentos.....	87
Gráfico 3.6 - Idade de início da atividade profissional	99

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1.1 - Respostas Sociais e de Saúde normalizadas no concelho de Lagoa (Algarve)....	46
Tabela 2.1 - População residente no concelho de Lagoa com 60-64 anos por local de residência e género	64
Tabela 2.2 - População residente no concelho de Lagoa, com 65-69 anos por local de residência e género	65
Tabela 2.3 - Caracterização dos Entrevistados (construção própria)	71
Tabela 3.1 - Dimensão final da amostra por local de residência.....	82
Tabela 3.2 Idade em que deixou de trabalhar versus idade atual	100

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 3.1 - Diferenças entre as atividades desenvolvidas antes e depois da reforma: Saúde, atividade física, formação e educação de adultos, exercício de cidadania e ocupação de tempos livres	132
--	-----

INTRODUÇÃO

Apresenta-se nesta dissertação uma investigação que aborda o processo de transição da vida ativa para a reforma no concelho de Lagoa no Algarve, cuja pertinência e motivações pessoais são explanadas nesta introdução, com a identificação das questões de partida que animaram este estudo e os respetivos objetivos da investigação.

A opção pela temática em apreço prende-se com o desafio atual que constitui o envelhecimento demográfico, reforçado pelo facto de desempenhar um cargo de direção na Unidade de Ação Social e Saúde do Município de Lagoa. Este serviço é responsável pela implementação a nível local dos projetos e medidas de apoio social e financeiro, que enquadram a intervenção da autarquia a nível da sua política social dirigida aos adultos mais velhos, pelo que se constitui uma excelente oportunidade de desenvolver um processo de investigação-ação e também, facilitar a conciliação da vida académica com a profissional.

Aquela Instituição pretende facilitar a qualidade de vida destas pessoas e promover os seus direitos de cidadania, criando respostas adequadas às suas necessidades, consciente das alterações demográficas verificadas no último século (Rede Social, 2012), nomeadamente o “aumento dos grupos etários com mais idade e de uma redução dos grupos etários mais jovens” (Nazareth, p. 26), o que se reflete no envelhecimento da população.

A política social de velhice da autarquia encontra-se explanada no preâmbulo do Regulamento n.º 173/2009, de 29 de abril, que normaliza as regras de atribuição e utilização do cartão *lagoasocial* vocacionado para pessoas com 65 ou mais anos de idade ou em situação de dependência. Naquele regulamento é referenciado como pressuposto, enquanto organismo público de proximidade, a pretensão do Município em,

desenvolver mecanismos que promovam a acessibilidade de todos aos recursos, aos direitos, aos bens e aos serviços, independentemente da sua idade, da sua condição de saúde ou situação económica que permitam essencialmente à população sénior, dependente ou em situação de isolamento uma ocupação útil do seu tempo, bem como o acesso a actividades e serviços enquadrados nos seus interesses e necessidades. (p. 17230)

As autarquias do concelho de Lagoa e restantes parceiros sociais, nomeadamente as Instituições Particulares de Solidariedade Social, Misericórdias e Associações locais, têm vindo a contribuir localmente, quer para o alargamento dos equipamentos e respostas sociais

no concelho para adultos mais velhos, quer para um incremento de ações de apoio social, de animação sociocultural, promoção da saúde e da atividade desportiva, bem como de educação permanente (Rede Social, 2011; 2012a).

Para além das questões profissionais subjacentes, considera-se ainda pessoalmente, que para além do desenvolvimento de ações tendentes à promoção dos pressupostos defendidos pela União Europeia no âmbito do envelhecimento ativo por parte das autarquias e dos parceiros sociais do concelho de Lagoa, será de primordial interesse desenvolver estudos complementares, que permitam aos decisores políticos e aos agentes locais delinear estratégias adaptadas às necessidades e expectativas dos adultos mais velhos, de acordo com a sua perspetiva e entendimento relativo à temática do envelhecimento ativo, valorizando o seu papel em particular na promoção do desenvolvimento local.

Em conformidade com o consenso existente relativo à multiplicidade de fatores internos e externos que influenciam o processo de envelhecimento, nomeadamente as dimensões biológicas e funcionais, mas também a qualidade de vida (Almeida, 2007), o conceito de envelhecimento adota uma visão holística que se estende ao longo do curso da vida dos indivíduos, havendo a necessidade de enquadrar o indivíduo no meio, reconhecendo o seu papel quer em relação à sua própria trajetória de vida, quer em relação às dinâmicas coletivas (Ribeiro & Paúl, 2011), sendo estes os propósitos que guiaram a presente investigação.

Almeida (2007), numa reflexão sobre o conceito de envelhecimento, salienta a importância de levar em conta na definição de políticas o estímulo à “agência humana”/ *agency*, mas também as condições e capacidades, que são pré-requisitos para que as pessoas possam escolher/agir adequadamente. Como ainda os fatores estruturais relevantes para o envelhecimento” (p. 22), como o são as condições históricas, sociais e culturais no espaço onde a pessoa se movimenta. Neste sentido, são considerados fatores de género e culturais e definem-se determinantes pessoais, comportamentais, económicas, do ambiente físico, sociais, bem como relativamente aos serviços sociais e da saúde que contribuem para uma adaptação mais ou menos favorável ao processo de envelhecimento (Moen, 2003; Rosa, 1993, 1996, 2012; Fonseca, 2006; Marques, 2011; Ribeiro & Paúl, 2011).

Assim, a abordagem de envelhecimento tomada por este estudo relativo ao processo de transição da vida ativa para a reforma, terá em conta um processo individual e coletivo dos adultos mais velhos. Individual, por promover a tomada de consciência das pessoas no que concerne à potencialização das suas capacidades através da otimização do seu bem-estar físico, social, mental. Coletivo, porque consideramos que importa promover a participação

dos adultos mais velhos na sociedade, incentivando à manutenção e desenvolvimento de relações sociais, facilitadoras da sua identidade pessoal e social, para que assumam um papel determinante na criação de condições que permitam otimizar as suas competências pessoais e sociais, complementarmente à facilitação de circunstâncias sociais e contextuais adequadas por parte da comunidade onde se inserem.

Acresce ao atrás mencionado, de que esta é uma temática que está hoje na ordem do dia, não tivesse sido 2012 o "Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações", propondo-se Portugal a seguir as diretivas da União Europeia, com a dinamização de um programa nacional alusivo à temática ao longo daquele ano o que mobilizou a sociedade civil para a problemática em questão.

Desta iniciativa europeia, conforme refere Quaresma (2007), sobressai a tónica na continuidade da produtividade e valoração "das capacidades individuais como factor determinante da qualidade do envelhecer, num contexto de heterogeneidade crescente dos contextos, dos percursos e das vivências, envelhecimento activo não deve nem pode ser confundido com novos estereótipos, nem ser confinado a modelos preestabelecidos" (pp. 40-41).

Tanto mais importante será incidir sobre esta temática no contexto profissional de um órgão da administração do Estado, no sentido de evitar eventuais políticas de lógica assistencialista, integrando antes uma perspectiva de empoderamento, que obriga a um conhecimento local das necessidades e aspirações dos adultos mais velhos residentes no concelho de Lagoa, na voz dos próprios, como sustenta Quaresma (2007).

Esta opção de enquadrar a investigação na dinâmica da autarquia, vai no sentido de que "é possível limitar os inconvenientes e otimizar as vantagens do envelhecimento demográfico, tendo também em conta que, como tudo indica, o perfil dos futuros seniores (estatuto social, necessidades, aspirações, capital cultural, económico, etc.) não é coincidente com o atual", como refere Michel Loriaux (1995), citado por Rosa (1998, p. 1194), havendo a possibilidade através desta investigação de rever preconceitos e práticas sociais.

Considera-se que as "próximas gerações virão bem mais munidas para responder às dificuldades materiais e culturais, com maior sentido de autonomia e uma mais poderosa consciência de cidadania, promotora de maior capacidade de resolução dos problemas individuais e mesmo coletivos" (Rosa, 2001, p. 50) associados ao envelhecimento.

Como tal será pertinente compreender a capacidade de ação voluntária, de emancipação de um indivíduo, essa *agency* sobre a sua trajetória de vida, associada aos fatores estruturais, como a classe, o género, as condições físicas, económicas e sociais que a condicionam

(Ecclestone et al., 2007), considerando o desafio global do envelhecimento demográfico, imbuída pelas seguintes questões:

- *Como preparam os adultos mais velhos a transição da vida ativa para a reforma?*
- *Será este um processo de (re)construção de identidades sociais? Que narrativa identitária é utilizada pelos adultos mais velhos neste processo de mudança?*
- *Que condições estruturais limitam a ação e as escolhas dos adultos mais velhos residentes em Lagoa no processo de envelhecimento?*
- *Que potencialidades detêm os adultos mais velhos para ultrapassar este período de “crise” e de mudanças associado à transição para a reforma?*
- *Serão os adultos mais velhos em Lagoa, cidadãos capacitados para ultrapassar as dificuldades estruturais associadas ao processo de envelhecimento? Que estratégias utilizam?*

Considerando que em Portugal a idade de referência para aceder ao sistema de proteção social por velhice se situa nos 65 anos de idade, conforme determina o decreto-lei n.º 187/2007, de 10 de maio, tomou-se esta idade como referência de partida para a delimitação dos participantes no estudo. Assim e com base nas questões iniciais anteriormente referenciadas, delinearam-se três grandes objetivos para a investigação que se subdividiram em objetivos específicos, os quais passamos a enumerar:

Objetivo Geral 1 Compreender as necessidades e as dificuldades dos adultos mais velhos relativamente ao seu processo de transição para um novo ciclo de vida, que compreende a passagem da vida ativa para a reforma. Desta forma, o estudo centra-se na representação dos adultos entre os 60 e os 70 anos de idade residentes no concelho de Lagoa.

- **Objetivo específico 1.1** Identificar os obstáculos e dificuldades inerentes ao processo de transição da vida ativa para a reforma;
- **Objetivo específico 1.2** Identificar perfis de transição da vida ativa para reforma.

Objetivo Geral 2 Salientar as potencialidades do processo de envelhecimento, contribuindo para a reflexão acerca das políticas sociais orientadas até à data para um apoio social institucionalizado, como o são os lares, centros de dia e apoios domiciliários, através do reco-

nhecimento das transições biográficas dos adultos mais velhos inerentes à passagem da vida ativa para reforma, assente nas circunstâncias históricas, económicas e sociais que as condicionam (Moen, 2003) no âmbito das suas trajetórias de vida.

- **Objetivo específico 2.1** Compreender as mudanças existentes a nível familiar, de modos de vida, socio-relacional na transição da vida ativa para a reforma;
- **Objetivo específico 2.2** Aferir os diversos significados da reforma considerando os contextos sociais, económicos e culturais dos adultos mais velhos;
- **Objetivo específico 2.3** Identificar as implicações das trajetórias de vida dos adultos mais velhos no processo de transição da vida ativa para a reforma e na construção da identidade pessoal e social associada ao envelhecimento.

Objetivo Geral 3 Envolver os atores sociais, quer seja a população de referência, os adultos mais velhos residentes no concelho de Lagoa, quer sejam os decisores e técnicos da autarquia e das Instituições que atuam no concelho de Lagoa a este nível, ao longo do processo de investigação, de forma a permitir o desenvolvimento de uma política social local que garanta oportunidades de qualidade de vida aos adultos mais velhos aquando a transição da vida ativa para a reforma.

- **Objetivo específico 3.1** Apresentar propostas de adequação das respostas locais a nível ocupacional, de apoio social ou mesmo a nível económico e cultural às necessidades dos adultos mais velhos;
- **Objetivo específico 3.2** Apresentar propostas com o objetivo de limitar e atenuar os inconvenientes inerentes ao processo de transição da vida ativa para a reforma;
- **Objetivo específico 3.3** Evidenciar as potencialidades da participação cidadã dos adultos mais velhos no concelho de Lagoa – Algarve.

Considera-se por tal, que esta investigação contribuiu em larga medida para repensar formas de agir na prática profissional e sustentar a decisão nos seus diversos níveis de influência, no contexto de uma política social de âmbito local.

Por fim, importa referir que esta dissertação compreende quatro capítulos, sendo que o primeiro é constituído por uma revisão da literatura sobre a matéria em estudo, constituindo o enquadramento teórico.

No segundo capítulo, apresenta-se a discriminação e a defesa do caminho metodológico da investigação, enquadrada no paradigma interpretativo no âmbito de um processo de inves-

tigação-ação, argumentando a escolha de uma abordagem metodológica mista através da utilização de técnicas de recolha de dados quer quantitativos, quer qualitativos. Neste capítulo são ainda discriminados os procedimentos adotados, bem como a definição da amostra e, por fim, apresenta-se a opção tomada quanto aos métodos de análise de dados e ao desenho da investigação.

O terceiro capítulo é constituído pela apresentação dos resultados de uma forma integradora no âmbito de uma abordagem metodológica mista, convergindo os dados do inquérito por questionário, com os dados resultantes das entrevistas, utilizados em simultâneo durante a investigação, o que resultou numa descrição mais detalhada do fenómeno da transição da vida ativa para a reforma, facilitando a compreensão das várias dimensões que o caracterizam (Denzin, 2009; Flick, 2004).

No quarto capítulo consideram-se as conclusões retiradas desta investigação e apresentam-se recomendações e contributos para a delineação de um Plano de Ação, com a identificação das dificuldades, potencialidades e pistas para futuras investigações.

Salienta-se por fim que esta dissertação foi redigida e é apresentada de acordo com o sistema de normas da *American Psychological Association* (APA), segundo a 6ª edição do *Publication Manual of the American Psychological Association*.

CAPÍTULO I
ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1 ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Neste estudo aborda-se o envelhecimento demográfico como uma oportunidade de mudança de paradigma, implicando a viragem para uma política global da idade (Nazareth, 2009), com enfoque no período que constitui o fim do ciclo do trabalho, ou seja a transição para a reforma. É nossa intenção, compreender os diferentes perfis de transição ao qual está associado, com o ensejo de apresentar recomendações para facilitar o processo de envelhecimento dos adultos mais velhos no concelho de Lagoa (Algarve), pretensão esta que guiou a estruturação do enquadramento teórico que o sustenta.

1.1 Traços do envelhecimento demográfico

Tal como noutras regiões do mundo, os países europeus assistem a significativas alterações na sua estrutura populacional, pelo que nos tempos atuais os europeus, e os portugueses em particular, vivem mais anos e de forma mais saudável, prevendo-se que esta tendência não se altere. Esta tendência é consequência do desenvolvimento económico, maior acesso aos cuidados de saúde, progressos científicos, tecnológicos e sociais, que proporcionam oportunidades no que concerne à melhoria da qualidade de vida das pessoas e relevantes ganhos em saúde na população em geral (Fernandes, 2005; Fernandes, 2007; Nazareth, 2009).

De verdade, temos vindo a assistir a significativos ganhos no tempo de vida nas últimas três décadas em Portugal, 5,2 anos para as mulheres e 4,2 anos para os homens, sendo que as pessoas idosas vivem durante mais tempo (Machado, 2007).

A população da Europa dos 27 (EU 27), com idade superior ou igual a 65 anos, aumentou 4,6% representando, em janeiro de 2010, 17,4% da população total ou seja, mais de 87 milhões de pessoas (European Union [EU], 2012).

Consultados os dados do Eurostat (EU, 2012), estes identificam a Europa como o continente com maior percentagem de população mais velha, apresentando 35,6% da população com mais de 50 anos em 2010, verificando-se a par com esta constatação, a taxa média de crescimento anual mais reduzida do mundo entre os anos de 1990 e 2010, atingindo apenas 0,1%, pelo que se atualmente a idade média da população da União Europeia é de 40,9 anos mas em 2060 prevê-se que seja de 52,6 anos.

Assiste-se a um duplo envelhecimento demográfico da população portuguesa, com uma diminuição de jovens e um aumento considerável dos mais velhos. Segundo os Censos 2011, 17,9% da população do concelho de Lagoa tem 65 ou mais anos, sendo que destes 46% tem

75 anos ou mais, contra 15,7% de jovens entre os 0 e os 14 anos (Instituto Nacional de Estatística [INE], 2012). Segundo Oliveira (2007), as previsões mais otimistas colocam a esperança de vida em 150 anos durante o presente século, enquanto os menos otimistas apontam para os 85 anos.

Existe por um lado uma grande proporção de pessoas idosas e uma idade média muito elevada face ao crescimento dos grupos etários com mais idade, por outro lado constata-se uma diminuição dos grupos etários mais jovens, o que coloca Portugal num dos países mais envelhecidos da Europa e do mundo (Nazareth, 2009). Portugal é também o segundo país na União Europeia com a taxa de natalidade mais baixa, registando-se uma média de 1,3 nascimentos por mulher, cuja esperança média de vida à nascença é atualmente de 79,2 anos, enquanto a idade média dos portugueses encontra-se nos 41,87 anos (Instituto Nacional de Estatística (INE, 2012; EU 2012).

Esta é uma realidade consolidada pelos dados dos últimos Censos que decorreram há dois anos atrás, em que os municípios do litoral e da região Algarve em particular, como é o caso de Lagoa, já apresentam um elevado índice de envelhecimento. Dados do Instituto Nacional de Estatística referentes a 2011 apresentam para Lagoa um índice de envelhecimento de 114,3 quando em 2001 era de 95,9 (INE, 2012).

De referir que as projeções do Instituto Nacional de Estatística entre 2008-2060 apontam para um aumento da população ativa em Portugal apenas no grupo etário entre os 55 e os 64 anos, bem como um aumento do peso relativo da população com 65 ou mais anos, em que o índice de envelhecimento continuará a aumentar, face ao expectável decréscimo da população jovem em consonância com o aumento da população com mais de 65 anos, pelo que se assistirá a um aumento dos indivíduos com mais de 80 anos (INE, 2009).

De acordo com os resultados dos Censos 2011, conforme aumenta a idade verifica-se uma supremacia da população feminina, pelo que no último censo a relação de masculinidade¹ da população com 65 ou mais anos a nível nacional desce para 78,4, enquanto nos Censos de 2001 era de 79,1. No concelho de Lagoa 54,9% da população residente com 65 ou mais anos, é do sexo feminino (INE, 2012), havendo ainda uma ligeira supremacia das mulheres, mas verifica-se que também segue a tendência generalizada da feminização da população mais velha portuguesa.

Como expõe Oliveira (2007), a Europa já foi a terceira potência demográfica com 6,6% da população mundial em 1994, apresentando-se agora com um lento crescimento em que as

¹ Relação de masculinidade é a relação (ou proporção) entre o número de indivíduos do sexo masculino e os do sexo feminino, habitualmente expresso por 100 (10²) mulheres.

populações mais jovens têm vindo a decrescer desde 1970, dificultando a adaptação dos sistemas sociais demasiado rígidos para esta nova realidade, "cujos impactos simbólicos, sociais, culturais, económicos e políticos não podem deixar de ser pensados sob pena de comprometermos o futuro e a convivência intergeracional" (p. 82).

Conforme salientam Lopes e Lemos (2012), Portugal ocupa o 8.º lugar dos países mais envelhecidos a nível mundial face à proporção de indivíduos com idade igual ou superior a 60 anos. Assim sendo, o contexto demográfico é de facto relevante para uma urgente definição de políticas futuras em diversas áreas de ação (Conselho Económico e Social [CES], 2013).

1.2 O desafio do envelhecimento demográfico

Segundo Nazareth (2009), é fulcral que nos preparemos para o irreversível envelhecimento demográfico através de uma política global da idade, impondo-se uma mudança de paradigma em relação à questão dos idosos, considerando a dinâmica de uma "sociedade mosaico", baseada no individualismo, na diversidade, na mobilidade e na escolha, que produz estilos de vida que importa analisar, no sentido de compreender o que significa ser velho no século XXI, em que "o tempo para o estudo, o tempo para o trabalho e o tempo para o descanso sejam, progressivamente, independentes da idade" (p. 183).

Na nossa sociedade a velhice é reconhecida com base em critérios de idade e de estatuto, pelo que o envelhecimento demográfico provoca um aumento das situações de marginalidade social, não se reconhecendo utilidade social aos mais velhos pelo facto de não existir uma visão integrada do ciclo de vida, com uma perceção artificial de rutura entre dois momentos da vida e duas idades: a idade ativa e a idade pós-ativa (Rosa, 1993).

De facto, como referem Fernandes e Botelho (2007), não foram considerados desde logo, os eventuais efeitos negativos relativamente à reforma, nomeadamente as consequências associadas à diminuição da vida social e a eventual discriminação associada à idade, pelo que surgiram nestas duas últimas décadas orientações políticas de âmbito internacional, transportadas para as dimensões nacional e local, no sentido de promover um envelhecimento ativo, desafiando a sociedade a uma abordagem múltipla deste fenómeno.

Conforme afirmam alguns autores é certo que a "idade funciona como um marcador social importante, determinando os papéis sociais, o estatuto, o poder e as responsabilidades que atribuímos aos diferentes grupos etários" (Marques, Batista & Silva, 2012, p. 58). No entanto, segundo estes autores, essas perceções com base na idade, poderão originar processos de exclusão das pessoas que se reformam da sua vida produtiva, provocando o fenómeno do

idadismo, por se considerar que as pessoas mais velhas sobrecarregam os recursos económicos e de saúde e deixam de contribuir para a sociedade. O *idadismo* é correspondente ao termo em inglês de *ageism*, como refere Marques (2011), mencionando que relativamente às pessoas mais velhas poderá assumir três dimensões essenciais relacionadas com a sua idade. Essas dimensões, segundo a autora, apresentam conotações negativas, tais como a incapacidade e a doença ou o preconceito, disfarçado por atitudes de compaixão ou paternalismo, o que remete para a discriminação e processos de exclusão e/ou autoexclusão destas pessoas.

Segundo Marques (2011), remetendo para dados da União Europeia publicados em 2009, "53% dos portugueses consideram a discriminação pela idade muito frequente na nossa sociedade e 57% das pessoas concordam que é mais frequente do que há cinco anos . . . em Portugal esta forma de discriminação parece atingir sobretudo as pessoas mais velhas: 20,8% dos indivíduos entre os 65-79 anos e 31,6% dos indivíduos com mais de 80 anos" (p. 19).

Rosa (2012) defende que as consequências económicas negativas relacionadas com o envelhecimento da população estão relacionadas com a visão que a sociedade detém dos grupos etários mais envelhecidos e dos papéis sociais que lhes atribui, argumentando que não é valorizado todo o potencial desta faixa etária. Considera-se assim que o envelhecimento, enquanto processo social "deve ser entendido como um conceito referido à forma como cada sociedade conceptualiza esta fase do ciclo de vida, como uma construção social inscrita numa dada conjuntura histórica" (Fonseca, 2006, p. 59).

A velhice nem sempre foi tratada da mesma forma, foi no séc. XIX quando se colocou a questão do direito social à reforma pelo proletariado, generalizado na segunda metade do séc. XX, que emerge a partir daí a questão da velhice associada aos direitos sociais e à criação de serviços e bens (Velo, 2009). Passou-se de uma *velhice invisível* para uma *velhice identificada*, registando-se o aparecimento de instituições destinadas a reintegrar as pessoas idosas na sociedade o que resultou na institucionalização e crescente isolamento dos idosos (Fonseca, 2006).

Estas alterações impuseram transformações significativas na vida dos idosos, sendo que a velhice passou a ser encarada como uma espécie de doença social inevitável (Lima & Viegas, 1988, citado por Fonseca, 2006), porque "as representações que associamos aos diferentes grupos sociais têm uma influência importante na forma como nos relacionamos com estes" (Marques, Batista & Silva, 2012).

Importa assim contrariar o estigma associado às populações mais velhas face ao custo social e económico que lhes é associado, com enfoque na atualidade para o peso das pensões sobre o sistema de segurança social e os gastos associados à saúde, colocando-se desta forma

um enorme desafio à sustentabilidade do Estado-Providência. Segundo Silva (2013), tal percepção é necessária para conseguir "conciliar o melhor de dois mundos - uma economia de mercado (ou, pelo menos, não centralmente planificada) sem abrir mão da protecção social" (p. 39).

Associada à reforma está muitas vezes a conceção de inatividade e inutilidade, constituindo os adultos mais velhos que se reformam um encargo e uma ameaça para o desenvolvimento económico do país e a manutenção do sistema de protecção social. São considerados como pessoas que já não contribuem de forma ativa para a sociedade, o que se reflete no processo - que não é de todo impercetível - de transição da vida ativa para a reforma, um período que deixa de estar marcado pela vida profissional e pelo desempenho do papel de trabalhador (Marques, 2011).

De fato, como sustenta Fernandes (2005), "a reforma, de conquista social, vem-se tornando um crescente embaraço social. Ao contrário do que acontecia nas sociedades tradicionais, o idoso surge hoje como um problema complexo nas sociedades individualistas e competitivas" (p. 224). Na sociedade atual é fomentada a autonomia e a independência, contrariando o sentido gregário de outrora. Ainda segundo a mesma autora, o mercado individualismo favorece a perturbação do sistema neoliberal vigente, complicando ainda mais um processo já de si envolto em todo um conjunto de mudanças identitárias. Apesar de a velhice ser eleita como o período da vida em que legitimamente se permanece numa situação de não trabalho, com a reforma retoma-se o controlo do tempo e da própria vida que antes rodava sobre a prática profissional, no entanto verifica-se que nas sociedades hodiernas existe uma nítida contradição em relação à velhice:

Se, por um lado, as pessoas idosas contribuíram para o desenvolvimento da sociedade, honraram os seus compromissos, lidaram com as dificuldades inerentes ao ato de viver e, apesar de tudo, continuam a viver, tudo levaria a supor que agora seriam livres para regular a sua vida de acordo com a sua vontade. Como sabemos, tal assim não sucede. (Fonseca, 2006, p. 60)

Perante a constatação inabalável do envelhecimento demográfico, assiste-se atualmente a uma variação de paradigma, sendo que esta transformação afigura-se não por via da alteração das relações sociais baseadas no consumo, no trabalho e no rendimento, mas por via da percepção geral de que os adultos mais velhos são pessoas válidas, uma vez que o envelheci-

mento "é um processo constante que envolve crescimento e desenvolvimento" (Lima, 2010, p. 10).

O desafio prende-se com a possibilidade de envolver todos na construção social do envelhecimento, incluindo os próprios adultos mais velhos, que se encontram predispostos a manter-se ativos (Gonçalves, Martin, Guedes, Cabral-Pinto & Fonseca, 2006; Lima; 2010). Por outro lado, há que considerar neste novo desafio que se coloca no âmbito do envelhecimento demográfico em Portugal, a sua associação à proteção social na velhice, uma vez que para além da "despesa com a proteção social muito ser inferior à média da UE, ela tem um efeito deveras importante na redução da população no limiar da pobreza, devido ao facto de os rendimentos da maioria da população em Portugal serem muito baixos" (Rosa, 2013, p. 121).

Segundo Rosa (2013), as pensões fazem baixar a taxa de risco de pobreza muito mais do que todas as outras prestações sociais em vigor em Portugal, de 17,1% para 7,4%, respetivamente, reportando-se a dados do Instituto Nacional de Estatística no Inquérito às Condições de Vida e Rendimento de 2012. Lopes (2010), reforça esta idéia quando salienta que conforme a idade avança, aumenta a vulnerabilidade económica dos adultos mais velhos, segundo uma análise efetuada ao risco de pobreza e exclusão social dos idosos, alertando para a necessidade de contextualizar o rendimento na vida dos indivíduos, potencialmente reduzido pela sua não participação e pelas problemáticas associadas à saúde.

De facto, a opção generalizada das políticas públicas por uma "abordagem estritamente monetarista das prestações e benefícios, no quadro de uma legislação não integrada, esbarra com a multidimensionalidade da própria exclusão social entre idosos e ameaça deixar de fora um conjunto significativo de indivíduos que, objetivamente, não possuem nem as capacidades nem as oportunidade para a inclusão" (Lopes, 2010, p. 8).

Há que considerar que as condições financeiras dos adultos mais velhos, logo após a reforma, vão ficando gradualmente mais difíceis com o aumento da idade, não sendo proporcionalmente equiparadas às necessidades associadas ao processo de envelhecimento (Frank, Mitchell & Blanchett, 2012).

Segundo Guedes e Pereira (2012), é um facto que as opções governativas encetadas desde 2001 facilitaram o aumento exponencial dos encargos da proteção social com as pensões de reforma em Portugal, que passaram de 70% em 1995, para 76% dos encargos sociais em 2010. Segundo estes autores, esta situação deve-se essencialmente ao incentivo às reformas antecipadas generalizado na sociedade portuguesa. Este fenómeno resultante da antecipação da idade previsível de reforma verificou-se, quer a nível das empresas

relativamente aos seus trabalhadores mais velhos, quer relativamente à opção de muitas pessoas para antecipar a saída do mercado de trabalho, para evitar trabalhar mais cinco anos, face às alterações legislativas nesta matéria. Essa pressão surgiu mesmo de dentro de empresas, principalmente naquelas que sofreram privatizações, pelo que estes autores realçam que "os benefícios sociais do Estado-providência são autofinanciados pelos trabalhadores - e até que nalguns períodos foi o salário social líquido dos trabalhadores que subsidiou os défices e dívidas públicas" (Guedes & Pereira, 2012, p. 35).

É nesta perspetiva que, tanto a nível internacional como por meio das Instituições europeias e nacionais, encontra-se em agenda nítidas preocupações em desmistificar o papel dos adultos mais velhos na sociedade atual, promovendo a reconstrução da sua função social, sustentadas nas diretivas da Organização das Nações Unidas (ONU), Organização Mundial de Saúde (OMS), Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE), nas diretivas da Comissão Europeia para os Estados membros. Estas diretivas refletem-se em Portugal nos Planos Nacionais, quer na Saúde, como no Emprego, com o intuito de alertar as sociedades e fomentar as políticas públicas para o desafio do envelhecimento demográfico segundo o paradigma do envelhecimento ativo, valorizando o contributo dos adultos mais velhos para a sociedade (Marques, Batista & Silva, 2012; Oliveira, 2007; Lopes, 2007; Quaresma, 2007; Ribeiro, 2012).

1.3 O envelhecimento ativo ou bem-sucedido?

Em conformidade com o consenso existente relativo à multiplicidade de fatores internos e externos que influenciam o processo de envelhecimento, o conceito de envelhecimento ativo adota uma visão holística que se estende ao longo do curso da vida dos indivíduos (Almeida, 2007; Ribeiro & Paúl, 2011; Fernandes & Botelho, 2007). Neste sentido, os mesmos autores referem que são considerados fatores de género e culturais e definem-se determinantes pessoais, comportamentais, económicas, do ambiente físico, sociais e relativamente aos serviços sociais e da saúde. São estas determinantes que contribuem para uma adaptação mais ou menos favorável ao processo de envelhecimento, constituindo-se pilares básicos para a ação neste âmbito a saúde, a segurança e a participação social.

Reconhecendo a importância dos direitos humanos dos adultos mais velhos, a Organização Mundial da Saúde compreende por envelhecimento ativo o modo de otimização das possibilidades associadas a um maior bem-estar, quer seja do ponto de vista físico, como social e também mental ao longo do curso da vida do indivíduo, como modelo para o aumento

da esperança de vida, tal como da produtividade e da qualidade de vida na velhice (World Health Organization [WHO], 2002).

Esta organização, sob o lema de construir uma sociedade para todas as idades, identifica quatro conceitos chave associados ao envelhecimento ativo, termo que vem sendo instituído a nível das políticas públicas na área do emprego, da saúde e dos assuntos sociais, descritos por Ribeiro e Paúl (2011):

- *Autonomia* – capacidade de controlo individual e tomada de decisões pessoais de acordo com o modo de vida de cada indivíduo;
- *Independência* – aptidão para desenvolver atividades de vida diária, como a manutenção básica do seu corpo, independentemente de terceiros;
- *Qualidade de vida* – considera vários aspetos, nomeadamente as crenças pessoais, o sistema de valores, o contexto cultural, as relações sociais, os objetivos e expectativas, a saúde física, estando profundamente relacionado com o nível de autonomia e independência dos indivíduos;
- *Expectativa de Vida Saudável* – são os anos de vida dos indivíduos sem incapacidades físicas ou sem a necessidade de cuidados especiais.

Considera-se no entanto que a noção de envelhecimento ativo, introduzida pela Organização Mundial de Saúde (WHO, 2012) e amplamente difundida através da iniciativa da União Europeia em 2012 designada de "Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações", é tão abrangente que tende a “perder-se facilmente nas apropriações mais usuais do termo, que o circunscrevem a questões como o exercício físico ou o prolongamento das atividades produtivas” (Almeida, 2007, p. 20).

De facto, a Comissão Europeia assume o envelhecimento ativo como uma estratégia essencial para o cumprimento dos seus objetivos, no que concerne a políticas de emprego, apresentando uma visão bem mais precisa e instrumental sobre este conceito:

Envelhecimento Ativo é uma parte essencial da estratégia da Europa 2020, o seu sucesso depende em larga medida da capacidade das pessoas mais velhas contribuírem em pleno dentro e fora do mercado de trabalho. As pessoas mais velhas têm de deter a capacidade de permanecer ativos ao longo da sua carreira, como trabalhadores, como consumidores, como voluntários e como cidadãos. (EU, 2012, p. 3)

Para o Conselho da União Europeia (2010) "envelhecimento ativo significa criar oportunidades para manter-se durante mais tempo no mercado de trabalho, como também contribuir para a sociedade através de trabalho não remunerado na comunidade, como voluntários" (p. 5). Este conceito subentende que a dignidade e participação ativa das pessoas mais velhas na sociedade depende principalmente, da sua ativa contribuição em continuar a produzir, através de trabalho remunerado ou voluntário, responsabilizando-as pela sua própria vida, pelo que tende a enfraquecer o contrato existente entre as pessoas que envelhecem e o Estado (Cosco, Stephan & Brayne, 2013).

Segundo Smith e Gay (2005), a sociedade atual não valoriza o voluntariado, pois os adultos mais velhos cresceram num contexto mundial e cultural em que o sentido coletivo de ética e entreajuda foi substituído pelo individualismo e consumo, pelo que o voluntariado não se encontra cimentado na sociedade civil atual. Estes autores salientam a importância do papel dos empregadores que não facilitam e nem valorizam a possibilidade dos seus colaboradores encetarem atividades de voluntariado, pelo que propõem no estudo que efetuaram, a tomada de medidas governamentais concretas que sejam facilitadoras e promotoras da ação voluntária ao longo de todo o percurso de vida das pessoas, desde o seu contexto escolar ao laboral e não apenas associado ao período em que os adultos mais velhos se reformam, com o intuito de os manter ativos e participantes na sociedade.

Quaresma (2007) salienta a importância do voluntariado para a sociabilidade dos adultos mais velhos, reforçando quer a convivência intergeracional, quer o "sentido da utilidade social dos mais velhos e o reconhecimento do seu papel na sociedade" (p. 40).

Verifica-se no entanto que apesar de nos Estados Unidos da América a atividade de voluntariado ser na ordem dos 50% e, na Grã-Bretanha, 39% da população já desenvolveu alguma atividade de voluntariado, em Espanha o trabalho voluntariado só se reflete em 5% da população (Wilson & Pimm, 1996).

Em Portugal, o setor não lucrativo da sociedade civil representa 4,2% do Produto Interno Bruto (PIB), 30% do trabalho nessas organizações é voluntário (Franco, Sokolowski, Hairel, Salamon, 2005). Segundo Ferreira, Proença e Proença (2008), o trabalho voluntário formal é aquele em que as pessoas que o praticam estão enquadradas numa organização. Do estudo que efetuaram, estes autores identificaram quatro tipos de motivações para a prática de voluntariado formal, nomeadamente altruísmo, pertença, ego e reconhecimento social, aprendizagem e desenvolvimento. Referem no entanto, que este tipo de estudos está muito pouco desenvolvido na Europa, não evidenciando como desejável "a importância do trabalho volun-

tário não dirigente e o seu impacto na sociedade, em particular nas Organizações Não-Governamentais (ONG)" (p. 52).

Em Portugal "estima-se que, em 2012, 11,5% da população residente com 15 ou mais anos tenha participado em, pelo menos, uma atividade formal e/ou informal de trabalho voluntário, o que representou quase 1 milhão e 40 mil voluntários" (INE, 2013, p. 2), equivalendo a cerca de 1% do Produto Interno Bruto (PIB). As atividades de voluntariado são maioritariamente ocasionais (51,4%) e enquadradas numa organização ou instituição (51,6%), apresentando os valores mais baixos de voluntariado na população com mais de 65 anos (7,3%). Segundo este estudo, as pessoas com mais idade praticam essencialmente trabalho voluntário de cariz informal.

Assim, apesar da Organização Mundial de Saúde apresentar uma definição bastante abrangente do conceito de envelhecimento ativo, em política social este noção refere-se principalmente à adoção de estratégias que permitam a utilização dos mais velhos como força de trabalho (Cosco, Stephan & Brayne, 2013).

Segundo Ribeiro (2012), o conceito de envelhecimento ativo não tem a subjetividade inerente ao envelhecimento, devidamente sustentada cientificamente, focando-se na saúde primordialmente, através da identificação de uma série de indicadores objetivamente mensuráveis, o que é redutor.

Apesar de se tratar de um modelo adaptável ao período de transição da vida ativa para a reforma, enquanto o indivíduo ainda é um jovem adulto com autonomia funcional e psicológica, o conceito não se coaduna com a perspetiva das pessoas mais velhas, a partir dos 75 anos e uma visão de continuidade e mudança associada à trajetória de vida e ao envelhecimento (Grenier, 2012).

Estas questões levam-nos ao conceito de envelhecimento bem-sucedido, como facilitador do processo de transição da vida ativa para a reforma, que do ponto de vista sociológico prevê a relação dialética da competência adaptativa da pessoa e o desenvolvimento do seu papel nas sociedades, o que enfatiza as potencialidades da mudança quer para o sujeito, quer para a sociedade, através dos seus estádios dinâmicos de adaptação na interação com a comunidade, mesmo num ambiente social mais hostil (Featherman, Smith & Peterson, 1990).

Featherman, Smith e Peterson (1990) remetem-nos para uma visão comunitária do envelhecimento no âmbito da ecologia humana, constituindo-se o envelhecimento bem-sucedido um constructo do processo de transição para a reforma nos limites entre a biografia, a história e a sociedade no âmbito da trajetória de vida das pessoas mais velhas. O envelhecimento bem-sucedido é conseguido através dos sistemas sociais das instituições e das estrutu-

ras demográficas e suas dinâmicas, apelando à capacidade de adaptação da sociedade, dando-lhe assim um sentido evolutivo e enérgico.

A opção por uma análise através da conceção de envelhecimento ativo ou bem-sucedido é de difícil definição, face aos seus indicadores ou critérios que são numerosos e estão intimamente interligados (Almeida, 2007).

Segundo Fontaine (2000), os fatores ligados ao envelhecimento bem-sucedido são a longevidade, a saúde biológica, a saúde mental, a eficácia intelectual, a competência social, a produtividade, o controlo pessoal ou a conservação da autonomia própria e o bem-estar subjetivo.

Para Baltes e Baltes (1990), o envelhecimento bem-sucedido implica uma otimização seletiva com compensação, um método dinâmico e de harmonia, entre ganhos e perdas, onde os indivíduos selecionam as atividades que consideram prioritárias, como resposta à limitação de recursos. Para estes autores, as pessoas mais velhas otimizam e potencializam as aptidões e recursos que permanecem fortes, com vista a atingirem os resultados pretendidos e, compensam as perdas, com a mobilização de recursos alternativos quando os meios, até aí disponíveis, deixam de ser suficientes para a satisfação das suas necessidades.

As mudanças relacionadas com idade são multifacetadas e dimensionais, verificando-se uma clara dinâmica entre ganhos e perdas, sendo o envelhecimento bem-sucedido um processo adaptativo, condicionado pela coordenação efetiva entre três elementos: a seleção, a compensação e a otimização, verificando-se um aumento das perdas em relação aos ganhos à medida que a idade avança (Almeida, 2007; Paúl, 2005; Godfrey, Townsend & Denby, 2004).

Baltes e Baltes (1990) enfatizam sete preposições ou temas como protótipo nas estratégias de envelhecimento bem-sucedido, nomeadamente: (1) a distinção entre envelhecimento normal, patológico e ótimo; (2) variedade interindividual (heterogeneidade); (3) plasticidade e latente capacidade de adaptação; (4) envelhecimento na capacidade de reserva e adaptação; (5) o enriquecimento e o papel compensatório do conhecimento individual e social, incluindo a tecnologia; (6) alterações relacionadas com o envelhecimento em direção a um balanço cada vez mais negativo no rácio entre ganhos e perdas e finalmente (7) o fenómeno da resiliência (Baltes & Baltes, 1990, p. 26).

O envelhecimento bem-sucedido é “um mecanismo de adaptação às condições específicas da velhice, que procura um equilíbrio entre as capacidades do indivíduo e as exigências do ambiente” (Paúl e Fonseca, 2005, p. 281). Diversos estudos, mostram que se trata de um processo de adaptação universal de carácter positivo que implica a aprendizagem e a adaptação dos indivíduos relativamente às alterações físicas, psicológicas, interpessoais e sociais asso-

ciadas ao envelhecimento, valorizando o desempenho e os contributos dos adultos mais velhos (Almeida, 2007; Baltes & Baltes, 1990; Godfrey Townsend & Denby, 2004; Gonçalves, Guedes, Cabral-Pinto & Fonseca, 2006; Lima, Silva & Galhardoni, 2008; Lima, 2010; Schulz & Heckhausen, 1996; Staudinger, Cornelius & Baltes, 1989; Teixeira & Neri, 2008).

Numa perspetiva de promoção de saúde, conforme apresenta a Carta de Otawa (WHO, 1986), envelhecer bem não depende somente das capacidades físicas e biológicas das pessoas. A forma como as pessoas experienciam a velhice depende do contexto socioeconómico em que se encontram inseridas, havendo fortes evidências de que a ocupação, a classe social e os rendimentos influenciam fortemente a saúde e a funcionalidade das pessoas mais velhas (Godfrey, Townsend & Denby, 2004; Whitehead & Dahlgren, 2006).

De facto na transição para a reforma existe um maior bem-estar das pessoas mais velhas não apenas associado a um maior rendimento disponível através do sistema de pensões, mas também associado à saúde e ao sentido voluntário da decisão em se reformar (Bender, 2012).

Existem também diferenças culturais que devem ser tidas em conta, uma vez que o conceito de bem-estar pode variar consoante as culturas, além de ser mutável no tempo (Godfrey, Townsend & Denby, 2004). Trata-se efetivamente de um conceito multidimensional, onde importa "reconhecer o contributo social e o impacto pessoal das atividades consideradas para a sua definição" (Ribeiro, 2012, p. 48).

Deste modo há que ter em conta o contexto social, económico, histórico, geográfico e cultural envolvente, porque estas dimensões influenciam a saúde dos indivíduos (Whitehead & Dahlgren, 2006) e como tal, considerando que a saúde é um recurso indispensável para o acesso ao bem-estar, o envelhecimento bem-sucedido depende também da conjugação de todos estes fatores.

O modelo sociocultural de envelhecimento bem-sucedido apresentado por Godfrey, Townsend e Denby (2004) indica-nos precisamente esta questão. Este modelo, recorrendo à teoria de Baltes e Baltes (1990) no que concerne "à seleção, compensação e otimização, visa o alcance do equilíbrio entre os ganhos e as perdas, o qual integra também a *agency* e estrutura, contextualizando a experiência individual do envelhecimento na macro estrutura socioeconómica e cultural" (Almeida, 2007, p. 20).

Assim, o processo de seleção, compensação e otimização não depende apenas do indivíduo, é influenciado pelo significado atribuído à experiência (expectativas culturais, constrangimentos e oportunidades), determinado pelos recursos pessoais (individuais, suporte familiar, rede social e recursos da comunidade) e pela situação socioeconómica (contexto material e ambiente físico e social) da pessoa (Godfrey, Townsend & Denby, 2004).

O envelhecimento é pois uma questão que está a ser cada vez mais estudada, devido à tomada de consciência da sua importância e ao aumento considerável do índice de envelhecimento. Tal constatação pressupõe uma maior preocupação com as alterações biológicas, psicológicas e sociais das pessoas mais velhas, no sentido de facilitar um envelhecimento bem-sucedido, relacionando todas estas variáveis da forma mais otimista possível. Considera-se assim, que o envelhecimento bem-sucedido é “um mecanismo de adaptação às condições específicas da velhice, que procura um equilíbrio entre as capacidades do indivíduo e as exigências do ambiente” (Paúl & Fonseca, 2005, p. 281).

Porém e como salienta Almeida (2007), a abordagem do envelhecimento deverá considerar as definições e decisões das pessoas mais velhas, como também reconhecer a multidimensionalidade do conceito, encarando o envelhecimento numa perspectiva de curso de vida, considerando ainda as determinantes individuais e ambientais e reconhecendo a capacidade de agir dos adultos mais velhos com base em fatores estruturais que a condicionam.

Desta forma este autor salienta que na intervenção a preconizar há que “prevenir e/ou compensar factores de risco – mas igualmente estimular e reforçar recursos positivos” (Almeida, 2007, p. 22), atendendo à justiça social e à equidade com vista a facilitar o processo da transição para a reforma a que se refere esta investigação.

1.4 O processo de transição

Segundo Bordieu (2011), o envelhecimento social é independente do envelhecimento biológico, embora o acompanhe de forma inevitável. O envelhecimento social constitui a “forma como cada sociedade conceptualiza esta fase do ciclo da vida como uma construção social inscrita numa dada conjuntura histórica” (Fonseca, 2006, p. 59).

"As representações dos agentes variam segundo a sua posição (e interesses associados) e segundo o seu *habitus*, como esquemas de perceções e de apreciação, com estruturas cognitivas e avaliativas que adquirem através da experiência duradoura de uma posição no mundo social" (Bordieu, 1987, p. 134). Assim, na presente investigação abordo o envelhecimento social enquadrando as trajetórias de vida dos adultos mais velhos no seu contexto histórico e cultural para melhor compreender o processo de transição da vida ativa para a reforma.

Bordieu (2011), refere que as trajetórias constituem-se como uma série de posições sucessivamente ocupadas por um mesmo indivíduo ou grupo, num determinado espaço e que são submetidas a transformações incessantes. Segundo este autor, não se pode construir uma trajetória de envelhecimento social que apesar de ser acompanhado pelo envelhecimento bio-

lógico, é totalmente independente, se previamente não se construírem os estados sucessivos do campo no qual se desenrolou, ou seja, o conjunto das relações objetivas que uniu o indivíduo e os demais atores envolvidos no mesmo campo de ação e no mesmo espaço de possibilidades.

A transição é um processo de mudança, mas também a viragem de uma identidade para a outra, pelo que as representações de transição estão associadas a mudanças de papéis sociais, que por sua vez implicam mudanças a nível do *status* e de identidade na esfera pessoal e social, que abrem perspetivas de mudança, moldadas por condicionantes estruturais (Ecclestone, 2009). Hamilton (2010), refere também que a transição é mais um atributo do sistema social do que um processo individual, impondo a atenção para a trajetória de vida, constituindo-se como um processo unificado entre o ser e o vir a ser, entre a identidade e a ação, que impele à construção de uma narrativa coerente sobre este processo contínuo de mudança, regulado pelas condições históricas e culturais da pessoa.

Para Ecclestone et al. (2010) a abordagem da transição através das trajetórias de vida contraria o facto de que associado à idade estão determinados comportamentos e papéis sociais, normalizados pela sociedade. Daí a importância de recorrer igualmente à compreensão das mudanças identitárias, através da narrativa dos próprios indivíduos, identificando as estratégias utilizadas para ultrapassar as dificuldades.

As transições são atributos do sistema social, envolvendo quer movimento, quer transferências num processo de mudança de uma identidade para outra, de grande questionamento e de constantes exigências reguladas socialmente, pelo que as transições eficazes requerem uma maior compreensão de como se processam a nível dos domínios cognitivo, emocional e social, bem como relativamente à forma como os indivíduos se movimentam face às exigências dos diversos contextos (Ecclestone, Biesta & Hughes, 2010). Segundo estes autores, as transições podem durar algum tempo, preconizando mudanças subtis no subconsciente, nos sentimentos e atitudes, implicando mudanças quer na esfera pessoal como social, levando quer ao desenvolvimento da identidade, quer à capacidade de *agency*². Desta forma poderão

² Consideramos que a tradução de *agency* para português mais adequada seria agência humana, no entanto limitaria o conceito face ao seu enquadramento no processo de envelhecimento que nos remete para a capacidade de ação de qualquer indivíduo, pelo que optei por utilizar o estrangeirismo *agency* que corresponde ao que está subjacente neste modelo de análise adotado na presente investigação relativa ao processo de transição da vida ativa para a reforma. Isto porque a *agency* é algo inerente ao próprio homem ou mulher, quase que inato, mas ao mesmo tempo também é fruto das experiências partilhadas, relações com os objetos e no contexto da interação entre os indivíduos, pelo que implica a consideração da subjetividade intrínseca aos sujeitos e a interligação inerente à (re)construção da identidade(s) e às estruturas sociais que envolvem a trajetória de vida ao longo de todo o ciclo de vida dos indivíduos (Dannefer & Lin, 2013; Ecclestone, Biesta & Hughes, 2010; Ecclestone, 2010; Grenier & Phillipson, 2013; Marshall & Bengtson, 2011; Grenier, 2012).

gerar conflitos e dificuldades na sua gestão, dependendo do contexto, importa assim explorar a ação recíproca entre as condições estruturais, *agency* e identidade.

Conforme salientam Ecclestone, Biesta e Hughes (2010), a investigação demonstra que o mais importante no processo de transição ao longo do ciclo da vida do indivíduo, são os fatores históricos e contextuais, que diferem consoante o país, a cultura e o tempo em que decorrem, sendo a transição um atributo dos sistemas sociais e não da trajetória de vida, esta última resulta da ação do próprio indivíduo. A transição na perspetiva destes autores constituiu-se pois como um processo de mudança de uma identidade para outra, de questionamento intenso e de uma modificação acelerada de modos de vida, socialmente regulados. Tanto mais que "as imagens e representações acerca da velhice são construções sociais em permanente processo de mudança, diretamente relacionadas com a posição acordada para as pessoas idosas na sociedade" (Daniel, 2006, p. 119), dependentes essencialmente das circunstâncias económicas e políticas e não tanto das transformações físicas, da idade cronológica, pelo que se coloca um grande desafio à capacidade de ação e decisão das pessoas idosas em termos de comportamentos, atitudes e valores.

Segundo Gernier (2012), repensar a transição relativamente ao envelhecimento, obriga a uma ponte entre a investigação teórica, as políticas sociais e a experiência vivida pelos adultos mais velhos, numa perspetiva multidisciplinar que nos remete para o sentido da continuidade e mudança ao longo da vida, como um processo pessoal, social, cultural e emocional implícito na trajetória de vida dos sujeitos. Esta autora defende uma interpretação social e cultural das transições de âmbito mais subjetivo que, embora menos habitual, se adequa mais ao processo de envelhecimento. A autora foca-se nas interseções de diversas variáveis que remetem para a estrutura social e as experiências individuais, não esquecendo a influência da compreensão do processo de envelhecimento pelo próprio no seu contexto, num processo subjetivo e negociável, apelando à diversidade de variáveis para que seja melhor compreendido, ao aceder a aspetos mais flexíveis e relacionais, não assentes em patamares e marcadores predefinidos.

1.4.1 Identidade, *agency* e estrutura

Segundo Motta (1999), são os fatores estruturais que organizam as expectativas e conformam a ação social do indivíduo, procurando através destas três dimensões de análise, identidade, ação e estrutura, descortinar como homens e mulheres experienciam o processo de transição para a reforma.

A identidade é construída através de complexas interações de diferentes tipos de capital (cultural, social, económico e emocional), nas diversas condições sociais e económicas, em vários contextos de interações e relações, com recurso a estratégias cognitivas e psicológicas, tratando-se de um processo em que o próprio indivíduo é representado e entendido numa forma dinâmica, multidimensional e em envolvimento com o meio (Ecclestone, 2009).

Os indivíduos adotam identidades baseadas em grupos de referência social, de modo a reduzir a incerteza e aumentar a autoestima conforme referem Michinov, Fouquereau e Fernandez (2008), citando Ellemers, Spears e Doosje (2002).

Quer as pessoas como as sociedades e os grupos são casos de identidade; as pessoas assumem a sua identidade em relação aos outros, atribuindo significados a essas relações enquadradas no tempo, sendo que o processo de construção da identidade varia de acordo com a complexidade das relações sociais, através de uma estrutura narrativa (Eder, 2009).

Existem dois aspetos da identidade social que distinguem os adultos mais velhos reformados, o aspeto cognitivo e o afetivo, o primeiro referindo-se à consciência da participação no grupo, por si só e o segundo, reportando-se à vertente dos afetos e das relações íntimas (Michinov et al, 2008). Estes autores consideram que para alguns sujeitos a categoria social de reformado, apenas representa uma categoria administrativa da qual têm consciência mas na qual não se sentem envolvidos a nível afetivo ou de comportamento. Os adultos mais velhos preferem mesmo pertencer a outro grupo, ou então são simplesmente indiferentes a esta categorização. Moen (2003), salienta igualmente que as pessoas aos 60 e 70 anos não se vêm efetivamente a eles próprios como “velhos”, não se identificando como tal e distanciando-se dessa analogia.

Klaus Eder (2009) refere que as identidades sociais assumem uma função simbólica, espelhando o sistema social onde o indivíduo se movimenta, são o resultado desse sistema social e estruturam-se a partir do processo social, como tal podem ser reconstruídas e também moldadas a partir da rede de relações que se devolvem no espaço social do sujeito. Segundo Pinto (1991) o conceito de identidade social é essencialmente relacional, construindo-se por “integração e por diferenciação, com e contra, por inclusão e por exclusão, por intermédio de práticas de distinção classicistas e estatutárias” (p. 219). Este autor focaliza a dinâmica processual que está associada ao conceito de identidade social, no sentido em que os atores sociais se reconhecem em grupos de pertença ou de referência, como também se desenraízam e se diferenciam socialmente, distanciando-se em relação aos outros com marcos mais ou menos fortes.

1.4.1.1 A (re)construção de identidade(s)

Demakakos, Gjonca e Nazroo (2007), num estudo longitudinal efetuado relativamente à associação entre identidade etária, perceções relativamente à idade e saúde, concluíram que uma identificação positiva com a idade promove a saúde e a longevidade, facilitando a desconstrução do *idadismo* que caracteriza as sociedades ocidentais.

O processo de envelhecimento constitui-se por uma multiplicidade de vivências numa identidade em construção por imagens, perceções e atitudes ao longo do curso de vida, no seu contexto espacial e temporal (Gil & Santos, 2012). Tal como complementam Viegas e Gomes (2007), quando definem identidade como o "modo como nos vemos através dos outros e como imaginamos ser por eles vistos, numa espécie de jogo de espelhos" (p. II), em reinterpretções constantes, construídas a partir das experiências passadas, presentes e futuras, enquadradas no contexto social e histórico atual e ao longo da trajetória de vida.

É durante toda a trajetória de vida, influída pela história passada do indivíduo, que se reflete no presente e no qual se perspetiva no futuro, que se vai erigindo a identidade a todo o tempo, influenciada quer por fatores externos, como através das trocas que emergem da construção de significados e narrativas nas redes sociais e nos grupos de pertença, numa constante mutação e evolução (Fragoso & Martins, 2011).

Os indivíduos "categorizam-se a eles próprios e aos outros, como uma forma de ordenar o ambiente social e situar-se a si e aos outros dentro desse mesmo ambiente" (Teuscher, 2010, p. 90) num processo de constante comparação. Teuscher (2010), refere ser plausível que com a passagem dos anos, a história de vida de uma pessoa e a sua narrativa identitária fique mais rica, face à diversidade de papéis desempenhados num contínuo ao longo da vida, o que facilita a sua transição para a reforma. Este autor defende que mesmo que os papéis atuais do sujeito não sejam os mesmos que desempenhou, o facto de manter viva a sua identidade profissional, não significa que não se adaptou às atuais circunstâncias da reforma. A manutenção das identidades positivas relativamente ao passado, enriquece essa construção constante e diversificada da identidade, bem como a autoimagem e a satisfação com a vida no presente.

A transição para a "reforma é normalmente acompanhada de um ritmo desestruturador da vida, que pode implicar a necessidade de redefinição da identidade social construída" (Fernandes, 2005, p. 245).

É nesta ordem de ideias que o conceito de envelhecimento bem-sucedido tem uma representação social positiva, uma vez que a participação em atividades e a manutenção do corpo ativo, promove a construção de identidade de grupo relativamente aos outros adultos

mais velhos que não o fazem após a reforma, contrariando a imagem de passividade e aumentando a autoestima relativamente ao processo de envelhecimento e, conseqüentemente, à representação social da velhice (Marhánková, 2011).

As escolhas das pessoas, estão interligadas às oportunidades que lhe são proporcionadas no contexto em que cada um vai construindo o seu percurso e identidade, pelo que a reforma pode marcar um processo de isolamento social e de desvalorização individual ou, ao contrário, potenciar uma recomposição ativa dos papéis sociais (Quaresma, 2007).

A produção de identidades é um processo irregular dependente do percurso de cada sujeito, assim:

a abordagem de processos identitários exige uma análise de todos os factores sociais e culturais que envolvem os indivíduos, e o modo como os mesmos se relacionam com a multiplicidade de referências identitárias com que se confrontam num dado momento e num dado contexto específico, uma vez que estas podem variar consoante as diferentes situações de relacionamento social. (Gonçalves, 1994, p. 136)

1.4.1.2 Capacidade de *Agency*

Assim, neste processo relacional no qual se constrói a identidade social identificado por Pinto (1991), considera-se importante construir um modelo de análise do processo de transição da vida ativa para a reforma, recorrendo quer à identidade, quer à capacidade de ação empreendedora, de emancipação e de formação de intenções criativas para a mudança, preconizada pelos indivíduos a nível individual e social, a capacidade de *agency* (Ecclestone, 2009; Ecclestone, Biesta & Hughes, 2010).

A *agency* tanto é coletiva como individual, implicando uma aptidão para coordenar a nossa ação, com ou contra os outros, para formar projetos coletivos, para persuadir, para coagir e monitorizar simultaneamente os efeitos das suas atividades e das atividades dos outros. Além de que, a extensão de *agency* exercida individualmente pelas pessoas, depende profundamente da sua posição nas organizações coletivas (Sewell Jr, 1992, p. 21). A capacidade pessoal de *agency* não é mais do que um produto coletivo de diferenças de poder, implicando forças e resistências coletivas.

Assim sendo, tanto os contextos sociais como individuais, terão de ser considerados na análise de *agency*, pelo que se constitui uma poderosa ferramenta analítica que pode incorporar indiferenciados fatores contextuais (Gomez-Mejia & Wiseman, 2007).

Segundo Emirbayer e Mische (1998), os sujeitos estão constantemente a envolver ora padrões e reportórios do passado, ora a projetar hipóteses para além do tempo atual ou mais avaliativos em relação ao tempo presente. Os atores sociais poderão direcionar para qualquer uma destas orientações e transformar entre elas a sua ação. Assim, de acordo com estes autores, para uma compreensão de *agency* mais enriquecida, há que prever a capacidade liberatória e criativa que os atores detêm para mediar os contextos estruturantes, quer sejam sociais quer sejam culturais.

Para compreender o envelhecimento é necessário adotar "um modelo capaz de captar o contexto e as restrições das relações sociais e práticas culturais, incluindo experiências de marginalização, de enfraquecimento da ação e declínio" (Grenier & Phillipson, 2013, p. 74). Estes autores defendem, especialmente nas idades mais avançadas, integrar as noções de maior passividade ou menor atividade neste modelo de análise de *agency*, com base nos estrangimentos estruturais e pessoais, bem como nas perceções de saúde, controlo e independência.

Assim, é propósito desta investigação, procurar compreender a forma como se constrói a trajetória de vida das pessoas, não como algo pessoal, mas adquirido ao longo do seu curso da vida, que os impele a uma ação criativa e empreendedora. Ação essa, que está correlacionada com as oportunidades subjacentes às circunstâncias históricas e culturais, num determinado tempo, como consequência dos fatores estruturais, género, classe e condições económicas e ocupacionais, com o objetivo de melhor compreender o processo de transição para a reforma.

1.4.1.3 Fatores estruturais

Posto isto e, no pressuposto de que a reforma constitui um momento crucial do envelhecimento, uma vez que é geralmente associada à fase da vida em que a velhice tem início (Teuscher, 2010), para vários autores só é praticável compreender o processo de transição com enfoque na conjugação da identidade com a *agency* (Ecclestone, 2009; Ecclestone et al., 2010; Hamilton, 2010; Quinn, 2010), pelo que importa diferenciar o envelhecimento segundo o espaço social onde o indivíduo se movimenta.

São os diversos fatores estruturais e normas sociais, que condicionam o sujeito no quotidiano das suas vivências e impulsionam a sua interação entre *habitus*, adaptação e progressão, ao longo do contínuo que constituem as transições, a partir das quais vai edificando a sua

identidade e instigando à exploração e à transformação do seu contexto social (Ecclestone, Bieta & Hughes, 2010).

Os recursos económicos e a formação cultural e profissional, definem modelos e projetos de vida diferenciados durante a reforma (Batiste, 2002), pelo que será pertinente abordar igualmente a dimensão de classe social numa visão multidimensional, no sentido de ação coletiva. Esta conceção pretende capturar “os diversos patamares da designada casualidade estrutural: condição e posição de classe, *habitus*, estilos de vida, dimensão política e simbólica” (Silva, 2009, p. 80), considerando o conceito de classe de Bordieu. O conceito de classe para Bordieu assume duas vertentes que o constituem, objetiva e simbólico-representativa, considerando a posição que cada sujeito assume nos “diversos campos do espaço social ou diversas espécies de capital, possibilita assim um alargamento do conceito de classe para dimensões não económicas, em que a natureza de classe está embebida nos próprios gostos, disposições e práticas sociais, culturais ou simbólicas” (Silva, 2009, p. 78).

Para Bordieu (1984), a condição social está associada às relações sociais dependentes das condições materiais e das posições relativas, assumidas pelo sujeito em relação aos outros no seu espaço social de ação. Simbolicamente, as lutas e distinções de classe revelam-se nos “hábitos e estilos de vida, nos comportamentos e linguagens sociais (tipos de consumo, símbolos estatutários, tais como o carro, vestuário), nas definições ‘legítimas’ da realidade e nas representações sobre os objectos e os demais actores sociais” (Silva, 2009, p. 80).

Assim, considera-se que “a posição social, atual ou potencial, é o resultado de percepções e de apreciações que dependem da trajetória passada (logo do *habitus*) e dos quadros de referência possíveis” (Bordieu, 1984, p. 14), de acordo com as estratégias utilizadas pelos sujeitos, privilegiando um ou outro aspeto. Daí dependerá a sua posição social, que poderá situar-se dentro do espaço social, referenciando-se ao grupo da sua área de residência ou ao grupo profissional, ou melhor, dentro do tempo social, através do seu curso de vida. Segundo este autor, os sujeitos vão mediando entre a história de classes e a história pessoal, entre a trajetória individual do passado e o esperado no presente, isto é mais precisamente através de mudanças bruscas de inclinação dessas trajetórias, ascendentes ou declinantes (idem).

Com o intuito de compreender os mecanismos de mudança social associados ao processo de transição da vida ativa para a reforma, pretende-se utilizar indicadores socioprofissionais e socioeducacionais, recorrendo a uma dimensão multidimensional do conceito de classe que o torna operacional, e

permite, a análise das mudanças estruturais e dos processos de recomposição social a nível das classes sociais, ou das relações entre estruturas de classe e padrões de valores, sublinhando continuidades e diferenças económicas, sociais, políticas, culturais e territoriais em espaços nacionais e transnacionais; e, simultaneamente, contém a suficiente cumulatividade científica e analítica para não perder de vista as teias tecidas no espaço social das classes, seja num estudo de caso, numa análise regional, num determinado processo social ou dimensão específica da vida em sociedade, seja em estratos ou grupos sociais (classes sociais), ou determinadas práticas sociais, seja ainda na compreensão teórica, por parte da sociologia, das principais dinâmicas das sociedades contemporâneas. (Nunes, 2008, p. 41)

De facto, como refere Phillipson (2002), as transições poderão ser simples ou complexas dependendo do contexto das instituições culturais e sociais envolvidas, muitas das vezes influenciadas por mudanças sociais e económicas, construídas sob influência de fatores externos, mas enquadradas indubitavelmente na trajetória de vida dos sujeitos, podendo ser menos ambíguas e informais se analisadas a nível da sua gestão individual e social.

Quer estudos relacionados com o trabalho, quer com a saúde ou com a educação no que aos processos de transição para a reforma dizem respeito, todos eles nos remetem para um sentido indiferenciado e irregular ao longo da trajetória de vida, dependendo de fatores externos e internos ao próprio indivíduo (Demakakos, Gjonca & Nazroo, 2007; Fonseca, 2012; Loureiro, 2011; Grenier & Phillipson, 2013; Grenier, 2012; Guedes, 2011; Moen, 2003; Moen, Kim & Hofmeister, 2001; Kloep & Hendry, 2006; Phillipson, 2002, 2011; Pinguart & Schindler, 2009; Robinson, Demetre & Corney, 2011).

Moen (2003) num estudo que desenvolveu com sujeitos entre os 50 e os 75 anos para melhor analisar a continuidade associada ao processo de transição para a reforma ao longo da meia-idade, aborda aquilo a que o autor denomina de quatro contextos e contingências para perceber o seu impacto na qualidade de vida dos adultos mais velhos. De acordo com aquele autor, ao longo do curso de vida dos sujeitos resultam uma série de escolhas e mudanças inerentes ao processo de transição da vida ativa para a reforma, associadas a (1) contextos histórico, económico e circunstâncias políticas; (2) caminhos biográficos, trajetórias de vida, estimulação e heterogeneidade social, no qual se enquadram a dimensão de classe, género e idade; (3) laços relacionais; (4) ambientes organizacionais e ocupacionais.

1.5 A transição da vida ativa para a reforma

Em 1990 a Comissão Europeia colocou na agenda a questão dos trabalhadores mais velhos, quer devido à questão do envelhecimento demográfico, quer devido ao eventual colapso dos sistemas de segurança social. Esta organização procurou desde essa data, adotar medidas que evitem a exclusão do mercado de trabalho dos adultos mais velhos, sendo que os países do norte já há muito que adotaram políticas de integração profissional e de saúde, ao contrário dos países do sul da Europa, redirecionando o enfoque das políticas associadas à transição da vida ativa para a reforma (Mirabile, 2004).

Como refere Greneir (2012), o conceito de transição é um quadro de referência utilizado pelos estudiosos e decisores políticos para organizar os grupos da população, a fim de aferir as suas necessidades relativamente a serviços e respostas sociais, em que o "constructo da transição para a reforma está relacionado com as expectativas relativamente às contribuições, produtividade e independência versus dependência associada à idade" (p. 81).

Um estudo em Inglaterra comprova a heterogeneidade das transições para a reforma, que são diferenciadas e demarcadas, cujos autores (Robinson, Demetres & Corney, 2011) categorizaram-nas em quatro meta-temas de teor narrativo que apresentam características comuns durante o processo de reforma, durante a pré-reforma, a transição para a reforma em si e no pós-reforma, nomeadamente: (1) a continuidade positiva para a mudança; (2) a libertação; (3) os ganhos e as perdas; (4) a restrição, arrependimento e declínio. De acordo com os mesmos autores, dentro de cada um destes meta-temas foram categorizados vários temas que serviram de base à análise de entrevistas narrativas, nomeadamente: (1a) trabalho agradável mas opção pela reforma; (1b) reacender de um interesse pré-existente; (1c) aceitação das novas mudanças; (1d) tempo com o/a companheiro/a, mas espaço para si próprio/a; (2a) libertação de um trabalho stressante; 2(b) renovada liberdade, escolha e controlo; 3 (a) impelido para a reforma; 3(b) os ganhos: atividades libertadoras e que preenchem; (3c) sentimento de marginalização e/ou inutilidade; (4a) reforma sem escolha; (4b) olhando para um não reformado; (4c) um sentimento de perdas e desperdício (Idem, p. 246).

De facto, a passagem para a reforma implica percursos cada vez mais longos e variados, estando subjacente várias razões para o efeito, resultando muitas das vezes de saídas precoces do mercado de trabalho face a períodos longos de doença ou de desemprego, ou ainda por obrigações familiares, mas também por tempo de serviço efetivo. No entanto, o trabalho ainda é um valor fundamental sobre o qual se constrói a própria identidade e o ajustamento social, o que resulta em diferenciadas vivências ao longo deste período, enquadrando as representações

socias de envelhecimento e a multidimensionalidade deste conceito (Vicente, 2007; Fonseca, 2012; Gil & Santos, 2012).

Nesta ordem de ideias, considerando o facto de o trabalho permitir a conquista do estatuto social e a construção de uma identidade, sentimento de controlo e autonomia, de produtividade e de participação na comunidade, a transição para a reforma está muitas das vezes associada à inutilidade, à perda das redes sociais e de oportunidades de participação. Assim, o impacto da reforma no sujeito é habitualmente um acontecimento stressante associado à sua capacidade de *agency* face a essas dificuldades, sendo tanto ou mais difícil a adaptação a novos papéis sociais conforme o indivíduo encare a sua vida profissional (Fonseca, 2012).

A reforma, como refere Guedes (2011), é um fenómeno social novo que surgiu em meados do século passado, resultante dos sistemas de bem-estar público. Esta autora refere que em Portugal só após o 25 de abril de 1974 se iniciou a estruturação efetiva de um sistema de segurança social, como garante de condições de vida condignas em situações de saída do mercado de trabalho, velhice ou outras como falta de trabalho, doença, sendo que anteriormente a saída do trabalho estava dependente de poupanças próprias ou do apoio de familiares.

Phillipson (2002, 2011), refere que de 1950 a 1970 o enfoque estava no trabalho remunerado vivido dia-a-dia, cujas políticas enfatizavam a manutenção dos trabalhadores mais velhos no mercado de trabalho face à necessidade de reconstruir as indústrias e a economia. A partir da década de 70 face ao declínio industrial e ao aumento do desemprego, ouve uma pressão para a saída do mercado de trabalho mais cedo por parte dos adultos mais velhos. Em 1990 retomou-se o valor do trabalho por parte dos adultos mais velhos, face ao envelhecimento da população e às inerentes consequências no garante dos sistemas de segurança social e saúde, procurando enfatizar a sua importância, combatendo a discriminação pela idade e encorajando o autoemprego. Segundo este autor, o período após a década de 90 do século passado, foi caracterizado por elevadas taxas de desemprego e por reformas antecipadas, pelo que em alguns países provocou a saída dos homens e entrada das mulheres entre os 55-64 anos no mercado de trabalho (embora em Portugal tal não tenha sido visível).

Com a recessão da economia a afetar muitos países em 2011, a pressão para a continuidade de trabalho pelos adultos mais velhos é bastante forte, aumentando igualmente as discriminações sobre os mesmos, face às atuais elevadas taxas de desemprego, levantando questões relativas à solidariedade intergeracional (Phillipson, 2011). Segundo este autor, estas circunstâncias históricas que resultam em diversas mudanças na trajetória de vida dos adultos mais velhos, vieram trazer uma variedade de transições, que são hoje mais complexas, refletindo-se na saúde pessoal e em questões familiares, conjuntamente com a ligação ao desem-

prego, pelo que aumentar o tempo de trabalho com o aumento da esperança de vida, acarreta limitações e potencialidades.

De facto "a reforma é um processo que passa por uma série de etapas: fase da pré-reforma; fase da lua-de-mel; fase do desencanto; fase da definição de estratégias de 'coping'; fase da estabilidade; podendo ocorrer a fase do retorno" (Guedes, 2011, citando Atcheley, 2000, p. 175), sendo que nem todos os indivíduos poderão experienciar todas estas fases, se considerarmos as circunstâncias individuais e ambientais ao longo do seu processo de envelhecimento.

Guedes (2011) propõe um estudo para aferir a tipologia de modos de vida na reforma e identidade(s) do reformado, considerando que os indivíduos experienciam novos papéis e reconstróem a(s) sua(s) identidade(s), com a consciência de que a transição não é linear, contém desequilíbrios e mudanças, sendo expetável a importância da sua preparação e a valorização de estratégias de 'coping' ao longo das diversas fases que a constituem.

Fonseca (2012), destaca como mudanças associadas à reforma, transformações de ordem financeira; estilos de vida; uso do tempo; a vida conjugal; as relações sociais; a mudança de residência; e ainda a identidade pessoal e social, que deverão ser aprofundadas através da construção de planos de preparação para a reforma.

Conforme constatou Loureiro (2011) num estudo que efetuou, embora sobre a tónica da saúde, o período de transição para a reforma é vivenciado de formas diferentes o que coloca as pessoas em maior vulnerabilidade se sujeitos a algumas variáveis, tais como "as sociodemográficas (ex. género, a idade, nível socioeconómico), a simultânea vivência de outros acontecimentos transicionais, o motivo da passagem a esse estatuto e o contexto de desenvolvimento familiar" (p. 146). Associado às perceções negativas desta transição, este autor destaca essencialmente a alteração da rotina diária.

Philipson (2011), refere que novas formas de trabalho geram novas transições, propondo como tal o desenvolvimento de intervenções a nível da saúde e da qualidade do trabalho dos adultos mais velhos ainda durante a sua vida ativa, nomeadamente a adaptação do trabalho às condições físicas e de saúde dos trabalhadores mais velhos, de forma a mantê-los mais tempo a trabalhar, mas comprometidos e saudáveis. Para este autor, deverá ainda ser facilitada a continuidade de acesso à formação ao longo da vida, para atualização das capacidades e conhecimentos das pessoas mais velhas, salientando a importância das universidades adaptarem os seus programas educativos e formativos para uma maior frequência por parte dos adultos mais velhos. É ainda referenciado nesta matéria, a importância de criar condições de qua-

lidade para a flexibilização do trabalho, simplificando os impostos e as regras das pensões, posição corroborada por Ilmarinem (2012).

A ausência de medidas concretas, que acompanhem o aumento da idade da reforma pretendida pelas novas orientações das políticas públicas europeias perante o envelhecimento da população, pode resultar numa maior insegurança no trabalho e, conseqüentemente, num processo de transição para a reforma muito mais difícil, que deverá ser pensado antecipadamente e durante ainda o período de vida ativa, envolvendo os empregadores, os decisores políticos e os próprios adultos mais velhos (Guillemard, 2005; Ilmarinem, 2012; Philipson, 2011). Face a estas alterações estruturais, é importante como refere Vicente (2007):

repensar a organização da vida social, económica e familiar em função da alteração do paradigma produtivo estruturado em torno do conhecimento e do saber. As repercussões a nível da esfera individual e familiar são difusas emergem conceitos ligados à valorização social do trabalho, à redução do tempo de actividade e produção, mas surge também a questão dos percursos individuais. (p. 74)

Numa era em que a população com mais de sessenta anos impera, são ainda poucas as organizações, comunidades, governos e empregadores que reconhecem de facto "o potencial deste cada vez maior número de pessoas saudáveis, capacitadas, comprometidas e enérgicas que estão agora nos seus cinquenta, sessenta e setenta anos, a meio da sua vida" (Moen, 2003, p. 285). Moen (2003), sugere como tal o desenvolvimento de políticas de proteção para os indivíduos e famílias que facilitem as possibilidades de comprometimento e participação durante a meia-idade com qualidade de vida, só possível com reformas nos sistemas de segurança social e pensões, como também no sistema de apoio na saúde, que contrariem estereótipos culturais e reflitam uma visão mais engajada do envelhecimento.

1.6 Breve roteiro pelas políticas sociais de velhice

As políticas sociais têm como função desencadear respostas que permitam atenuar as situações de maior vulnerabilidade e desigualdade social, resultantes de fenómenos associados à pobreza e à exclusão social. A proteção social procura impulsionar "por um lado, um conjunto de mecanismos (ou serviços) que visem essencialmente a previdência e, por outro, um conjunto de ações de carácter mais social ou essencial, isto é, que respondam às situa-

ções de carência e necessidade existentes" (Rodrigues, Samagio, Ferreira, Mendes & Januário, 1999, p. 39) na sociedade.

Como refere Silva (2013), apesar do modelo de Estado-providência no Ocidente se iniciar nos finais do século XIX e início do século XX, em Portugal só com a instauração da república em 1910 é previsto pela primeira vez o direito à igualdade, sendo criado o Instituto de Segurança Social em 1919, cujo apoio se revestia sobre a forma de seguros obrigatórios nas pensões de invalidez, velhice e sobrevivência, entre outras áreas, surgindo em 1929, segundo o autor, o primeiro grande sistema de pensões no nosso país, a Caixa Geral de Aposentações.

Em Portugal, só nos finais do último século é que foram criados os primeiros mecanismos institucionais de garante da assistência social e da saúde para os cidadãos. Data da década de 60 a primeira Lei de Bases da Segurança Social e de outros subsistemas de proteção social, como a ADSE, destinada aos funcionários e agentes do Estado (Silva, 2013).

Durante o Estado Novo são tomadas medidas essencialmente assistencialistas destinadas aos desempregados ou aos muito pobres, ou de previdência social para determinadas classes de trabalhadores, que não tinham caráter universal. Os movimentos operários mais escolarizados, organizavam-se em associações mutualistas para garantir alguma assistência, muitas vezes assumindo mesmo a forma de respostas a nível de lazer e não tanto de segurança social (Varela, 2013). Esta autora salienta que os valores cobertos a nível da saúde, infância, educação e lazer, foram irrisórios até 1974, não havendo qualquer gestação de um Estado Social durante o Estado Novo e, em particular, no que diz respeito às reformas dos trabalhadores, ou seja a "possibilidade de ter um ganho salarial que permita receber na velhice, deixando de trabalhar" (p. 41).

Só após o fim da ditadura se verifica uma viragem de um sistema marcadamente corporativista para um sistema de proteção social, surgindo só em 1979 o Serviço Nacional de Saúde, com a publicação da Lei n.º 56/79, de 15 de setembro, que possibilitou a existência de uma rede de órgãos e serviços prestadores de cuidados globais de saúde a toda a população, através da qual o Estado salvaguarda o direito à proteção da saúde. De facto, verificam-se como marcos importantes para o incremento das políticas sociais em Portugal "a transição democrática e, mais tarde, a adesão à Comunidade Económica Europeia, com impactes no domínio da proteção social" (Rodrigues, Samagio, Ferreira, Mendes & Januário, 1999, p. 40).

É na década de 70 e 80 que se dão efetivamente os primeiros passos na proteção social em Portugal, com a assunção da igualdade política, mas também social e económica na

Constituição de 1976, logo após a revolução do 25 de abril. Verifica-se que tal incremento de medidas de proteção social associadas à segurança social e à saúde, acontece em plena rutura com a ditadura, com uma geração de atraso relativamente aos outros países europeus mais industrializados, que já tinham em maior desenvolvimento os seus Estado-providência (Silva, 2013; Varela, 2013). Só em 1990 quer privados, quer Estado, avançam com programas de ação social em concreto com vista à erradicação da pobreza, complementando o sistema de apoios financeiros da segurança social, surgindo ainda em 1996 o rendimento mínimo garantido, atual rendimento social de inserção, fruto das orientações provenientes da Comunidade Europeia (Rodrigues, Samagio, Ferreira, Mendes & Januário, 1999).

No que concerne especificamente a uma preocupação nítida dos governos relativamente às políticas de velhice, esta só se concretiza a partir da década de 70 do século passado, quando se materializam os apoios financeiros quer à reforma, quer à dependência, quer também mecanismos fiscais e isenção de taxas, como é o caso da saúde, bem ainda a ação social ou programas de desenvolvimento social em cooperação crescente com a sociedade civil (Carvalho, 2010; Martins, 2006).

São atualmente apoios financeiros à reforma: (1) **pensões de velhice**, dirigida às pessoas com mais de 65 anos que tenham pago contribuições para a Segurança Social pelo menos 15 anos, sendo que a partir de 2005 foi suspenso o regime de flexibilização da idade da reforma, penalizando fortemente quem o faça antes de atingir a idade normalizada (Carvalho, 2010); (2) **pensão social de velhice**, para pessoas com mais de 65 anos, com baixos rendimentos que não tenham direito à pensão de velhice; (3) **complemento solidário de idosos**, apoio em dinheiro pago mensalmente aos idosos com baixos recursos com mais de 65 anos; (4) **benefícios adicionais de saúde**, que poderá ser associado a quem usufrui do complemento solidário para idosos no âmbito da comparticipação em medicamentos, aquisição de óculos ou lentes, aquisição ou reparação de próteses dentárias e aceder ao programa nacional de promoção da saúde oral, através da concessão de cheques-dentista; (5) **certificados de reforma**, cuja adesão é pessoal e voluntária, tratando-se de um regime público de capitalização, constituído por contribuições adicionais ao longo da vida do aderente, que são capitalizados numa conta em seu nome (Instituto de Segurança Social [ISS], 2013).

São apoios financeiros à dependência, que poderão complementar os apoios à reforma: (1) **subsídio por assistência de 3.^a pessoa**, dirigido a pessoas deficientes que necessitem de apoio permanente por outra pessoa; (2) **complemento por dependência** aos pensionistas ou quando atribuído aos não pensionistas, apenas quando estes se encontrem em situação de incapacidade de locomoção originada por doenças predefinidas (ISS, 2013a).

De referir que relativamente aos apoios sociais, estes constituem-se "nas funções desempenhadas por grupos ou pessoas significativas (familiares, amigos ou vizinhos) para o indivíduo em determinadas situações da vida" (Martins, 2005, p. 130), consubstanciando, de acordo com a mesma autora, em redes de apoio formal e informal. As redes de apoio informal reportam-se às redes de vizinhança, familiares e amigos, as formais dizem respeito aos serviços preconizados pelo sistema da segurança social e aqueles que são organizados pelo poder local, quer individualmente quer em cooperação com organizações da sociedade civil.

O acesso a estas respostas sociais e de saúde formais e normalizadas à data pela Segurança Social, como o são os centros de convívio, centros de dia, centros de noite, acolhimento familiar, estruturas residenciais (lar de idosos e residências coletivas), centros de férias e lazer e serviço de apoio domiciliário, desenvolvidas quer por privados, quer por organizações do privado social ou na dependência direta da segurança social ou autarquias, a utilização pelos adultos mais velhos está condicionada à existência deste tipo de serviços na área de residência e da disponibilidade de vaga (ISS, 2013b).

Estão ainda regulamentados pela Segurança Social (2013c) diversos programas de apoio ao desenvolvimento social, referindo-se aqui aqueles que se encontram em funcionamento atualmente, alguns deles participados por fundos da União Europeia e que de alguma forma poderão abranger os adultos mais velhos, nomeadamente os Contratos Locais de Desenvolvimento Social Mais (CLDS+); o Programa Comunitário Alimentar de Ajuda a Carentes (PCAAC); o Programa de Conforto Habitacional para Pessoas Idosas (PCHI); o Programa de Apoio Integrado a Idosos (PAII); o Programa de Cooperação para o Desenvolvimento da Qualidade e Segurança das Respostas Sociais e, por fim, a Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (RNCCI).

De destacar que até 1979, as redes de apoio formal eram essencialmente da responsabilidade de instituições de cariz religioso (Carvalho, 2010), sendo que as Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) viram o seu estatuto aprovado só no início da década de 80, através do decreto-lei n.º 119/1983 de 25 de fevereiro.

Muito recentemente, foi publicada a lei de bases da economia social, a lei n.º 30/2013, de 8 de maio, preconizando uma reforma no setor cooperativo e social, onde se integram quer as IPSS, como as cooperativas, associações mutualistas, as misericórdias, as fundações, as associações culturais, desportivas, recreativas e de desenvolvimento local, entre outras equiparadas.

Nesta cooperação continua entre o Estado e o setor privado social, verifica-se como referem Rodrigues, Samagio, Ferreira, Mendes e Januário (1999), a passividade das políticas sociais assumidas pelas participações financeiras para prestação de serviços e desenvolvimento de programas sociais pelas organizações da sociedade civil, o que suscita alguma "desresponsabilização estatal relativamente a áreas tipicamente consideradas, em função de uma privatização que nem sempre protege a igualdade de acesso a bens e equipamentos" (p. 64).

As respostas criadas para as pessoas mais velhas são ainda muito vocacionadas para "os cuidados agudos e para idosos frágeis" (Lopes, 2007, p. 66), quando o incentivo deveria estar vocacionado para estratégias facilitadoras do bem-estar e estilos de vida saudáveis, cuja projeção envolva todos os intervenientes, definindo objetivos "com *empowerment* através da participação de todos, nomeadamente os idosos, as famílias e as instituições envolvidas" (Idem, p. 66). Lopes (2007) defende uma intervenção com equipas multidisciplinares de base local e comunitária, com atribuições bem definidas numa estratégia de rentabilização e coordenação de recursos, que promovam a independência e a autonomia dos adultos mais velhos durante mais tempo.

Nas últimas décadas, os sistemas de segurança social, especialmente no contexto português de resgate financeiro, têm vindo a ser questionados, consequência de aumento do desemprego, principalmente dos jovens, resultado do exponencial duplo envelhecimento da população, com uma diminuição considerável de participações provenientes dos trabalhadores. Estão em questão os pressupostos de universalidade que estiveram na sua origem, verificando-se uma crescente responsabilização da sociedade civil e das famílias, bem como a privatização e participação dos serviços, redução de determinadas prestações sociais e limitação do acesso (Behring, 2012; Capucha, 2005; Guedes & Pereira, 2012; Lasemann & Martin, 1995; Martins, 2005, 2006; Shaikh, 2012; Rodrigues, Samagio, Ferreira, Mendes & Januário, 1999; Silva, 2013).

Foi sob os pressupostos do novo paradigma de envelhecimento que se delineou a estratégia do "Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações" durante o ano de 2012, preconizando uma sociedade para todas as idades e explorando o potencial da população a partir dos 50 anos de idade (Orientação n.º da Decisão nº 940/2011/UE do Parlamento Europeu e do Conselho de 14 de Setembro de 2011).

Em Portugal (Governo de Portugal [GP], 2012) o programa de ação assentava em cinco eixos, a saber, (1) emprego, trabalho e aprendizagem ao longo da vida; (2) saúde, bem-estar e condições de vida; (3) solidariedade e diálogo intergeracional; (3) voluntariado e participação

cívica; (4) conhecimento e sensibilização social, apresentando como critérios transversais o direito à identidade, a igualdade de género, a não discriminação em razão da idade, a acessibilidade, em especial para pessoas idosas com deficiência, a orientação para a inovação e boas práticas, e a preferência pelo trabalho em rede e por parcerias.

Do relatório de atividades realizadas ao abrigo das comemorações do Ano Europeu ressaltam as temáticas para um trabalho futuro: (1) a aprendizagem ao longo da vida por parte dos adultos mais velhos; (2) a sustentabilidade das pensões face ao desequilíbrio demográfico e a indispensável inovação nos modelos de transição entre o trabalho e a reforma; (3) o favorecimento da natalidade e de condições promotoras da vida familiar, como um intento nacional e de prática responsável por parte da geração atual (GP, 2013). Nitidamente coloca-se nos indivíduos e na comunidade a responsabilidade por esses pressupostos.

Verifica-se ainda que no Programa Nacional de Reformas de Portugal, submetido à Comissão Europeia (Conselho de Ministros, 2011) e que explana e quantifica o compromisso de Portugal com os objetivos da Estratégia Europeia 2020, está contido no âmbito do capítulo Crescimento Inclusivo, relativamente a um novo contrato intergeracional,

práticas em prol do envelhecimento activo, ao longo da vida profissional de cada indivíduo, traduzindo-se as principais acções em medidas de aprendizagem ao longo da vida, nomeadamente as incluídas na Iniciativa Novas Oportunidades, no prolongamento da actividade profissional com incentivos à contratação de trabalhadores mais velhos, e desincentivo à saída precoce do mercado de trabalho, na promoção da passagem gradual para a inactividade (a recente reforma visando a sustentabilidade do sistema de segurança social, é disso exemplo). (p. 65)

Neste compromisso de reformas estruturais está também explanada uma intenção de continuidade relativamente a determinadas medidas de apoio social aos adultos mais velhos, designadamente:

a intenção de prosseguir as medidas de reforço da protecção social dos idosos através da atribuição, nomeadamente, do Complemento Solidário para Idosos, do alargamento da Rede de Equipamentos Sociais de forma diversificada, através da criação de lugares em Lares, mas também em Centros de Dia e, reforçando fortemente os serviços de apoio domiciliário e do desenvolvimento da Rede Nacional de Cuidados Continuados

Integrados, com vista à conclusão da cobertura nacional da rede. (Conselho de Ministros, 2011, p. 65)

Baptista (2013) no relatório de avaliação das recomendações da União Europeia sobre Inclusão Activa, conclui com a observação de que a monitorização do Memorando de Entendimento no âmbito do resgate financeiro a Portugal, deveria incluir indicadores relativamente às recomendações sobre a inclusão ativa por parte da União Europeia, afirmando que tal pretensão não está explanada no documento dificultando a sua monitorização e operacionalização:

parece não ter estado presente e assim, o investimento na promoção de um apoio adequado aos rendimentos, ao emprego de qualidade e ao desenvolvimento de serviços personalizados ou à disponibilização de serviços integrados e de qualidade que promovam o envolvimento do utilizador surge claramente enfraquecido pelos objetivos de consolidação orçamental. (Baptista, 2013, p. 32)

A mesma autora salienta ainda que "a questão do acesso a serviços de qualidade é um tópico de difícil abordagem no contexto nacional em que as preocupações orientadas para a eficiência fazem cortes em todas as áreas, na procura exclusiva da maximização dos resultados financeiros" (Baptista, 2013, p. 23), dando como exemplo a alteração legislativa relativamente aos lares para idosos e centros de dia, que aumentaram a capacidade dos equipamentos sociais nas estruturas já existentes e sem qualquer exigência de adaptação ou melhoramento.

Aquela autora refere igualmente que se assistiu a uma diminuição do ritmo de implementação das Unidades de Saúde Familiar (USF), de Unidades de Cuidados na Comunidade (UCC) a nível dos cuidados de saúde primários e ainda, algo que afetou em larga medida os adultos mais velhos: a crescente redução do pagamento pelo Serviço Nacional de Saúde, de apoio ao transporte de pessoas doentes para os serviços de cuidados de saúde.

Constata-se também, a diminuição do número de utilizadores e o aumento das taxas de consulta médica do serviço nacional de saúde (centros de saúde locais), em todos os centros distritais de saúde, bem como uma forte redução do número de pessoas idosas abrangidas pelos cuidados primários e de ambulatório (Observatório Português dos Sistemas Nacionais de Saúde, 2012; 2013).

Há que manter presente, que para além de todas as dificuldades e alterações associadas ao processo de transição para a reforma no que diz respeito à "saúde, questões económicas,

sociais e a organização global de toda a vida e novos papéis que o reformado pode vir a assumir" (Guedes, 2011, p. 175), o despertar das organizações que regulam a sociedade para o duplo envelhecimento demográfico da população e para a sustentabilidade do Estado-Providência, com uma forte valorização da vida ativa e produtiva associada ao paradigma do envelhecimento ativo, poderá dificultar ainda mais este processo.

O atrás descrito poderá resultar, por um lado, numa dificuldade acrescida de acesso à segurança, à participação e à saúde, com a "redução real do poder de compra pela diminuição do rendimento disponível face à situação económica e social que atravessa Portugal" (Adôa & Fonseca, 2011, p. 108), associado ao atual contexto de políticas sociais austeras num país sujeito a um processo de resgate financeiro. Por outro lado, com esta limitação de recursos consentânea com a necessidade de encontrar soluções mais baratas e que apelam a uma maior qualidade de vida das pessoas mais velhas, assiste-se a um redirecionamento das respostas sociais para a manutenção dos adultos mais velhos no seu meio natural de vida (Lopes, 2005).

O Serviço de Apoio Domiciliário teve um incremento desde 2000 até 2011 de 59% e o Centro de Dia (30%), mas também o Lar ou Residência para Idosos (38%) teve um aumento de procura, segundo dados do relatório de 2011 da Carta Social (Gabinete de Estratégia e Planeamento, Ministério do Trabalho e da Segurança Social [GEP, MTSS,], 2013).

Tal contexto obriga-nos a uma maior acuidade e atenção na definição de projetos e/ou programas que integram a política social para os adultos mais velhos de forma abrangente e integrada, complementando a política de pensões, para que a escassez de respostas sociais e as medidas de contenção das pensões, não dificulte ainda mais o acesso e a possibilidade de escolha por parte dos idosos mais pobres (Capucha, 2005; Adôa & Fonseca, 2011).

As políticas de velhice devem inteirar quer os processos individuais como coletivos associados ao envelhecimento, contemplando quer a saúde, quer o apoio social, quer o contexto espacial adaptado dos espaços privados e públicos, consciencializando que "as respostas aos problemas suscitados pela (própria) agenda do envelhecimento activo deixam de ser do domínio restrito das políticas sociais para se insinuarem nas políticas do território" (Machado, 2007).

O relatório alusivo ao Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre as Gerações corrobora o atrás descrito, quando termina apelando a uma "confluência de várias políticas a montante, nomeadamente, a nível da educação e cultura, do trabalho e da urbanização e mobilidade (Governo de Portugal, 2013). Isto porque a habilidade dos indiví-

duos para se adaptarem às diferenciadas circunstâncias que os rodeiam, ao meio ambiente, influencia igualmente a sua facilidade em adaptar-se às mudanças de estilo de vida após a reforma, numa perspetiva ecológica, defendida por Hunter, Wang e Worsley (2007).

Considera-se igualmente importante referir a atual estrutura familiar, que se alterou significativamente na sociedade portuguesa, passando de multigeracional para uma estrutura mais individualista associada à família nuclear, já não se apresentando como o tradicional sistema de suporte social das pessoas idosas (Mota-Pinto, et al., 2010). Esta constatação é reforçada num estudo desenvolvido pela Universidade Católica para o Conselho Económico e Social, que refere o crescente incremento das pessoas idosas a viverem sozinhas, reflexo da diminuição de cuidados prestados pela família e a crescente participação da mulher no mercado de trabalho, o que levará tendencialmente a uma maior procura de cuidados formais (Universidade Católica Portuguesa [UCP], 2012).

A família continua, ainda hoje, a ser a primeira a garantir o apoio de primeira linha, quer através das participações familiares aquando a institucionalização do idoso, como ainda no papel de cuidador, permanecendo o idoso no domicílio por forma a adiar os encargos daí inerentes. No entanto, essas trocas são cada vez mais ténues na sociedade atual, fazendo com que o próprio idoso prefira os cuidados contratados a sentir-se um encargo. Isto implica, muitas vezes, a promoção de respostas locais e de território, da própria comunidade, como recursos de apoio para as famílias e idosos, em detrimento de políticas nacionais e/ou locais neste âmbito (Lesemann & Martin, 1995; Capucha, 2005). Não se considera aceitável transferir para os indivíduos e para as famílias "a responsabilidade de corrigir problemas que são colectivos e que a todos, isto é, ao estado, compete resolver, sob pena de hipoteca da legitimidade do regime democrático, que não existe sem a realização do interesse colectivo numa sociedade coesa" (Capucha, 2005, p. 345).

No encerramento do Seminário sobre "As consequências económicas, sociais e organizacionais decorrentes do envelhecimento da população" realizado pelo Conselho Económico e Social de Portugal, foi salientado que "as opções políticas nacionais terão de ser reformuladas nomeadamente a nível do sistema de segurança social, dos serviços de saúde e de cuidados, da habitação, da segurança, do ordenamento urbano, dos serviços de transportes e de turismo por forma a acomodar e a gerir, de forma sustentável, os efeitos do envelhecimento da população" (Peneda, 2013, p. 9). Este autor refere que esta nova política de envelhecimento que urge promover, não tem necessariamente de ser uniforme, apesar da imperiosa acuidade de políticas nacionais. Há que considerar um papel reforçado para as autarquias locais, no âmbito da sua proximidade ao contexto cultural e social do território, pois a característica que sobres-

sai dos adultos mais velhos é a heterogeneidade de percursos e vivências. Apesar da tendência em agrupá-las face à idade e à associação da condição de reformado, não se constituem por isso um grupo social, muito pelo contrário, no entanto, ao manter-se essa tendência perpetua-se o estigma social associado à idade (Doblas & Conde, 2007).

Complementarmente é salientado, num estudo desenvolvido recentemente a nível nacional relativo a processos de envelhecimento, o facto de não haver representatividade nem mobilização por parte dos idosos que facilite a expressão da sua vontade e necessidades aquando a definição e aplicação das políticas públicas de envelhecimento (Cabral, Ferreira, Silva, Paula & Marques, 2013). Para estes autores, tal facto contribuiria de forma mais positiva para as reformas que se pretendem a nível da sustentabilidade do sistema de pensões da segurança social e mesmo do próprio sistema nacional de saúde, remetendo para a existência de uma biopolítica do envelhecimento, focando a importância fulcral da existência de plataformas legitimamente representativas dos reformados, tanto mais que:

aquilo que caracteriza a velhice em Portugal não é, seguramente, o respeito de outrora devido aos velhos, segundo uma lenda benévola, mas sim a despossessão dos atributos que conferem poder na nossa sociedade, o que os transformam, tipicamente, em objetos de discriminação mais paternalista do que agressiva. (idem, p. 292)

1.6.1 As respostas locais para os adultos mais velhos

No relatório da Universidade Católica Portuguesa que serviu de base à emissão de um parecer de iniciativa do Conselho Económico e Social, relativamente às consequências económicas, sociais e organizacionais decorrentes do envelhecimento da população (UCP, 2012), vem reforçado a contínua parceria entre o setor público e privado, principalmente no que diz respeito ao privado social, como as Instituições Particulares de Solidariedade Social e as Misericórdias, sublinhando a importância de uma crescente participação das autarquias locais na criação de respostas sociais para os adultos mais velhos, através do incremento das parecerias locais.

No parecer do Conselho Económico e Social (2013), vem reforçada a necessidade de alargamento das respostas sociais existentes e o reforço de outras medidas inovadoras que promovam a manutenção dos adultos mais velhos no seu domicílio, a exemplo de outros países europeus. Este documento remete para uma integração de recursos no âmbito da proteção social e saúde, a adaptação das cidades e dos equipamentos à mobilidade, bem como o

recurso às novas tecnologias de informação e outras respostas encontradas na comunidade, que correspondam às necessidades decorrentes do duplo envelhecimento demográfico. É salientado inclusivamente a dependência dos adultos mais velhos do sistema público de pensões, sua principal ou única fonte de rendimentos, ressaltando o facto de uma grande maioria dos portugueses ter reformas e pensões abaixo dos 500 euros.

A nível da realidade local do concelho de Lagoa, o Município candidatou-se em 2004 ao Programa de Apoio à Implementação da Rede Social (Conselho Local de Acção Social de Lagoa[CLASL], 2006), o que levou à produção de Diagnósticos, Planos de Desenvolvimento Social e Planos de Acção num "processo participado de planeamento e decisão" (CLASL, 2006, p. 3), que vem sendo dinamizado pelos parceiros do Concelho Local de Acção Social de Lagoa desde então, conforme pressuposto no preâmbulo do respetivo Regulamento:

A constituição de uma Rede Social de promoção do desenvolvimento social do concelho de modo estratégico e participado, permitiu de facto aumentar e melhorar o conhecimento da realidade do concelho de Lagoa e potenciar os recursos e as metodologias de intervenção. (idem, p. 2)

Esses instrumentos de diagnóstico (Rede Social de Lagoa, 2006, 2006a; 2011, 2012), criados na plataforma concelhia de articulação entre parceiros públicos e privados à luz do planeamento local integrado e participado previsto no decreto-lei nº 115/2006 de 14 de junho, refletem no seu conteúdo as preocupações dos parceiros do Conselho Local de Acção Social de Lagoa, ao longo destes sete anos de trabalho, relativamente ao apoio social para a população mais velha, que importa sistematizar:

- reforço da cooperação estatal para alargamento da capacidade de internamento (lar ou residência para idosos), como também do serviço de apoio domiciliário, principalmente nas freguesias a sotavento do concelho, Porches e Carvoeiro;
- criação de respostas locais na área da ação social e saúde, ocupacionais ou de internamento, para pessoas portadoras de deficiência e/ou dependência resultante de doenças do foro mental;
- atividades que valorizam os conhecimentos e a autoestima dos adultos mais velhos;
- projetos/espacos de formação contínua dos adultos mais velhos;
- promoção do convívio intergeracional;
- maior disponibilidade da família para o idoso;

- maior envolvimento da família e comunidade nas atividades desenvolvidas nos Lares e Centros de dia do concelho;
- participação ativa do idoso na definição de respostas;
- criação de estratégias para a diminuição das situações de isolamento social e/ou geográfico dos idosos no concelho;
- necessidade de articulação de atividades de animação sociocultural e desportiva pelos vários parceiros sociais que as desenvolvem;
- rentabilização dos espaços existentes para a ocupação dos adultos mais velhos.

Também os adultos mais velhos do concelho de Lagoa foram ouvidos quanto às suas perceções e necessidades relativamente ao processo de envelhecimento através da dinamização de Fóruns Participativos desenvolvidos pelo Conselho Local de Ação Social com a colaboração das Instituições locais de Solidariedade Social.

Estes Fóruns envolveram a participação de cinquenta adultos mais velhos e foram coordenados por uma Técnica do Núcleo Distrital de Faro da Rede Europeia Anti Pobreza, apresentando as baixas reformas; o elevado custo dos medicamentos; a solidão; a ausência da família; a quebra das redes sociais e o olhar estigmatizante da sociedade como problemáticas (Rede Social de Lagoa, 2012a). Ao longo destes espaços de debate com os mais velhos foi ainda observado o seguinte:

Os Fóruns Participativos permitiram averiguar que os/as adultos/as maiores são pessoas válidas transmissoras e recetoras de conhecimento. São pessoas com muito afeto para partilhar que apreciam a terra onde vivem, têm preocupações a nível dos espaços públicos, e gostariam de ter meios de transporte que lhes permitissem uma maior mobilidade. (idem, p. 26)

É referido ainda que "o período da vida ativa não deve ser estendido, sustentando que a opção de continuar a desenvolver atividade profissional ou realizar trabalho voluntário deve resultar de escolhas individuais" (ibidem, p. 26), o que constitui um imperativo para que os adultos mais velhos possam usufruir da vida depois da reforma, depois do tempo dedicado ao trabalho.

Auscultadas as necessidades que apontam para um aumento de respostas sociais normalizadas, como o incremento do Serviço de Apoio Domiciliário, mas também a institucionalização em Lares e respostas a nível da saúde mental e deficiência dos mais velhos, consta-

ta-se através da Carta Social elaborada pelo Gabinete de Estratégia e Planeamento do Ministério do Trabalho e da Segurança Social (2012) a não existência de qualquer resposta na área da deficiência ou saúde mental. Este documento apresenta ainda a taxa de cobertura dos equipamentos sociais para os idosos no intervalo entre os 5,7% e 11,1%, no que diz respeito aos Lares, Centros de dia e Serviço de apoio domiciliário em 2011, no concelho de Lagoa.

Aquela mesma fonte, reportando-se a uma leitura nacional, salienta que os Lares ou residências acolhem no regime de internamento essencialmente pessoas a partir dos 75 ou mais anos que constituem 83,8% dos utentes, com um forte peso das pessoas mais velhas com 85 ou mais anos. Verifica-se ainda a primazia do género feminino, com muito dos idosos a permanecerem institucionalizados entre 5 a 10 anos, cerca de 21,2%, sobretudo nas respostas do privado social, reflexo do aumento da esperança média de vida.

A Segurança Social preconiza o seu apoio social através da cooperação com Instituições do setor privado social, efetuando comparticipações mensais de acordo com o número de utentes a usufruir da resposta social, cujo valor é acordado anualmente em sede de concertação com os representantes do setor, sendo que a comparticipação familiar é igualmente regulada através de orientações por parte da Administração e preconizada nos regulamentos internos das Instituições (ISS, I.P., 2013d). O Município de Lagoa complementa este apoio da segurança social, através de protocolos de cooperação técnica e concessão financeira, com transferência de verbas anuais para apoio ao investimento na construção e manutenção dos equipamentos sociais, aquisição de viaturas, bem como para despesas de funcionamento e ainda apoio técnico e logístico às Instituições Particulares de Solidariedade com sede ou a operar no concelho (Município de Lagoa, 2013).

É ainda de salientar a existência de uma Unidade de Cuidados na Comunidade, da responsabilidade direta da Administração Regional de Saúde do Algarve, sob a direção do Agrupamento de Centros de Saúde do Barlavento, agregada ao Centro de Saúde de Lagoa. Iniciou atividade em setembro de 2011, com o objetivo de "prestar cuidados de saúde de proximidade, apoio psicológico e social, de âmbito personalizado, quer a nível domiciliário, quer a nível comunitário em todo o concelho de Lagoa" (Ministério da Saúde, 2011).

No que diz respeito à realidade do concelho de Lagoa, sistematiza-se na Tabela 1.1 as respostas sociais formais, reguladas pela Segurança Social, alguns delas em resposta integrada com a Administração Regional de Saúde, desenvolvidas por entidades de direito privado, verificando-se que é essencialmente o privado social que em cooperação com o Estado, garante a dinamização de equipamentos sociais no concelho de Lagoa.

Tabela 1.1 - Respostas Sociais e de Saúde normalizadas no concelho de Lagoa (Algarve)

Designação da Resposta Social	Descrição	Equipamentos (n.º)	Capacidade (n.º)	Utentes (n.º)
Serviço de apoio domiciliário	Prestação de cuidados e serviços no domicílio a pessoas em situação de dependência física ou psíquica, que não disponham de apoio familiar para o efeito.	4 ³	155	92
Centro de convívio	Atividades sociais, recreativas e culturais, organizadas e dinamizadas com a participação ativa das pessoas idosas	1	50	50
Centro de dia	Serviços prestados às pessoas com 65 ou mais anos durante o dia que contribuem para a manutenção do seu meio social e familiar	3	150	69
Centro de noite	Acolhimento noturno dirigido a pessoas idosas com autonomia mas vivenciam situações de solidão, isolamento e insegurança, necessitando por tal acompanhamento durante a noite, permanecendo no seu domicílio durante o dia	1 ⁴	12	12
Estruturas residenciais (Lar de idosos e residências)	Alojamento coletivo para pessoas idosas, de utilização temporária e permanente	2	97	97
Cuidados continuados integrados	Cuidados de saúde e de apoio social para pessoas que estejam em situação de dependência e necessitam de internamento para cuidados continuados de convalescência, de média duração e reabilitação, de longa duração e reabilitação e paliativos.	1 ⁵	32	32

Fonte: GEP, MTSS (2013); Ministério da Saúde [MS] (2013)

No que se refere à Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (RNCCI) funciona no concelho de Lagoa uma Equipa de Cuidados Continuados Integrados, atualmente com 34 admissões (MS, 2013). Apesar de ter como beneficiários todos os cidadãos em geral, são essencialmente os adultos mais velhos que usufruem deste apoio social em saúde. Segundo dados do Diagnóstico Social do concelho de Lagoa, 20% dos utentes têm idades entre os 66 e os 75 anos, 38% dos 76 aos 85 anos, 14% dos 86 aos 90 anos e 7% com mais de 91 anos (Rede Social de Lagoa, 2011).

³ Destes quatro equipamentos sociais, um deles é de iniciativa privada com uma capacidade aprovada pela Segurança Social para 40 pessoas e com 13 utentes a usufruir da resposta. De salientar que não existe mais nenhuma resposta privada no concelho vocacionada diretamente para a população idosa devidamente licenciada à data e que constasse da respetiva Carta Social, sendo que os equipamentos existentes são da iniciativa das Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) e Misericórdias.

⁴ Durante o presente ano o Centro de noite referenciado, reconvverteu-se na resposta social de Estrutura Residencial para Idosos, com a mesma capacidade e o mesmo número de utentes, face ao aumento da dependência dos idosos e à pressão dos familiares para um acolhimento definitivo em alojamento coletivo.

⁵ Unidade de cuidados continuados de longa duração e manutenção.

No âmbito da intervenção direta do Estado e sobre a coordenação da Unidade de Cuidados na Comunidade D'Alagoa, está a utilização de uma Unidade Móvel de Saúde propriedade da autarquia que, ao abrigo de um protocolo com a Administração Regional de Saúde do Algarve - Centro de Saúde de Lagoa, cede a viatura, sua manutenção e gasóleo, bem como o motorista, com o objetivo de garantir a prestação de cuidados domiciliários em saúde (Administração Regional de Saúde do Algarve e Município de Lagoa, 2008).

A utilização da Unidade Móvel de Saúde é rentabilizada, essencialmente, por uma Equipa de Cuidados Continuados Integrados em Lagoa (ECCI), mas também para ações de sensibilização e rastreios em saúde junto da população em geral, preconizadas pela Unidade de Cuidados Continuados na Comunidade (Município de Lagoa, s.d.).

No que concerne à oferta de outras respostas sociais não normalizadas em Lagoa, é crescente a dinâmica das autarquias locais e Associações no âmbito do desenvolvimento de atividades de animação sociocultural, desportiva, rastreios em saúde, apoios complementares ao domicílio, ações de formação e sensibilização e de educação permanente vocacionadas para esta população. A oportunidade de desenvolver atividades de lazer e comunitárias por parte dos adultos mais velhos, facilita quer um sentimento de bem-estar, como impulsiona a manutenção e desenvolvimento de uma rede social de suporte. Os espaços comunitários são os privilegiados por estas pessoas para estimular a sua participação naquilo que lhes faz sentido, lhes dá prazer e os interessa, de forma a facilitar o processo de transição para a reforma e também um envelhecimento bem-sucedido (Golding, 2012; Godfrey, Townsend & Denby, 2004).

A Câmara Municipal de Lagoa desenvolve, diretamente, atividades vocacionadas para os adultos mais velhos na área da ação social, desporto, promoção da saúde e educação, bem como de capacitação dos técnicos das instituições. Nas atividades desportivas, o Município oferece o Programa Municipal Desporto para Todos Viva +, onde são dinamizadas classes de ginástica direcionada para pessoas com mais de 55 anos, complementada com outras atividades de promoção desportiva, nomeadamente festivais temáticos, marchas e corrida, Olimpíadas Seniores, disponibilizando ainda um Gabinete de Aconselhamento para a Alimentação e Atividade Física e parques seniores em três localidades do concelho: um na freguesia de Lagoa, e dois na freguesia de Estombar, situados na Mexilhoeira da Carregação e no Bairro da Boa Vontade (Município de Lagoa, s.d.). Na Piscina Municipal existem atividades vocacionadas para os adultos mais velhos, como Natação, Hidroginástica e Hidroterapia (Município de Lagoa, s.d.).

No âmbito da ação social, a autarquia disponibiliza o Cartão LagoaSocial conforme previsto no regulamento n.º 173/2009 de 28 de abril, concedendo descontos no comércio local aderente, nos serviços culturais e usufruto da piscina municipal, bem como acesso à tarifa social no abastecimento de água, saneamento de águas residuais e de resíduos sólidos urbanos. Os portadores do Cartão ainda poderão usufruir do serviço de assistência ao lar, pequenos arranjos e outros apoios ao domicílio com mão-de-obra gratuita, bem como usufruir de teleassistência gratuita protocolada com a Cruz Vermelha Portuguesa, mediante a avaliação da sua condição socioeconómica.

Para além destes serviços diretos de apoio social e desportiva, vocacionados para os cidadãos com mais de 65 anos, a autarquia desenvolve ações pontuais de capacitação dos técnicos das Instituições com respostas sociais para os adultos mais velhos, como o fez através do Programa Pró-Bem que facilitou a formação e a disponibilização de materiais de animação com o intuito de promover o bem-estar físico, social, emocional e intelectual dos mais velhos, envolvendo 15 participantes. Promove ainda em parceria com a Guarda Nacional Republicana, ações de sensibilização para a segurança e atividades de animação socio-cultural, bem como comemoração de datas festivas através de convívios musicais e mobilização da participação dos mais velhos em eventos culturais e recreativos organizados pelo Município (Rede Social, 2012a).

De facto é saliente o despertar dos decisores políticos para o desafio que é o envelhecimento demográfico, sendo que no prefácio e sinopse de uma publicação da responsabilidade do Município de Lagoa, promovida através da Rede Social durante o Ano Europeu do Envelhecimento Ativo em 2012, é referido que

os espaços e as ações, têm que ser concebidos não tendo apenas em conta um conjunto de indivíduos absolutamente sãos e jovens, mas para toda uma panóplia de tipos humanos, com diversas limitações, maior ou menor vitalidade, mas cujo direito ao uso e à participação tem que estar absolutamente garantido. (Rede Social, 2012a, p. 4)

Naquela publicação vem expressa a intenção dos parceiros da Rede Social de Lagoa priorizar a intervenção nas áreas da promoção do voluntariado sénior e da cidadania ativa, no reforço do trabalho em rede e na promoção da segurança e do combate ao isolamento, favorecendo a qualidade de vida dos cidadãos ao longo de todo o seu tempo de vida.

CAPÍTULO II
CAMINHO METODOLÓGICO

2 CAMINHO METODOLÓGICO

Encarando o interesse pessoal e profissional em compreender como se processa a transição da vida ativa para a reforma no concelho de Lagoa (Generoso, 2012), constituindo-se não como um estado, mas como um processo associado ao envelhecimento através de "acontecimentos estruturados temporalmente, com rituais de passagem, implicando mudanças várias dos sujeitos na sociedade" (Lima, 2010), procurou-se construir um modelo de análise e um caminho metodológico com base nesse pressuposto, assente na investigação qualitativa à luz do paradigma interpretativo, através de um processo de investigação-ação.

A investigação qualitativa, segundo Bodgan e Biklen (1994), prioriza o processo e o significado de forma indutiva, o que facilita em nosso entender uma melhor compreensão do objeto de estudo enquadrado na nossa prática profissional. A grande questão relativamente a este tipo de investigação, é a construção de um entendimento mais intenso dos problemas a investigar, descobrindo o que lhes está subjacente, o que de facto rodeia determinados comportamentos, atitudes ou convicções (Fernandes, 1991).

Na investigação qualitativa e como refere Chizzotti (2003), a experiência humana não é passível de se confinar aos métodos nomotéticos para que seja analisada e descrita. Optando-se desta forma por integrar neste estudo a pluralidade de dados, de forma articulada e complementar, numa aplicação em simultâneo e de forma integradora, conforme propõem Tashakkori e Creswell (2007), ao longo do desenrolar de todo o processo de investigação, desde o momento da criação e definição do tema e questões de partida da investigação, até ao processo de recolha, análise e interpretação dos resultados.

O nosso caminho metodológico, baseou-se assim num "processo circular que parte de uma experiência e tenta interpretar o fenómeno no seu contexto e sob diversos pontos de vista dos implicados. Não se procuram as verdades últimas. O desenho é aberto à invenção, à obtenção de dados e ao descobrimento, à análise e à interpretação" (Vilelas, 2009, p. 100), o que consubstancia a investigação qualitativa e enquadra o paradigma de investigação interpretativa.

Estamos em crer que neste estudo estão subjacentes as cinco características que definem a investigação qualitativa segundo Bodgan e Biklen (1994), nomeadamente o facto de nos constituirmos como *instrumento principal na recolha de dados* no seu ambiente natural no papel de investigadora, onde se desenvolve a prática profissional, retirando-lhes significado dentro do seu próprio contexto. A apresentação dos dados é descritiva, recorrendo às transcri-

ções de entrevistas e elementos estatísticos para consubstanciar a análise; *enfoca a investigação no processo* de transição, mais do que nos resultados nomotéticos *per si*; analisa-se os dados de forma *indutiva* ao longo do desenvolvimento da investigação, *ou seja de "baixo para cima"*, atribuindo-lhes *significado*, pela preocupação em compreender as perceções dos sujeitos relativamente ao seu processo de envelhecimento e de transição para a reforma (idem).

Chesebro e Borisoff (2007), salientam também o facto de na investigação qualitativa a recolha de dados ser efetuada no seu ambiente natural, no quotidiano dos sujeitos, sem qualquer controlo prévio, o investigador é visto pelos sujeitos como um participante na investigação, numa interação comunicativa entre sujeitos e investigador, para uma construção constante de sentidos e interpretações por parte de ambos, relativamente a determinado assunto previamente definido. Segundo estes autores, a investigação qualitativa é ainda pragmática, uma vez que os resultados obtidos têm utilidade instantânea, produzindo conhecimento direto e imediato relativamente aos processos sociais em curso.

Considerando o exposto, o paradigma interpretativo enquadra-se no caminho metodológico pretendido para esta investigação, quer seja do ponto de vista ontológico, epistemológico, quer a nível da posição metodológica com uma abordagem mista relativamente à recolha, análise e interpretação dos dados. Isto é, a nível *ontológico* assumidamente a realidade em estudo é subjetiva e complexa, carecendo da compreensão dos contextos sociais e culturais onde os sujeitos se movimentam no processo de transição para a reforma, através das suas próprias perceções dessa realidade face à multidimensionalidade do conceito de envelhecimento. Relativamente à *epistemologia*, a relação entre a investigadora e os sujeitos participantes no estudo é muito mais vincada na aplicação das entrevistas em profundidade do que durante os questionários, no entanto complementam-se na escolha de casos de estudo. No que à *posição metodológica* diz respeito, optou-se pelo pragmatismo, apesar das diferenças a nível epistemológico e ontológico, com recurso à pluralidade de dados, de forma a garantir uma maior riqueza na descrição e compreensão do fenómeno em estudo (Coutinho, 2004; Duarte, 2009; Monteagudo, 2000; Serrano, 2007).

Esta opção metodológica pelo pluralismo de dados é integradora, tanto que a investigação está orientada para a melhoria e transformação da realidade social em curso, uma vez que se pretende dar-lhe continuidade e aplicabilidade prática no contexto profissional, ao enquadrá-la num processo de investigação-ação (Serrano, 2007).

2.1 Paradigma Interpretativo de investigação

Segundo Bogdan e Biklen (1994) um paradigma consiste na orientação da reflexão empírica e da indagação através de um conjunto amplo de proposições e conceitos coerentemente organizados. Assim, visando o objeto de estudo e a argumentação teórica que sustenta a temática escolhida para a presente investigação, em que o processo de transição da vida ativa para a reforma enquadra a correlação das dimensões de identidade, *agency*, no sentido emancipatório da ação e de autonomia de uma escolha esclarecida e criativa, dependente da estrutura no espaço e no *habitus* (Ecclestone, Biesta & Hughes, 2010), estamos em crer que esta investigação se enquadra no paradigma interpretativo.

O paradigma interpretativo, conforme referem diversos autores, rompe com os princípios associados ao positivismo a partir dos anos 50 e 60 do século XX, resultando de um acérrimo debate entre os investigadores quantitativos e qualitativos (Bogdan & Biklen, 1994; Cohen & Manion, 2002; Coutinho, 2004; Denzin, 2008; Duarte, 2009; Monteagudo, 2000).

A partir da década de 70 diminuem progressivamente essas tensões com a propagação de investigações qualitativas na área da educação, com ênfase na perspectiva dos intervenientes, com uma forte associação ao espírito democrático que irrompia na época, versando a preocupação com o sujeito, no sentido de compreender o mundo subjetivo da experiência humana (Bogdan & Biklen, 1994; Cohen & Manion, 2002).

Nos anos 80 e 90 aumenta a produção de trabalhos de investigação qualitativa, muito contribuindo as feministas que impulsionaram a utilização de abordagens relativas às emoções e sentimentos, recorrendo à observação participante, às histórias de vida e às entrevistas em profundidade, fazendo sobressair as relações entre sujeitos e investigador, bem como as implicações políticas inerentes às investigações (Bogdan & Biklen, 1994), aumentando igualmente neste período a "guerra" entre paradigmas.

Na década de 80 do século passado, constitui-se o terceiro momento desta "guerra" entre paradigmas, conforme assim o designa Denzin (2008), que rompe com a incompatibilidade de métodos quantitativos e qualitativos e promove o diálogo entre ambas as abordagens, fomentando a considerável aceitação e aproximação de métodos mistos ou múltiplos (p. 317). Segundo aquele autor, os investigadores qualitativos trabalham atualmente num contexto de uma crise global, que promove a elaboração de trabalhos que movam as pessoas e as comunidades para a ação, mas também visando propósitos de justiça social.

Atendendo a que “contribuindo a pesquisa quantitativa para a identificação precisa de processos relevantes, e proporcionando a investigação qualitativa a base da sua descrição”

(Duarte, 2009, p. 8), optamos pela utilização de dados quantitativos e dados subjetivos, numa conceção que integra diversas perspetivas do fenómeno no sentido em que “os resultados qualitativos e os resultados quantitativos convergem, confirmam-se mutuamente e apoiam as mesmas conclusões” (Flick, 2005, p. 273) para uma melhor compreensão dos fenómenos complexos que constituem a realidade.

Na emergência do paradigma interpretativo que guia esta investigação está associada a complexidade da aventura científica, em que a ciência é considerada uma arte na conquista do conhecimento:

deve ligar o objecto ao sujeito e ao seu ambiente; deve considerar o objecto, não como objecto, mas como sistema-organização levantando os problemas complexos da organização. Deve respeitar a multidimensionalidade dos seres e das coisas. Deve trabalhar-dialogar com a incerteza, com o irracional. Não deve desintegrar o mundo dos fenómenos, mas tentar dar conta dele mutilando-o o menos possível. (Morin, 1982, p. 244)

Segundo Monteagudo (2000), a designação de paradigma interpretativo contempla em si as abordagens relativas ao etnográfico, ao fenomenológico de cariz filosófico, como o hermenêutico e simbólico na busca do significado no texto, alcançando igualmente o campo antropológico, sendo em si um termo mais abrangente e menos ambíguo do que as expressões de construtivismo e naturalismo, pelo facto de atribuir uma nova lógica ligada à compreensão da realidade.

A utilização do paradigma interpretativo facilita desta forma à luz da presente investigação, um ciclo continuado de questionamento, trabalhando com um saber problemático, coberto de significações pessoais, sociais, ideológicas e valorativas, numa contínua colaboração entre investigador e participantes, com o objetivo de melhorar a ação e as perspetivas que os próprios atores sociais têm sobre a sua própria existência, na sua prática e no contexto da sua vida quotidiana (Monteagudo, 2000).

Se de facto só for possível delinear estratégias para facilitar as transições, se os próprios adultos mais velhos compreenderem melhor as suas próprias transições, considerando as suas próprias perceções relativamente à identidade, *agency* e estrutura que as influenciam (Eccles-tone, 2009), estamos em crer, que o paradigma interpretativo através da utilização de uma abordagem mista ao nível da opção de recolha de dados, enquadra-se na pretensão de construir, com o contributo dos sujeitos do estudo, propostas e recomendações com vista a facilitar

esse processo. Um processo onde é primordial ter em conta o conhecimento das mudanças identitárias, as estratégias e as narrativas que as pessoas utilizam, para ultrapassar os constrangimentos com os quais se deparam ao longo da sua trajetória de vida (Grenier, 2012).

A teoria construída pelo investigador sob o paradigma interpretativo é gerada a partir da explicitação da *praxis* pelos próprios sujeitos e os significados que estes lhe atribuem, revelando o sentido dado às ações pelos seus próprios protagonistas, valorizando metodologias que impelem ao diálogo e à comunicação, tal postura, permite aos sujeitos reconsiderar as suas atitudes, as suas crenças que estão na base da sua ação (Monteagudo, 2000).

Como referem Cohen e Manion (2002), os métodos interpretativos centram-se na ação, em que esta só tem sentido no relacionamento entre os sujeitos e na partilha de experiências, preocupando-se com o indivíduo e as suas interpretações relativamente ao contexto que o rodeia. Estes autores referem que no paradigma interpretativo, a teoria não precede a investigação, mas vai sendo construída ao longo de todo o processo, com a experiência e o entendimento do próprio investigador e com os significados e os propósitos dos participantes que constituem a sua fonte, pelo que "a teoria assim gerada deve ter sentido para aqueles a quem se aplica" (Cohen e Manion, 2002, p. 69).

Conforme refere Monteagudo (2000), o paradigma interpretativo possibilita a convergência das abordagens quantitativa e qualitativa, com enfoque quer na explicação, quer na compreensão; quer na medição, quer na caracterização; abordando o concreto da realidade mas também a abstração dos sujeitos; o que permite responder a objetivos múltiplos e a um conhecimento mais amplo da realidade em estudo. Segundo este autor, apesar de uma divergência epistemológica entre as perspetivas quantitativa e qualitativa, existe uma convergência técnica, através da adaptação e modificação das técnicas de recolha de dados, suportadas pela escolha paradigmática mais conveniente para os pressupostos da investigação.

Considerando o recurso a técnicas de recolhas de dados que se enquadram em ambas as abordagens procedeu-se, conforme sugerido por diversos autores, à triangulação de dados e de investigadores, o que permite corrigir os preconceitos de cada enfoque, por forma a melhor compreender a complexidade e a riqueza do comportamento humano (Cohen e Manion, 2002, Duarte, 2009; Flick, 2005; Morin, 1982; Serrano, 2007).

A abordagem mista na investigação, como sugerem Creswell e Garrett (2008), envolve a recolha de dados quantitativos e qualitativos na busca pelas respostas às questões da investigação, permitindo a fusão, ligando e combinando as duas fontes de dados, na condução de uma única investigação através da sua análise e interpretação. Como definem Tashakkori e

Cresweel (2007), elaboram-se as conclusões e fazem-se as inferências usando uma abordagem mista de forma integradora.

2.1.1 Procedimentos éticos

Numa investigação que se orienta pelos pressupostos do paradigma interpretativo, é relevante designar as questões de ordem ética que nos acompanharam ao longo deste processo, uma vez que o contacto com as pessoas é estreito e o acesso ao terreno de investigação é intenso, pelo facto de nos movimentarmos pessoal e profissionalmente no campo de estudo.

Assim, quer a aproximação às instituições quer aos sujeitos, foi devidamente negociada e acordada nas suas condições, atribuindo particular atenção à posição estratégica detida num órgão da autarquia e fazendo uso das capacidades comunicacionais, suportando-nos nos pilares ontológicos (realidade subjetiva) e epistemológicos (relação entre investigadora e os sujeitos) que guiam esta investigação, de forma a garantir a confidencialidade dos dados e dos participantes (Flick, 2005; Bogdan & Biklen, 1994; Máximo-Esteves, 2008, Latorre, 2003), sob os seguintes princípios éticos pragmáticos que se enumeram:

1. No processo de negociação das autorizações para a aplicação dos questionários e cedência de contactos ou acesso às instalações para captar participantes, quer fosse formal ou informalmente, explicitou-se claramente os objetivos da investigação, cedendo uma cópia prévia do questionário e da Ficha de Registo da Dissertação. Disponibilizou-se a eventual entrega de um exemplar da dissertação após a sua defesa em júri, pretendendo-se cumprir com essa pretensão relativamente às Juntas de Freguesia, Instituições Particulares de Solidariedade Social, Universidade Sénior de Lagoa, Administração Regional de Saúde do Algarve, Agrupamento de Centros de Saúde do Barlavento e Unidade de Cuidados na Comunidade D'Alagoa e sujeitos entrevistados;
2. Informou-se formalmente os superiores hierárquicos e a equipa da Unidade de Ação Social e Saúde da Câmara Municipal de Lagoa do conteúdo do Projeto desta Investigação e seus pressupostos, solicitando autorização superior mediante informação interna para que a investigação em apreço fosse enquadrada na dinâmica da Unidade Orgânica de Ação Social e Saúde (Generoso, 2012), negociado diretamente com a chefia a possibilidade de colaboração da equipa técnica

na aplicação dos questionários e o acesso a dados e contactos de pessoas enquadráveis na amostra;

3. Como alerta Máximo-Esteves (2008), considerando que se trata da metodologia de investigação-ação colaborativa procurou-se que a equipa da Unidade de Ação Social e Saúde do Município, partilhasse o mesmo sentido ético quanto à salvaguarda da identidade dos participantes no estudo e a confidencialidade dos dados disponibilizados pelos participantes (Máximo-Esteves, 2008);
4. Todos os sujeitos que participaram na investigação fizeram-no de forma voluntária, através de assinatura de uma declaração de consentimento informado (Bodgan & Biklen, 1994), quer fosse para a aplicação dos questionários, quer fosse para a realização das entrevistas recorrendo a gravação áudio, salvaguardando-os tanto quanto possível de factos que não pretendam publicitar, pelo que foram disponibilizadas as transcrições das entrevistas para uma eventual revisão com a entrevistadora, sendo que apenas um dos participantes procedeu a retificações de contexto;
5. Ao efetuar a transcrição das entrevistas e a interpretação dos dados, procurou-se garantir o anonimato das pessoas que acederam participar, recorrendo a denominações simuladas e omitindo referências a nomes pessoais (Bodgan & Biklen, 1994, Máximo-Esteves, 2008).

2.2 Método: um processo de investigação-ação

Através da adoção dos pressupostos de que este estudo se enquadra no paradigma interpretativo e na análise discursiva e contextualizada através de um processo de investigação-ação, permite-nos compreender quer o processo de transição da vida ativa para a reforma, quer favorecer um desenvolvimento e amadurecimento profissional.

Segundo Serrano e Martín (1992) a investigação-ação surgiu na década de 40 do século passado através de Kurt Lewin, psicólogo social, cujas características principais se prendem com a preocupação de mudança partilhada pelos diversos membros do grupo ou comunidade. Para estes autores a investigação-ação tem como fim a prática social reflexiva que constitui o processo de investigação numa perspetiva de ação e de formação, para melhorar

as relações sociais, numa espiral autorreflexiva proposta por diversos autores, sendo que o pioneirismo da investigação-ação de Kurt Lewin deve-se por um lado ao

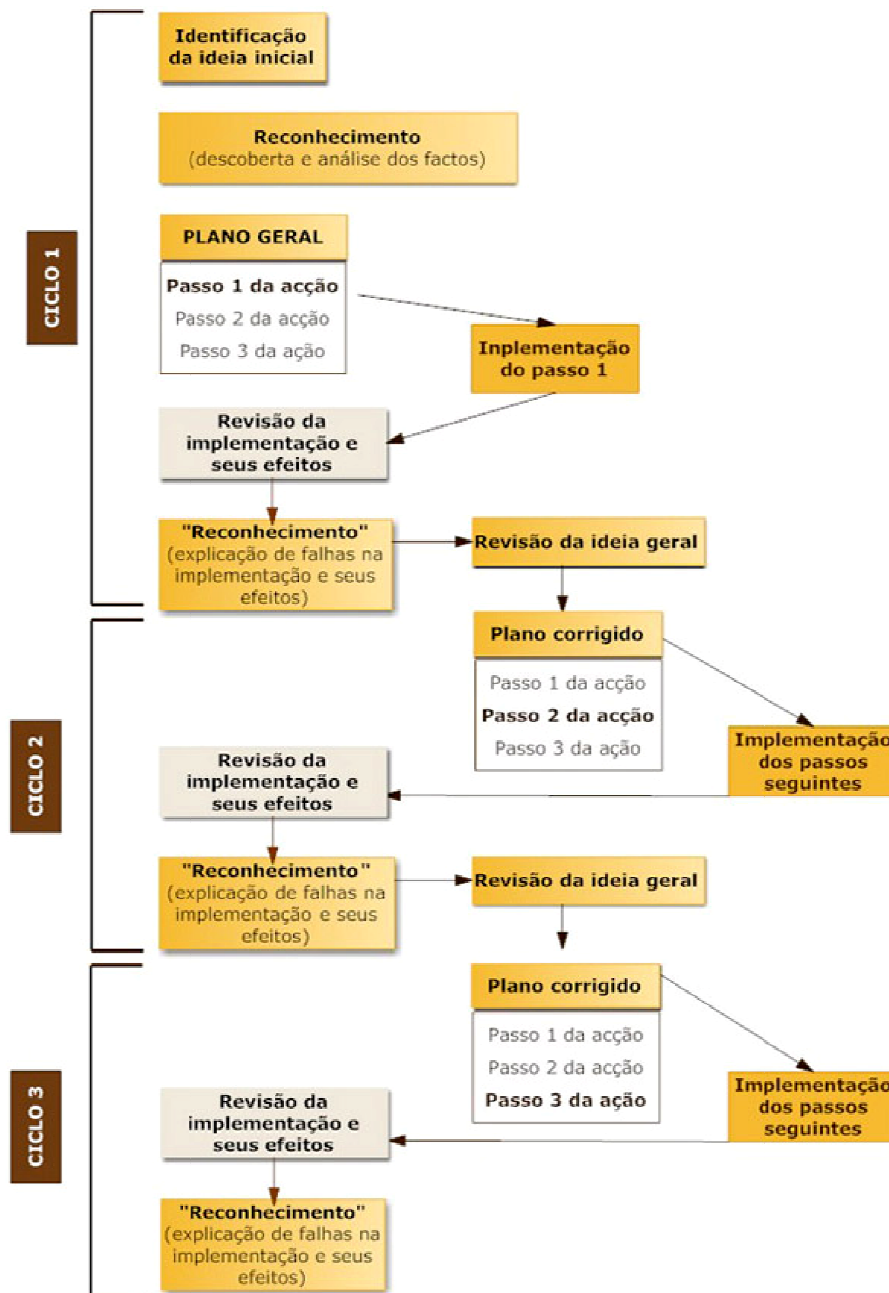
movimento geral de 'profissionalização' de disciplinas como a sociologia e a psicologia muito embora dominado e repartido por problemáticas teóricas diversas e, por outro, a procura de fundamentação científica da acção de profissionais como animadores e assistentes sociais. Tanto num como noutra movimento se podem encontrar as determinações reformistas dessa 'acção social de nível realista'. (Esteves, 1986, p. 265)

Outros autores se lhe seguiram, desenvolvendo este processo que se estabelece numa espiral de ciclos de investigação e acção, composta pelas seguintes fases: planificar, atuar, observar e refletir, sendo que a espiral de ciclos é o procedimento base para melhorar a prática, embora explicitada diferenciadamente por diversos autores, conforme salienta Latorre (2010, p. 32) nomeadamente "como ciclos de ação reflexiva (Lewin, 1946); em forma de diagrama de fluxo (Elliott, 1993); como espirais de ação (Kemmis, 1988; McKernan, 1999; McNiff et al., 1996)".

O modelo apresentado por Elliot (1991), conforme se verifica na figura 2.1, surge de uma versão revista à proposta de Kurt Lewin, em que o processo de investigação-ação tem início a partir de uma ideia inicial que é compreendida como problemática, suscetível de ser alterada após o reconhecimento da situação em questão, através da descrição dos factos que a caracterizam e sua explicação. É objetivo construir um plano geral de ação, com vários passos que são implementados e posteriormente revistos, gerando um novo reconhecimento ou diagnóstico da situação, de forma a compreender as falhas e os seus efeitos, dando início a um outro ciclo de investigação-ação.

A investigação-ação conforme a define Elliott (1991), tem subjacente "a intenção de estudar uma situação social concreta, no sentido de melhorar a qualidade da ação que nela decorre, em que a investigação que gera não depende tanto da validade das teorias ou hipóteses, mas sim da sua utilidade para um desenvolvimento pessoal e profissional, para o qual se requer a compreensão dos ambientes e das acções. Na investigação-ação as 'teorias' são validadas através da sua aplicação prática" (p. 69).

Figura 2.1- Modelo de Investigação-Ação de Elliott



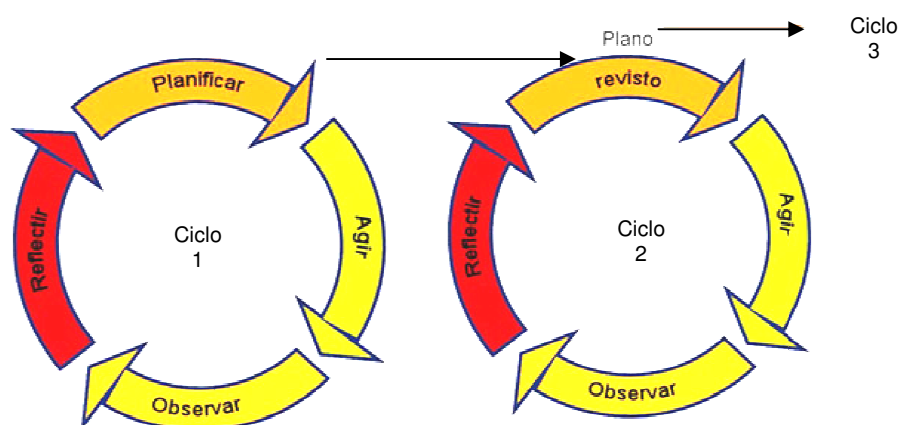
Fontes: Elliott (1991, p. 71); Coutinho, et al. (2009, p. 370)

Kemmis (1993), defende uma investigação-ação emancipatória ou crítica, que "está sempre interligada (de uma forma ou de outra) à intervenção social e aos movimentos sociais, este método oferece a possibilidade de impulsionar mudanças na esfera social através da investigação, mas também através das interações sociais que impulsiona ao longo do seu processo e que estruturam a vida social, no trabalho, no relacionamento organizacional e pessoal, através das quais reconhecemos as relações de poder" (p. 3).

McNiff (2010), refere que através da investigação-ação podemos mostrar a relação entre a aprendizagem e as nossas ações, demonstramos como aprendemos a melhorar a nossa prática, pelo que é central a reflexão autocrítica.

Sintetizando, tratam-se de fases contínuas e sequenciais de procedimentos circulares de práticas reflexivas, que revestem a planificação, a ação, a observação/diagnóstico e avaliação da realidade e novamente a reflexão, com o intuito de teorizar, originando um modelo atual em forma de espiral, conforme a figura 2.2, que é extensivamente usado na área da educação (Coutinho, Sousa, Dias, Bessa, Ferreira &Vieira, 2009; Latorre, 2003; Serrano, 1992).

Figura 2.2 - Espiral de Ciclos da Investigação-ação



Fonte: Coutinho, et. al. (2009, p. 465)

A opção pelo método de investigação-ação neste estudo facilita a reflexão sobre a prática profissional desenvolvida através de uma atitude emancipatória, com vista à articulação da teoria com a *praxis*, considerando que o fim estratégico desta investigação visa promover programas de ação social de âmbito local, envolvendo a comunidade num processo participativo que induza à mudança no contexto espacial onde nos movimentamos (Máximo-Esteves, 2008). O recurso a um processo de investigação-ação assume-se assim, como “um conceito simultaneamente teórico e instrumental, argumentando ser possível a articulação destes dois aspetos com vista ao envolvimento dos profissionais e de um determinado sector no conhecimento das situações que os rodeiam” (idem, 2008, p. 16).

A identificação da problemática do envelhecimento demográfico como uma questão crítica e atual, delineou a ideia inicial que constitui a temática desta investigação, bem como a sua pertinência, tendo sido previamente discutidas as questões de partida e objetivos da investigação na Instituição onde nos enquadrámos profissionalmente. A partir desta assunção, gera-

ram-se reflexões conjuntas que delinearão a investigação, bem como uma colaboração na captação da amostra e na aplicação dos métodos de recolha de dados, sugerindo os procedimentos nomeados por Cohen e Manion (2002) relativamente à investigação-ação. Segundo estes autores, a investigação visa após a revisão da literatura, a modificação e redefinição das questões de partida, através da análise e interpretação dos dados e discussão dos resultados, bem como elaborar conclusões/recomendações de ação, que se constitui como um primeiro ciclo do processo de investigação-ação. Numa segunda fase deste ciclo, é pretensão efetuar a difusão dessas mesmas recomendações com o intuito de desenhar um plano de intervenção para “o reconhecimento coletivo da utilidade social das idades pós-ativas” (Rosa, 1993, p. 689).

Procurou-se assim, através de uma abordagem metodológica de investigação-ação recolher informações sistemáticas para a promoção de mudanças sociais (Bodgan & Biklen, 1994). Este processo desencadeou-se ao considerar os objetivos de *originar conhecimento sobre a realidade* onde nos enquadrámos como agente e ator social; de *innovar*, conduzindo a transformações no âmbito da intervenção vocacionada para os adultos mais velhos no concelho de Lagoa; de *formar* competências num processo de aprendizagem social, envolvendo todo um coletivo constituído pela equipa de trabalho e os agentes e atores locais; com vista à *transformação social, cultural e política*, como sistematiza Esteves (1986).

Como referem Cohen e Manion (2002), a utilização da investigação-ação é *situacional*, porque se preocupa com um problema no seu contexto específico e procurar-se-á resolvê-lo no seu próprio espaço de origem, sendo certo que a problemática do envelhecimento encontra-se na agenda política do Município de Lagoa; é ainda *participativa*, porque envolve os membros da equipa técnica da Unidade Orgânica de Ação Social, responsável pelas propostas locais a nível da política social concelhia ao longo do processo de investigação, desde a sua planificação, passando pela sua operacionalização no terreno; *auto avaliativa* porque permite avaliar a prática individual e institucional da investigadora desenvolvida até à data, redefinindo-a e melhorando-a.

As características da investigação-ação que se destacam são o facto de ser *colaborativa*, implicando quer o investigador, quer os intervenientes, ambos focados na resolução de problemas práticos. É também *prática e interventiva*, não se confinando apenas à descrição da realidade mas intenta a intervenção sobre essa mesma realidade; *cíclica* considerando constituir-se por uma espiral de ciclos que facilitam a mudança, a execução e a reavaliação para passar a um novo ciclo. A investigação-ação é ainda *crítica*, prevendo não só a melhoria da prática mas também impelindo à mudança num processo analítico relativamente às situações

observadas/estudadas, com condicionantes sociopolíticas, mas transformadora. É *auto avaliativa*, porque as mutações que provoca são constantemente avaliadas, adaptando-se ao contexto da ação e facilitando a produção de novos conhecimentos, numa contínua apropriação da realidade (Coutinho, et al., 2009).

A investigação-ação é portanto uma metodologia ambiciosa, acumulando quer as funções de investigação, quer de ação/observação, procurando a melhoria da prática através da reflexão, que permite ir (re)planificando a ação e melhorando-a, pelo que se justifica recorrer a uma diversidade de técnicas numa abordagem metodológica mista, que permita atingir os objetivos definidos na investigação (Esteves, 1986; Guerra, 2000; Alvarado & García, 2008; Coutinho et al, 2009; Serrano & Martín, 1992; Máximo-Esteves, 2008; Latorre, 2010).

2.3 Técnicas de Recolha de Dados

Quivy e Campenhout (1992) identificam a importância de definir não só o objeto de estudo, como também o quê, ou seja as dimensões da análise e ainda o campo de análise, quem e como observar através de que técnicas de recolha de dados.

Na metodologia de investigação-ação é “importante ser sistemático, completo e rigoroso na recolha de dados” (Bodgan & Biklen, 1994, p. 299), pelo que se aplicou duas técnicas diferenciadas que permitiram combinar dados qualitativos e quantitativos numa abordagem global, recorrendo à complementaridade de dados numa recolha concomitante. Perspetivou-se obter um conhecimento mais alargado sobre a problemática da transição, através da representatividade da população de referência, legitimando reciprocamente os resultados de uma abordagem metodológica mista, como salienta Flick (2005), o que facilitou a triangulação aquando a análise e discussão dos dados.

Nesta investigação utilizou-se como instrumentos de recolha de dados o inquérito por questionário e a entrevista de episódio em profundidade através de relatos de vida, com base num enquadramento teórico inicial que constituiu o Projeto de Investigação e que, ao longo do estudo foi sendo amadurecido e complementado com a revisão da literatura. Assim sendo, tanto mais importante será a utilização conjunta de ambas as estratégias metodológicas, a qualitativa e a quantitativa, respondendo a objetivos múltiplos e complementares da investigação através da aplicação dos instrumentos de recolha de dados aqui apresentados.

Esta postura metodológica, possibilita um conhecimento mais amplo através de uma exploração das confluências de ambas as abordagens, a quantitativa e a qualitativa, com vista à construção de um desenho da transição para a reforma no concelho de Lagoa (Algarve) o

mais completo possível, tirando partido das duas perspetivas de análise de dados, uma estatística e mensurável, que é o questionário e, a outra subjetiva e reflexiva, que são as entrevistas em profundidade (Monteagudo, 2000, Duarte, 2009, Flick, 2005)

2.3.1 Inquérito por Questionário

O inquérito por questionário tem por objetivo recolher "respostas a um conjunto de questões, junto de uma amostra de pessoas, de tal modo que se possa daí inferir quais seriam os resultados obtidos caso se tivesse inquirido todas as pessoas que constituem aquela população" (Moreira, 2004, pp. 115-116). O inquérito é um instrumento de medida que tem por finalidade analisar atitudes, opiniões, perceções e valores, fornecendo dados do *background* dos sujeitos, indicadores de classe social e outros factos que os caracterizam, passíveis de ser complementados pelas entrevistas (Coutinho, 2013).

O inquérito por questionário é aplicado nas ciências sociais com o objetivo de recolher "informação a um grupo socialmente significativo de pessoas acerca dos problemas em estudo" (Vilelas, 2009, p. 133). A opção por esta técnica prende-se com o facto de se adequar a estudos de base descritiva e permitir aferir comportamentos de forma compacta e relatar factos sociais a partir das respostas fornecidas, facilitando desta forma um conhecimento primário da realidade através da sua análise estatística (*idem*).

O questionário foi construído de forma refletida, considerando as questões de partida e os pressupostos da investigação no âmbito do respetivo enquadramento teórico, seguindo as diversas fases sugeridas por Moreira (2004), nomeadamente a construção de uma versão inicial, sujeita a verificação por outros especialistas e aplicação a um número reduzido de pessoas com as mesmas características da amostra, para detetar eventuais dificuldades e/ou erros na sua construção, para só depois obter a versão final.

Neste sentido, foi solicitado ao orientador da investigação e a outro especialista, a apreciação prévia da primeira versão do questionário (Latorre, 2010; Moreira, 2004), que após sugestão de criação de questões abertas que considerassem todas as opções passíveis de resposta, o remeteu a um perito no programa de análise estatístico SPSS – *Social Package Statistical Science*. Para validação dessa análise foram efetuados alguns ajustamentos de operacionalização (*layout* e numeração).

De forma a averiguar a coerência das questões e o tempo de aplicação, foram testados cinco questionários, não se verificando necessidade de alteração à construção das questões,

apenas retificação da numeração e apresentação gráfica, pelo que destes cinco pré-testes, quatro questionários foram incluídos na amostra (Moreira, 1994; Latorre, 2010; Freixo, 2012).

Considerando o objeto da investigação, optou-se por recorrer a uma amostragem probabilística e intencional, conforme explica Moreira (1994), pelo facto de ser a única que permite um plano de amostra representativo da população, facilitando a descrição das suas características e complementando estudos explicativos, socorrendo-se da estimativa relacionada com parâmetros da população. A obtenção de uma *amostra* representativa da população do concelho, possível através da sua decomposição em estratos homogêneos, permitiu a replicação da população para a qual se pretende generalizar, relativamente à problemática em questão (idem). Sendo assim, a escolha recaiu para uma *amostra estratificada e ponderada*, com a constituição de estratos proporcionais aos efetivos que compõem a população de referência, neste caso a população não-ativa em situação de reforma (Albarelo, et al., 2005).

Através da estratificação e tendo por base o enquadramento teórico, reproduziu-se na população total residente no concelho de Lagoa os diversos estratos relevantes para a análise, primeiramente a idade, depois a população não ativa, na categoria predefinida dos Censos 2011 de reformados, aposentados ou na reserva (INE, 2012), com especificação por género e residência em cada uma das freguesias do concelho. Em cada um destes estratos foi efetuada uma escolha aleatória dos participantes, tratando-se de uma "procura deliberada de indivíduos com certas características e combinações de características, de forma a que cada grupo por elas definido constitua uma proporção na amostra semelhante àquela que representa na população total" (Moreira, 2004, p. 525).

Descrimina-se esse processo de decomposição dos estratos nas tabelas 2.1 e 2.2 que a seguir se apresentam:

Tabela 2.1 - População residente no concelho de Lagoa com 60-64 anos por local de residência e género
(construção própria)

Local de Residência	Reformados, aposentados ou na reserva					Total Amostra Freguesias		
	H/M	H	A	M	A	H	M	H/M
Lagoa (concelho)	606	324	32	282	28	32	28	60
Estômbar	140	74	7	66	7	7	7	14
Ferragudo	80	37	4	43	4	4	4	8
Lagoa	148	81	8	67	7	8	7	15
Porches	53	28	3	25	2	3	2	5
Carvoeiro	11	62	6	49	5	6	5	11
Parchal	74	42	4	32	3	4	3	7

Fonte de Dados: INE (2012); Legenda: H - Homens; M - Mulher; A - Amostra

Considerou-se a tipologia dos Censos 2011 (INE, 2012) que mais se enquadrava na população de referência pretendida de acordo com os objetivos da investigação e de um universo de 1576 indivíduos, selecionando 10% dessa população, constituindo uma amostra final que resultou num estudo sobre 157 casos.

Tabela 2.2 - População residente no concelho de Lagoa, com 65-69 anos por local de residência e género
(construção própria)

Local de Residência	Reformados, aposentados ou na reserva					Total Amostra Freguesias		
	N°					H	M	H/M
	H/M	H	A	M	A			
LAGOA (concelho)	970	476	47	494	50	47	50	97
Estômbar	232	115	12	117	12	12	12	24
Ferragudo	111	54	5	57	6	5	6	11
Lagoa	278	126	13	152	15	13	15	28
Porches	71	45	4	26	3	4	3	7
Carvoeiro	153	72	7	81	8	7	8	15
Parchal	125	64	6	61	6	6	6	12

Fonte de Dados: INE (2012); **Legenda:** H - Homens; M - Mulher; A - Amostra

O acesso à população foi facilitado quer pela base de dados do Município de Lagoa, quer pela Administração Regional de Saúde do Algarve que, após autorização expressa desta direção regional e da direção dos Agrupamentos dos Centros de Saúde do Barlavento, permitiu também a aplicação de questionários no Centro de Saúde de Lagoa e nas extensões de saúde das outras cinco freguesias.

Apelou-se igualmente aos Presidentes das Juntas de Freguesia no sentido de facilitarem contactos adicionais para perfazer o número global da amostra por local de residência, recorrendo também a espaços públicos de encontro, como jardins e cafés, bem ainda a equipamentos sociais como a Universidade Sénior de Lagoa, Centro Sénior da Junta de Freguesia de Lagoa, Cantinho do Artesão da Junta de Freguesia de Estômbar, Centro de Convívio da Associação Cultural e Desportiva CHE Lagoense, Centro de Apoio Social de Porches, Centro de Dia do Centro Popular de Lagoa, Centro de Dia do Centro de Apoio a Idosos de Ferragudo e Centro de Dia da St.^a Casa da Misericórdia de Estômbar.

Foi efetuado contacto pessoal ou telefónico antecedente à aplicação do questionário, explanando os objetivos da investigação, constituído por uma declaração de consentimento informado, para compreender e documentar a disponibilidade de participação dos participantes, reforçando que a participação era voluntária.

O preenchimento dos questionários foi operacionalizado através de deslocações quer à residência ou a um local público de escolha dos participantes ou ainda, utilizando as instalações das autarquias (Câmara Municipal e/ou Juntas de Freguesia) e das Instituições anteriormente referidas, sendo que o tempo despendido no preenchimento do questionário ocupou entre 15 a 20 minutos por participante.

Para a administração do questionário, face à sua dimensão e da amostra, recorreu-se ao auxílio de uma entrevistadora de entre a equipa de técnicos da Unidade de Ação Social e Saúde da Câmara Municipal de Lagoa que, em conjunto com a investigadora, desenvolveram esta tarefa, logisticamente mais pesada e dispendiosa por requerer uma grande disponibilidade de recursos e de tempo.

O questionário dividiu-se em seis grandes temas que se subdividiam entre si e enquadravam várias questões, com diversas opções de resposta fechadas que constituem a maioria das opções, apresentava questões dicotómicas e múltiplas hipóteses de forma hierarquizada na sua maioria, sendo composto por um total de trinta e nove questões abertas, recorrendo igualmente a Escala de Likert (Vilelas, 2009). Nas escalas de Likert utilizou-se essencialmente as respostas relativas a atitudes e a frequência, sendo que o inquérito por questionário foi constituído por vários indicadores de medida de cariz objetivo e outros subjetivos: os indicadores de medida de cariz objetivo encontram-se associados a factos caracterizadores dos inquiridos, bem como relativamente aos seus conhecimentos, enquanto os indicadores de medida subjetiva facilitaram o conhecimento daquilo que os inquiridos pensam e sentem, bem como os seus juízos de valor, aferindo a sua satisfação e/ou intenções de comportamento (Freixo, 2012).

Segue-se o resumo dos indicadores que constituem o questionário (versão completa do Inquérito por Questionário no Anexo I):

A – CARACTERIZAÇÃO:

1. Caraterização Individual
2. Caracterização Social e Económica
3. Caracterização da Reforma
4. Caraterização a nível da Saúde

B – ATIVIDADES DESENVOLVIDAS ANTES DA REFORMA:

Nesta parte do questionário identifique atividades que realizava antes de se reformar, isto é, enquanto exercia a sua atividade profissional...

1. Saúde
2. Atividade Física

3. Formação e Educação de adultos antes da reforma
4. Exercício de Cidadania
5. Ocupação de Tempos livres

C – ATIVIDADES DE PREPARAÇÃO PARA A REFORMA:

1. Preparação para a reforma

D – ATIVIDADES DESENVOLVIDAS DEPOIS DA REFORMA:

Nesta parte do questionário identifique atividades que realizava agora que está reformado...

1. Saúde
2. Atividade Física
3. Formação e Educação de adultos antes da reforma
4. Exercício de Cidadania
5. Ocupação de Tempos livres
6. Respostas sociais da comunidade
7. Segurança

E – DIMENSÃO EMOCIONAL/SOCIAL: EXPETATIVAS ANTES DA REFORMA

F – DIMENSÃO EMOCIONAL/SOCIAL FACE À REFORMA.

2.3.2 Entrevistas de episódio em profundidade

A escolha da utilização da *entrevista em profundidade* enquadra-se no objetivo defendido por Wengraft (2011), que é saber mais sobre o discurso, as referências objetivas do sujeito e a sua subjetividade, razão pela qual é utilizada nas abordagens biográficas, tanto mais que nesta investigação se pretende priorizar o processo e o significado de forma indutiva. A *entrevista de episódio* facilita a recolha de dados através de *relatos de vida* autobiográficos, auxiliando o acesso aos sentimentos e ao modo de ver e conceber o mundo por parte do narrador, o que permite a identificação de eventuais períodos críticos que dão forma às definições e perspetivas dos sujeitos (Bodgan & Biklen, 1994).

A aplicação de *entrevista de episódio em profundidade*, associada a relatos de vida de determinado período da vida dos sujeitos em torno dos contextos que enquadram o seu processo de transição, permitiu de uma forma espontânea e dialógica interagir com a população de referência abordando a problemática das transições, para que sobressaíssem episódios com experiências para o problema em questão (Flick, 2005). Esta técnica faz emergir, como refere

Bertaux (2005), um núcleo comum a cada uma destas narrativas para lhes corresponder uma dimensão social. Com a utilização deste tipo de entrevista, foi possível analisar a vida quotidiana e centrar o entrevistado nas situações a relatar e nos conceitos a definir no processo de transição (Flick, 2005). Através desta técnica, conseguimos “descrever e interpretar aspetos da realidade social que não são diretamente observáveis, nomeadamente sentimentos, impressões, emoções, intuições ou pensamentos, assim como acontecimentos passados” (Latorre, 2010, p. 70).

Através de questões abertas é possível uma multiplicidade de respostas de acordo com o sujeito e o seu significado do mundo construído pelo próprio, “pesquisando como é que os narradores experimentam, interpretam e reinterpretem os significados subjectivos dos contextos culturais em que vivem. Em síntese, . . . procurar penetrar no âmago das subjectividades e compreendê-las a partir de ‘dentro’” (Máximo-Esteves, 2008, p. 94).

Segundo Bertaux (2005), enquanto a autobiografia constitui uma forma autorreflexiva, que o sujeito dirige por si só um olhar retrospectivo da sua vida passada, tratando-se de um ato mais solitário e de certa forma introspetivo, no *relato de vida*, que resulta da entrevista de cariz narrativo e em profundidade, o sujeito fica muito mais centrado na evocação dos mecanismos sociais. Assim e face ao objetivo do estudo, enquadrado num processo de investigação-ação, a abordagem biográfica através de relatos de vida permite considerar as mudanças que ocorrem na vida dos sujeitos ou as práticas que poderão evoluir, havendo a preocupação de “orientar a atenção para o nível do simbólico (valores, representações, emoções), por um lado, e para o nível do concreto particular (história pessoal como organização específica de situações, de projectos e de actos), por outro” (Albarelo et al, 2005, p. 222), facilitando desta forma, como salienta este autor, obter o nível da *praxis*.

A entrevista de episódio através de apelos periódicos ao entrevistado permitiu obter dados a partir de uma narrativa contextualizada, recorrendo a um “conhecimento experiencial de episódios vividos em situação. Na entrevista, prestou-se ainda uma atenção especial à situação dos episódios em que o entrevistado teve experiências relevantes para o problema estudado” (Flick, 2005, p. 108). Neste tipo de entrevista, segundo este autor, o entrevistador encontra mais possibilidades de intervir e dirigir o caminho da entrevista transformando-a num diálogo mais aberto, adequado a uma abordagem das representações sociais, o que se adequa à temática em estudo.

Considera-se que as entrevistas que integram esta investigação, foram conduzidas com o intuito de facilitar ao entrevistado a utilização dos seus próprios quadros de referência, da sua própria linguagem e categorias mentais na construção das suas respostas, no sentido de

garantir a espontaneidade dos sujeitos e a neutralidade da investigadora (Crouch & McKenzie, 2006; Latorre, 2003; Máximo-Esteves, 2008; Quivy & Campenhoudt, 1992).

Como “o objecto da investigação é a compreensão das diferentes perspectivas pessoais e não uma lição aos sujeitos” (Bogdan & Biklen, 1994, pp. 137-138), procurou-se não influenciar os entrevistados por eventuais conflitos de valores de forma a permitir a sua livre expressão, com o intuito de compreender o seu posicionamento e as razões para a assunção de determinados pontos de vista.

Como salientam Crouch e McKenzie (2006), entrevistar é um método intrusivo em que os participantes são encorajados a contar a sua própria história, no entanto, apesar dessa mesma história puder já ter sido narrada, não o foi com a intervenção do entrevistador. Estes autores focam a importância da condução das entrevistas em profundidade, para que na interação com o entrevistado se possa retirar uma maior riqueza de dados recorrendo a um guião prévio que faça emergir o material pretendido, através de um diálogo que promova a reflexão. Neste diálogo, pretende-se que o narrador retire sentido do seu discurso e se sinta satisfeito com o processo reflexivo da sua experiência, daí que o entrevistador tenha que estar emocionalmente e tecnicamente preparado (idem).

Muito embora se tratasse de uma entrevista em profundidade, foi efetuada “uma seriação prévia de questões básicas a pôr que delimitaram, embora de forma maleável, os temas a abordar” (Almeida & Pinto, 1990, p. 101). Este guião orientado e dirigido pela entrevistadora facilitou uma interação entre entrevistado e entrevistadora, numa escuta ativa e atenta (Albarello et al, 2005). O guião constituiu-se por seis temas que serviram como um filtro (Bertaux, 2005), com o intuito de “contextualizar os processos biográficos em relação ao fundo das suas circunstâncias genéricas e específicas” (Flick, 2005, p. 106), pelo que através dos relatos de vida foi possível compreender a interligação entre esses temas, nomeadamente: (a) **família**; (b) **percurso educativo**; (c) **percurso profissional**; (d) **identidade pessoal e social**; (e) **identidade cultural e intervenção comunitária**; (f) **necessidades e aspirações**. Em cada um destes temas constavam questões/dimensões indicadoras e não redutoras, a explorar pela entrevistadora ao longo das duas sessões que foram agendadas, iniciando a aplicação do instrumento de recolha de dados pela apresentação dos objetivos do estudo e por uma questão generalista, conforme figura 2.3, que remetia o entrevistado para a temática em estudo (versão completa do guião da entrevista no Anexo II):

Gostaria de lhe pedir que me contasse a história da sua vida.

Que partilhasse nesta entrevista as suas experiências pessoais que motivaram o seu percurso profissional, como experienciou o período em que se decidiu reformar, bem como a forma como vive hoje o seu quotidiano em que já não exerce uma atividade profissional contínua.

Pode contar-me o que entender ser importante para melhor compreender o seu processo de transição para a reforma, para que eu conheça a sua história desde que começou a estudar e depois a trabalhar, até ao dia de hoje.

O que for importante para si, também será importante para o meu trabalho de mestrado.

Figura 2.3 - Questão Generalista do Guião de Entrevista de Episódio

Apesar de se ter utilizada uma grelha de perguntas/dimensões durante a entrevista, manteve-se, conforme propõem Bogdan e Biklen (1994), a lealdade à metodologia da investigação qualitativa, procurando ao longo da aplicação da técnica captar o discurso próprio do sujeito, em que novas questões acabaram por surgir ao longo do fluir da entrevista, criando uma atmosfera onde o entrevistado “se sentisse plenamente à vontade para expressar as suas opiniões” (p. 138).

A exemplo dos questionários, para a realização das entrevistas recorreu-se ao auxílio de uma entrevistadora de entre a equipa de técnicos da Unidade de Ação Social e Saúde da Câmara Municipal de Lagoa, a mesma pessoa que colaborou na aplicação dos questionários para que fosse dada continuidade ao processo de interação com os sujeitos e que, em conjunto com a investigadora, desenvolveu esta tarefa.

Selecionaram-se quatro participantes, cujas características se demonstraram adequadas aos pressupostos teóricos e objetivos da investigação como sugere Bertaux (2005). A seleção dos candidatos iniciou-se com a aplicação dos questionários, partindo desta primeira interação com os sujeitos para selecionar aqueles que “de acordo com seu nível (esperado) de gerarem novas ideias para a elaboração da teoria, face ao seu grau de elaboração presente. As decisões de amostragem visam reunir, à luz do material utilizado até então e dos conhecimentos dele extraídos, o material que promete as melhores perspectivas” (Flick, 2005, p. 66).

Na tabela 2.3 sintetizam-se alguns aspetos e características essenciais dos quatro indivíduos, tendo sido consideradas essencialmente as seguintes:

- Período de tempo em que se encontravam reformados, pelo que dois entrevistados apresentam um período recente de transição para a reforma e outros dois já se reformaram há mais tempo, o que permitiu compreender o processo inerente à transição e ao envelhecimento;

- Equilíbrio entre o género, nomeadamente através da seleção de dois homens e duas mulheres;

- Identificação *a priori*, através da aplicação dos questionários, de um sentimento de maior ou menor satisfação inicial com a transição da vida ativa para a reforma, existindo a perceção de uma transição mais positiva relativamente a dois entrevistados e mais negativa por parte de outros dois;

- Tipologias de agregado familiar, escolaridade, idade, bem como a situação perante o trabalho por parte do cônjuge diferenciadas, facilitando uma maior riqueza de experiências e diferentes perspetivas contextuais do processo de transição para a reforma distintas.

Tabela 2.3 - Caracterização dos Entrevistados (construção própria)

N.º Entrevista	Idade	Escolaridade	Profissão	Tempo de Reforma	Tipologia do agregado	Situação perante o trabalho do cônjuge
1	60	Ensino secundário	Comercial	1,5 anos	Família alargada: Casal com ascendente a cargo	Desempregado de longa duração
2	64	Ensino superior	Professor/Gestor	7 anos	Família nuclear: casal	Atividade profissional remunerada
3	62	Ensino superior	Professora	6 anos	Indivíduo isolado	
4	67	1.º ciclo Ensino básico	Empregada fabril	2 anos	Família nuclear: casal	Reformado

Assim, considerando não a quantidade, mas a relevância dos casos, como sugerem Flick (2005), bem como Crouch e McKenzie (2006), centrou-se a escolha naqueles que, considerando o contacto prévio através da aplicação dos questionários, detinham capacidade de informação e disponibilidade para a realização das duas sessões previstas, com uma duração média de cada uma entre uma hora e meia a duas horas.

A realização de duas sessões possibilitou uma maior fluência do discurso pelos seis temas da entrevista, havendo sempre a preocupação de explicar aos entrevistados os objetivos da investigação e efetuar a sua contextualização, tendo sido solicitada a assinatura de uma declaração de consentimento informado, recorrendo, mediante autorização expressa, à gravação áudio de todas as entrevistas e respetiva transcrição.

De salientar que foi dada a conhecer a transcrição aos intervenientes, que conjuntamente com a entrevistadora puderam esclarecer algumas passagens menos explícitas, em que apenas um dos entrevistados utilizou essa prerrogativa. A segunda sessão teve lugar sempre após a transcrição da primeira sessão, para permitir verificar as questões a retomar e/ou completar na sessão seguinte.

A entrevista em profundidade recorrendo a relatos de vida, proporcionou aos sujeitos um testemunho orientado por parte das entrevistadoras, pela intenção de conhecer as diferentes experiências e conhecimentos através das rotinas e dos relatos da vida quotidiana, favorecendo um discurso narrativo, pelo que assume uma função analítica, retirada a partir de pessoas que encarnam e servem de exemplo *a priori* aos processos sociais estudados (Bertaux, 2005; Flick, 2005). Como salienta Flick (2005), a entrevista de episódio "faz da triangulação de diferentes abordagens a base da colecta de dados" (p. 112), numa riqueza de perspetivas sobre a transição para a reforma só passível de obter através dos quatro entrevistados selecionados.

2.4 Métodos de Análise de Dados

A aplicação de dois instrumentos de recolha de dados qualitativos e quantitativos ao longo da investigação no âmbito de uma abordagem mista, quer fossem através das transcrições de entrevistas quer através da análise estatística, enriqueceram a pesquisa e permitiram através da triangulação de dados "ampliar e completar sistematicamente as possibilidades de produção do conhecimento" (Flick, 2005, p. 232).

Bogdan e Biklen (2005) salientam a importância de dividir esta etapa de pesquisa em diversos momentos. Tal opção refletiu-se no cronograma proposto inicialmente e que se teve a necessidade de rever devido a constrangimentos de ordem profissional e pessoal.

2.4.1 Análise Estatística Descritiva

Projetou-se o inquérito por questionário por se tratar adequado a estudos descritivos no âmbito das ciências sociais, possibilitando a medição das variáveis em estudo através da agregação dos dados em quadros estatísticos, quantificando-as e correlacionando-as, face às distribuições de frequências que apresentam (Vilelas, 2009).

Trata-se de um instrumento de medida categorizado em medidas objetivas, relacionadas com os factos *per se* e com as características dos participantes (como por exemplo sexo, idade, rendimento), mas também aferindo conhecimentos e comportamentos. As medidas subjetivas dizem respeito aos sentimentos e juízos dos participantes, refletindo a sua opinião, satisfação, perceção, valores e intenções de comportamento (Freixo, 2012). Na categorização dos dados recolhidos, recorreu-se à Classificação Nacional de Profissões do Instituto de Emprego e Formação Profissional (2001).

Para a análise dos questionários foi criada uma matriz de dados recorrendo ao programa informático SPSS – *Social Package Statistical Science*, versão 21.0 como ferramenta de análise estatística dos dados recolhidos, considerado adequado para o estudo em causa, com tratamento de dados a nível descritivo, ou seja como refere Vilelas (2009, p. 309), citando Reis (1996) tratou-se da “recolha, e exposição de dados numéricos através da criação de instrumentos adequados: quadros, gráficos e indicadores numéricos”. Esta análise facilitou a perceção sobre a distribuição dos dados, bem como a sua decomposição e compreensão, recorrendo a uma “análise univariada, através da verificação das frequências e do cálculo das medidas de localização central e de dispersão para cada variável isoladamente” (idem).

Por uma questão de disponibilidade temporal e de contexto específico de realização da investigação, realizámos uma análise descritiva⁶ das informações recolhidas nos questionários. Assim, foram efetuadas contagens absolutas e relativas, simples e acumuladas e mais algumas medidas simples, recorrendo a variáveis quantitativas, de âmbito numérico, discretas ou contínuas e, também, qualitativas (nomes ou escalas), em categorias nominais de classificação e contagem; ou ordinais, com agregações quando necessário para o estudo por idades e rendimentos por exemplo, recorrendo-se ainda à Escala de Likert para avaliação das dimensões (Freixo, 2012; Florentino, 2012).

2.4.2 Análise de Conteúdo

Segundo Hsieh e Shannon (2005) citando Cavanagh (1997), a análise de conteúdo é vista pelos investigadores como um método flexível para analisar dados transcritos e outros textos. A análise de conteúdo qualitativa naquele artigo é definida como um método de investigação para interpretação da subjetividade inerente aos dados provenientes de textos, através de um processo de classificação sistemática, de codificação e identificação de temas ou padrões. Para estes autores, este modelo é, normalmente, utilizado, quando já existe alguma teoria ou outras investigações construídas *a priori* relativamente ao objeto de estudo, como é caso da temática abordada nesta investigação.

Atendendo ao facto de a análise de conteúdo ser “um procedimento clássico de análise do material escrito” (Flick, 2005, p. 193), com o objetivo de conhecer e compreender os significados dos intervenientes diretos no processo de transição, recorreu-se a uma codificação

⁶ É intenção utilizar os dados recolhidos num estudo mais aprofundado, com a análise das possíveis (inter)dependências entre as diversas variáveis, fazendo parte do possível percurso a efetuar na melhoria da oferta de respostas sociais, culturais e desportivas no concelho de Lagoa, numa abordagem por parte do Município de Lagoa enquadrada na dinâmica participativa da Rede Social de Lagoa.

teórica que, segundo aquele autor, é a mais adequada para analisar as entrevistas em profundidade com o intuito de construir uma teoria enraizada.

Segundo Flick (2005), o processo de interpretação começa por ser aberto e para o final a codificação fica cada vez mais seletiva, facilitando a descoberta de padrões nos dados, assim como as condições em que se aplicam, particularizando e formulando cada vez mais em pormenor, para que “o processo de interpretação dos dados e a incorporação de material adicional terminam no momento em que se atinge a saturação teórica, isto é, em que nova codificação, novo enriquecimento das categorias, etc., deixam de gerar ou promover novos conhecimentos” (idem, p. 186).

A entrevista foi transcrita logo após a sua realização, de forma a permitir uma maior correção na transposição para o texto de eventuais indícios não-verbais em linguagem verbal, conforme sugerido por Bodgan e Biklen (1994). Assim, a gravação áudio demonstrou-se de extrema importância e muito embora não se tenha exagerado em padrões de exatidão de cariz linguístico, pois não é esse o objetivo da investigação, procurou-se “transcrever afirmações, entradas, pausas, finais de frase, etc., uma segunda comparação do transcrito com a gravação e o anonimato dos dados (nomes, referências irreais e atemporais)” (Flick, 2005, p. 175) como particularidades essenciais tidas em conta no processo de transcrição.

Para Bardin (2011), a análise de conteúdo versa sobre as comunicações com o intuito de obter indicadores que permitam desenvolver inferências relativamente às condições de produção e receção das mensagens produzidas. A utilização da análise de conteúdo é fundamental aquando o recurso a material considerado qualitativo, como o são as entrevistas, face à “riqueza desta fala, a sua singularidade individual, mas também a aparência por vezes tortuosa, contraditória, com ‘buracos’, com digressões incompreensíveis, negações incómodas, recuos, atalhos, saídas fugazes ou clarezas enganadoras” (idem, 2011, p. 90).

A aplicação da análise de conteúdo sobre a transcrição da entrevista permite “satisfazer harmoniosamente as exigências do rigor metodológico e da profundidade inventiva, que nem sempre são facilmente conciliáveis” (Quivy & Campenhoudt, 1992, p. 225), com o intuito de aferir no texto transcrito a frequência com que determinadas características de conteúdo aparecem. Durante a análise de conteúdo e segundo Bell (2010), foi ouvida por diversas vezes a gravação, de forma a facilitar a identificação das categorias e subcategorias, conscientes de que este método de análise de dados permite aferir o que está “por detrás das palavras, entre linhas e para lá dos estereótipos. Permite ultrapassar, pelo menos em certa medida, a subjectividade das nossas próprias interpretações” (Quivy & Campenhoudt, 1992, p. 79).

Na análise de conteúdo qualitativa “um dos seus traços essenciais é a utilização de categorias, derivadas frequentemente de modelos teóricos: as categorias são aplicadas ao material empírico, não são necessariamente extraídas dele, embora sejam repetidamente confrontadas com ele e, se necessário, modificadas” (Flick, 2005, p. 193). A utilização de categorias é o procedimento utilizado para a análise de conteúdo qualitativa relativamente ao material escrito, optando-se por aplicar esta técnica que, segundo Flick (2005) citando Mayring (1983),

a ‘unidade de codificação’ define ‘o menor elemento de material analisável, a menor parte do texto passível de preencher uma categoria’; a ‘unidade de contexto’ define o maior elemento do texto que cabe numa categoria; a ‘unidade de análise’ define que passagens ‘serão analisadas uma a seguir à outra’; num último e único passo, são realizadas análises, antes de os resultados serem finalmente interpretados, face à problemática da investigação; (Flick , 2005, p. 194)

Segundo Morse (2008) a identificação e a descrição das características de cada uma das unidades de análise, associando-as às unidades de contexto retiradas diretamente da entrevista ou da sua transcrição, permite aquando a comparação e a confrontação com as outras categorias, subdividi-las em subcategorias e eventualmente em pequenas unidades de registo, pelo que a descrição de cada uma delas, facilita ao investigador efetuar as respetivas inferências. O objetivo das categorias é permitir descrever, identificar e classificar relações entre as diferentes categorias e subcategorias, o que possibilitará a análise dos dados para que o investigador compreenda o que gera a mudança social.

Neste processo de análise, o investigador lê a transcrição da entrevista ou outro documento, parágrafo a parágrafo, questionando-se relativamente sobre o que relatam e pensando de forma interpretativa e não descritiva, a fim de encontrar o tema a que se alude (Morse, 2008). Assim, compreendida que está a diferença entre temas e categorias, importa salientar que ambos são usados em diferentes fases da investigação, no entanto através de estratégias diferentes é de facto possível capturar diferentes formas de conhecimento, como aconselha Morse (2008), redobrando o cuidado na redação final da investigação, para que os resultados obtidos através da utilização de uma abordagem mista, sejam coerentes e compreensíveis.

2.5 Desenho da Investigação

Partilhamos da posição de Denzin, Lincoln & Giardina (2006), quando referem que a investigação qualitativa permite uma riqueza de recursos, teorias e perspetivas através das quais podemos desenhar os resultados dos nossos estudos, iluminando aspetos da vida social, educacional e cultural outrora desconhecidos, recorrendo àqueles que realmente viveram a experiência. Para estes autores, a investigação qualitativa no âmbito do paradigma interpretativo, cria um poder de mudança ética, positiva e comunitária, cuja prática crescente nas universidades veicula essa mudança. Com esta postura metodológica, aplicou-se o modelo de desenho de investigação qualitativa na figura 2.4, conforme proposto por Maxwell (2005):

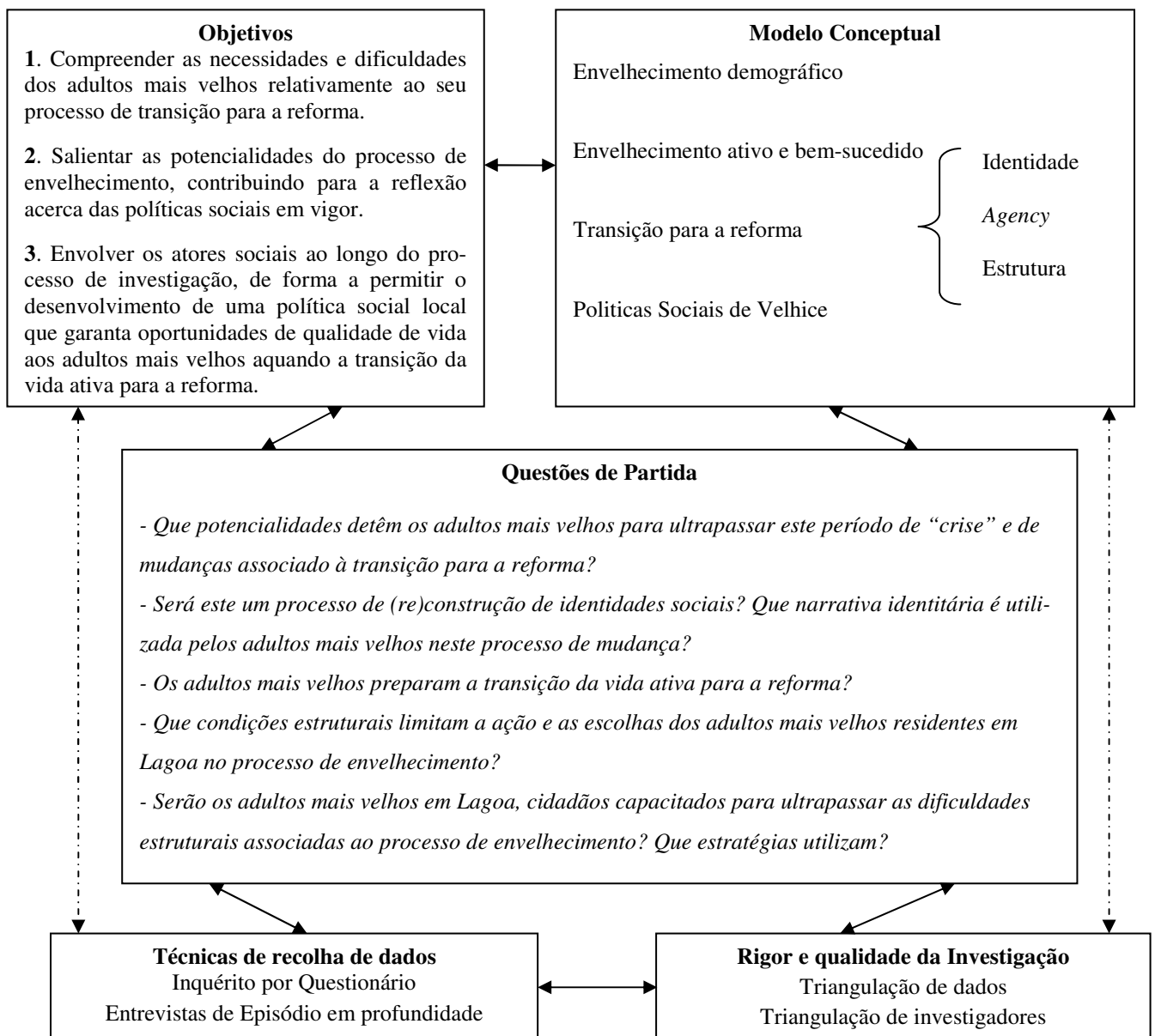


Figura 2.4- Desenho de Investigação adaptado ao modelo de Maxwell (2005)

Trata-se de um modelo maleável, adaptável ao longo do decorrer da investigação, em que as técnicas de recolha de dados servem para obter as respostas às questões de partida e, os meios utilizados para garantir o rigor e a qualidade da investigação, estão claramente conceptualizados e ligados aos objetivos da investigação, verificando-se que as diferentes partes que o compõem, constituem um todo integrador e interdependente, em que cada componente está intimamente ligada a todas as outras (Maxwell, 2005).

O recurso à triangulação reflete a tentativa de assegurar um conhecimento mais profundo do fenómeno em questão e não tanto a objetividade, essa nunca poderá ser capturada na investigação qualitativa (Denzin & Lincoln, 2011). A triangulação não é uma estratégia de validação, porque só conhecemos algo a partir da sua representação. O recurso a múltiplos materiais, perspectivas e observadores num mesmo estudo, é antes uma estratégia para trazer rigor, profundidade, maior complexidade e riqueza ao campo de estudo (idem).

Como refere Flick (2004), a triangulação em investigação qualitativa, é utilizada para referir-se ao tratamento das questões de investigação, pelo menos através de duas formas ou perspectivas diferentes. Neste estudo em particular, recorreu-se à triangulação de dados e de investigadores, conforme propõe Denzin (2009). Para este autor a triangulação continua a ser a estratégia mais sólida de construção da teoria no âmbito da investigação qualitativa (p. 300).

A triangulação de investigadores, refere-se à oportunidade dos dois orientadores da investigação contribuírem para corrigir ou verificar as opiniões subjetivas a partir de diferentes interpretações dos resultados, o que permite "minimizar os vieses resultantes da personalidade do investigador " (Flick, 2005, p. 231). A triangulação de dados foi conseguida através de fontes e perspectivas diferenciadas, quer através dos dados provenientes das entrevistas, quer aqueles que foram recolhidos a partir dos questionários.

Esta triangulação alcançada com a aplicação em paralelo dos questionários e das entrevistas de episódio em profundidade, facilitou que as categorias que emergiram da análise de conteúdo às entrevistas, servissem de estruturação da análise de dados recolhidos pelas duas técnicas em simultâneo. Com recurso às entrevistas de episódio, através da recolha de relatos de vida, possibilitou-se aos participantes deixar 'transparecer' as suas perceções e sentimentos acerca da sua própria experiência no processo de transição, mas também a compreensão da realidade através do contexto social e histórico nos quais se movimentam. Esta conceção foi transposta para a análise de dados, descrevendo e interpretando aquilo que existe para além das experiências dos sujeitos, pelo que o recurso em simultâneo quer a dados quantitativos, quer qualitativos levou a um maior enriquecimento desta investigação (Crouch & McKenzie, 2006).

O processo de construção e aplicação do questionário foi muito mais intenso e longo, conforme se verifica na figura 2.3 onde se exemplifica o caminho metodológico efetuado. Esta dificuldade decorreu da necessidade em construir um instrumento que permitisse recolher informação sistematizada e ordenada relativamente à população reformada no concelho de Lagoa, de forma a aferir atitudes, opiniões e factos que a caracterizam, através de uma análise estatística descritiva (Vilelas, 2009). Essa intensidade da elaboração do questionário prende-se também com o facto de se pretender que este permita fornecer informações que vão além das que aqui se relatam, contribuindo também para a enunciação de formas de melhorar a intervenção da autarquia no sentido de adequar as respostas locais a nível ocupacional, de apoio social ou mesmo a nível económico e cultural às necessidades dos adultos mais velhos. Tanto mais que é pretensão que a interpretação e a redação de conclusões e recomendações que aqui se apresentam, possibilitem *a posteriori* terminar este ciclo de trabalho vocacionado para "a ação, o treino e a tomada de decisão" (Bogdan & Biklen, 1994, p. 300), subjacente à investigação-ação preconizada neste estudo.

Assim e apesar de se procurar a representatividade dos resultados com recurso a uma aproximação quantitativa, só após a análise de conteúdo aos dados qualitativos, gerados a partir das entrevistas de profundidade e de um conhecimento teórico prévio da área em estudo, é que se trataram os dados quantitativos, permitindo aplicar-lhes contexto e contribuindo para a sua interpretação.

Finaliza-se reforçando que, enquanto as condições que rodeiam a experiência de transição para a reforma dos adultos mais velhos residentes no concelho de Lagoa, são caracterizadas pelos dados estatísticos recolhidos pelos questionários, a subjetividade inerente ao processo de transição e de reconstrução de identidades durante o processo de envelhecimento, só é perceptível com recurso a entrevistas em profundidade de episódio e a todo um exigente mas também criativo, processo de análise, através da descoberta de relações entre os dados (Denzin & Lincoln, 2011)

Segue-se uma figura elucidativa do caminho metodológico adotado nesta investigação que nos permite exemplificar o percurso efetuado ao longo deste estudo.

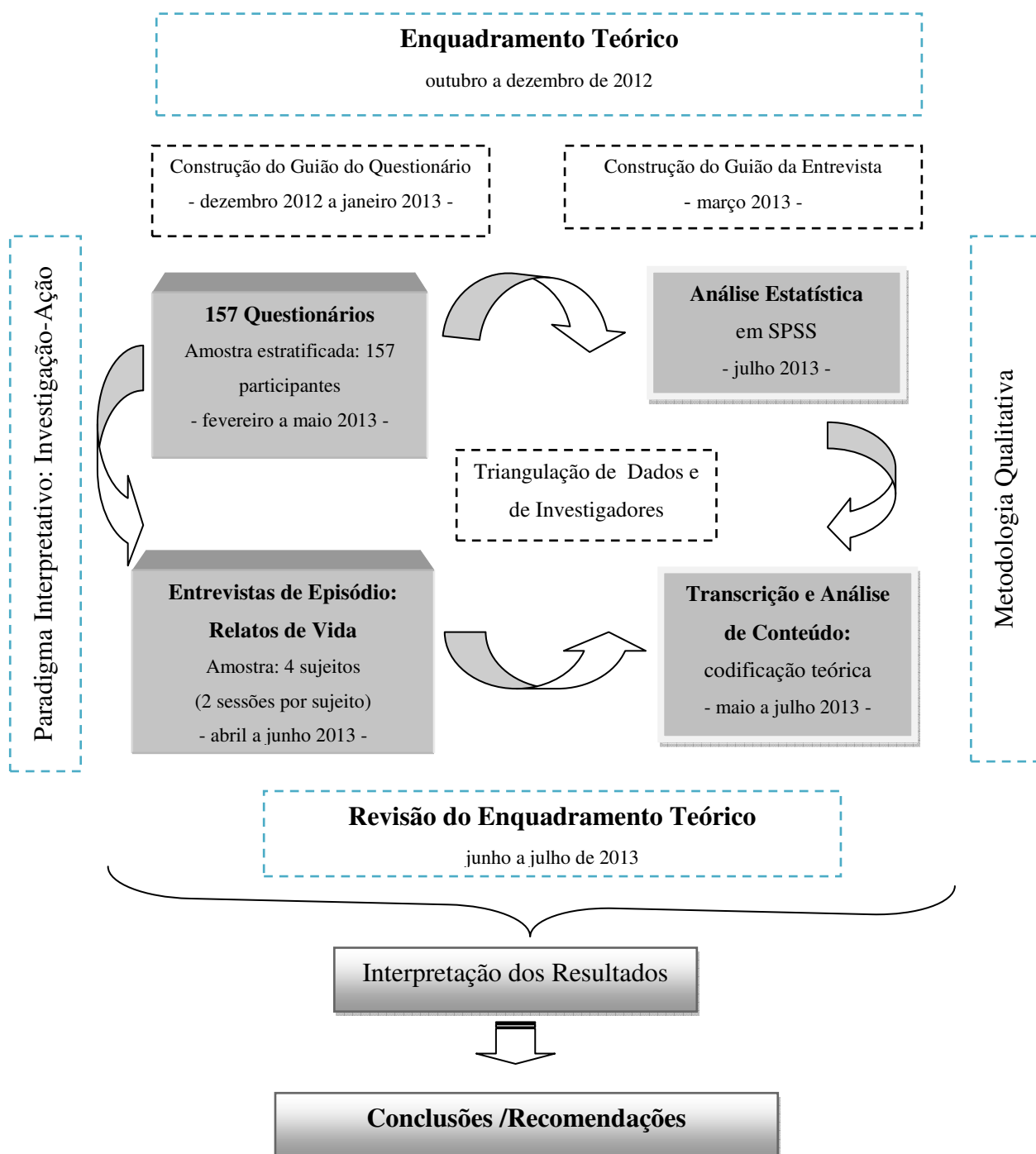


Figura 2.5 - Caminho Metodológico

CAPÍTULO III

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

3 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Os resultados que aqui se apresentam são fruto de uma análise estatística descritiva relativamente aos questionários aplicados ($n = 157$), como também das inferências resultantes da matriz de análise de conteúdo realizada às entrevistas de episódio em profundidade com relatos de vida a quatro indivíduos.

3.1 Caraterização geral da amostra do Inquérito por Questionário

Descrevem-se de modo geral, inicialmente, a amostra recolhida efetuando-se posteriormente uma análise descritiva da mesma⁷.

Tendo em consideração a técnica de amostragem selecionada (*amostra estratificada e ponderada aleatória*) a nossa amostra é composta por 50,3% homens e 49,7% mulheres. Dos inquiridos, 27,4% residem em Lagoa, seguido de Estômbar com 24,2%, Carvoeiro com 16,6%, Parchal e Ferragudo com 12,1% e por fim, Porches com o menor valor de 7,6%. Os inquiridos têm idades compreendidas entre os 60 e os 69 anos.

Tabela 3.1 - Dimensão final da amostra por local de residência
(construção própria)

Local de Residência	Total Amostra Freguesias		
	Nº		
	H	M	H/M
LAGOA (concelho)	79	78	157
Estômbar	19	19	38
Ferragudo	9	10	19
Lagoa	21	22	43
Porches	7	5	12
Carvoeiro	13	13	26
Parchal	10	9	19

Fonte de Dados: INE (2012)

A maioria é casada (68,2%), seguindo-se os viúvos (30%), divorciados (16%) e solteiros (3%). Quanto ao número de filhos, 3 é o mais frequente (42,7%), seguidos de 2 filhos

⁷ É de notar aqui que, apesar de inicialmente, estar previsto o recurso a maiores potencialidades do SPSS - *Social Package Statistical Science*, o que poderia ter possibilitado uma análise ainda mais fortalecida, tal não se efetivou por hora, tal como já referido anteriormente, pelo que será algo a realizar posteriormente e sem as restrições temporais que se prendem com a elaboração desta investigação.

(23,6%) e 4 filhos (16,6%), sendo que a amplitude é de 6, existindo indivíduos sem filhos. A maioria habita em casa própria (74,5%).

Também na sua maioria (51%), o agregado familiar é composto por 2 elementos (variando entre 1 e 5 elementos) no entanto, denota-se a existência de uma elevada quantidade de agregados familiares constituídos por um indivíduo isolado, correspondendo inclusivamente à segunda maior percentagem (24,2%).

Em média os agregados familiares são constituídos por 2,1 elementos, revelando uma ligeira assimetria (para a direita), o que é consistente com a existência de um elevado número de famílias unipessoais, salientando, desde logo, a existência de uma grande quantidade de adultos mais velhos com vivências isoladas ou quando muito, a dois.

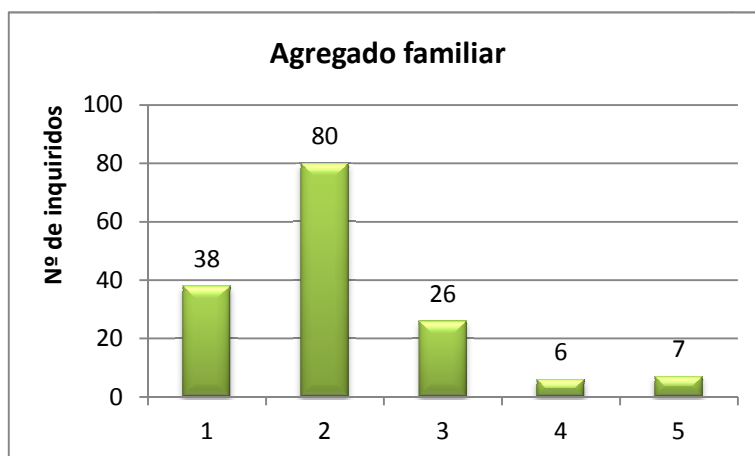


Gráfico 3.1 - Número de elementos do agregado familiar
(n = 157)

Relativamente à escolaridade, a maioria (65,6%) dos inquiridos tem o primeiro ciclo do ensino básico, 7% não tem frequência escolar e apenas 5,7% tem o ensino superior. Verifica-se portanto uma tendência de muito baixa escolaridade desta população, sendo que apenas 26,7% dos inquiridos detêm a escolaridade superior ao 1.º ciclo do ensino básico (excluindo o ensino superior).

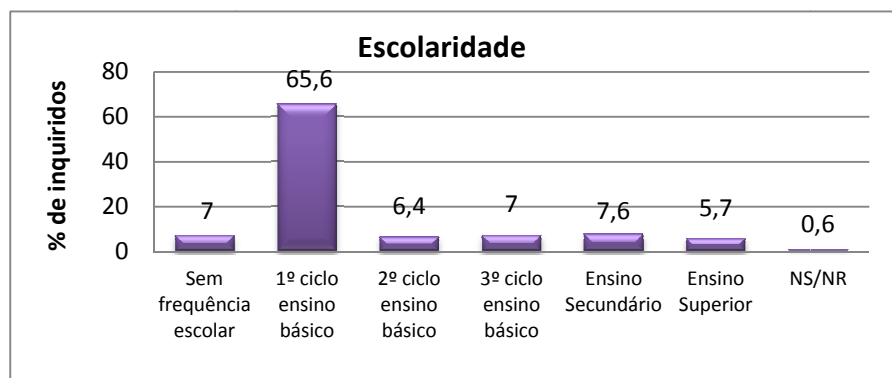


Gráfico 3.2 - Escolaridade dos Inquiridos

As atividades profissionais principais que desenvolveram na vida ativa são muito diversificadas. Destacam-se "Pessoal dos Serviços e Vendedores" (25,5%); "Operários, Artificies e Trabalhadores Similares" (24,2%), de acordo com a Classificação Nacional de Profissões (IEFP, 2001) atividades que se relacionam com uma menor escolaridade dos inquiridos.

Uma parte significativa (35%), começou a trabalhar entre os 13 e os 14 anos, verificando-se uma tendência para um início de atividade profissional ainda antes da maioridade. Com valores à volta de 12%, repartem-se a idade dos 11-12 anos, 15-16 anos e 17-18 anos. A maioria dos inquiridos estava no setor privado aquando do seu último emprego (70,7%).

Verifica-se que as naturalidades dos inquiridos são variadas, embora predominem os concelhos de Lagoa (37,6%), Silves (6,4%) e Portimão (4,5%). Ressalve-se no entanto que 20,4% dos inquiridos não responde.

3.1.1 Rendimentos

No que diz respeito aos rendimentos dos inquiridos (individualmente), a maioria auferem um rendimento mensal que varia entre 200 e 500 euros (59,9%), sendo o intervalo seguinte aquele que apresenta também a segunda maior percentagem de indivíduos (14,6% auferem entre 500 e 800 euros).

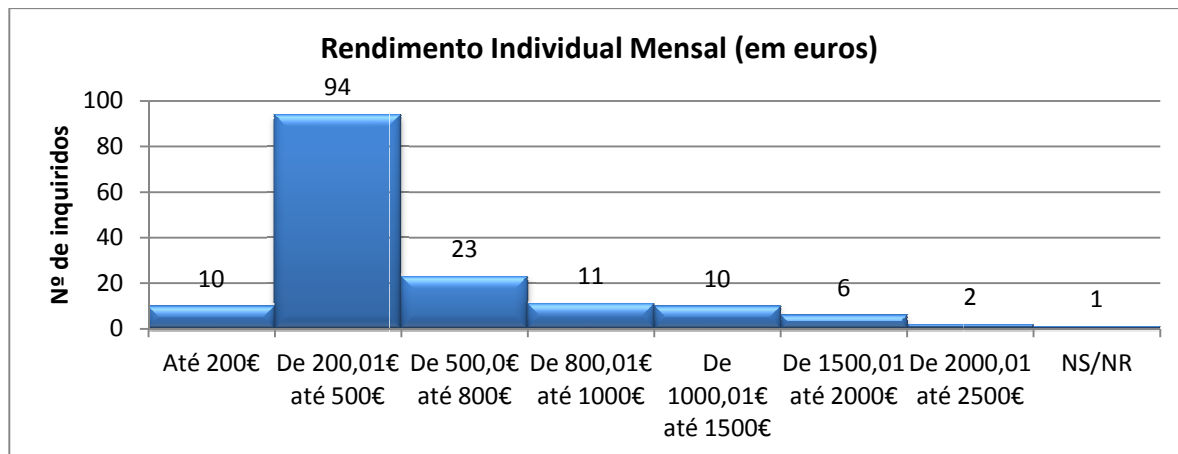


Gráfico 3.3 - Rendimento Individual Mensal

Relativamente aos valores do rendimento mensal do agregado familiar, e de modo similar ao que se verifica para os rendimentos dos inquiridos de modo individual (gráfico anterior), também aqui os valores de rendimentos variam maioritariamente entre os 200 e os 800 euros (60,5%). Esta percentagem aumenta substancialmente se considerarmos como limite superior os 1500 euros (cerca de 81%).

Apesar de a maioria dos rendimentos, tanto considerados individualmente como do agregado familiar, se concentrarem nos intervalos de 200 a 800 euros, uma análise mais minuciosa permite constatar que, em valores médios, existe uma quase duplicação dos valores absolutos quando comparamos estes dois contextos, pelo que se prevê uma maior vulnerabilidade dos adultos mais velhos ao aumento da idade e à tendência para uma vivência a só.

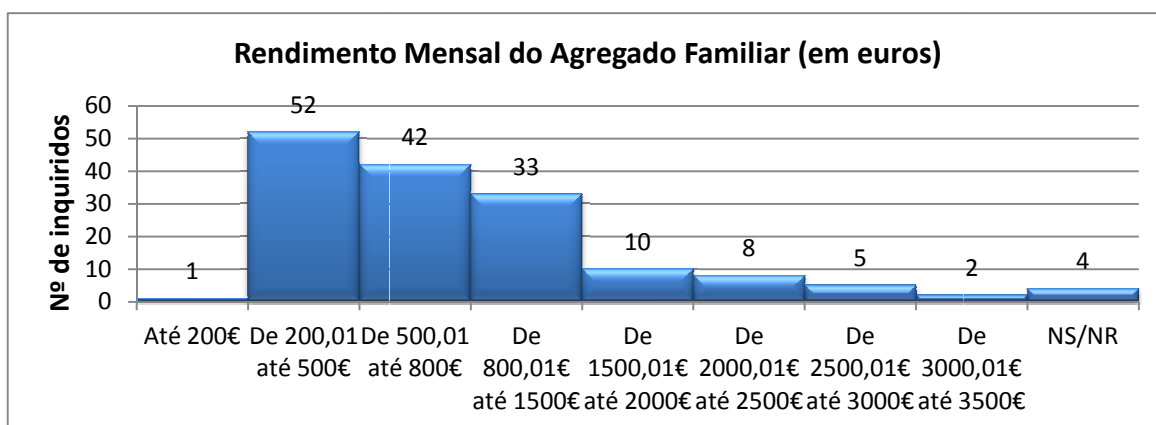


Gráfico 3.4 - Rendimento Mensal do Agregado Familiar

Considerando o facto de que a maioria dos agregados familiares é composta por 2 indivíduos (ilustrado no gráfico 3.1), em média, a cada elemento do agregado familiar correspon-

de a um valor próximo dos 384 euros, que corresponde a 79,17% do salário mínimo nacional (485 euros – Decreto-Lei n.º 143/2010, de 31 de dezembro). Os rendimentos *per capita* dos inquiridos são inferiores ao indexante de apoios sociais (IAS), definido pela Lei n.º 53-B/2006, de 29 de dezembro, legislação que veio substituir a retribuição mínima mensal garantida enquanto referencial determinante da fixação, cálculo e atualização das contribuições, das pensões e outras prestações sociais. O valor do Indexante de Apoios Sociais na presente data é de 419,22 euros nos termos da Lei 66-B/2012, de 31 de dezembro que define o Orçamento de Estado para 2013. Assim, em média, a cada elemento do agregado familiar corresponde ainda a 91,6% do valor indexante dos apoios sociais.

Estes valores (e percentagens face ao salário mínimo e indexante de apoios sociais) relacionam-se também com o facto de a proveniência dos rendimentos da esmagadora maioria dos indivíduos (83,4%) advir de rendimentos de pensão por velhice no sistema de proteção social do Estado.

Da análise sobressai que, mesmo considerando estas baixas subvenções, poucos são os indivíduos que continuam a desenvolver uma atividade profissional remunerada após a reforma. 3,2% têm outro tipo de rendimentos para além das reformas (4,5% por trabalho por conta de outrem e 3,2% por trabalho por conta própria) e 2,5% referem receber rendas prediais e outras.

Da totalidade dos inquiridos, só 3,8% têm rendimentos de pensão de velhice de esquemas privados de proteção social e apenas 1,9% têm rendimento de pensão de velhice de sistemas de proteção social profissionais ou de associações mutualistas, verificando-se o pouco investimento em sistemas de proteção social alternativos aos proporcionados pelo Estado-Providência. Apenas 0,6% referem não ter rendimentos existindo também 0,6%, que referem outro tipo de rendimentos, nomeadamente a pensão do Estado Alemão.

Estes dados encontram-se explanados no Gráfico 3.5, demonstrando a dependência quase total dos inquiridos residentes em Lagoa do sistema de proteção social do Estado, a exemplo do cenário de âmbito nacional (CES, 2013).

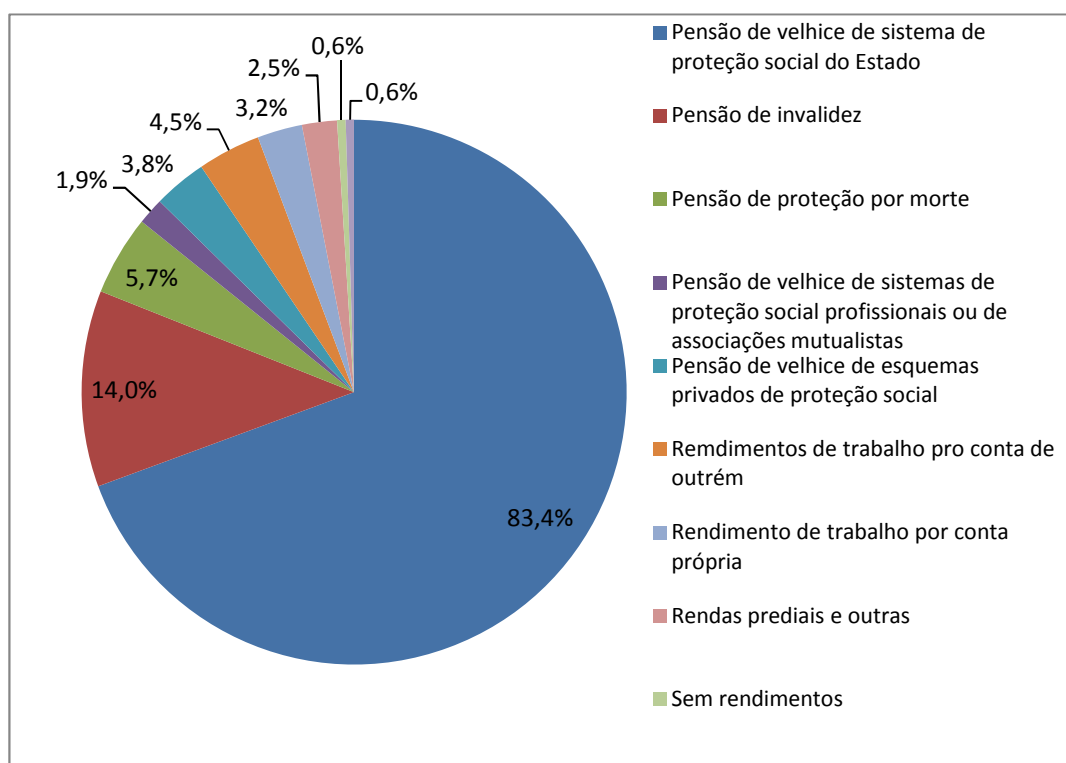


Gráfico 3.5 - Proveniência dos Rendimentos

Relativamente ao ano desde o qual passaram a usufruir de pensão de velhice (a mais representativa no âmbito do estudo) este varia de 1993 a 2013 sendo que um número significativo de indivíduos iniciou essa pensão nos anos de 2009 a 2012 (34,4% – 10,2% em cada um dos anos extremos, 8,9% em 2011 e 5,1% em 2010). Nos demais anos estas percentagens são residuais, variando entre 0,63% e 3,18%. No que concerne à pensão de invalidez, esta ocorre desde 1969 até 2013, aglomerando um total de 22 indivíduos.

3.1.2 Encargos fixos mensais e participação social dos inquiridos

Aferindo os encargos fixos mensais dos inquiridos, verifica-se que a alimentação reúne a maioria, sendo que 51% (80 pessoas) consideram estes encargos muito importantes e é extremamente importante para 24,8% (39 pessoas).

Nos encargos fixos com habitação não há grande diferença, considerando uma parte significativa que esse é um encargo muito importante (33,1%), mas atribuindo uma maior importância aos encargos fixos com a saúde (49%), considerando-os como extremamente importantes. Estes dados relacionam-se também com o facto de a maioria dos adultos mais velhos serem proprietário da habitação onde residem, configurando-se os gastos com a saúde um aspeto essencial de preocupação. Estes encargos com a saúde revelam também uma preo-

cupação face à existência e manutenção de uma saúde razoável. Na realidade, a maioria dos inquiridos mantém a capacidade para a realização das atividades da vida diária e não possui ainda dependência física.

A referência aos encargos fixos com apoio a familiares encontra-se distribuída por diferentes graus de importância, desde o "sem importância" até à "extrema importância", o que se poderá relacionar com o contexto envolvente e o facto de existir um amplo espectro de situações relativas ao agregado familiar. No entanto, e apesar de uma ampla dispersão, mais de metade dos adultos mais velhos (56%) atribuem muita ou extrema importância a este tipo de encargos (mais ainda que à alimentação e à saúde).

Os encargos fixos com vestuário e imagem pessoal são considerados pouco importantes (87,3%), sendo que para 32,5% dos inquiridos não são mesmo nada importantes. Na mesma linha vai a sua atribuição aos encargos com práticas culturais e de lazer bem como relativamente aos encargos fixos com transportes, novas tecnologias de lazer, comunicação e lar (73,9% consideram pouco importante).

Esta tendência para a atribuição de uma menor importância aos bens não essenciais, como vestuário e imagem pessoal, bem como o não investimento na cultura e lazer, relaciona-se com o baixo rendimento (um valor médio de 384 euros por elemento do agregado familiar), com a grande importância dos encargos com apoio a familiares e os encargos com a saúde, restringindo, assim, as suas oportunidades e vivências.

Estes dados indiciam também, e chamam a atenção para, a necessidade de divulgar a oferta de apoios sociais e outras atividades de ocupação de tempos livres promovidas pelo Município de Lagoa e outras Instituições de cariz social e humanitário, que sejam de baixo custo ou gratuitas, de forma a criar mais oportunidades de lazer e cultura para esta população.

3.2 Contextualização biográfica dos entrevistados

Para a caracterização dos quatro entrevistados recorreu-se a um resumo biográfico, construído a partir dos relatos de vida que constituíram os respetivos discursos narrativos. Recorreu-se a nomes fictícios, procurando garantir o anonimato dos participantes no estudo.

Os entrevistados são dois homens e duas mulheres, residentes em quatro freguesias do concelho, Ferragudo, Parchal, Lagoa e Carvoeiro, com períodos diferenciados do tempo de reforma e escolaridades diversas, nomeadamente ensino básico, secundário e superior.

Relativamente às origens familiares e locais de residência verificam-se experiências de mobilidade interna, processos de emigração e imigração, nomeadamente a residência e ou

prestação de serviço militar nas ex-colónias portuguesas em África, imigração devido à guerra civil de Espanha e posterior emigração para a Alemanha à procura de trabalho, constituindo o contexto histórico e cultural da infância, juventude e início da atividade profissional dos entrevistados e entrevistadas correspondentes a quatro trajetórias de vidas diferenciadas.

3.2.1 Resumo biográfico de Renato

Renato nasceu em Lisboa e tem 60 anos. Reformou-se há cerca de um ano e meio. Estudou num colégio particular até ao ensino comercial, viveu e trabalhou em Lisboa e só após a reforma é que decidiu mudar a residência para a antiga casa de férias da família em Lagoa, na freguesia de Ferragudo.

Os pais eram ribatejanos, tem dois filhos, ambos com o ensino superior, a filha trabalha e vive no estrangeiro e o filho também se ausenta para o estrangeiro em trabalho muitas vezes, embora coabite com os pais em pequenos períodos durante o ano. Ainda não tem netos.

Fixou-se no Algarve com a esposa que se encontra desempregada, desde o encerramento do negócio de família onde trabalhavam os dois. O casal sempre viveu com os pais de Renato e a sua mãe ainda coabita com o casal. A mãe está em situação de dependência, acamada, condicionando a rotina do casal.

O pai de Renato foi preso pela PIDE - Polícia Internacional de Defesa do Estado. Gostava muito de ler e incutiu em Renato essa sua apetência pela literatura em particular e pela cultura em geral.

Renato gostaria de ter continuado os estudos e a arquitetura é a sua paixão, mas como existia um negócio de família no ramo comercial, com diversas lojas abertas ao público, acabou por sair da escola para ajudar o pai. Tentou estudar à noite, já depois de casado e com os filhos, mas acabou por desistir.

Frequentou o serviço militar em Angola, mas diz que nunca conheceu bem a guerra, aproveitou antes para tirar muitas fotografias e ainda levou a mulher para perto de si nessa ocasião.

Pretende, agora que está reformado, fazer tudo o que não teve tempo de realizar, referindo os projetos de arquitetura, atividades de bricolage, a sua horta e atividades culturais, cinema, leitura e teatro. Tem no entanto a sua rotina condicionada pela mãe, que é dependente e, ainda, não conhece a oferta cultural e de lazer do concelho.

3.2.2 Resumo biográfico de Bruno

Bruno tem 64 anos, é natural e vive no concelho de Lagoa, tanto os pais como os avós são também naturais de Lagoa. Vive com a esposa, que ainda trabalha e tem duas filhas, ambas com o ensino superior e autónomas.

Era professor do ensino básico e reformou-se há cerca de sete anos, exercia na altura um cargo de direção do Conselho Executivo de uma Escola.

Estudou na Escola Industrial e Comercial de Silves e inicialmente pretendia tirar um curso ligado à agricultura, não o conseguiu terminar devido ao serviço militar. O pai trabalhava na agricultura, na vinha, áreas pelas quais nutre uma forte ligação, apresentando um grande interesse pela história local do seu concelho que cultivou ao longo da sua atividade profissional e após a reforma.

Prosseguiu os estudos, através de grande investimento pessoal, porque os pais não tinham condições económicas para suportar a continuidade da sua educação, trabalhou e estudou ao mesmo tempo. Interrompeu o percurso educativo e profissional com o serviço militar em Moçambique, tratando-se de um período traumático. Prestou serviço na área das minas e armadilhas e afirma que viu e sofreu muito naqueles vinte e oito meses, estando ainda muito presente na sua memória as experiências de guerra e morte.

Tirou um curso complementar na área da mecanotecnia e começou por dar aulas na área de trabalhos manuais, complementando sempre a sua formação profissional e académica ao longo do seu percurso profissional.

Para se efetivar na profissão e no início de carreira, ainda esteve colocado em Almada, longe da família e com uma filha ainda muito pequena, algo que ainda o incomoda hoje, pelo facto de não a ter acompanhado de mais perto. Essa filha, a mais velha, é professora na Universidade do Algarve, o que o orgulha.

Para criar melhores condições de vida à família, para além de dar aulas, no início da sua carreira, quando foi colocado numa Escola em Silves e depois em Lagoa, servia à mesa e ainda trabalhava na construção da casa onde vive com a esposa. Face ao grande investimento na sua profissão, culminou a sua carreira com o exercício de funções de direção de uma Escola, tendo acompanhado a construção e a implementação das novas instalações, uma fase que o marcou e o orgulhou.

Reformou-se apenas porque não queria ficar prejudicado financeiramente com a mudança legislativa nesta matéria, mas ainda se sentia capaz de continuar a trabalhar numa

profissão que o realizou. Trabalhou ainda durante os primeiros anos de reforma, atualmente é professor na Universidade Sénior e é deputado na Assembleia Municipal.

3.2.3 Resumo biográfico de Telma

Telma tem 60 anos e reformou-se há oito anos. Era professora do 1.º ciclo do ensino básico. Nasceu e foi criada no Huambo em Angola, onde frequentou a escola num Colégio interno de freiras. Os pais exploravam lojas de comércio a retalho no Huambo, viveu a sua infância e juventude numa casa grande com mais dois irmãos e criados.

Por influência da mãe aos 14 anos entrou no Magistério Primário em Benguela também em Angola, onde iniciou a sua atividade profissional de professora, deu aulas e colaborou na formação de professores. Veio mais tarde para Portugal onde casou e teve uma filha. Os pais quando voltaram a Portugal e a irmã, casada e com três filhos, foram viver para a terra natal, para Trás-os-Montes no norte.

Telma esteve colocada em Lisboa e em Santarém, onde fez também orientação pedagógica, mas acabou por se efetivar no Algarve, numa Escola Primária do concelho de Lagoa.

O irmão, engenheiro técnico agrário, veio para o Algarve trabalhar e mais tarde impulsionou a vinda da irmã com a família na procura de melhores condições de trabalho no Algarve. Os pais acabaram também por vir para o Algarve para não ficarem sozinhos e Telma, após o divórcio, veio a juntar-se à família que se instalou no concelho de Lagoa.

Procurou complementar os estudos superiores ao longo da trajetória profissional. Envolveu-se em projetos comunitários, o que a satisfiz bastante, a trabalhar diretamente com a Direção Regional de Educação e percorrendo várias escolas do Algarve, principalmente no interior. No final de carreira sentia-se já cansada e aspirava à reforma, pelo que se reformou logo que completou o tempo de serviço.

Após a reforma participou na Assembleia Municipal e representou este órgão na Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Lagoa, como voluntária. Colaborou numa Associação Cultural local na dinamização de atividades de enriquecimento curricular no 1.º ciclo em Lagoa e delineou um projeto de recuperação da história oral junto dos idosos isolados. No entanto, não deu continuidade a esta tarefa, bem como a outros interesses que havia programado para a reforma, devido à situação de saúde da mãe.

Telma viveu com a mãe em casa durante alguns anos, até à sua institucionalização num Lar. Durante esse período não lhe era possível sair de casa sem que alguém se disponibilizasse para ficar com a mãe. Afirma que aprendeu a viver sozinha durante esse período. Foi sem-

pre o apoio da filha e dos dois netos, organizando atualmente a sua rotina diária em função das atividades dos netos, do horário de trabalho da filha e das visitas à mãe no Lar.

3.2.4 Resumo biográfico de Dora

Dora tem 67 anos e está reformada há dois anos. Vive com o marido, que é doente oncológico, na casa que compraram para as férias da família, na freguesia do Parchal em Lagoa. A casa onde vivem foi comprada à Cooperativa de Habitação Económica Lagoense, por sugestão de uma prima, fruto das poupanças realizadas durante o período que trabalharam na Alemanha.

Dora viveu no Seixal, para onde a mãe regressou quando fugiu de Espanha, onde vivia, por causa da Guerra Civil Espanhola. Viveu uma infância com muitas dificuldades e só foi para a Escola aos 9 anos, tirou o exame da 4ª classe em três anos. Teve de trabalhar para ajudar a família e não prosseguiu os estudos.

A mãe sugeriu-lhe o seu primeiro namorado, um rapaz que trabalhava na fábrica com a mãe, quando o tentou deixar acabou por sofrer uma grande pressão e maus-tratos por parte do padrasto e da própria mãe, o que a levou a sair de casa aos 17 anos. Como não tinha para onde ir e a mãe não a voltou a receber em casa, acabou por ser acolhida pela família do próprio namorado, acabando por aceder viver com ele apesar de expressar que não seria bem isso que pretendia. Teve duas filhas, após o que casou com esse namorado, o atual marido.

Foi trabalhar com o marido para a Alemanha, primeiro seguiu ele, depois foi a Dora passado um ano dele lá estar, em seguida quando reuniu condições mínimas, veio buscar as duas filhas que ficaram nos dois primeiros anos com a sua mãe.

Dora no final da sua carreira era encarregada fabril, detinha um cargo de responsabilidade na empresa onde trabalhava na área têxtil, gostava muito do seu trabalho e de viver na Alemanha, chegou ser convidada pela empresa para iniciar a abertura de uma filial em Portugal no norte, mas acabou por não aceitar por causa da família. Dora gostava muito do seu trabalho e sentia-se valorizada e integrada na Alemanha, não pretendia regressar a Portugal.

Regressou a Portugal por opção do marido, quando este se reformou, e por se sentir na obrigação de o acompanhar. Inicialmente o marido, logo após a sua reforma, devido ao encerramento da empresa, veio morar sozinho para Portugal na casa que compraram em Lagoa, na freguesia do Parchal. Dora, durante esse período estava sempre em viagem entre a Alemanha e Portugal, pelo que acabou por negociar com a empresa onde trabalhava o seu despedimento, para posteriormente poder aceder à reforma quando atingiu a idade de 65 anos e deixar a

Alemanha para voltar a Portugal, onde o marido já estava, alegando ser sua obrigação acompanhar o marido nas suas decisões.

Uma das filhas tem um problema de saúde que a mantém numa cadeira de rodas, mas ambas as filhas têm a vida organizada com as respetivas famílias na Alemanha e não pretendem vir para Portugal. A família, as filhas e os seis netos, visitam Dora principalmente nas férias de Verão, mas por vezes também noutros períodos do ano. Dora pondera regressar à Alemanha caso fique sozinha em Portugal com o agravar da situação de saúde do marido.

Dora participa ativamente em diversas atividades lúdico-educativas e desportivas que são dinamizadas numa Associação na zona onde reside, faz ginástica, tem aulas de cavaquinho, olaria e informática. Foi convidada para praticar voluntariado no Hospital, embora gostasse de o fazer porque se considera uma pessoa bem-disposta e isso seria bom para transmitir alegria aos doentes, mas não aceitou porque tem que acompanhar o marido nos tratamentos de saúde. Preocupa-a o facto de o marido estar a ficar cada vez mais debilitado, o que condiciona as suas atividades de ocupação de tempos livres e as suas perspetivas futuras de vida.

3.3 Identidade Pessoal e Social

A construção da identidade pessoal e social dos sujeitos ao longo da sua trajetória de vida é impulsionada pelos diferentes papéis que assumem na sociedade, dependendo das estratégias que utilizam tendo em conta o contexto histórico e cultural onde se movimentam, mediante as condicionantes socioeconómicas, contexto familiar e relações sociais que desenvolvem. A trajetória profissional longa que caracteriza o curso de vida dos indivíduos, marca transversalmente a sua identidade pessoal e social, em que a conjugação daqueles fatores associados à forma como prepararam a reforma, impulsiona e caracteriza o processo de transição da vida ativa para a reforma.

3.3.1 Contexto histórico das trajetórias de vida dos entrevistados

Verifica-se que as trajetórias de vida dos sujeitos entrevistados são fortemente influenciadas pelo contexto histórico da época, a emigração, a ditadura e a guerra da independência nas ex-colónias portuguesas em África, o que condiciona igualmente o seu percurso educativo e profissional, bem como a construção das suas identidades.

O pai de Renato foi preso pela PIDE, criada durante o Estado Novo, que reprimia qualquer ação que fosse considerada como opositora da ditadura, daí ser considerada uma polícia

política (Pimentel, 2011). Renato considera assim, que o facto de o pai preferir a leitura e manter-se informado, foi a principal razão deste ter sido preso.

Para aí nos meus seis anos, por altura da eleição de Humberto Delgado o meu pai foi preso, pela PIDE. Seis meses, sem qualquer culpa formada, sem nada, mas pela arbitrariedade do Sr. Salazar (...)

Renato

O percurso educativo e profissional dos homens foi condicionado pelo serviço militar. Para um dos entrevistados, Bruno, o serviço militar implicou a participação na guerra colonial em Moçambique, período da sua vida considerado pelo próprio mesmo muito traumático, ao contrário da experiência vivida por Renato em Angola. Telma e Dora tiveram experiências de emigração e mobilidade interna, que condicionam a sua trajetória de vida e a assunção de papéis sociais.

(...) era um aspeto da guerra horrível, horrível porque toda aquela envolvência, o que nos esperava, o durante a guerra, aquilo era complicado, ou seja, eu fui para Moçambique, não me despedi dos meus pais porque tive receio, não sei se teria coragem.

Bruno

(...) e faço o Liceu todo, interrompido pela tropa e pela guerra (...). Passo seis meses, passo um ano cá, em janeiro de 74 vou logo para Angola. Em Angola para mim foram quase umas férias. Olhe, Angola para mim, só soube praticamente o que era guerra depois do 25 de abril.(...) A guerra não era propriamente connosco, mas (...) no entanto enquanto estive lá a minha arma era mais a máquina fotográfica.

Renato

(...) chorava por tudo e por nada, sentava e vá de chorar, pois uma coisa, limpava a casa já estava a acabar de chorar e mais então aonde é que estou e foi assim (...) era eu própria que sentia que eu não podia viver assim (...) eu é que comecei a andar a pé, ao Parchal, e pronto, Portimão, às vezes ia a pé também a Portimão, e pronto e comecei assim a conviver, a conviver (...)

Dora

As várias circunstâncias históricas e culturais marcaram a formação da identidade pessoal e social dos entrevistados. As adversidades que ultrapassaram ao longo do seu percurso de vida e a forma como foram assumindo esses seus papéis sociais, parecem facilitar a sua

transição para a reforma, desde que delas tenham consciência e lhes atribuam uma conotação positiva.

3.3.2 Relações familiares e contexto socioeconómico dos entrevistados

Dois dos entrevistados, Renato e Dora, aquando a cessação do vínculo profissional, optaram por mudar a residência para a casa de férias da família, na busca de uma melhor qualidade de vida por parte de Renato e, para regressar ao país de origem por vontade do marido, por parte de Dora que se encontrava emigrada na Alemanha.

A separação dos filhos, resultante da mudança de alojamento aquando a reforma, provoca ainda mais insegurança relativamente ao processo de envelhecimento, principalmente no que diz respeito às perdas em saúde. Dora tem os filhos e os netos a viver na Alemanha e receia pelo facto de não ter ninguém por perto quando deixar de ser autónoma.

Quando não puder eu vou ter que pedir ajuda, porque eu não tenho aqui ninguém e vamos ver o que é que eu vou fazer(...)

Dora

Bruno, apesar de não ter mudado de residência, considera que a casa que construiu ao longo da sua vida, fruto do seu investimento profissional para melhorar as condições de vida da família, quando conciliava a atividade profissional de professor com a atividade profissional de empregado de mesa, é agora demasiado grande apenas para o casal, após a saída e autonomização das filhas.

Trabalhei durante onze anos como empregado de mesa num restaurante em Carvoeiro, é complicado, ou seja, na altura em que eu estava a fazer a casa (...) às sete da manhã, passava por ali arrumava o ferro () ia para Silves, vinha, à tarde ia trabalhar para o restaurante até à uma, duas da manhã, às sete ia para Silves (...) pois tenho uma casa relativamente grande enorme já para mim e para a minha mulher, quando tinha raparigas em casa, tudo bem, agora já não estão (...)

Bruno

Telma, apresenta igualmente uma (re)construção da família após a reforma, desde há três anos atrás que vive sozinha, inicialmente viveu com a mãe. Assumiu o papel de cuidadora da mãe que não podia ficar sozinha devido a perturbações no comportamento, o que a impeliu a um certo isolamento social forçado durante os primeiros anos da transição para a reforma:

A minha mãe também só saiu de casa há três anos, não é, estive aqui trancada com ela, vivi com ela três anos, mas assim trancada, sem poder sair, só podia sair se alguém fizesse o favor de aqui vir, ficar um bocadinho com ela... (ham)... cinco anos.

Telma

Denota-se ainda no discurso narrativo de Bruno, que a associação da reforma à inatividade e à falta de produtividade, por parte da família, principalmente quando um dos cônjuges ainda se mantém ativo, parece dificultar o processo de transição da vida ativa para a reforma:

A família (ham) que eu não faço nada, percebe, é, pronto, aquele escape 'Não faz nada e eu ando a trabalhar e tal', pronto, não faço, paciência, é assim. Às vezes é um bocadinho desmotivador, é, mas eu também percebo que a reação é normal...(...) É normal que ela sinta... se calhar gostaria de estar em casa, mas ainda bem que não está, isso é uma chatice, não é, mas pronto, percebe, porque, da experiência que tenho de casais amigos que já estão em casa, é uma chatice, é uma chatice a todos os níveis, a todos os níveis.

Bruno

Quando ambos os elementos não se encontram a exercer uma atividade profissional, como é o caso de Renato, cuja esposa se encontra desempregada, aparentemente o relacionamento familiar é mais favorável à criação de novas rotinas em comum:

Eu, sinceramente, tudo o que faço, conto sempre com ela ((a esposa)) embora com interesses diferentes que a ela, se calhar interessa-lhe outras coisas (...)

Renato

Verifica-se assim, que momentos diferentes no termo do ciclo de uma atividade profissional regular por parte de cada um dos elementos do casal, cria relações de *status* dissonantes entre os esposos. Pressupõe-se que as mudanças associadas à transição para a reforma, tornam-se mais fáceis quando existe uma valorização positiva deste período da vida por ambos os elementos do casal e mesmo pelos filhos, principalmente quando estes apoiam as suas decisões relativamente a este processo.

(...) os meus filhos é que me incentivaram mais também para isto 'Ó pai, vais lá para baixo, vocês estão lá em baixo, estão bem, não tem problemas, têm carro, se quiserem vir cá acima vêm e tal'.

Renato

Muito embora a desvinculação familiar esteja de certa forma associada ao processo de envelhecimento, existe uma certa mágoa relativa à separação dos filhos, mesmo que justificada pela sua própria vida familiar e profissional. Isso é tanto mais expresso pelos entrevistados, quando houve ao longo da vida um forte investimento profissional em detrimento da família:

(...) ela cresceu, foi crescendo, foi crescendo, foi crescendo, mas quer dizer, nunca estive com ela... pronto... aquele tempo que os pais necessitam, para acarinhá-la, para apoiar, nunca, nunca porque a minha vida ((profissional)) eram sábados, domingos, dia e noite (...)

Bruno

(...) porque eu na Alemanha trabalhava doze horas por dia. E sábado sempre cinco horas, que era das sete ao meio dia, mas isso foram anos, sempre, tive duas crianças, duas filhas, também andavam na creche, escola (...)

Dora

Parece verificar-se pelo discurso narrativo dos entrevistados, que uma menor valorização do percurso educativo pela família quando oriundos de um contexto socioeconómico mais desfavorecido, capacita-os para um maior investimento na educação e valorização da atividade profissional, procurando dessa forma ultrapassar as situações desfavoráveis do seu contexto familiar de origem.

E gostei de tal ordem que... a certa altura apareceu uma formação para, portanto, formação para o executivo, para Conselhos Executivos e eu fui fazer para Lisboa, que não tinha necessidade disso e que perdi ano e meio da vida a ir para Lisboa aos fins-de-semana e feriados e às vezes era quintas, sextas, sábados, pronto (...) até dois mil, estava a estudar em Lisboa. Por gostar daquilo que estava a fazer e por interesse em progredir, em melhorar.

Bruno

(...) na altura não havia máquinas de lavar, era a mais velhinha, a minha mãe trabalhava, tinha que lavar ao tanque, estava a lavar ao tanque e as mãos a correr sangue e se não lavasse levava porrada (...) quando era pequena, claro que não fui logo para a escola (...) e na altura quando chegou cá é que me pôs na escola. Tinha nove anos. E consegui em três anos fazer a quarta classe. Chamavam-lhe exame da quarta classe. Eu fiz o meu exame tinha treze anos. (...) eu estava sempre com interesse como aquilo fosse meu. Gostei sempre muito daquele trabalho, ainda hoje, se eu voltasse para trás, ia para o mesmo sítio.

Dora

Parece-nos que, pelo contrário, um contexto socioeconómico mais favorecido e valorativo da educação, resulta numa associação mais positiva ao período inicial da reforma, como são os casos de Renato e de Telma, e menos valorativo em relação à atividade profissional que exerciam e com a qual não se sentiam tão satisfeitos.

(...) o percurso, faço a escola primária num colégio particular, depois vou para o Liceu, em Lisboa (...) Isso não é a mediocridade da minha vida porque felizmente nunca me faltou assim nada (...)

Renato

(...) a minha mãe, inicialmente criou os filhos, depois fomos todos para os colégios e colaborava com o meu pai, embora tivéssemos empregados na loja, brancos, brancos porque criados pretos tínhamos, todos nós tínhamos lá lavadeiras, cozinheiros, os criados e tudo isso, a casa era grande, um grande quintal(...) porque de facto eles viviam bem, tiveram muito, vieram também sem nada mas deram formação, instrução, educação aos filhos (...)

Telma

A menor valorização da atividade profissional por parte de dois entrevistados, relaciona-se com circunstâncias familiares. Renato, porque continuou o negócio de família, optando por trabalhar em vez de continuar os estudos na área da arquitetura e Telma, porque seguiu a profissão de professora por desejo da mãe e não tanto por se tratar de uma opção pessoal que a satisfizesse.

Não tenho saudade nenhuma porque deixei quase de ver os filhos lá, porque Sábados e Domingos (...) nós que já não tínhamos férias, há quantos anos? Há quinze anos, esta casa, eu penso que não tinha passado aqui oito dias.

Renato

(...) gostaria de ter sido enfermeira, gostaria de ter sido assistente social, muito mais do que professora, honestamente fui sempre uma professora muito frustrada, nunca tive a certeza se estava no lugar certo (...) mas quando comparava os horários de trabalho, disponibilidade de tempo para a família, as condições de treino e de habituação do desempenho e quando me surgia oportunidade de mudança de profissão eu acabava por desistir e me deixando estar (...) Vim para casa muito contente comemorar que já estava para perto, para breve, portanto, meti a catorze de outubro e reformei-me a trinta e um de dezembro desse ano.

Telma

3.3.3 Trajetória profissional dos inquiridos

No geral, considerando os dados dos questionários e separando homens e mulheres, podemos dizer que a idade da reforma se situa entre 55 e os 69 anos quer para as mulheres (49%), quer para os homens (61%).

A idade de início de atividade profissional situa-se mais significativamente entre os 13 e os 14 anos, quer para homens, quer para as mulheres, do que resultam valores entre os 41 anos e os 56 anos de trabalho, e numa média simples de 49 anos de trabalho, desde o início da atividade profissional até à idade de reforma.

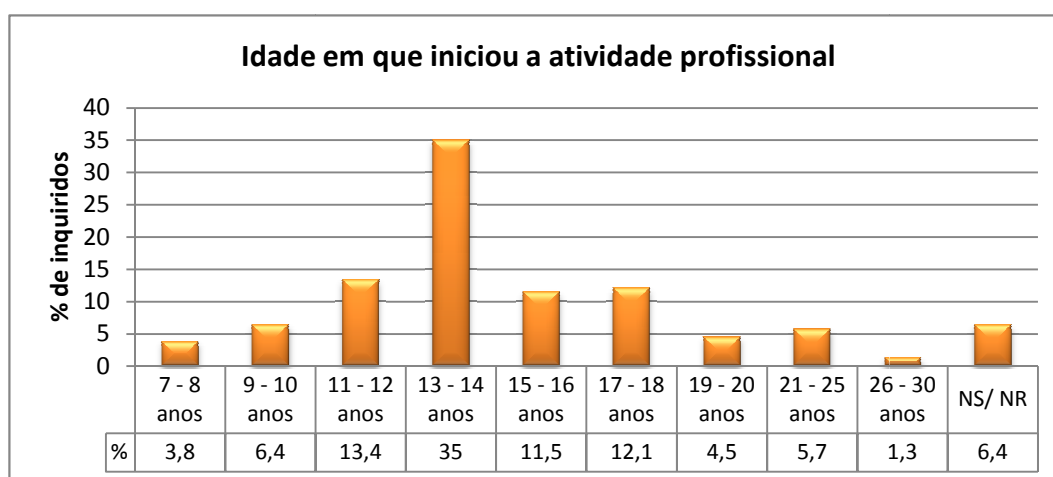


Gráfico 3.6 - Idade de início da atividade profissional

A idade de início da atividade profissional dos inquiridos indica que estes adultos encetaram muito cedo a sua trajetória profissional, ainda antes de atingirem a maioridade, o que se configura com uma maioria com o 1.º ciclo do ensino básico. Pressupõe-se nesse sentido que, apesar de uma longa trajetória profissional, não houve um contexto facilitador e mobilizador de educação e formação ao longo da vida num contexto de aprendizagem formal, informal ou não formal que impulsionasse um aumento da respetiva escolaridade e, eventualmente, um aumento do rendimento auferido pelo trabalho, que permitiria dessa forma, valores mais elevados a nível das respetivas pensões de reforma.

A grande parte dos respondentes ao inquérito por questionário deixou de exercer a última atividade profissional nos intervalos entre os 55-59, 60-64 e os 65-69 anos em cerca de 23% em cada uma destas três faixas etárias, perfazendo 70% as pessoas que se reformaram entre os 55 e os 69 anos de idade.

Verifica-se assim que apesar da idade normalizada da reforma ser aos 65 anos, existe uma percentagem considerável de reformas antecipadas e mesmo um prolongamento da idade de trabalho para além desse marco formal.

A Tabela 3.2 ilustra a idade em que os inquiridos terminaram a sua atividade profissional, não havendo diferenças significativas relativamente ao género no tempo de trabalho. A trajetória profissional por ser um período muito longo na vida do sujeito, contribui assim quer para a construção da própria imagem dos sujeitos, quer para o desenvolvimento das suas interações sociais.

Tabela 3.2 Idade em que deixou de trabalhar versus idade atual

Género		Idade		Total	
		60 - 64	65 - 70		
Masculino	Idade em que deixou de exercer a última atividade profissional	< ou = 40 anos	1	0	1
		40 - 44 anos	0	1	1
		45 - 49 anos	2	0	2
		50 - 54 anos	4	1	5
		55 - 59 anos	13	10	23
		60 - 64 anos	10	7	17
		65 - 69 anos	0	21	21
		NS / NR	2	7	9
		Total	32	47	79
Feminino	Idade em que deixou de exercer a última atividade profissional	< ou = 40 anos	3	1	4
		45 - 49 anos	1	1	2
		50 - 54 anos	3	2	5
		55 - 59 anos	8	5	13
		60 - 64 anos	7	13	20
		65 - 69 anos	0	16	16
		NS / NR	6	12	18
Total	28	50	78		
Total	Idade em que deixou de exercer a última atividade profissional	< ou = 40 anos	4	1	5
		40 - 44 anos	0	1	1
		45 - 49 anos	3	1	4
		50 - 54 anos	7	3	10
		55 - 59 anos	21	15	36
		60 - 64 anos	17	20	37
		65 - 69 anos	0	37	37
NS / NR	8	19	27		
Total	60	97	157		

3.3.4 Significado atribuído à atividade profissional e relações sociais dos entrevistados

A atividade profissional desta geração de adultos mais velhos era iniciada muito cedo, pelo que a existência de percursos mais longos de atividade profissional, poderão desencadear mais satisfação com a transição para a reforma, por estar associada a um tempo de descanso e

de lazer e, a um novo ritmo de vida, diferente do tempo do trabalho, como refletem Telma e Renato.

(...) comecei a trabalhar em setenta, setenta e um, em outubro, já disse que as aulas começavam a dez de, de setembro, mas como só tinha dezassete anos, tive que esperar fazer dezoito para começar a trabalhar (...) “senhor diretor, já fiz dezoito anos” e ele arranjou-me uma escola logo de seguida (...)

Telma

(...) o ar puro, a falta de relógio, a falta de horários, está tudo muito mais calmo. Agora é que, garanto-lhe que o tempo passa a correr. Continuo com esta, às vezes acho que me custava mais a passar o tempo lá do que aqui.

Renato

Os sujeitos que tiveram uma vida profissional que, para além de proveitos económicos, lhes trouxe a possibilidade de construção de uma carreira, demonstram uma valorização pessoal e social da atividade profissional, como reflexo compensatório pelo seu esforço e desempenho. Tal constatação é expressa no discurso narrativo de Bruno e de Dora, quando se referem à atividade profissional que exerceram:

(...) dediquei-me aquilo e foi uma coisa que adorei fazer, durante a minha vida profissional, que passou a ser aquela, e não foi só por me dedicar a ela, gostei daquilo que fiz, senti-me sempre um profissional.... se for dizer excelente (...) considere-me um bom profissional e dedicado à causa, sempre, sempre, sempre, sempre.

Bruno

queria vir montar a firma para o norte, que eu é que punha ela à frente e depois no lugar de estar a dar trabalho aos alemães, chegava cá, fazia a publicidade e eu é que metia os portugueses mas depois eu não quis. É uma responsabilidade muito grande. (...) Não vieram não, então quem fazia o trabalho era eu, não vim e pronto. Porque eu é que estava à frente do serviço, (...), já viu eu estar a vir, ele ficava na Alemanha, não digo que não viesse a Portugal também, e eu é que era a responsável dessa firma. Não era minha, mas era como se fosse minha (...)

Dora

A reforma tem associada a mudança de hábitos e rotinas diferenciadas da vida profissional, o que gera uma mudança de modos de vida e a (re)definição de papéis e relações sociais, diferentes daquelas que estavam associadas ao trabalho. Nem sempre esse período inicial de passagem para um novo ciclo de vida é fácil, como referem Bruno e Dora. Estes

entrevistados associam a este período uma conotação negativa e recordam sentimentos stressantes, por deixarem de exercer a atividade profissional que os satisfazia e que lhes trazia estatuto e reconhecimento social.

(...) perspectivas após a reforma eu não tinha muitas porque como sabe, saí abruptamente e como tal as expectativas, quer dizer, como não foi nada programado, percebe, portanto, não tinha grandes expectativas, ia experimentar uma vida nova (...) foi, uma grande mágoa de ter deixado de exercer a minha atividade (...) Se quer que lhe diga foi muito difícil, se quer que lhe diga, que eu chorei, de noite chorei (...)

Bruno

Não, o meu marido já estava reformado e ele sempre disse, quando tivesse reforma que ele vinha para o país dele, isso já eu contava sempre que ele queria vir, (...) mas eu gostava de vir era com a idade da reforma (...) Foi o maior desgosto que eu tive foi ser reformada e vir para casa, também.

Dora

Bruno identifica-se muito com o seu contexto profissional e valoriza a relação entre os pares que desenvolveu, construindo a partir daqui a sua identidade social. No entanto, como Bruno deixou de trabalhar de forma mais repentina, acabou por não manter essa rede social como estratégia facilitadora do processo de transição, procurando antes uma identificação com as pessoas que também estavam a passar pelo mesmo processo. Parece-nos que a sua identidade social está ligada aos pares, ao sentimento de pertença a um determinado grupo com interesses comuns, quer durante o percurso profissional, quer após a reforma, o que facilita a (re)construção de identidades associadas ao processo de transição para a reforma.

Os colegas da escola, muitas vezes ligavam-me, eu sentia-me emocionado quando me ligavam (...) tentei juntar-me com pessoas que estivessem na minha situação (...) conversávamos, íamos a um lado, íamos a outro, conversávamos sobre isto, o que é que vamos fazer.

Bruno

Telma, apesar de não apresentar um sentimento de identificação plena com a profissão de professora, refere que a sua prática profissional lhe permitiu criar e manter até hoje uma forte rede social, bem como o reconhecimento social na comunidade, o que indicia que a sua trajetória profissional acabou, mesmo assim, por ser um fator positivo na promoção da sua autoestima, o que poderá ter favorecido o seu processo de transição para a reforma.

Tenho uma sorte incrível, é, ter muitos amigos. Ter feito, na vida inteira muita facilidade de relação e tenho muitos e preciosos amigos, dos mais diversos locais, em que, no fundo, no fundo, nunca estou só (...) e ainda hoje nos encontramos e conversamos e nos sentamos aí à sombra da bananeira a contar histórias (...) claro que a profissão influencia sem dúvida nenhuma, nomeadamente a relação com crianças mais jovens, já tenho mais dificuldade com a adolescência, mas tudo bem (...) Mas até isso, veja lá, nem ciganos me roubam, nada, nem pretos, nem brancos, nem amarelos, nem azuis às riscas (...) tinha vindo aí algumas vezes, mesmo já depois de velho e já de andar no gangue, cada vez que chegava aí e dizia “professora, posso dar-lhe um beijinho” só dizia “esta mulher tem muita força”.

Telma

Renato e Telma, apesar de impelidos pelos pais para as atividades profissionais que exerceram ao longo da vida, percebe-se, pelos seus discursos narrativos, que o trabalho lhes trouxe a ambos um sentimento de autoestima, controlo e autonomia favorecendo a sua identidade pessoal e social. Telma salienta a possibilidade de desenvolvimento de projetos comunitários, que veio a dar continuidade logo após a reforma, bem como o favorecimento das relações sociais através do seu contexto profissional.

Mas realmente também não viajei muito mais porque depois, dado a minha vida (...) eu sou metido naquele negócio pelos meus pais, não procurei emprego, não é, não sou realizado assim muito. Embora, de certa maneira até fui uma pessoa com algum sucesso. (...) mantive e aumentei ((o negócio)). Mantive e aumentei bastante (...)

Renato

(...) onde eu entro, as coisas que eu faço, dedico-me de alma e coração e acho que rentabilizo, acho que rentabilizo. E pela experiência que tive (ham) acho que, aquilo que fiz, fiz bem, fiz com amor, com garra, nunca () sempre com a consciência tranquila que fiz aquilo que tinha que fazer (...) tínhamos uma ótima equipa no apoio educativo, (...) Tínhamos aqui uma ótima equipa de educação especial. Tinham os processos híper organizados (...).

Telma

Bruno conseguiu conciliar a sua atividade profissional com o sentimento de pertença ao concelho de Lagoa, denotando uma forte identificação com o local de onde é natural, pelo que se preocupou em criar projetos com os quais se identificava pessoal e socialmente, através da edição de vários livros refletindo a história do concelho.

(...) pronto, agora vou fazer alguma coisa que seja válida para a terra e ao mesmo tempo os alunos sintam algum prazer nisto (...) fiz um a recolha sobre os moinhos de

vento e de maré do concelho de Lagoa (...) aquilo funcionava um bocadinho como roteiro turístico, ou seja, tinha a descrição da história dos moinhos de vento e de maré em português e tinha em inglês. (...) depois fiz, ah, ainda no grupo de fotografia e vídeo foi editado o livro, foi o primeiro “Concelho de Lagoa através dos Tempos” uma recolha de, uma coletânea de fotografias, do mais antigo ia aparecendo, à medida que no clube íamos arranjando fotografias, portanto, achei que era altura de fazermos um livro, alguém apoiou, editou-se esse livro (...) (...) sozinho editei o “Concelho de Lagoa Através do Tempos” volume dois, isso já fui eu sozinho, também, já com outro material. Depois, mais tarde editei “ O Concelho de Lagoa, as vindimas e o vinho”, isso foi tudo meu, também...

Bruno

Essa sua identificação com o local de origem, fomentada durante a sua atividade profissional, parece facilitar o processo de transição para a reforma, continuando a envolver-se em projetos comunitários dessa natureza, colaborando com as autarquias locais e ainda como professor da Universidade Sénior.

(...) noutro lado, na Universidade Sénior, o ano passado, fizemos, editamos três obrinhas pequeninas, mas cheias de simbolismo (ham) (...) Começamos a recolher materiais na área da olaria, não sei se sabe (ham) Lagoa foi uma terra de oleiros, havia muitas, muitas olarias (...) foi “Lagoa, nossa identidade” um trabalho sobre vivências nos anos quarenta, cinquenta e sessenta. (...) foi a comemoração dos duzentos e oitenta e nove anos de elevação a concelho, que eu comemorei com uma série de trabalhos de uma exposição da Vindima e o Vinho (...) reunimos algumas vezes no Convento de São José a trabalhar sobre essa temática. Se disser que isso é enriquecedor, é.

Bruno

Verifica-se também que os entrevistados procuram encontrar novos interesses, fomentando relações sociais noutros contextos, capacitando-se gradualmente para reencontrar espaços de convívio e de lazer para ocupação do tempo livre, do tempo do não-trabalho. Pressupõe-se desta forma, que ao longo da sua trajetória de vida após a reforma, se processe a (re)construção de identidades em função dos novos modos de vida, associados a este novo ciclo de vida.

(...) se eu não tivesse as atividades, que tenho ((ginástica, computador e cavaquinho)) eu era vira o disco e toca o mesmo, eu era limpa esta, depois vou limpar aquela (...), segunda-feira para aqui, para a semana... quer dizer, andava nesta... eu andava porque eu sempre gostei de limpar e então, o que é que estou fazendo aqui?

Dora

(...) sonhamos e conseguimos implementar ao longo de um ano um projeto ali de prolongamento de horário, para os meninos do primeiro e segundo ano, que tinha a ver com crianças a brincar (...)

Telma

Os entrevistados consideram que o suporte social é essencial após a reforma, se comparado com a vida profissional. Percebe-se nos seus discursos narrativos que a manutenção de relações sociais e de interações sociais satisfatórias, é de facto importante para facilitar este processo de adaptação a um novo ciclo de vida após a reforma.

Enquanto trabalhei, uma pessoa sempre chega e conta uma história, da colega, do amigo, de alguém que encontrou na rua, agora, trancada aqui, de facto era terrível (...)

Telma

(...) neste momento formamos um núcleo, claro que no sábado não dei lá um salto, aquilo normalmente é aos sábados e às quartas-feiras, um núcleo bastante grande de pessoas que já estão na minha situação e que, volvidos quarenta anos, voltaram-se a encontrar agora novamente, percebe, é interessante. Do que é que nos recordamos, recordamo-nos dos bailaricos que haviam aqui na Sociedade Artística Lagoense, no Sporting Clube Lagoense, porquê, porque são rapazes e raparigas, hoje homens e mulheres, já na mesma faixa etária, na mesma situação, quase todos no outro sábado que lá estivemos (...)

Bruno

Renato e Telma, que não se identificavam pessoalmente com a atividade profissional que exerceram ao longo da vida, apresentam nos relatos de vida um período inicial de transição para a reforma mais satisfatório e libertador, no entanto, também eles tiveram de reorganizar as suas rotinas quotidianas, as suas relações sociais e o seu modo de vida face às circunstâncias.

A minha vida é feita aqui, vou ao pão, venho e gosto é de estar aqui, estar sossegado, gosto, são os amigos que vêm, gostam de me gabar aqui a hortinha.

Renato

Tenho que ir buscar um à creche, tratar do outro, visitar a mãe e depois ficar à espera que a filha chegue do trabalho, tanto pode ser às oito, como às nove, como às dez, às onze, dependendo se tem ou não tem reuniões (ham) nunca sei a que horas chego a casa (...) a minha filha ainda continua a precisar de mim, já tenho mais um neto (...)

Telma

Os entrevistados espelham no seu discurso que, associado à reforma, está a manutenção ou a assunção de novas relações sociais, o desenvolvimento de novos papéis sociais quer a nível da comunidade, quer na família, pressupondo-se das suas narrativas a (re)definição da sua identidade pessoal e social, face às circunstâncias sociais e culturais das suas vivências quotidianas diferenciadas.

A trajetória profissional dos inquiridos é notoriamente longa, o que marca efetivamente a identidade pessoal e social dos sujeitos, representando a reforma, como afirma Fonseca (2012), um corte a diversos níveis se comparado ao tempo de trabalho, quer seja do ponto de vista social, como relacional, psicológico ou económico, relativamente a todo um extenso período, sobre o qual organizaram a sua vida na condição de trabalhadores.

3.3.5 Preparação para a reforma

A maioria dos inquiridos (70,7%), não pediu aconselhamento com a família na fase de preparação para a reforma, nem esse foi concedido por parte da entidade empregadora (82,2%). A maioria também não se aconselhou com amigos e/ou colegas de trabalho na preparação para a reforma (79,6%), não consultou profissionais da saúde ou da área social do setor privado (87,3%), nem consultou quaisquer Instituições na fase de preparação para a reforma (91,1%). A consulta de profissionais da saúde ou área social do setor público por parte dos respondentes, é 40,8% para quem o fez, contudo uma maioria (56,1%) não o fez. Possivelmente a consulta a profissionais de saúde justifica-se pela origem dos rendimentos, sendo que 14% dos inquiridos usufrui de pensão de invalidez, pelo que normalmente esse processo é encetado em colaboração com o médico de família do Serviço Nacional de Saúde. Estes resultados indiciam que a preparação para a reforma, não é, ainda, uma prática instituída.

Pressupõe-se que não existe uma efetiva preparação prévia para a reforma, não existindo partilha com família, no sentido de facilitar as mudanças de modos de vida associadas, nem se vislumbra um suporte efetivo por parte da entidade empregadora, de entidades públicas ou outras organizações da sociedade civil.

Um outro resultado refere-se à não redução do tempo de trabalho para a preparação da reforma (89,2%) por parte dos inquiridos e, dos que responderam (5,7%), disseram que esse tempo existiu, entre 1 e 4 anos antes da reforma para 5,1% dos inquiridos e 6 anos para um inquirido.

A maioria refere que na fase de preparação para a reforma não recebeu apoio de instituições públicas (84,1%, 132 pessoas), sendo que para a maioria (59,95%, 94 pessoas) refere que os apoios das instituições públicas não são suficientes na preparação para a reforma.

Das 16 respostas à questão quais as Instituições públicas nas quais obtiveram apoio na preparação para a reforma, os inquiridos referem apenas a Segurança Social. No entanto, este apoio é um procedimento habitual desta entidade ao nível processual, por se tratar da Instituição que trata da documentação administrativa para o efeito, pressupondo-se ser esse o tipo de apoio a que os inquiridos se referem nesta questão.

Relativamente aos outros apoios que podiam ser disponibilizados pelo Estado, as propostas oferecidas são díspares, assumindo o apoio social e psicológico 50%, o apoio na saúde 17,97% dos respondentes.

Percebe-se nestes dados que o tipo de apoio referido pelos inquiridos é meramente administrativo por parte das entidades empregadoras e outras entidades públicas, não sendo facilitador de uma reflexão sobre as mudanças inerentes por parte dos próprios sujeitos, envolvendo a própria família, que favoreça uma mediação profissional e social sobre este novo ciclo de vida e respetivas condicionantes de ordem económica, social de saúde e mesmo psicológicas.

A maioria dos nossos inquiridos não se preparou para a reforma (56,7%), apresentando razões variadas (apenas 43,8% responderam). Para alguns tratou-se de uma situação repentina (10,8%), especificando outros que essa passagem esteve associada a motivos de saúde (9,8%).

Os entrevistados apresentam igualmente a tendência indiciada pelos questionários, uma vez que não se encontravam preparados para a reforma e fizeram-no ou por desemprego ou por circunstâncias familiares ou económicas.

A principal razão da não preparação prévia da reforma, por parte dos entrevistados, deve-se eventualmente às alterações legislativas fruto da atual conjuntura política e histórica de crise económica, impelindo-os para a reforma antecipada, mesmo que ainda se sentissem capazes para permanecerem ativos. No entanto, caso não optassem pela reforma, perderiam financeiramente e/ou seriam obrigados a trabalhar mais tempo do que o expectável.

(...) sou quase impelido, primeiro porque a reforma antigamente era aos sessenta anos e estes indivíduos mudam as regras do jogo a belo prazer (...) A empresa em que eu estava ia fechar, não há quem compre, não há dinheiro(...) Eu tinha as coisas programadas para trabalhar até aos sessenta e cinco.

Renato

(...) para conseguir manter o estatuto de vida que tive até aqui, tive que me vir embora (...) porque estava a perder muito mais dinheiro, então tive... (...) fui obrigado a me vir embora (...)

Bruno

Verifica-se que a principal razão dos entrevistados para a não preparação da reforma, para além do facto de ser inesperada, é estar associada ao contexto histórico e cultural e às circunstâncias políticas, nomeadamente o receio de perda de regalias sociais.

As questões associadas à família, seja para assumir o papel de cuidador ou para apoiar o marido que se reforma primeiramente, surgem igualmente nas razões identificadas, assumindo nitidamente um cariz de género, sendo essa a razão essencial da reforma por parte das duas entrevistadas mulheres.

(...) emocionalmente já estava muito dividida entre a escola e ver a família em casa a precisar de assistência. (...)

Telma

Não, o meu marido já estava reformado e ele sempre disse, quando tivesse reforma que ele vinha para o país dele, isso já eu contava sempre que ele queria vir, agora eu que gostava, eu gostar, gostar, não gostava, mas eu gostava de vir era com a idade da reforma (...)

Dora

Parece-nos que a reforma é impulsionada mais por fatores externos e, não tanto, fruto de uma decisão individual que favoreça uma reflexão atempada e partilhada no seio da família. Essa preparação e reflexão prévia, seria eventualmente facilitadora de uma maior procura e, eventualmente, impulso a uma maior oferta de ajuda externa para este novo ciclo de vida. Bruno salienta o facto de se ter reformado ainda muito cedo e indicia no seu discurso a possibilidade de um apoio externo neste processo de transição.

Se tivesse preparado para a reforma... pois... muito sinceramente, não sei o que é que faria, eu possivelmente se tivesse tido uma preparação antes, se calhar tinha perspetivado alguma coisa, percebe? (...) isto é uma situação que muita gente não, não estudou, não fez a previsão ao que iria acontecer, este fenómeno, nomeadamente as pessoas que se aposentaram com minha faixa etária(...)

Bruno

A preparação para a reforma poderia eventualmente antecipar eventuais constrangimentos económicos, sociais e de saúde que lhe estão associados. No entanto os sujeitos, apesar de não planificarem a reforma, têm consciência desses constrangimentos, como se verifica nos seus discursos narrativos.

(...) isto aqui é uma miséria o que me dão aqui, mas pronto a miséria que me dão, tou como o outro, pago o telefone, tv cabo, luz e água, né, já é dinheiro que não via, é, mas agora pronto, imagine, se fosse para comer e para tudo, como a vida está, onde é que dava, como muitos, eu sei de pessoas coitados, isto não dá (...)

Dora

(...) ouve-se um bocadinho esse tipo de comentário, ouve-se, ouve-se, “Ah, tem uma boa reforma” não sabem quanto é que é a minha reforma, mas pronto, mas calculam...

Bruno

(...) estou, estou bem, neste momento estou bem, agora, isto o estar bem é um estado momentâneo, não é, é como ter dores e já não ter dores, pronto, a gente tem saúde, está muito bem agora, mas amanhã tem uma dor no braço, uma dor na perna, é tudo muito relativo.

Renato

Denota-se no discurso dos entrevistados que a questão económica é de facto preponderante. Com a passagem à reforma, os rendimentos já não dependem do trabalho e os entrevistados deixam de ter controlo sobre os mesmos. Esta dependência económica dificulta uma identidade pessoal autónoma e propicia uma conotação negativa a este período da vida.

(...) mas como já lhe disse, no questionário, fui obrigado a me vir embora, porque eu não tenho outros rendimentos que não sejam fruto do meu trabalho e como tal, pensei que, para conseguir manter o estatuto de vida que tive até aqui, tive que me vir embora, porque, se não tivesse saído, eu neste momento, pois, para lá caminho, se calhar, para lá caminho, não auferia aquilo que estou a auferir, porque estava a perder muito mais dinheiro, então tive...

Bruno

Verifica-se assim que a reforma surge como algo inesperado, mais cedo do que pretendido, possivelmente associado a fatores ligados à conjuntura económica de crise, ao desemprego ou ao encerramento de empresas, que favorece a negociação entre a entidade empregadora e os trabalhadores para uma reforma antecipada. Os inquiridos referem como apoio da

entidade empregadora o acordo para cessar a atividade profissional antecipadamente e reformar-se. Os entrevistados também o apontam no seu discurso e referem-se ao desemprego, como antecedendo a reforma.

(...) a situação se pôs, da minha mulher, com sessenta anos, quais são as perspetivas de emprego? É que não tem perspetivas de emprego, aos quarenta já não tem, quanto mais aos sessenta, quem é que vai empregar uma pessoa de sessenta anos (...)

Renato

Mandaram-no embora mas tudo, eles mandaram-no para casa aos cinquenta e quatro e deram-lhe o ordenado por inteiro junto com o fundo de desemprego até aos sessenta e depois deram-lhe a reforma antecipada.

Dora

Esta saída do mercado de trabalho pelos entrevistados, prende-se quer com razões relativas ao contexto económico e histórico, quer com questões de saúde e de suporte social a familiares, quer seja no papel de cuidador de alguém mais velho em situação de dependência, quer para cuidar dos netos.

(...) a minha ansiedade de reforma, na altura, já era avó, já me tinha nascido a minha primeira neta e a minha filha estava realmente com muitas dificuldades de trabalho, para, (ham) para conciliar o trabalho e a educação da filha, para além de que eu tinha a minha mãe a fazer oitenta (...)

Telma

No entanto Telma e Renato, são dois entrevistados que apresentam no seu discurso alguns indícios de preparação prévia deste novo ciclo de vida e, como tal, percebe-se que o período inicial da sua transição para a reforma foi, de alguma forma, satisfatório. Telma antecipou a ocupação do tempo disponível, planeando a participação em diversas atividades comunitárias e, Renato preparou a mudança de habitação.

(...) quando me reformei um dos sonhos era com um contador de histórias, o M₁, é um espetáculo como contador de histórias e animador sociocultural e socioeducativo. O nosso sonho era montar aqui em Lagoa uma escola da criatividade (...)

Telma

Desta forma a reforma não é, algumas vezes, uma opção voluntária, mas antes uma saída precoce da atividade profissional, provocada por múltiplos fatores externos que escapam

ao controlo das pessoas. Mas os dados mostram que, no entanto, os sujeitos buscam estratégias e respostas dentro de si e no meio envolvente, que possam facilitar o processo de transição.

Se tivesse sido alguma coisa preparada antes, eventualmente teria expetativas, vou tentar fazer isto, isto e aquilo, mas não, como saí abruptamente, as expetativas, depois, quando confrontado com a situação tive que imaginar, arranjar estratégias de modo a me sentir menos mal (...)

Bruno

3.4 Envelhecimento e Reforma

Os adultos mais velhos no período entre os 60 e os 70 anos não se consideram velhos, como se constata nas entrevistas realizadas. Estas pessoas sentem-se ainda ativas e com vontade de continuar a empreender atividades do seu interesse. Os entrevistados sentem-se capazes de participar na comunidade e desenvolver projetos, com maior serenidade e com outro controlo sobre o tempo associado ao processo de transição para a reforma.

(...) não quero pensar na velhice ainda porque acho que ainda tenho muito tempo à minha frente, acho que ainda posso ser útil, acho que a minha mente está boa, ainda sou capaz de fazer muita coisa, não quero pensar nisso (...)

Bruno

(...) ganhamos outra, tempo, temos todo o tempo do mundo, disponibilidade para ser quem somos, e acima de tudo a serenidade que nos pode e a tolerância que nos pode influenciar na sabedoria. Que é aquela serenidade de sentir o outro por aquilo que ele é e não por aquilo que eu gostaria que ele fosse, ou que eu sonhava que ele deveria ser, não é fácil, mas chegando lá até é muito agradável porque observar a vida na sua plenitude é sempre muito bom (...)

Telma

Considerando que a reforma está associada ao processo de envelhecimento, Renato verbaliza mesmo que não se sente "reformado", porque também não se sente "velho", procurando distanciar-se da discriminação paternalista que está inerente ao processo de transição para a reforma e consequente envelhecimento.

(...) e estou bastante contente por a ter tomado, mas sinceramente não me sinto, eu não me sinto reformado, pronto, não é bem aquele sentido da reforma, velhote, coitado, já está reformado, não, não me sinto nada, sinto-me bem, completamente bem.

Renato

As narrativas dos sujeitos mostram uma representação mais positiva da sua própria velhice, quando comparada com a dos outros. O termo "velho" aparece relacionado com os outros e não como uma identificação pessoal.

Eu não me considero idosa, hoje ainda não me considero, amanhã não sei. Podem-me chamar velha, podem-me chamar o que quiserem mas dentro de mim eu não me sinto uma mulher idosa.(...) eu não me sinto aquela velha, aquela velha, pronto, mas ainda lá vou chegar.

Dora

Os entrevistados associam a velhice à dependência e ao isolamento, ao desistir de viver e à institucionalização.

Aquela velha é aquelas pessoas que são mesmo velhas, vestem-se à velhas e depois não querem sair de casa e metem-se ali enroladas numa manta a verem televisão e ali muito coiso e depois e para trás e para a frente e não querem saber de nada, não querem saber da casa, não querem saber da vida, não querem saber de nada (...) pessoas muito velhas que não querem saber (...)

Dora

Atribuem às respostas sociais normalizadas uma conotação negativa e receiam ter de ser eles próprios institucionalizados. Consideram que os filhos não terão condições económicas ou sociais para assumir, como eles agora o fazem, o papel de cuidadores dos ascendentes.

Oxalá que eu nunca dependa de ninguém, porque há pessoas que terminam a sua vida, pronto, sem depender de ninguém (...) eu tenho uma imagem de ter uma velhice, mas com dignidade, ativa, a mexer-me, sendo útil, valorizando isto ou aquilo (...)

Bruno

Telma e Dora referem que os velhos deveriam ser valorizados e não o são, perdendo-se o contacto intergeracional, a valorização do saber e da sua experiência de vida. Percebe-se no discurso das entrevistadas que, eventualmente, a partilha com os outros da experiência adquirida ao longo do seu curso de vida, facilitaria uma conotação positiva e mesmo facilitadora do seu próprio processo de envelhecimento.

(...) acho que as coisas se vão perdendo (ham) os mais velhos vão indo embora, a informação perde-se e aos mais novos não se transmite as suas origens, percebe, e eu

acho que nós devemos conhecer as nossas origens, acho eu, não é, mas isto, vale aquilo que vale, é a minha opinião.

Telma

(...) porque as pessoas não ouvem as pessoas com a nossa idade, porque nós somos antigas, somos velhas, a gente já não sabe o que diz, a gente já não sabe o que diz. Elas não escutam porque elas é que sabem o que dizem e às vezes não aceitam um conselho e eu já lhe tinha dado este conselho(...) mas eu vejo muitos erros, muitos erros, mas porque a gente não é por ser inteligente, é que a gente tem muitos anos de vida e a gente tem(...)

Dora

Telma refere a falta de cuidados adequados às pessoas institucionalizadas, indicando a necessidade de se promover o desenvolvimento de atividades de animação e promover atos de carinho e atenção para com estes adultos mais velhos e não apenas a prestação de cuidados básicos. Esta perceção negativa das respostas sociais normalizadas associadas ao envelhecimento, não facilita o processo de transição para a reforma, favorecendo o *idadismo* e a conotação negativa a este novo ciclo de vida.

O que é que eu acho triste naquele espaço, a falta de toque. São dinâmicas de socialização, como aquelas que eu referi para as crianças, de prolongamento de horário que deveriam ter outras atividades que lhes permitissem relaxar, crescer enquanto pessoas e que não tiver que ser aquela castração do ler, escrever e contar, para os velhotes, era a mesma coisa, tenho muita pena que, por muitos bons que sejam os lares, a maioria estão ali os desgraçados a olhar para a televisão, que já não podem com a televisão e que não haja mais esta vontade do tal chá, do tal biscoito, da interação entre eles porque eles precisam de ser reeducados a conviver, porque se tornam mais centrados neles próprios, voltam a ser egoístas.

Telma

Os entrevistados verbalizam mesmo preferir não chegar a uma idade mais tardia para evitar ficar dependentes de outros. A autodeterminação e a autonomia são fulcrais, inclusive para a construção da identidade pessoal e social destas pessoas durante o processo de envelhecimento associado à reforma.

(...) chegar tar numa cama sem puder fazer as minhas coisas e mexer e dar uma volta às coisas e me acontecer isso (...) que Deus se tiver que me levar que me leve de repente, mas não me deixe tar aqui ninguém, que eu não gosto que ninguém mexa nas minhas coisas (...)

Dora

(...) a velhice, também é preciso realmente ter alguma apetência ou aptidão para ser capaz de estar porque realmente há uma degeneração e aquilo que nós pensamos que são pessoas, elas são, mas estão diferentes e já não são as pessoas que eu conheci a vida inteira (...)

Telma

(...) e era um homem ativo, era pescador, tive a falar com ele no outro dia e “então, já viste e tal, agora estou aqui” “Então e está bem?” “Estou bem, mas já viste, não vou ver o mar”. Coitado do homem, não há muito tempo, semanas, ele saía de casa para ver o mar, e tal, depois falavam, ali em Carvoeiro as pessoas juntam-se muito ali ao pé do mar, nos banquinhos, a conversa roda sempre à volta do mar “ E pá, nunca mais fui ver o mar, não sei quê, não sei que mais” Isso deve ser preocupante, percebe...

Bruno

A perda de autonomia associada ao processo de envelhecimento, está inevitavelmente ligada aos ganhos de anos de vida pelo desenvolvimento da ciência e da melhoria das condições de vida, remetendo para uma imagem negativa da designação de "velho" e de "idoso".

(...) não quero pensar nisso porque..., mas estou consciente que, não sei se a vida me permite que chegue /além/, mas estou consciente que possivelmente... A única coisa que quero, não quero depender de alguém, mas pronto, mas se tiver que ser, é assim, e eu sabe que as minhas idas diárias quase ao Lar levam-me também a refletir nisto, levam-me a ver as pessoas, que eu falo com um, falo com outro, penso que, e pá, se calhar amanhã estou eu aqui (...)

Bruno

(...) não conheço assim mais tantos velhos, a não ser aqueles que estão lá com a minha mãe e que vou cumprimentando, ora uma, ora outra, está como a minha mãe, volta na volta (...) é que chegamos a esta fase da vida da minha mãe, não sei se lá chegarei, voltamos a ser crianças e precisamos é esse outro aconchego (...).

Telma

3.4.1 Circunstâncias políticas

Todos os entrevistados são unânimes em considerar uma injustiça social a responsabilização individual das pessoas pela situação de crise que atravessa atualmente o país, bem como o facto das pessoas mais velhas já não conseguirem tão facilmente alterar o curso da vida e procurar encontrar alternativas para manter o seu contexto socioeconómico.

(...) com a democratização de Portugal no pós vinte e cinco de abril, com os direitos que os trabalhadores foram adquirindo ao longo dos tempos (ham) com as diuturnidades, com a minha equiparação a uma carreira única da carreira técnica superior, com um salário médio razoável, perspectivava sim, uma qualidade de vida que, nesta fase me está a ser retirada.

Telma

(...) eu admitia, sinceramente, estamos em crise, pá, estamos numa situação quase de emergência, pronto, quem está, por exemplo com mais de metade do compromisso assumido e portanto já descontou, fez todos estes descontos, as regras permanecem as mesmas, não é, quem entra agora as regras são estas e são para cumprir, porque se eu não tivesse cumprido... eu não podia dizer, olhe, estive a reunir lá em casa e a partir de agora eu é que digo como é que é, não é, não podia fazer, mas eles podem, eles podem fazer tudo (...)

Renato

O contexto histórico e cultural atual gera desconforto e insegurança nos adultos mais velhos. Referem que já não é certo aquilo que outrora projetaram para o final da sua atividade profissional, o que poderá tornar mais difícil este processo de transição e criará maiores constrangimentos a um envelhecimento bem-sucedido.

Fico alarmada como é que este novo governo faz isto, quer dizer, não dá nenhum valor à evolução societária, económica, social (ham) que este povo conseguiu fazer nestes últimos trinta anos e destrói assim tudo do nada, sem nenhum horizonte à frente quer dizer, ainda pior, é destruir pelo prazer de destruir, não vejo nenhuma se me disser, vou aplicar esta medida porque no futuro tenho esta hipótese, mas não tenho hipótese nenhuma de futuro neste momento, pelo menos verbalizado por eles, lá a intenção com que estão, não sei. (...)

Telma

(...) porque eu não gosto assim muito de falar em política mas eu estou muito revoltada, estou, eu depois votar já não voto (...) eu também já tenho esta idade, não sei os anos que vivo, mas isto é mal para os mais pequenos, isto vai estar mal, cada vez está pior, então onde é que se admite uma coisa destas que eles estão a fazer (...)

Dora

Os entrevistados consideram que o atual contexto de crise económica é fator de favorecimento da pobreza e da emigração dos jovens, bem como de uma degradação da sua própria qualidade de vida. Aparentemente gera um grande descontentamento, condicionando negati-

vamente o futuro da sociedade com a perda de mão-de-obra qualificada e de saber para o exterior, em vez de favorecer o próprio país e o seu desenvolvimento, com a valorização da natalidade e do apoio à família, perante o atual envelhecimento da população.

Numa Europa a envelhecer, num Portugal que já não tem população portuguesa quase nenhuma, eu não sei o que esperam desta juventude sem filhos (...) (ham) com as diuturnidades, com a minha equiparação a uma carreira única da carreira técnica superior, com um salário médio razoável, perspectivava sim, uma qualidade de vida que, nesta fase me está a ser retirada.

Telma

3.4.2 Significado da reforma

Os sujeitos consideram que a atribuição de significados à reforma é um processo em construção, em que o conceito de tempo muda. Quando menos se espera, toma-se consciência que terminou a vida ativa e terá de se recriar modos de vida e de estar quotidianos, valorizando mais o ócio do que o trabalho. As pessoas questionam-se como o irão fazer, principalmente quando ainda estão fortemente identificados com uma atividade profissional de cariz produtivo, procurando obter ganhos que compensem as perdas que lhe estão associadas.

Gostava de fazer a tal vida como eu lhe tinha dito. Ir aos meus concertos. Em solteiro íamos à Gulbenkian, depois dado ao tipo de vida que a gente, nós próprios, acabei por abdicar de quase isso tudo e agora gostava de retomar um bocado. (...) Só que eu ainda não estabilizei devidamente, o facto da minha mãe prende-nos um bocado.

Renato

Nem todos projetaram a reforma como a vivem, por condicionantes familiares, económicas, sociais ou de saúde, mas sentem-se cidadãos úteis à sociedade, usufruindo da serenidade e tranquilidade associada à experiência de vida e procurando recuperar interesses e encontrar atividades que os satisfaçam.

(...) nunca me passou pela cabeça que a reforma fosse para estar quieto (...) aquilo que eu gostava mesmo era de andar aí e nessas organizações internacionais a viajar pelo mundo, onde houvesse catástrofe eu gostava de estar (ham) (...)

Telma

(...) chega uma altura que nós queremos um bocadinho de descanso, agora, podemos ser uteis, sim, podemos ser uteis e de facto, se me convidassem para algo que eu

pudesse colaborar, que podia ser útil, sei lá, nos conhecimentos que eu possa transmitir ou receber, tudo bem, agora (...)

Bruno

Renato refere mesmo algumas deficiências na oferta cultural, como a escassez de cinemas e a falta de acesso a informação sobre atividades locais e não apenas as que se realizam na capital do país em Lisboa. Apesar de ser natural e ter vivido em Lisboa, não usufruiu dessa oferta cultural porque o tempo do trabalho e da família não o permitiram, pelo que atribui uma significação positiva ao tempo da reforma, como sendo o tempo do lazer e da recuperação dos interesses que tinha.

(...) sinto falta de cinema, porque fecharam os cinemas todos (ham) e agora que teria tempo, isso sinto um bocado falta de concertos, gostava de assistir a concertos aqui na zona e vou ver ali a Visão que por exemplo trás o programa todo de concertos e não sei o quê, Lisboa, Lisboa, Lisboa, agora é que eu me apercebo que Lisboa, afinal, ali é que havia de tudo, não é?

Renato

Renato refere ainda o facto de ter a mãe dependente como um constrangimento associado à reforma, afirma não pretender recorrer ao Lar por lhe associar uma conotação negativa. Relativamente ao serviço de apoio domiciliário, refere que os horários são demasiados rígidos, o que o obrigaria a uma quebra total da sua autonomia e, a uma perda de controlo sobre a sua própria rotina quotidiana.

(...) o vir cá para baixo com ela era mais uma solução, porque assim também já tínhamos disponibilidade de tratar dela, havia a hipótese também de a por num lar, não é, fugimos sempre um bocado a essa solução, uma questão, também, não temos grande confiança nos lares (...)

Renato

Telma refere mesmo que o suporte social que presta à família é essencial, mas frustrou de alguma forma a sua planificação prévia da reforma de cariz voluntário e, condicionou o tempo da reforma, atribuindo-lhe uma significação negativa, apesar de ter projetado diversas atividades para este período da sua vida, que acabaram por não se concretizar.

Se não tivesse netos e se não tivesse aquela parte da família que eu assumo e realmente me castrou muito mais do que qualquer outra coisa (...) mas o estar aqui presa, a

minha mãe ainda estar viva e são os netos para criar e de facto isso deixa-me assim, a não pensar, não me quero frustrar, portanto não penso em nada (...)

Telma

Das narrativas dos entrevistados, percebe-se a necessidade de criação de respostas sociais adequadas à realidade destes adultos mais velhos que assumem o papel de cuidadores. São identificadas ainda respostas de cariz educativo ou ocupacional, que venham de encontro aos seus interesses e atenuem os constrangimentos associados ao processo de transição para a reforma e sejam facilitadoras de um envelhecimento bem-sucedido.

Renato refere interesse na continuidade da sua escolaridade com a eventual frequência do ensino superior, um projeto adiado desde a juventude devido à sua trajetória profissional e condicionantes familiares.

(...) estava com vontade de ir bater à Universidade do Algarve para ver o que é que há para seniores.

Renato

A significação também é positiva, quando se menciona a reforma como um período de tranquilidade, como o expressam Renato, Telma e também Bruno. Decorrido que está algum tempo após o início da reforma, apesar de Bruno indiciar um período inicial na transição para a reforma mais difícil, atualmente apresenta uma significação mais positiva deste período da vida.

(...) chega uma altura que nós queremos um bocadinho de descanso, agora, podemos ser uteis, sim, podemos ser uteis e de facto, se me convidassem para algo que eu pudesse colaborar, que podia ser útil, sei lá, nos conhecimentos que eu possa transmitir ou receber, tudo bem, agora (...)

Bruno

A significação da reforma não é tão positiva, quando os entrevistados indicam constrangimentos associados à obrigação de prestação de suporte social quer a ascendentes, como a descendentes, trata-se de um papel preponderante nas suas narrativas, quer por parte de Renato em relação à mãe, quer por parte de Teresa em relação à mãe, filha e netos, quer ainda por parte de Dora, em relação ao marido.

(...) eu amanhã também queria ir às caminhadas do luar, começam, já começou, mas eu não pude, foi naquele dia que tive de ir buscar o meu marido ao IPO (...)

Dora

Assim, infere-se do discurso dos entrevistados, que estes adultos mais velhos atribuem uma significação positiva à reforma no que concerne ao tempo do não-trabalho, às oportunidades de realização de atividades que outrora não foram possíveis devido à rotina exigente da trajetória profissional e condições familiares, uma vez que o objetivo principal se prendia com a obtenção de rendimentos do trabalho.

3.4.3 Dimensão emocional/social antes e após a reforma

Procurou-se analisar as expectativas e sentimentos dos inquiridos relativamente à reforma, aplicando a mesma questão no questionário para antes e depois da reforma. Assim, solicitou-se que os inquiridos pensassem no período antes da reforma e, depois, utilizando o mesmo bloco de questões, pediu-se que refletissem sobre aquilo que sentiam no momento presente, após a reforma.

Estes dois blocos de questões tiveram como objetivo aferir as reações relativamente a estes dois tempos diferentes, que constituem o processo de transição para a reforma, recorrendo para tal a uma escala de atitudes.

A maioria (77,1%) **está satisfeito/muito satisfeito com a vida** que tinha antes da reforma. A mesma tendência é verificada após a reforma (56,7%). No entanto após a reforma a satisfação com a vida não é tão nitidamente satisfatória como antes.

Quando questionados sobre se se **sentiam ansiosos** antes da reforma, verifica-se uma tendência para a ansiedade (em parte ou totalmente – 43,9%). Quando considerando o período após a reforma, a maioria revela que esta se encontra associada à ansiedade (54,1%).

Relativamente à questão "**sente-se preparado/a para a mudança**", quando situado no período antes da reforma, os inquiridos concordam (em parte ou totalmente) com a sua preparação (48,5%), sendo que apenas 24,2% referem que não se sentiam nada preparados. Após a reforma vislumbra-se uma reação negativa às mudanças vividas relativamente à passagem para o período da reforma (59,9% não se sentiam preparados).

Quanto à questão "**Antes da reforma sentia-se próximo/a da família**", os inquiridos revelam uma reação positiva relativamente ao suporte familiar (71,3% concorda plenamente com essa proximidade). A mesma tendência positiva é verificada após a reforma (68,8%). Também a muita **proximidade ao conjuge e aos amigos**, na linha da questão anterior, é assumida com grande veemência, tanto antes como depois da reforma (63,1% e 63,7% em relação à muita proximidade do conjuge e 65,6% e 63,7% para a muita proximidade em relação aos amigos, respetivamente antes e depois da reforma).

No que se refere aos **tempos livres**, parece que a reforma não se configura como um fator que altere as perceções dos adultos mais velhos pois tanto antes, como depois da reforma estes referem, maioritariamente, que não têm esse tipo de dificuldade. (52,9% e 58,6% respetivamente antes e depois da reforma).

Relativamente à questão "**Antes da reforma sentia-se confortável com a vida**", a maioria (51,0%), concorda totalmente. No entanto, após a reforma, esse nível de conforto não é tão extremo pois 46,5% discorda totalmente ou em parte ou mantém a sua resposta neutra enquanto os restantes são aglomerados nas duas categorias superiores, mas com uma percentagem inferior na valoração máxima.

A larga maioria dos inquiridos **sentia-se saudável antes da reforma** (concordo totalmente ou em parte – 41,4% e 23,6%, respetivamente). Esse sentimento é alterado quando instigados a situar-se no após a reforma situando-se as respostas na primeira metade da escala de concordância (60,5%). Verifica-se assim que a transição para a reforma acarretou um sentimento negativo em relação à saúde.

Para a questão "**Antes da reforma sentia-se sozinho/a**", a maioria discorda totalmente (56,7%), ocorrendo o mesmo tipo de discordância quando situados após a reforma (54,1%). Assim, o sentimento de solidão não é expresso pelo grupo de inquiridos, complementando a reação positiva quanto à rede social de suporte, nomeadamente amigos, família e cônjuge.

Quando confrontados com a frase, "**Antes da reforma sentia-se confiante com o futuro**", a concordância total ou parcial corresponde a 51,6% (33,8% para a totalidade e 17,8% apenas parcialmente). Verifica-se assim uma tendência positiva nas expetativas relativamente ao futuro quer antes, quer depois da reforma, o que facilitará eventualmente a capacidade de agir dos inquiridos, perante eventuais constrangimentos durante o processo de transição.

Quanto à questão genérica "**Antes da reforma sentia-se preocupado/a**", 65% revela uma preocupação total ou parcial (41,4% e 23,6% respetivamente). Essa mesma tendência negativa é indiciada quando a questão é colocada depois da reforma com 63,1% das respostas (40,8% e 22,3% respetivamente).

Quanto à questão "**Antes da reforma sentia-se com dificuldades económicas**", há uma ampla diversidade nas respostas, desde o discordam totalmente (33,1%) até ao concordam em parte (28,7%). Depois da reforma esse nível e preocupação aumenta substancialmente, passando para 56,7% (31,2% concordam totalmente e 25,5% concordo em parte) pelo que depois da reforma, no contexto atual, as dificuldades económicas acentuaram-se.

Para a pergunta "**Antes da reforma sentia-se disponível para descobrir novos interesses**", a maioria indicia já antes da reforma uma abertura para realização de atividades dife-

rentes da rotina habitual antes da reforma (37,6% concordam totalmente e 15,3% em parte). Depois da reforma essa tendência é diluída pois, apesar de 31,8% continuarem a concordar totalmente existem já 25,5% no extremo oposto (discordam totalmente) e menos de metade (42,6%) se mostram disponíveis para descobrir novos interesses (20,4% são indiferentes a este tipo de problemática).

Relativamente à questão "**Antes/depois da reforma sentia-se disponível para criar novas amizades**", tanto antes como depois da reforma se verifica essa disponibilidade (66,38% e 63,6% respetivamente), sendo que a concordância total assume sempre valores bastante mais significativos (49,7% e 49%). Verifica-se assim também uma tendência positiva, ainda que mais relevante antes da reforma para a criação de novas amizades.

Quanto à questão "**sente-se com vontade de desenvolver uma atividade profissional remunerada em horário flexível e mais reduzido**", antes da reforma, 38,21% dos inquiridos não mostravam qualquer disponibilidade para o fazer, enquanto 33,1% revelavam alguma abertura. Depois da reforma, a maioria (53,5%) discorda totalmente com essa possibilidade, verificando-se o facto dos adultos mais velhos após a reforma não pretenderem nitidamente manter uma atividade profissional, mesmo que em tempo reduzido e que lhes facilitasse maior rendimento, complementarmente à pensão de reforma.

Possivelmente esta tendência para a não realização de atividades produtivas remuneradas após a reforma, relaciona-se com os significados atribuídos à reforma pelos entrevistados, tratando-se de um período de descanso e de lazer após o tempo do trabalho, mas também de uma oportunidade para a realização de atividades em que tenham interesse e se sintam úteis, não realizadas durante a trajetória profissional.

Antevê-se pelos resultados uma reação positiva, para a participação dos inquiridos em novas atividades diferentes da sua rotina diária, indiciando uma maior disponibilidade em investir na rede social de apoio e em novos interesse no período após a reforma, o que é facilitador deste processo. No entanto, verifica-se também um sentimento de insegurança relativamente à mudança e ansiedade no que diz respeito à reforma, o que pode estar relacionado também com uma preocupação com as condições económicas e de saúde. Estes dados indiciam a necessidade para que sejam criadas oportunidades aos adultos mais velhos, facilitadoras do processo de transição para a reforma e de um envelhecimento bem-sucedido, quer ao nível da ocupação do tempo livre, quer também de suporte social ao nível económico e de saúde.

3.5 Capacidade de *agency*

A capacidade de *agency* inerente aos sujeitos influencia a sua trajetória de vida, o que se reflete no discurso dos entrevistados. As suas vivências são estruturadas no contexto social e histórico em que se movimentam, impelindo à ação, conforme se confrontam com diversos constrangimentos no seu curso de vida, quer sejam económicos, familiares ou sociais. Na transição para a reforma, os sujeitos transportam uma história já vivida, experiências e capacidades implícitas que facilitarão este processo de mudança, de forma mais ou menos, consciente.

Verifica-se da análise ao discurso narrativo dos entrevistados, que estes têm consciência do *idadismo* e da conotação negativa associada à reforma. O conflito intergeracional é latente, face ao atual contexto socioeconómico de crise, condicionando mesmo a pretensão em não continuar a exercer uma atividade profissional após a reforma, mesmo que isso fosse considerado positivo para o seu bem-estar, como salienta Bruno:

Não me iria sentir bem, porque veja, eu tinha em casa, na altura, a ((filha)) no desemprego e disse 'E pá, então mas eu vou tirar o lugar a alguém que possivelmente pode ganhar umas coroas' percebe, é um facto, agora, devido a toda a conjuntura, obrigou-me a dizer que não e a recuar, embora eu me sentisse bem e sentisse valorizado e sentia que era útil naquilo que fazia e naquilo que transmitia às outras pessoas mas, não me sinto bem perante a situação atual, percebe (...)

Bruno

São referenciadas pelos entrevistados as condicionantes familiares, que não lhes permite o envolvimento em atividades da comunidade, devido às obrigações assumidas depois da reforma, com a assunção de um papel preponderante de apoio e suporte familiar, o papel de cuidadores. Vejam-se os casos de Telma relativamente à mãe e aos netos em especial, de Dora em relação ao marido que se encontra doente e, de Renato que tem a mãe dependente a seu cargo e com quem sempre viveu.

Telma tem consciência do seu papel como garante desse suporte social, no contexto histórico atual de rendimentos e empregos precários por parte dos mais jovens. Essa posição particular levou-a ao isolamento social, consciente e refletido pela própria. Telma não planificou essa situação para a reforma, pretendia antes ocupar o tempo disponível em atividades do seu interesse, pelo que uma vida que anteriormente rodava à volta do trabalho, circunscreve-se agora às necessidades da família.

(...) a terceira idade, que são o suporte ainda dos jovens (...) nesta transição da vida ativa para esta vida de reformada, perdemos coisas, sim, contacto, convívio, responsabilidade, rotinas, horários (...) Se não tivesse netos e se não tivesse aquela parte da família que eu assumo e realmente me castrou muito mais do que qualquer outra coisa (...) Tinha muitos projetos para fazer n coisas.

Telma

Relativamente às respostas sociais de lar e de serviço de apoio domiciliário, Renato indica pouca segurança sobre as mesmas, pelo que acabou por assumir o papel de cuidador durante o maior tempo possível, tal como Telma, que aponta a degradação da saúde mental como um limite, após o que acabou por institucionalizar a mãe num Lar. A assunção deste papel de cuidador, defrauda de alguma forma a planificação efetuada para a reforma, mas a capacidade criativa de *agency* de Telma, possibilitou-lhe a criação de estratégias pessoais para ultrapassar esse constrangimento, encontrando outras atividades que lhe ensinaram a ter prazer em estar sozinha.

(...) entrei um pouco por energias alternativas, fiz Reiki, os três níveis de Reiki, tirei /biorgonomia/, e isso acho que também me ajudou imenso e que me dá um prazer incrível estar comigo, pronto (...)

Telma

O facto das condições económicas e/ou familiares obrigarem a uma reforma antecipada, mesmo quando as pessoas ainda se sentem ativas, é razão para um sentimento de grande angústia logo após a reforma, refletido nos relatos de Bruno e de Dora. Mas a consciencialização desses constrangimentos, parece-nos que os obriga a uma capacidade de *agency*, o que lhes permite recorrer quer a recursos individuais, como a recursos da comunidade, como meio facilitador para a superação dessas condicionantes:

(...) todos sentem precisamente a mesma coisa, a falta da vida ativa e como é que as pessoas tentam ocupar, com estas coisas, vamos encontrando aqui, vamos encontrando além, vamos falando um bocadinho sobre o tempo da vida ativa, sobre o passado, sobre o que é que vamos fazer para o futuro, quer dizer, as pessoas neste momento tentam, aliás, nós, sem procurarmos essa situação estamos a encontrar, estamos a encontrar e é uma forma de, sei lá, minimizar, uma forma também de ir ocupando os tempos (...)

Bruno

Pelo relato de Bruno, percebe-se que refletiu sobre a sua experiência vivida anteriormente ao longo de toda a sua trajetória, indiciando uma *aprendizagem biográfica* (Alheit,

1995), que o auxiliou a recorrer ao seu contexto cultural e social de forma refletida, abrindo-lhe um novo campo de possibilidades no espaço social onde se movimenta após a reforma.

Esta capacidade de Bruno permitiu-lhe perspetivar o seu futuro na condição de reformado e encontrar desta forma estratégias, para ultrapassar os constrangimentos iniciais, com os quais se deparou no início do seu processo de transição para a reforma.

Percebe-se, pelos relatos de Bruno, que detinha uma forte identidade profissional e empenho no seu percurso educativo e profissional, que culminou com a assunção de um cargo de direção no final da sua vida ativa. Por sentir uma forte pressão social acerca da sua inutilidade e falta de produtividade na circunstância de reformado, revela um início de transição para a reforma mais difícil. Esta pressão está associada também à contingência da companhia se manter ativa, condicionando as práticas de lazer em conjunto. No entanto, foi reconstruindo os seus modos de vida e rotinas quotidianas, reaprendendo a participar na sua comunidade e a encontrar atividades de convívio partilhadas pelo casal.

Inicialmente ainda manteve uma atividade remunerada e recorreu a um interesse que já detinha desde a vida ativa, com a realização de trabalhos de valorização do património local, face a uma permanente identificação com o local onde nasceu, viveu e trabalhou. Participa na Universidade Sénior, colabora pontualmente em projetos das autarquias e mostra-se disponível para contribuir em atividades de recolha da história cultural do concelho. É ainda membro ativo da assembleia municipal.

(...) que ainda hoje faço é tentar não quebrar a rotina, que eu parava aqui todos os dias de manhã, deixei de fazer uns dias e senti-me extremamente mal, continuei a fazer e ainda hoje o faço.

Bruno

Uma das entrevistadas, Dora, indicia uma transição inicial para a reforma mais difícil, pelo facto de ter regressado da Alemanha após a reforma do marido, o que a obrigou igualmente a reformar-se mais cedo do que esperava. Tal facto, proporcionou-lhe um afastamento indesejado das filhas e dos netos, que ainda lá permanecem, para acompanhar o marido que pretendia regressar ao seu país de origem.

No entanto, Dora acabou por recorrer à sua experiência de vida para ultrapassar esse seu sentimento inicial de frustração pela cessação da atividade profissional e afastamento da família. Mostra pelo seu discurso que recorreu às suas vivências, sobre as quais construiu a sua trajetória de vida, refletindo sobre ela e, procurando encontrar recursos individuais e na

comunidade, que lhe compensem essa situação, apresentando-se esta, como uma estratégia facilitadora do seu processo de transição para a reforma.

(...) fui emigrante durante vinte e tal anos, eu conheci muita gente. Alemães, portugueses, espanhóis, turcos, gregos, italianos e por aí a fora, do norte, no nosso país, do norte, do sul, de Lisboa, daqui e dali, e a gente vai conhecendo as pessoas pela maneira de viver, não é por eu estudar que vou tirar a /capacidade/ àquela pessoa. A própria vida nos ensina e é isso que nós, não é que sejamos mais inteligentes é tanta coisa que tem passado por mim (...) se eu não tivesse as atividades, que tenho, eu era vira o disco e toca o mesmo, eu era limpa esta, depois vou limpar aquela, vou limpar aquela, vou limpar o quarto, vou limpar a casa de banho, limpar a casa de banho, limpar esta, limpar aquela, quer dizer, segunda-feira para aqui, para a semana... quer dizer, andava nesta... eu andava porque eu sempre gostei de limpar e então, o que é que estou fazendo aqui?

Dora

Percebe-se nos relatos de Dora, que frequenta todas as atividades educativas, recreativas e desportivas disponíveis na comunidade para onde mudou a sua residência, após a sua reforma e do marido. Frequenta a informática, a ginástica, o cavaquinho, faz caminhadas e ainda participa noutros eventos pontuais da Junta de Freguesia e da Câmara Municipal, conciliando estes seus interesses com o seu papel de cuidadora do companheiro com doença oncológica.

(...) as minhas colegas entraram em novembro ((no cavaquinho)) mas como ao meu marido deu-lhe um AVC em novembro, depois estive a minha filha cá dez dias, da Alemanha para dar apoio à gente, eu na altura não pude ir, então eu só comecei depois do ano novo, eu, em Janeiro (...) porque eu gosto muito dessas coisas, folclore, quando era mais nova eu queria, mas a gente não podia, na altura quem mandava na gente era as nossas mães e a gente não podia e então tínhamos que trabalhar (...)

Dora

Dora acabou por aceder a oportunidades que não teve anteriormente, devido a condicionantes económicas e familiares. Parece-nos que se sente capacitada para ultrapassar qualquer dificuldade face a uma trajetória de vida difícil, recorrendo a uma forte participação social para colmatar a identidade profissional que deixou antecipadamente. Percebe-se no seu discurso, uma conscientização da sua própria capacidade de *agency*, ao refletir sobre a sua trajetória de vida e interiorizar a possibilidade de ultrapassar as dificuldades estruturais inerentes ao seu processo de transição.

Mas, é destas coisas, eu, passei e ultrapassei estas coisas, tenho ultrapassado muita coisa (ham) eu tento e sei, eu sei que tenho um espírito muito forte (...) não é o ser inteligente, o tempo que a gente lida com as coisas e a experiência do trabalho e da vida, isso é que nos ensina (...) sinto-me uma pessoa, eu sou tudo, agora felizmente ainda sou mais, já era, eu agora sou tudo, eu agora sou chamada para tudo (...)

Dora

Outro entrevistado, Renato, ainda está numa fase inicial do processo de transição. Apesar de não indiciar uma forte identidade profissional, por não ter desempenhado a profissão que gostaria por imposição do pai, a fim de manter o negócio de família, valoriza este período da vida e projetou a reforma mudando de residência da grande cidade, Lisboa, para a casa outrora de férias no Algarve. No entanto, devido a condicionantes familiares e ao seu papel de cuidador, ainda está na redescoberta de anteriores interesses da sua juventude e que não continuou a desenvolver devido à atividade profissional, tais como a pintura, os projetos de arquitetura e bricolagem, a horta, entre outras práticas de lazer. Partilha a redescoberta desta maior quantidade e qualidade de tempo com a companheira, desempregada e a aguardar a idade que lhe permita formalmente reformar-se.

Renato encontrou estratégias que lhe facilitaram aceder a um maior bem-estar após a reforma e a desenvolver os interesses que não teve oportunidade ao longo do seu curso de vida, indiciando igualmente uma capacidade de *agency* que lhe permitirá eventualmente ajustar os seus modos de vida ao longo do seu processo de transição, como o tem efetuado até à data.

(...) queria ver se tinha tempo para fazer mais alguma coisa, mas mais alguma coisa daqueles projetos que eu tenho, pessoais, não é em trabalho, não é para rendimento. Agora, o que me pretendo é sempre manter-me ocupado, minimamente ocupado para não chegar à ociosidade e para isso tenho a minha horta, e os meus pequenos projetos. (...) mas neste momento eu estou a fazer aquilo que quero, neste aspeto até me considero quase um felizardo porque, relativamente bem, não tenho grandes problemas (...)

Renato

Por fim, Telma que projetou a reforma e planificou projetos de intervenção comunitária e outras atividades de educação e formação para este período, procurou encontrar outros interesses para além da atividade profissional que exerceu, por não ter praticado a profissão de que gostaria. Acabou no entanto, por relatar que defraudou as suas expectativas com a necessidade de assumir o papel de cuidadora primeiramente da mãe, totalmente dependente (fruto de uma doença do foro mental), dos netos e, como suporte, da filha. Reaprendeu a viver sozinha

e a encontrar atividades mais introspetivas que lhe facilitam ultrapassar os constrangimentos que encontrou.

(...) a minha filha ainda continua a precisar de mim, já tenho mais um neto, agora com três anitos, a minha neta já tem treze (...) Mas acho que isso também tenho que agradecer à minha mãe, até isso ela me ensinou, a gostar de estar comigo, porque eu não gostava (...)

Telma

Assim e considerando as perspetivas dos entrevistados relativamente ao seu processo de transição para a reforma, bem como as estratégias que cada um utilizou para melhor se adaptar a esta fase da sua trajetória de vida, é importante complementar esta análise com os dados dos questionários. As atividades desenvolvidas e exetáveis por parte dos adultos mais velhos, podem informar-nos sobre as alterações dos seus modos de vida, a fim de aferir a sua capacidade de *agency* e compreender se os recursos da comunidade estão, de facto, a ser utilizados por esta população. De igual modo podem mostrar-nos quais as necessidades apontadas nesta área, por forma a facilitar um envelhecimento bem-sucedido.

3.5.1 Atividades e espaços de lazer no concelho

No que diz respeito às questões de opinião no Inquérito por Questionário relativamente a atividades de interesse no concelho, 57,3% dos inquiridos apresenta uma resposta positiva, destacando-se as atividades desportivas (12,7%), atividades genéricas e especificamente desenvolvidas para seniores (8,9%), atividades culturais e recreativas gerais (11,5%).

Muito embora, a maioria dos inquiridos refira estar satisfeito com as atividades que encontra no concelho, quando lhes é solicitada a opinião em questão aberta, que solicitava que opinassem relativamente a outras atividades que gostariam de realizar, a maioria (63,1%, 99 pessoas) não responde. Dos que responderam (36,9%), salientam-se os Convívios, Bailes, Excursões e Passeios (17,3%, 10 pessoas) como preferidos, mas também o facto de não ter disposição ou interesse para outras atividades (11,5%, 18 pessoas).

Dos inquiridos, 70,7% (111 pessoas) afirma ter fácil acesso a atividades culturais e recreativas no concelho. Quando questionados porque não têm acesso às atividades, as respostas são variadas, destacam-se a falta de transporte (6,4%, 10 pessoas), razões financeiras (5,7%, 9 pessoas) e por não ter interesse (6,4%, 10 pessoas). A maioria não respondeu (61,1%, 96 pessoas) por se tratar de mais uma questão aberta.

Quanto à existência de espaços ao ar livre adequados, há 66,9% de respostas positivas. Relativamente à questão de opinião sobre que outros espaços ao ar livre deveriam existir no concelho de Lagoa, referem Jardins arborizados e zonas com passadiços (11,5%). A taxa de resposta a esta questão aberta foi de 32,3%.

3.5.2 Utilização das respostas sociais da comunidade pelos inquiridos

Quanto à "**Utilização das Respostas Sociais da Comunidade**" (questões relativas à caracterização da situação atual), a maioria dos questionados assume não utilizar as respostas sociais identificadas. Parece não haver interesse ou reflete eventualmente desconhecimento das respostas sociais apresentadas, nomeadamente Centro de Dia, apenas 7 pessoas utilizam (4,5%), Centro de Convívio são 20 (12,7%) pessoas que afirmam utilizar, a Universidade Sénior é indicada por 6 pessoas (3,8%), programa concelhio desportivo Viva + é referenciado por 30 pessoas (19,1%), Cartão *Lagoasocial* por 18 pessoas (11,5%) e Teleassistência apenas por uma pessoa. As razões apontadas para a não utilização dos Centros de dia e de convívio, Universidade sénior, Programa desportivo Viva + são essencialmente o desconhecimento da resposta, a falta de interesse ou a dificuldade de acesso à informação ou ao local.

Verifica-se que as respostas sociais com maior utilização são o Programa Viva + de cariz desportivo, o Cartão *LagoaSocial* que possibilita apoios sociais com descontos em bens e serviços, assistência em que pequenas reparações domésticas e informação/acesso às atividades do Município vocacionadas para os adultos mais velhos. O Centro Convívio também apresenta mais respostas, o que indicia que estes adultos preferem contextos menos regulados e atividades lúdicas e desportivas. A maioria não tem o Cartão *Lagoa Social* (86%), apontando como razão primordial (4,5%) o facto de não ter idade para o acesso (65 ou mais anos), ou rendimentos *per capita* superiores ao valor do IAS - Índice de Apoios Sociais (419,22 euros), nos termos do previsto no Regulamento n.º 173/2009, de 29 de abril. As outras atividades não têm adesão pela maioria dos respondentes, por razões várias, dificuldade de locomoção ou transporte, desconhecimento ou o facto de ter um familiar dependente no domicílio.

No que diz respeito à questão aberta "**Utiliza outras respostas sociais na comunidade**" a maioria apresenta uma resposta negativa (59,9%, 94 pessoas), dos que respondem (10,2, 16 pessoas), referem utilizar o Lar ou Serviço de Apoio Domiciliário (2,5%, 4 pessoas), atividades culturais das Instituições ou da Câmara Municipal (3,8%, 6 pessoas) e, a Piscina Municipal (3,8%, 6 pessoas). Mais uma vez se verifica que são as atividades de caráter lúdico e desportivo que são identificadas, enquanto as respostas de apoio social formal através da insti-

tucionalização, apresentam menos respostas, nomeadamente Lar e Serviço de Apoio Domiciliário. Tais dados indiciam que estes adultos recorrem possivelmente só em última instância ao apoio normalizado e formal, quando os próprios ou algum familiar já não possui de todo autonomia para permanecer ou manter-se no seu domicílio, relacionando-se com aquilo que é expresso no discurso narrativo dos entrevistados.

3.5.3 Segurança

No que diz respeito à caracterização da situação atual, relativamente ao sentimento de segurança por parte dos inquiridos, não existe maioria para nenhuma resposta, sendo que 43,3% se sente em segurança. Quando questionados relativamente ao facto de se sentirem apoiados por parte das autoridades (GNR e autarquias), apesar de 29,3% não ter opinião formulada, mais de 50% discorda ou fica indiferente (atitude negativa ou menos satisfeitos). Quanto à participação em ações de sensibilização para a segurança, a maioria não demonstra interesse neste tipo de ações (58,6% discorda totalmente e 77,1% discorda ou fica indiferente). Verifica-se que os inquiridos apesar de se sentirem relativamente seguros, não atribuem essa segurança explicitamente à GNR - Guarda Nacional Republicana ou às autarquias, indicando que as ações de sensibilização não suscitam grande importância junto dos inquiridos, no âmbito do favorecimento do seu sentimento de segurança.

3.5.4 Atividades antes e depois da reforma

De seguida apresenta-se o **Quadro 3.1 - Diferenças entre as atividades desenvolvidas antes e depois da reforma: Saúde, atividade física, formação e educação de adultos, exercício de cidadania e ocupação de tempos livres**. Neste quadro são expressas as diferenças relativamente às atividades desenvolvidas pelos indivíduos antes da reforma e aquelas que agora realizam durante o período da reforma, aferidas a partir da aplicação dos questionários.

Verifica-se que se alteraram na distribuição as consultas de vigilância de saúde, mas os cuidados parecem idênticos, em que estes adultos no início do seu processo de transição para a reforma ainda se sentem saudáveis. Esta é no entanto uma preocupação crescente com o aumento da idade, conforme verbalizado inclusivamente no discurso narrativo dos entrevistados.

Parece ter aumentado ligeiramente a prática de atividades físicas individuais dos inquiridos, no entanto não se reflete nas respostas a atividade física coletiva, que poderia favorecer

a criação de novas redes sociais de suporte para estes adultos mais velhos, um fator importante para o processo de transição para a reforma.

Aumentaram muito ligeiramente outras atividades na área da educação, mas a maioria dos inquiridos mantêm tudo de forma igual antes e depois da reforma. No entanto, indicia a propensão dos inquiridos para utilizar como estratégia de transição para a reforma a procura de atividades de educação e formação.

Denota-se pouca participação cívica por parte dos inquiridos de uma forma global, com um acentuar dessa não participação nas organizações representativas da comunidade depois da reforma, bem como a quase inexistência de práticas de voluntariado. Quando referenciado pelos participantes no Inquérito por questionário o voluntariado é mais de cariz informal (ajudar os vizinhos, amigos e familiares) e não tanto enquadrado em organizações da sociedade civil.

Não parecem existir igualmente grandes diferenças na ocupação de tempos livres, quer seja pelas oportunidades concedidas eventualmente pela comunidade, quer seja pelo facto de eventualmente os rendimentos muito baixos dos inquiridos, não lhes permitir alterar e/ou aumentar as atividades de ocupação de tempos livres após a reforma.

Estes dados não se mostram favoráveis a um envelhecimento bem-sucedido, não se refletindo como um período mobilizador do envolvimento na comunidade face ao tempo disponível após o trabalho, como fator compensatório das perdas associadas ao termo da longa trajetória profissional dos inquiridos.

Não se verificam desta forma grandes alterações, se comparado o antes e depois da reforma, quer relativamente à saúde, quer ao exercício de cidadania, quer relativamente à ocupação de tempos livres. Os indicadores de uma ligeira diferença relativamente ao aumento da atividade física e das atividades de educação e formação de adultos, poderá eventualmente dificultar aos inquiridos uma maior participação social, um dos pilares estruturantes do envelhecimento ativo de acordo com a Organização Mundial de Saúde (Ribeiro, 2012).

O maior enfoque na atividade física depois da reforma embora ténue, é eventualmente reflexo da promoção de um envelhecimento saudável, associado ao grande desafio do envelhecimento demográfico, como vem sendo disseminado nas políticas públicas, com especial destaque para a dinamização de programas de prevenção da doença e promoção da saúde, no intuito de diminuir os declínios funcionais associados ao envelhecimento ativo (Fernandes & Botelho, 2007).

DESCRITIVO	ANTES DA REFORMA	DEPOIS DA REFORMA	DIFERENÇA
1. SAÚDE	Para 29,9%, a maior parte, as consultas de vigilância de saúde antes da reforma eram apenas de 1 vez ao ano, seguem-se 19,7% para 2 vezes ao ano, o resto está abaixo de 7%.	Por ano realiza consultas de vigilância de saúde: há variedade, mas destacam-se 16,6% para 2 vezes, 15,3% para 6 vezes e 14% para 1 vez.	Alteraram-se na distribuição as consultas de vigilância de saúde, mas os cuidados parecem idênticos.
2. ATIVIDADE FÍSICA	Não há maioria nas atividades de consultas de vigilância de saúde. Para a atividade física individualmente ou em grupo durante um ano também é referido que a maioria, por volta dos 60% não o fazia. No entanto ronda os 40% os que o faziam de forma variada.	Não há maioria nas atividades de consultas de vigilância de saúde. Para a atividade física individualmente a maioria faz exercício, cerca de 60%, em regimes diversos. A maioria nunca pratica atividade física em grupo durante um ano, 51,6%, mas ainda há cerca de 30% que o faz.	Parece que aumentou ligeiramente a prática de atividades físicas individuais.
3. FORMAÇÃO E EDUCAÇÃO DE ADULTOS:	A maioria, 81,5%, não aumentou a educação antes da reforma e não frequentou ações de formação profissional 74,5%, não participando em seminários e conferências, 82,2%. Nas respostas afirmativas “Que outras atividades de formação e educação desenvolve antes da reforma” há apenas uma resposta – curso de Inglês.	A maioria, 93,6%, não aumentou a educação depois da reforma e não frequenta ações de formação profissional, apenas 9 pessoas, 5,7% o fizeram, quanto à participação em seminários e conferências 88,5% não o faz. Nas respostas afirmativas “Que outras atividades de formação e educação desenvolve depois da reforma” há apenas uma resposta de cada tipo – autodidata, curso superior, informática e leitura.	Aumentaram muito ligeiramente outras atividades: autodidata, curso superior, informática e leitura, mas a maioria mantém tudo de forma igual antes e depois da reforma.
4. EXERCÍCIO DE CIDADANIA	A maioria, 57,8%, não era sócio de pelo menos uma associação antes da reforma, a maior parte, 87,3%, não é membro dos corpos gerentes de pelo menos uma associação. Participam na maioria no exercício do direito de voto nas eleições autárquicas, legislativas, presidenciais e referendos. Por outro lado, a maioria não participa em reuniões da Câmara Municipal, Assembleia Municipal, Assembleia de Freguesia. A maioria também não participa em organizações políticas e/ou sindicais. Em relação ao voluntariado a maioria não o faz (83,4%). Os que o fazem praticam-no em família, amigos/ bairro/comunidade.	A maioria, 65,6%, não é sócio de pelo menos uma associação depois da reforma, nem membro dos corpos gerentes de pelo menos uma associação, 91,1%. Participam na maioria no exercício do direito de voto nas eleições autárquicas, legislativas, presidenciais e referendos. Por outro lado, a maioria não participa em reuniões da Câmara Municipal, Assembleia Municipal, Assembleia de Freguesia e também a maioria também não participa em organizações políticas e/ou sindicais depois da reforma. Em relação ao voluntariado a maioria não o faz (80,3%). Os que o fazem (11,5%), praticam-no essencialmente com amigos/ bairro/comunidade (5,1%).	A diferença entre antes e depois da reforma foi o acenar para não fazer parte de pelo menos uma associação e dos respetivos corpos gerentes e a inexistência de prática de voluntariado.

DESCRITIVO	ANTES DA REFORMA	DEPOIS DA REFORMA	DIFERENÇA
5. OCUPAÇÃO DOS TEMPOS LIVRES	<p>Antes da reforma a maioria, 50,3% nunca foi ao teatro e ao cinema a maior parte, 43,9% não o fez. A maioria, 50,3%, não realizava atividade física antes da reforma nos tempos livres e não ia aos concertos musicais antes da reforma nos tempos livres, 54,1%.</p> <p>Para a maioria das pessoas, às vezes e quase sempre os inquiridos participavam em feiras da comunidade, 52,9% - 83 pessoas.</p> <p>Há diversidade quanto à participação em grupos religiosos, passeios na região ou no país ou passeios fora de Portugal antes da reforma nos tempos livres, existem valores equilibrados entre os que nunca o fizeram e os que já fizeram estas atividades.</p>	<p>Para a ocupação dos tempos livres, cuidar de familiares é feita pela maioria dos respondentes, 56,7%.</p> <p>A ida ao teatro ou cinema é respondida como nunca pela maioria. Nunca vão a concertos musicais, e não realizam passeios fora de Portugal.</p> <p>Há variedade quanto à ocupação dos tempos livres na atividade física, cerca de 1/3, 29,9%, nunca faz exercícios, outros fazem sempre, 25,5% e 21,7% às vezes.</p> <p>No entanto há algumas atividades esporádicas como a participação em feiras da comunidade, em grupos religiosos, passeios na região ou no país.</p> <p>Há diversas atividades que são realizadas nos tempos livres donde se destacam a leitura, informática, etc.. 10,8%, convívio com amigos – 9,6%, atividades domésticas – 5,7% nos 51,6% de respondentes.</p>	<p>Não parecem existir grandes diferenças na ocupação de tempos livres</p>

Quadro 3.2 - Diferenças entre as atividades desenvolvidas antes e depois da reforma: Saúde, atividade física, formação e educação de adultos, exercício de cidadania e ocupação de tempos livres

CAPÍTULO IV

CONCLUSÕES /RECOMENDAÇÕES

4 CONCLUSÕES / RECOMENDAÇÕES

Com o propósito de melhorar a minha prática profissional no contexto de uma autarquia, procurei através deste estudo criar condições para a realização de um primeiro ciclo de investigação-ação a partir da identificação do tema de investigação, relacionado com a transição da vida ativa para a reforma face ao desafio do envelhecimento demográfico.

De forma a clarificar esta ideia inicial e conforme sugere Elliott (1991), procedeu-se ao reconhecimento do campo de ação através da descrição e explicação dos factos, resultantes da recolha de dados efetuada junto de pessoas reformadas entre os 60 e os 70 anos de idade, residentes no concelho de Lagoa.

A presente investigação procurou responder a diversas questões de partida que orientaram este estudo, cujas respostas encontradas no âmbito da análise e discussão dos resultados procurarei sintetizar nesta conclusão, para que me permitam conforme sugere aquele autor, rever práticas – neste caso práticas institucionais a nível do Município de Lagoa, para delinear um plano de ação, cuja difusão e implementação completará este primeiro ciclo e dará origem a um segundo ciclo de investigação-ação.

4.1 Como preparam os adultos mais velhos a transição da vida ativa para a reforma?

Os resultados indicam que a transição para a reforma habitualmente não é refletida, nem preparada, o que origina situações de ansiedade na sequência de um conjunto de mudanças estruturais que lhe estão associadas, independentemente da reforma ser ou não voluntária, como sugere Fonseca (2011). Das respostas aos questionários verifica-se um sentimento de menor satisfação com a vida e de maior ansiedade após a reforma, quando comparamos os períodos antes e depois da reforma.

Dos inquiridos, a maioria (56,7%) referiu não se ter preparado para a reforma, sendo que 70,7% não se aconselhou com os familiares na fase de preparação para a reforma e não tiveram apoio quer da entidade empregadora (82,2%), quer de entidades públicas, 91,1%. Para além de a maioria referir não ter efetuado qualquer preparação para a reforma, conforme também constataram Ferreira, Jerónimo, Cabral e Silva (2011) no seu estudo, verifica-se também que não se encontra instituído um apoio informal ou formal na planificação da reforma.

São muito poucos os que reduzem o tempo de trabalho antes da reforma. Muitos (89,2%) não o fizeram simplesmente, refletindo a pouca importância que é dada a este proces-

so de transição associado ao envelhecimento por parte dos empregadores e Instituições públicas. Os dados apontam para a não existência de um suporte adequado que favoreça uma flexibilidade do trabalho para os adultos mais velhos, que encoraje uma transição gradual para a reforma como sugere Phillipson (2011). As pessoas que se reformam não apresentam precauções especiais ou planos definidos de preparação para a reforma em que "o tempo de reforma é decidido quando se entra nela; não antes" (Ferreira, Jerónimo, Cabral & Silva, 2011, p. 140).

Das razões apontadas para a não preparação para a reforma, destacam-se o facto de ser repentina a passagem para este novo ciclo de vida e por ser impelida, devido a condições menos favoráveis a nível económico, condições de saúde dos próprios ou de familiares, bem como o desemprego, negociado ou não com a entidade profissional, resultante por vezes do encerramento das respetivas empresas. O papel das políticas sociais adotadas na Europa para promover a saída precoce do mercado de trabalho dos trabalhadores mais velhos, quer como medida de combate ao desemprego dos mais jovens, quer como resultado da perda de emprego devido à falência ou reestruturação das empresas (Ferreira, Jerónimo, Cabral & Silva, 2011), refletem-se nos resultados obtidos, quando analisadas as razões da reforma apontadas pelos inquiridos e entrevistados, favorecendo uma representação negativa em relação à reforma no seu período inicial.

Verificam-se assim, da análise efetuada às entrevistas, dois perfis de transição distintos relacionados com a identidade profissional e a preparação ou não do processo de transição para a reforma, que a seguir se descrevem:

Perfil 1: Os entrevistados cuja transição para a reforma foi involuntária e não preparada, cujas famílias de origem se caracterizam por contextos económicos mais desfavorecidos, construíram ao longo da sua trajetória de vida uma forte identificação com o contexto profissional. O percurso profissional favoreceu o reconhecimento do seu empenho e investimento na busca por melhores condições socioeconómicas. A saída inesperada do mercado de trabalho quando ainda se sentem capazes para continuar uma atividade produtiva, reflete-se numa transição inicial para a reforma muito mais difícil, como o relatam Bruno e Dora, o que faz com que a "reforma seja vivida (pelo menos temporariamente) de forma stressante, dando origem a uma perda de autoestima e de controlo da própria vida" (Fonseca, 2012, p. 78).

Perfil 2: Os entrevistados com uma origem familiar de contextos mais favorecidos, mas com uma menor identificação profissional (embora não queiramos dizer que exista uma relação causal determinista entre estes dois factos), cuja transição para a reforma foi voluntária e de certa forma planificada, conforme relatam Renato e Telma, indiciam uma maior satisfação

no processo de transição e uma representação positiva relativamente ao período inicial da reforma, gerada pela "insatisfação em relação ao trabalho realizado enquanto activo bem como a valorização do tempo disponível que a reforma proporciona" (Ferreira, Jerónimo, Cabral & Silva, 2011, p. 139).

4.2 Será este um processo de (re)construção de identidades sociais? Que narrativa identitária é utilizada pelos adultos mais velhos neste processo de mudança?

Os participantes no questionário indiciam uma reação negativa (59,9%) em relação à passagem para o período da reforma, quando questionados sobre se se encontram preparados para a mudança associada a este novo ciclo da sua trajetória de vida.

Quer o relacionamento familiar, quer o relacionamento entre os cônjuges, condiciona o processo de transição para a reforma de todos os entrevistados, nas mudanças a ele associadas, favorecendo a assunção de novos papéis sociais que caracterizam o seu discurso identitário após a reforma. O contexto da família construída após a reforma e a desvinculação dos filhos que se autonomizam a nível profissional e familiar, bem como a assunção do papel de cuidadores, são fatores importantes na vivência deste novo ciclo, ao qual está ainda associada por vezes a mudança de residência e novas vivências familiares e de casal.

Os resultados indiciam o que refere Moen (2003): a transição para a reforma por parte de apenas um dos cônjuges, provoca um determinado ressentimento num dos esposos pelo tempo livre disponível por um dos elementos do casal, enquanto outro, ainda mantém a sua obrigação profissional, suscitando relações sociais discordantes e de alguma forma conflituosas, pelo menos no período inicial de adaptação e ajustamento.

No entanto, verifica-se também que dessa dificuldade inicial e menor satisfação com a reforma, associada essencialmente à mudança da rotina diária (Loureiro, 2011), bem como à perda da identidade profissional, sobre a qual se processavam as relações sociais, emerge uma capacidade de aceder a recursos individuais e da comunidade que facilitam a reconstrução de novas identidades.

Os participantes no questionário apresentam um longo percurso profissional, cuja trajetória profissional se prolonga em média por 49 anos de trabalho, pelo que os dados confirmam o referido por Adôa e Fonseca (2011), em que os trabalhadores portugueses, quando comparados ao nível da União Europeia, são aqueles em que a idade média de saída da atividade profissional é mais elevada.

Também Cabral, Ferreira, Silva, Jerónimo e Marques (2013), referem que "estas longas trajetórias profissionais dos reformados, explicam, pelo menos parcialmente, que estes encarem a reforma como um tempo pós-trabalho, desvinculado completamente das atividades profissionais " (p. 89), como mostram os dados recolhidos dos relatos de vida dos entrevistados. Os entrevistados demonstram que ao longo do processo de transição a sua satisfação com a reforma é tanto maior, quando conseguem ao longo da sua trajetória de vida encontrar atividades na comunidade e desenvolver interesses pessoais, só passíveis de realizar neste tempo do não-trabalho. Atividades essas, que contribuem para uma identificação positiva relativamente a este período da vida, suscitando-lhes um sentimento de maior valorização pessoal e social, como também de maior controlo e autonomia sobre as suas vidas.

Os resultados indicam no discurso narrativo de alguns entrevistados, que estes concedem importância às redes de suporte social quer antes, quer depois da reforma, como favorecendo a sua autoestima e reconhecimento na comunidade. Também se percebe pelas suas narrativas, que a satisfação com a reforma é facilitada pelo encontrar de novas rotinas e interesses junto do cônjuge e da rede de amigos, facilitando o seu sentimento de pertença e identificação para com este novo período da vida. Como refere Fonseca (2012) a (re)definição de papéis e a consequente (re)construção de identidades é essencial para avaliar o sucesso da adaptação e a satisfação associada à transição para a reforma, na medida em que, no processo de transição

os sistemas de suporte social não permanecem estáticos, pelo que lidar adequadamente com as tarefas adaptativas colocadas pela transição, passa pelo envolvimento ativo do indivíduo na modelagem das mudanças que ocorrem nesses mesmos sistemas de suporte, tendo em vista manter ou alcançar níveis elevados de relação social e interações satisfatórias como membros da rede social envolvente. (Fonseca, 2012, p. 89)

São as relações de parentesco entre filhos e cônjuge que mais valorizam, como sendo as principais fontes de suporte social, sobressaindo das trocas intergeracionais, que os entrevistados apresentam uma maior dádiva do que retorno, assumindo e disponibilizando-se essencialmente para assumir o papel de cuidadores, com o qual se denota uma forte identificação. As relações de suporte familiar são relevantes, quer seja no papel de cuidador de ascendentes, quer de descendentes, em que 56,7% dos inquiridos tem esta atividade identificada nos seus tempos livres. Verifica-se ainda um nível crescente no papel assumido como suporte familiar

por parte destes adultos mais velhos, patente nas entrevistas. A mesma tendência demonstra o estudo efetuado por Cabral, Ferreira, Silva, Paula e Marques (2013).

4.3 Que condições estruturais limitam a ação e as escolhas dos adultos mais velhos residentes em Lagoa no processo de envelhecimento?

No concelho de Lagoa reflete-se o cenário nacional, em que os pensionistas em Portugal recebem valores inferiores a 419 euros/mês (64%), quer sejam da Segurança Social ou da Caixa Geral de Aposentações (Rosa, 2013). Em Lagoa, os rendimentos são essencialmente provenientes de pensões de velhice ou invalidez e são entre os 200 e os 500 euros para a maioria (59,9%) dos inquiridos, com numa média de 418 euros *per capita* do agregado familiar, predominantemente constituído por dois elementos (51%). Um valor inferior ao IAS - Índice de Apoios Sociais (Decreto-lei nº 143/2010, de 31 de dezembro), indicador que regula a atribuição de benefícios sociais em Portugal. Estas pessoas encontram-se assim dependentes economicamente das pensões sociais, numa situação de maior fragilidade social perante o contexto atual das políticas públicas. Estes adultos encontram-se numa encruzilhada em que se questiona se se manterá a palavra contratual do Estado como "pessoa de bem" face ao expetável corte das pensões de reforma (Cadilhe, 2013; Rosa, 2012).

Complementarmente, as narrativas dos nossos entrevistados detêm um padrão comum relativamente à questão associada aos condicionantes económicos e às circunstâncias políticas atuais, associadas à austeridade e à dificuldade de manutenção do Estado-Providência, demonstrando apreensão relativamente ao processo de envelhecimento associado à reforma.

Considera-se que este quadro não favorece a participação social dos adultos mais velhos em Lagoa, não lhes sendo facilitadas algumas condições de acesso de cariz externo, como refere Quaresma (2007), nomeadamente a nível dos rendimentos e da valorização do seu papel social, económico e cultural. Os resultados indicam a pouca valorização das atividades culturais e de lazer, bem como um diminuto investimento na imagem pessoal ou a nível de transportes e tecnologias, escolhas que facilitariam um envelhecimento bem-sucedido. Os adultos mais velhos não retiram partido dos recursos e oportunidades na comunidade, para daí extraírem um papel compensatório através do acesso ao conhecimento e à tecnologia ou outros interesses, o que seria fundamental segundo Bates e Baltes (1990).

Os valores de participação cívica são muito baixos quer antes, quer depois da reforma, não havendo indicadores relevantes de participação ativa nas associações através da pertença a corpos gerentes. Os valores decrescem mesmo após a reforma, de 87,3% para 91,1% aque-

les que não o fazem. A prática de voluntariado não se encontra igualmente enraizada e quando o fazem, é de forma informal e na rede social de suporte, que constituiu a família, vizinhos e amigos, o que se assemelha à tendência nacional de pouca participação em atividades de voluntariado das pessoas mais velhas, com 65 ou mais anos (INE, 2013).

As condições estruturais que condicionam este processo de transição e limitam a capacidade de escolha criativa por parte dos adultos mais velhos são assim várias, para além do contexto histórico e cultural atual de crise e austeridade, com alterações constantes a nível do Estado-providência, que suscitam insegurança e receio, sobressaem a dependência económica dos benefícios sociais, os baixos rendimentos e uma preocupação com o seu estado de saúde ou eventual dependência dos filhos, conforme o expressam os nossos entrevistados.

Os participantes no questionário refletem não utilizar ou desconhecer as respostas sociais disponibilizadas, refletindo a dificuldade de acesso ao local ou à informação. Por outro lado, os entrevistados associam uma conotação negativa às respostas sociais normalizadas de serviço de apoio domiciliário e lar, como não sendo flexível a nível de horários para o primeiro e também associando à total dependência de outros quando se referem ao segundo, pelo que evitam a sua utilização ao extremo. Verifica-se assim, pelas narrativas analisadas, o adiamento do recurso aos serviços de apoio social formal, quer a nível de suporte para os seus descendentes, quer para eles próprios, sugerindo uma preferência pela manutenção no seu meio natural de vida o mais tempo possível. Assim, tanto mais importante será reconhecer as influências existentes entre as condições de saúde e a capacidade funcional no âmbito da utilidade de um envelhecer ativo, através da expansão de recursos externos que permitam fazer face às limitações pessoais que causam disfuncionalidade, no que às condições de acessibilidade e habitabilidade diz respeito.

Denota-se a necessidade de favorecimento de ambientes amigáveis a nível da manutenção e/ou criação de redes sociais de apoio e suporte relativamente às necessidades básicas da vida diária e de relacionamento social destas pessoas, que lhes facilitará durante o maior tempo possível oportunidades para o exercício físico e convívio em espaços sem barreiras arquitetónicas, consideradas essenciais neste processo de envelhecimento ativo (Fernandes & Botelho, 2007).

É importante referir que para além dos muito baixos rendimentos, a população entre os 60 e 70 anos residente no concelho de Lagoa participante no questionário, apresenta uma baixa escolaridade: a maioria (65,6%) tem o 1.º ciclo do ensino básico. Apenas uma pequena parte (5,6%) apresenta como habilitações académicas o ensino superior, confirmando o facto de que o "nível de formação avançada dos indivíduos com idade igual ou superior a 65 anos é

insignificante o que demonstra a falta de investimento na educação há décadas atrás" (Adôa & Fonseca, 2011, p. 109). No entanto, os dados quer do questionário, quer das entrevistas, indicam uma disponibilidade desta população para aceder à continuidade da sua formação após a reforma, apesar de poucos aumentarem as suas habilitações ao longo da sua trajetória profissional e mesmo após a reforma. Quer a muito baixa escolaridade, quer os baixos rendimentos dos participantes no questionário, poderão colocar em causa os níveis de autonomia e de bem-estar destes adultos mais velhos residentes no concelho de Lagoa, dificultando a sua participação social, como refere Quaresma (2007).

Estes constrangimentos a nível de rendimentos, escolaridade e participação social, associados ao meio envolvente que caracteriza a atual dinâmica da sociedade portuguesa, com menores benefícios sociais e dificuldade de acesso à saúde, poderá dificultar ainda mais o processo de transição da vida ativa para a reforma e, conseqüentemente, um envelhecimento bem-sucedido por parte dos adultos mais velhos no concelho de Lagoa, conforme o modelo apresentado por Featherman, Smith e Peterson (1990).

4.4 Que potencialidades detêm os adultos mais velhos para ultrapassar este período de “crise” e de mudanças associado à transição para a reforma?

A transição para a reforma não depende apenas e só do próprio sujeito, da sua *agency*. A capacidade de ultrapassar esse período de "crise" associado a nítidas mudanças no seu modo de vida e dos papéis sociais assumidos, algumas delas consideradas positivas, outras nem tanto, depende em grande parte das condições familiares, mas também das condições económicas e de saúde, não invalidando no entanto que o sujeito encontre recursos individuais ou na comunidade que atenuem esses constrangimentos.

Como sustenta Fonseca (2012), principalmente no processo de envelhecimento a assunção de bem-estar vai muito além do controlo que a pessoa consegue ter sobre a sua própria vida, mas depende em grande parte da "sua capacidade para aceitar o que é inalterável e para se ajustar às circunstâncias que já não terá oportunidade de alterar" (p. 93). Tal perceção é patente no discurso narrativo dos nossos entrevistados que apesar das circunstâncias os obrigar a alterar as suas projeções mais otimistas para o período da reforma, acabam por refletir sobre esses constrangimentos e ajustar as suas vidas. No entanto, verifica-se que existe uma linha muito ténue entre essa capacidade de ajustamento na procura de um bem-estar satisfatório e um crescente isolamento social, tanto maior, quanto menos favorável é o contexto histórico, social e cultural. Verifica-se tal situação pela fraca participação social indiciada nas res-

postas aos questionários e nas narrativas dos entrevistados, que expressam condicionantes ora de ordem económica, ora de ordem familiar.

Para os entrevistados a reforma é uma oportunidade de escolha para a realização das atividades com as quais se sintam úteis e valorizados, complementarmente ao descanso e ao ócio que associam à reforma, o que lhes permite desta forma atribuir uma significação mais positiva a este período da vida, o que poderá facilitar o processo de transição e diminuir gradualmente a ansiedade vivida no período inicial de transição. O uso que cada sujeito poderá dar ao seu passado, às memórias, ao tempo vivido ao longo da sua trajetória de vida, na qual o percurso profissional constitui um longo e marcado período, favorece a reconstrução da sua identidade após a reforma, facilitando as suas vivências presentes e capacitando-o para projetar o seu futuro de forma mais positiva.

Os sentimentos demonstrados pelos entrevistados de que são os próprios que organizamos a sua própria vida e constroem a sua própria biografia, facilita o processo de transição, muito embora a sua trajetória de vida também esteja dependente da estrutura e do espaço social onde se movimentam, como refere Alheit (1995).

4.5 Serão os adultos mais velhos em Lagoa, cidadãos capacitados para ultrapassar as dificuldades estruturais associadas ao processo de envelhecimento? Que estratégias utilizam?

Considera-se que os adultos mais velhos do concelho de Lagoa são capazes de ultrapassar as dificuldades estruturais associadas ao processo de envelhecimento, tanto mais que existe um larga maioria que já utiliza estratégias de participação social, embora ténues e pouco representativas relativamente à atividade física e à educação e formação. No entanto, as suas aspirações não vão ao encontro de um envelhecimento de cariz produtivo subjacente ao paradigma do envelhecimento ativo preconizado pelas políticas europeias e mundiais, com a tónica no aumento da idade ativa e desenvolvimento de atividades de voluntariado (Gonçalves, Martín, Guedes, Cabral-Pinto & Fonseca, 2006; Ribeiro, 2012), em que os valores de participação são quase inexistentes.

Percebe-se do discurso narrativo dos entrevistados, uma pretensão em relacionar os ganhos e as perdas, recorrendo a recursos individuais e a outros disponibilizados pela comunidade para obtenção de um maior bem-estar por parte dos adultos mais velhos "com a delimitação de objectivos por parte dos idosos, face aos condicionamentos surgidos pelo envelhecimento" (Gonçalves, Martín, Guedes, Cabral-Pinto, & Fonseca, 2006, p. 138), minimizando

o seu impacto. Nos inquiridos sobressai, após a reforma, um sentimento negativo em relação ao sentir-se saudável, à confiança no futuro, às dificuldades económicas e no que concerne à vontade de desenvolver uma atividade profissional remunerada em horário flexível e mais reduzido.

Considerando que a esperança média de vida em Portugal é hoje de 79,2 anos (INE, 2012), os adultos mais velhos no concelho de Lagoa têm ainda cerca de duas décadas de vivências após a reforma. Este é um período em que se verifica que o tempo deixa de ser organizado à volta do trabalho, constituindo-se a transição para a reforma "um período de libertação e de renovação (viver com outro ritmo, estabelecer novas metas, investir na formação pessoal, relacionar-se mais com os outros...) ou um momento de sofrimento e perda (de objetivos, de prestígio, de amigos, de capacidade financeira...) " (Fonseca, 2012, p. 84), conforme indiciam os Perfis de Transição identificados.

A reforma é assim um processo de mudanças individuais e na esfera social, que carece de apoio, principalmente quando a reforma não é voluntária e é antes impelida por fatores externos. Apercebe-se do discurso dos entrevistados, a procura de respostas de apoio e ocupação de tempos livres adaptadas aos seus interesses e necessidades, quer por parte do Estado, quer por parte das Instituições de Solidariedade Social e outras organizações da sociedade civil e empresas, nem sempre disponíveis ou com as características pretendidas.

Embora não se entendam bem os sentimentos quanto ao conforto para com a vida ou relativamente à questão de se manifestar disponível para descobrir novos interesses, fica a perceção da indefinição, mas em qualquer dos casos, parece haver uma possível tendência positiva no sentimento demonstrado pelos inquiridos relativamente ao período após a reforma. Tais resultados indiciam a possibilidade de criadas as oportunidades, os adultos mais velhos puderem aspirar a uma melhoria do seu bem-estar.

Os dados dos questionários, e aqueles que sobressaem dos perfis de transição dos entrevistados, apontam para a necessidade de uma intervenção comunitária facilitadora de um processo de envelhecimento ativo, na obtenção de uma experiência positiva relacionada com os ganhos de anos de vida com mais saúde, relacionamento social e segurança. Mas carecem essencialmente de um envelhecimento bem-sucedido, ou seja "um 'bom' envelhecimento, incluindo proporcionalmente as questões sociais, científicas e pessoais na multidimensionalidade do conceito, contextualizando e atenuando iniquidades (Almeida, 2007, Ribeiro, 2012).

O envelhecimento associado indubitavelmente à transição para a reforma, não está limitado à capacidade de se manter fisicamente ativo ou de contribuir como força de trabalho remunerado ou voluntário. Há que ter em mente as diferenças subjetivas dos sujeitos na deli-

neação de uma política local de velhice desmistificadora do *idadismo* e valorizadora da utilidade social dos mais velhos:

deve considerar leituras subjetivas que permitam manter o envolvimento ajustado com as dimensões individuais, sociais, culturais, espirituais e civis tidas como significativas para a pessoa e não para o 'grupo dos mais velhos' que é como se sabe, mas nem sempre se reconhece, altamente heterogéneo. (Ribeiro, 2012, p. 49)

Nos perfis de transição construídos a partir das narrativas dos entrevistados, evidenciam-se sinais de um envelhecimento bem-sucedido, numa gestão de perdas e ganhos, recorrendo a “reservas” individuais adquiridas ao longo da trajetória de vida para otimizar os ganhos e compensar os constrangimentos encontrados através de recursos individuais e da comunidade (Baltes & Baltes, 1990; Almeida, 2007). O modelo de envelhecimento bem-sucedido tem subjacente uma resposta adaptativa ao longo do processo de seleção, compensação e otimização de perdas e ganhos pelos sujeitos. É patente nos resultados que existem fatores de ordem socioeconómica e cultural que o condicionam, mas os participantes nesta investigação indiciam a facilidade de, ao longo da sua trajetória, ser capazes de recorrer a recursos individuais e da comunidade, que lhes facilitam atenuar ou ultrapassar esses constrangimentos, recorrendo à sua capacidade inata de *agency* (Almeida, 2007; Baltes & Baltes, 1990; Featherman, Smith & Peterson, 1990; Godfrey, Townsend & Denby, 2004).

Como refere Alheit (1995), nenhum de nós tem disponíveis desde logo todas as possibilidades inimagináveis para agir. No entanto, perante um quadro de mudança e face à necessidade de replanificar a ação, verificam-se no discurso narrativo dos nossos entrevistados que recorrem a algumas de muitas das oportunidades disponíveis, para ultrapassar os constrangimentos iniciais associados à transição para a reforma. Bruno, conseguiu encontrar o seu lugar na comunidade com uma forte participação cívica e Dora, participa ativamente nas atividades da comunidade, reaprendendo novos interesses, tais como a música e a informática.

Mas nem sempre todos os indivíduos recorrem a todas essas oportunidades disponíveis, pelo que o período inicial da transição dos entrevistados no Perfil 1 foi mais difícil. No entanto, verifica-se uma satisfação crescente e uma identificação positiva relativamente à transição para a reforma, perante a reflexão que efetuam ao longo das entrevistas realizadas.

Constata-se, desta forma, que o conhecimento intuitivo sobre esse potencial dos sujeitos, é uma parte da nossa consciência prática que nos impele à ação, recorrendo a toda a uma bagagem biográfica e de momentos já vividos, que nos permitem repensar e agir criativamen-

te perante as dificuldades, ao que Alheit (1995) designa de *aprendizagem biográfica*, com a constatação de que vive-se aprendendo e aprende-se vivendo. Os processos de aprendizagem entre estrutura - contexto social e histórico que enquadram os sujeitos em transição - e a subjetividade que os caracteriza, são múltiplos (idem).

Os participantes no nosso estudo parecem dispor de um conhecimento biográfico adquirido ao longo da sua trajetória de vida passada, que os capacita para preencher ao máximo o espaço social onde se movimentam, criando estratégias compensatórias de *agency*, associadas às mudanças identitárias, características do processo de transição para a reforma e do próprio envelhecimento (Alheit, 1995; Grenier, 2012).

4.6 **Recomendações e contributos para um Plano de Ação**

Considerando que uma maior diversidade de escolhas e opções para os adultos mais velhos de acordo com a sua própria identidade e processos diferenciados de transição para a reforma, facilitará oportunidades de envelhecimento ativo e encorajará um envelhecimento bem-sucedido;

Considerando ainda o discurso narrativo dos entrevistados que, quando chamados a refletir sobre a reforma, conseguem atribuir-lhe significações positivas e recorrem a recursos individuais e comunitários, para a criação de novos modos de vida associados a este novo ciclo da sua trajetória de vida;

Estamos em crer que o Município de Lagoa, como agente local de proximidade, poderá assumir um papel preponderante na criação de condições físicas, sociais e económicas facilitadoras da assunção desses novos papéis sociais, levando-nos a concordar com a sugestão contida no Parecer do Conselho Económico e Social (CES, 2013), relativamente ao desafio do envelhecimento demográfico em Portugal.

Primeiramente, há que contrariar a tendência para a criação de medidas avulsas em áreas diferenciadas, desde a cultura, à educação, passando pelo desporto e a ação social, considerando-se que o maior impacto de uma efetiva política social local no âmbito do envelhecimento populacional, terá de ser integradora das várias áreas de ação sociocultural e de promoção da saúde e bem-estar, envolvendo igualmente as questões da acessibilidade, da segurança e do urbanismo (Oliveira, 2007; GP, 2013; CES, 2013). Sugerimos o enquadramento dessas políticas a nível dos Planos de Urbanização e Planos de Pormenor, para além de enquadrar os Planos de Desenvolvimento Social do concelho de Lagoa.

Em resultado da análise e discussão de dados efetuada e, atento o facto de que as respostas existentes poderão ser melhoradas e rentabilizadas para que cheguem efetivamente a um maior número de beneficiários, uma vez que a aferição da sua utilização através do questionário não é representativa, apresentamos de seguida algumas recomendações que emergiram deste processo de investigação:

A - Espaços públicos e ambientes favoráveis ao envelhecimento:

1. Criar condições físicas de acessibilidade aos espaços públicos de cariz desportivo, recreativo e cultural prioritariamente e, a todos os outros em geral;
2. Facultar informação e apoios financeiros para a adaptação das habitações à mobilidade das pessoas mais velhas, criando condições facilitadoras da manutenção dos adultos mais velhos de forma autónoma no seu meio natural de vida, durante o maior tempo possível;
3. Reforçar a manutenção dos jardins e arborizar os espaços verdes existentes com a criação de passadiços para impulsionar a prática de atividade física e o convívio e lazer;
4. Fomentar a criação de espaços de convívio, nomeadamente Centros de Dia e de Convívio com programação cultural e desportiva associada, para além da componente recreativa;
5. Criar estratégias para generalizar a toda a população a informação e divulgação das respostas existentes na comunidade de forma mais eficaz e direcionada para os adultos mais velhos, integrando os contributos dos vários parceiros que concorrem para o mesmo objetivo.

B - Preparação para a reforma e formação ao longo da vida

1. Protocolar parcerias com empresas e entidades de formação profissional para a realização de planos de preparação para a reforma e gestão da idade a nível dos recursos humanos, atendendo ao aumento da idade ativa e a uma longa trajetória profissional;
2. Criar um serviço de mediação da transição da vida ativa para a reforma, favorecendo um apoio a nível psicossocial e na saúde aos adultos mais velhos e seus familiares, numa parceria entre o Município, a Administração Regional de Saúde e a Segurança Social;

3. Protocolar parcerias com entidades de formação e educação de adultos, para a criação de respostas adequadas às necessidades dos adultos mais velhos, nomeadamente no que diz respeito ao ensino superior e educação formal e não formal, em áreas diferenciadas e de acordo com os interesses dos adultos mais velhos.
4. Criar um serviço de mediação social por parte do Município, que permita a gestão de conflitos percebidos nas relações afetivas, familiares e institucionais, vocacionado quer para os adultos mais velhos, quer para as famílias em geral, facilitando a gestão do quotidiano no âmbito das mudanças associadas às diversas transições que constituem a trajetória de vida dos sujeitos.

C - Valorização do processo de envelhecimento:

1. Criação de condições para a concretização de projetos comunitários de recolha de saberes junto dos adultos mais velhos, através da tradição oral, com enfoque no envolvimento dos idosos socialmente isolados e envolvendo os agrupamentos de escolas e outras associações locais;
2. Fomentar o desenvolvimento de atividades intergeracionais, envolvendo os agrupamentos de escolas e as Instituições Particulares de Solidariedade Social, no sentido de promover a partilha de experiências dos adultos e contrariar o *idatismo*.

D - Participação social:

1. Identificar os idosos isolados, quer em meio urbano como em meio rural, a enquadrar num projeto comunitário em parceria com os agentes de segurança e as Instituições locais, constituído por um roteiro de visitas estruturadas e periódicas aos idosos isolados, com a divulgação das respostas sociais existentes e mobilizador da participação social;
2. Criação de uma plataforma local concelhia representativa das várias idades, locais de residência e género, para auscultação periódica, constituída por adultos mais velhos residentes no concelho com 55 ou mais anos, antecipando a auscultação de eventuais constrangimentos associados ao processo de transição para a reforma;
3. Promover o voluntariado formal dos adultos mais velhos como forma de participação na comunidade e incentivo das relações sociais após a reforma, com a

criação de projetos comunitários que valorizam o seu conhecimento cultural e as suas motivações e interesses.

E - Valorização cultural dos adultos mais velhos:

1. Dinamização e mediação de *ateliers* de recolha do património cultural e histórico local envolvendo os adultos mais velhos;
2. Favorecer condições para a criação de publicações com a recolha das tradições do concelho, nomeadamente festas e romarias entre outras que caracterizam a história local, com o envolvimento dos adultos mais velhos;
3. Envolver os adultos mais velhos na definição da toponímia do concelho, contribuindo para referenciar os feitos das pessoas e entidades que dão nome aos lugares do concelho;
4. Criar condições para a criação de um Museu do Vinho ou um Museu Agrícola, envolvendo os adultos mais velhos e considerando o património local nessa matéria.

F - Apoios sociais e económicos:

1. Criar condições facilitadoras do descanso do cuidador informal, através de uma rede social de apoio formal ou informal, recorrendo eventualmente ao voluntariado;
2. Aumentar os beneficiários e a abrangência da atribuição dos apoios financeiros de cariz social, acesso aos serviços e atividades culturais e desportivas associadas ao Cartão *LagoaSocial* do Município de Lagoa e atualizar o respetivo Guia *LagoaSocial*, com toda a informação concelhia de interesse para os adultos mais velhos;
3. Na atribuição de apoios financeiros e sociais aos adultos mais velhos considerar o contexto social e cultural do beneficiário, nomeadamente as condições económicas, habitacionais, de saúde e mobilidade, suporte social, bem como o seu papel de cuidador e, não apenas a situação económica *per si*.

Estas recomendações que aqui se apresentam só terão substância se apresentadas junto dos adultos mais velhos e discutidas a nível das parcerias locais, numa plataforma local representativa desta população, complementando os diagnósticos existentes com a voz e a opinião dos próprios sujeitos. Com este procedimento pretende-se contrariar o estigma associado a um

envelhecimento de cariz paternalista e não participativo e interventivo (Cabral, Ferreira, Silva, Paula & Marques, 2013), subjacente nos resultados do inquérito por questionário no que concerne aos baixos indicadores relativamente ao exercício de cidadania e participação social.

Consideramos por fim, que de uma forma geral atingimos com esta investigação os dois primeiros objetivos delineados, identificando nas narrativas dos entrevistados os obstáculos e as dificuldades inerentes ao processo de transição da vida ativa para a reforma. Delineou-se ainda dois perfis diferenciados de transição que emergiram da análise efetuada, o que nos permitiu identificar fatores facilitadores, que poderão ser refletidos nas práticas institucionais dos agentes locais.

Foi também possível compreender as circunstâncias que enquadram o processo de transição para a reforma das pessoas mais velhas no concelho de Lagoa, identificando mudanças a nível familiar e de modos de vida e analisando as relações sociais, bem como o contexto histórico e socioeconómico que estruturalmente condicionam as decisões e, impulsionam a capacidade de *agency* destes adultos.

Pensamos ter contribuído para uma reflexão acerca dos atuais apoios sociais formais, que não fornecem o efetivo suporte social pretendido pelos sujeitos ou são do seu desconhecimento. Aferimos os significados atribuídos à reforma pelos sujeitos e, constatamos que todo o manancial adquirido ao longo da trajetória de vida das pessoas mais velhas, contribui criativamente para a assunção de novos papéis sociais na constante (re)construção de identidades associadas ao processo de transição, através de uma abordagem de *aprendizagem biográfica*.

Quanto ao terceiro objetivo, consideramos que ficou aquém do pretendido, apesar de termos conseguido aplicar um questionário representativo da população de referência em situação de reforma, entre os 60 e os 70 anos, não foi possível envolver os decisores e técnicos da autarquia e das Instituições que atuam no concelho de Lagoa ao longo do processo de investigação, nem foi possível evidenciar as potencialidades da participação cidadã dos adultos mais velhos residentes no concelho.

Consideramos que a redefinição do objetivo 3 encetará um novo ciclo de investigação-ação, com a avaliação do eventual impacto resultante da aplicação de algumas das propostas aqui deixadas a nível da adequação das respostas locais de âmbito ocupacional, de apoio social, económico e cultural às necessidades dos adultos mais velhos.

Este novo ciclo de investigação permitirá aferir se o Plano de Ação delineado a partir das recomendações que aqui deixamos, conseguirá limitar e atenuar os inconvenientes inerentes ao processo de transição da vida ativa para a reforma no concelho de Lagoa.

4.7 Potencialidades, limitações e dificuldades da investigação

O desenho preliminar do projeto de investigação, os seus objetivos, operacionalização e cronograma foram antecipadamente discutidos com os órgãos do executivo da autarquia, presidente e vereador do pelouro da ação social, saúde e desporto e também com a equipa técnica da Unidade Orgânica, que foi acompanhando a investigação. Considera-se assim ser essa a grande potencialidade deste estudo, que permitirá mais facilmente enquadrar as respetivas recomendações na dinâmica da prática profissional.

O facto de vir a enquadrar a continuidade desta investigação-ação numa organização de âmbito concelhio e que constitui um órgão de poder local, com forte influência a nível das relações institucionais e de cooperação, possibilitará atribuir um sentido utilitário aos resultados/recomendações, facilitando a sua disseminação e operacionalização quer junto dos próprios adultos mais velhos, como dos parceiros sociais locais, com o fim último de contribuir para a melhoria da realidade social em estudo.

Um outro fator positivo é estar na agenda europeia e nacional a questão do envelhecimento demográfico, avivado pelo "Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações" realizado em 2012. Esta ocorrência, resultou localmente na criação de um Grupo de Trabalho temático na Rede Social de Lagoa que continua em atividade, refletindo-se ainda na agenda política das autarquias locais e instituições um interesse crescente por desenvolver projetos e ações vocacionados para a população de referência.

A maior fragilidade deste processo investigativo resultou do tempo acrescido para a aplicação de um inquérito por questionário que efetivamente representasse a população residente no concelho, que ocupou uma grande parte do tempo destinado à investigação, não permitindo atingir todos os objetivos delineados.

Um outro aspeto crítico foi a dificuldade de conciliação da vida profissional, familiar e académica, o que gerou alguns constrangimentos e acrescentada dificuldade na gestão de tempo e disponibilidade para o estudo, não tendo sido possível cumprir o cronograma como inicialmente foi projetado.

4.8 Sugestão de Investigações futuras

Para investigações futuras esboça-se a intenção de propor quer à autarquia que preside o Conselho Local de Ação Social de Lagoa, quer aos restantes parceiros locais que o compõem, o enquadramento da apresentação das recomendações propostas neste estudo no seu

Plano de Ação anual, através da realização de sessões de *focus group interviews*, constituindo-se uma continuidade deste processo de investigação-ação agora iniciado.

Tratando-se de uma técnica que segundo Morgan (1996) permite colher as interpretações dos participantes em relação aos resultados de estudos anteriores, facilitará a participação daqueles a quem se destinam as propostas apresentadas, quando é objetivo da investigação ao abrigo da metodologia de investigação-ação envolver a população de referência no processo, de forma participativa e emancipatória.

O recurso ao *focus groups* permitirá que “os participantes construam e reconstruam os seus posicionamentos em termos de representação e de atuação futura” (Galego & Gomes, 2005, p. 179). Esta técnica é assim adequada para avaliar as propostas aqui apresentadas e desenvolver um programa de ação.

Consideramos, assim, ser adequada a sua utilização de *focus group*, no sentido de proporcionar uma maior capacidade reflexiva e de aprendizagem biográfica por parte dos adultos mais velhos, conforme defende Alheit (1995).

Para a realização destes debates através de *focus groups*, pretende-se envolver quer os próprios adultos mais velhos, mas também os agentes locais, nomeadamente dirigentes e técnicos das Instituições, autarquias locais e entidades parceiras da administração central, face à limitação encontrada na presente investigação.

O resumo das sessões de *focus groups*, a transcrição dos registos áudio a realizar e a respetiva análise de conteúdo, contribuirá para uma reflexão conjunta acerca da problemática, conforme sugere Flick (2005), tendente à construção de projetos e ações concretas passíveis de enquadrar o Plano de Desenvolvimento Social de Lagoa, no âmbito do Conselho Local de Ação Social de Lagoa, na concretização das quais todos se sintam responsáveis. O recurso à metodologia participativa de projeto, enquadra-se plenamente nos pressupostos da investigação-ação, uma vez que se “pretende, simultaneamente, obter conhecimento e alterar os contextos da ação” (Guerra, 2002, p. 120).

Outras linhas de investigação que sobressaem desta investigação, será eventualmente um estudo qualitativo longitudinal, que acompanhe o percurso de transição de um grupo de sujeitos mais alargado e representativo, permitindo aferir a forma como ultrapassam os constrangimentos e as estratégias que utilizam neste processo de adaptação contínua e de (re)construção de novas identidades. Sobressai a necessidade de um estudo que permita a construção de tipologias de transição para a reforma, associadas ao estado de bem-estar físico, social e emocional, passível de aferir o sentimento de satisfação para com a reforma ao longo do curso da vida nessa condição subjetiva.

Apresentaram-se aqui as principais reflexões que nos poderão conduzir a um olhar diferente e a uma (re)descoberta da nossa prática profissional, esta dissertação obrigou-nos a parar; a parar para pensar, a parar para olhar, a parar para escutar e para sentir a realidade nos seus diversos contextos de desenvolvimento e influência. Estamos conscientes de que esta é uma longa caminhada, que, apenas agora se iniciou, com uma determinação renovada de contribuir para a compreensão do que nos rodeia, na busca pela produção de conhecimento e num estímulo continuado de crescimento pessoal e profissional.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Administração Regional de Saúde do Algarve, I.P. e Municipio de Lagoa. (2008). *Acordo de Cooperação Unidade Móvel de Saúde*. Lagoa.
- Adôa, A., & Fonseca, J. R. (2011). Sustentabilidade do Estado Social. *Conferência Internacional Sobre Envelhecimento* (pp. 101-111). Lisboa: Fundação D. Pedro IV.
- Albarello, L., Digneffe, F., Hiernaux, J., Maroy, C., Ruquoy, D., & Saint-Georges, P. (2005). *Práticas e métodos de investigação em ciências sociais*. Lisboa: Gradiva.
- Algarve Mais. (18 de junho de 2013). *PS Lagoa visitou a freguesia de Estombar*. Obtido de Algarve Mais: <http://www.algarvemais.pt/index.php/component/k2/item/283-ps-lagoa-visitou-a-freguesia-de-estombar>
- Alheit, P. (1995). Biographical learning. Theoretical outline, challenges and contradictions of a new approach in adult education. In P. Alheit, A. Bron-Wojciechowska, E. Brugger, & P. Dominicé (Edits.), *The Biographical Approach in European Adult Education* (pp. 57-74). Wien: Verband Wiener Volksbildung.
- Almeida, J. F., & Pinto, J. M. (1990). *A investigação nas ciências sociais* (4ª ed.). Lisboa: Editorial Presença.
- Almeida, M. F. (2007). Envelhecimento: Activo? Bem sucedido? Saudável? *Fórum Sociológico*, 17(2), 17-24.
- Alvarado, L., & Garcia, M. (2008). Características más relevantes del paradigma socio-crítico: su aplicación en investigaciones de educación ambiental y de enseñanza de las ciencias realizadas en el doctorado de educación del Instituto Pedagógico de Caracas. *Sapiens*, 9 (2), pp. 187-200. Obtido em 23 de julho de 2012, de Scielo: http://www2.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1317-58152008000200011&nrm=iso
- Baltes, P. B., & Baltes, M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In P. B. Baltes, & M. Baltes (Edits.), *Successful Aging: Perspectives from the behavioral sciences* (pp. 1-34). New York: European Science Foundation.
- Baptista, I. (2013). *Avaliação da implementação da recomendação da União Europeia sobre inclusão activa: Um estudo das políticas nacionais*. Centro de Estudos para a Intervenção Social . Portugal: European Union.
- Batiste, A. (2002). La image de la jubilació. Actituds i expectatives de la població adulta. *Revista Catalana de Sociologia*, 16, pp. 55-74.
- Behring, E. R. (2012). O Estado Social Europeu tem futuro? In R. Varela (Ed.), *Quem paga o Estado Social em Portugal? Onde nos leva esta crise económica? O Estado de bem-estar social europeu tem futuro? Dívida pública: Dívida de todos ou negócio de alguns?* (pp. 21-70). Lisboa: Bertrand.
- Bell, J. (2010). *Como realizar um projecto de investigação*. (5ª ed.). Lisboa: Gradiva.
- Bender, K. A. (2012). An analysis of well-being in retirement: The role of pension, health, and 'voluntariness' of retirement. *The Journal of Socio-Economics*, 41, pp. 424-433.
- Bertaux, D. (2005). *Los relatos de vida. Perspectiva etnosociológica*. Barcelona: Edicions Bellaterra.
- Bodgan, R., & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação: uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.
- Bourdieu, P. (1984). Espace social et genèse des "classes". *Actes de la recherche en sciences sociales*, 3 (14), 52-53. Obtido em 28 de junho de 2012, de http://www.persee.fr/web/revues/home/prescript/article/arss_0335-5322_1984_num_52_1_3327
- Bourdieu, P. (1987). *Cosas Dichas*. Barcelona, España: Editorial Gedisa.

- Bordieu, P. (2011). La ilusion biográfica. *Acta Sociológica*, 56, 121-128. Obtido em 3 de março de 2012, de <http://journals.unam.mx/index.php/ras/article/download/29460/27409>
- Cabral, M. V., Ferreira, P. M., Silva, P. A., Paula, J., & Marques, T. (2013). *Processos de envelhecimento em Portugal. O uso do tempo, redes sociais e condições de vida*. Lisboa : Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Cadilhe, M. (2013). *O sobrepeso do Estado em Portugal*. Vila Nova de Gaia: Arkheion Editores.
- Capucha, L. (2005). Envelhecimento e políticas sociais: novos desafios aos sistemas de protecção: Protecção contra o "risco de velhice": que risco? *Sociologia, Revista da Fcauldade de Letras*, 15, pp. 337 - 347.
- Carvalho, M. I. (2010). *Os Cuidados Domiciliários em Instituições de Solidariedade Social no Concelho de Cascais*. Obtido em 11 de julho de 2013, de Repositório do ISCTE - IUL: <http://hdl.handle.net/10071/2364>
- Chesebro, J. M., & Borisoff, D. J. (2007). What Makes Qualitative Research Qualitative? *Qualitatives Research Reports in Communication*, 8(1), pp. 3-14.
- Chizzotti, A. (2003). A pesquisa qualitativa em ciências humanas e sociais: Evolução e desafios. *Revista Portuguesa de Educação*, 16(2), pp. 221-236.
- Cohen, L., & Manion, L. (2002). *Métodos de investigación educativa* (2.^a ed.). Madrid: Editorial La MUralla.
- Conselho de Ministros. (20 de março de 2011). *Potugal2020, programa nacional de reformas*. Obtido em 12 de julho de 2013, de eurocid: <https://infoeuropa.eurocid.pt/registo/000046536/documento/0001/>
- Conselho Económico e Social. (março de 2013). *Parecer de Iniciativa sobre as consequências económicas, sociais e organizacionais decorrentes do envelhecimento da população*. Obtido em 14 de julho de 2013, de Conselho Económico e Social, Portugal: http://www.ces.pt/download/1359/FINAL_completa%20com%20ESTUDO.pdf
- Conselho Local de Acção Social de Lagoa. (2006). *Regulamento Interno do Conselho Local de Acção Social de Lagoa*. Lagoa: Rede Social de Lagoa.
- Cosco, T., Stephan, B., & Brayne, C. (2013). On the sucess of the successful ageing paradigm. *Journal of Apllied Gerontology*, 32 (4), pp. 275-276.
- Council of the European Union. (2010). *Council conclusions on active ageing*. Obtido em 7 de junho de 2013, de The Council of the European Union: http://www.consilium.europa.eu/uedocs/cms_Data/docs/pressdata/en/lisa/114968.pdf
- Coutinho, C. P. (2004). Quantitativo versus qualitativo: questões paradigmáticas na pesquisa em avaliação. *Actas do XVII Colóquio ADMEE-Europa* (pp. 436-448). Lisboa: Edição Educa.
- Coutinho, C. P. (2013). *Metodologia de Investigação em Ciências Sociais e Humanas: Teoria e Prática* (2.^a ed.). Coimbra: Almedina.
- Coutinho, C. P., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., Ferreira, M. J., & Vieira, S. (2009). Investigação-Acção: Metodologia preferencial nas práticas educativas. *Psicologia, Educação e Cultura*, 13(2), pp. 455-479.
- Creswell, J. W., & Garrett, A. (2008). The "movement" of mixed methods research and the role of educators. *South Africa Journal of Education*, 28, pp. 321-333.
- Crouch, M., & McKenzie, H. (2006). The logic of small samples in interview-based qualitative research. *Social Science Information*, 45, pp. 483-499. Obtido em 29 de fevereiro de 2009, de Sage: <http://ssi.sagepub.com/cgi/content/abstract/45/4/483>
- Daniel, F. (2006). O conceito de velhice em transformação. *Interações: Sociedade e as novas modernidades*, 1(10), pp. 113-122.

- Dannefer, D., & Lin, J. (2013). Commentary: contingent ageing, naturalisation and some rays of intellectual hope. In J. Baars, J. Dohmen, A. Grenier, & C. Philipson (Edits.), *Ageing, Meaning and Social Structure, Connecting critical and humanistic gerontology* (pp. 181-195). Bristol: Policy Press.
- Decisão n.º 940/2011/EU do Parlamento Europeu e do Conselho de 14 de setembro. Portugal: Jornal Oficial da União Europeia n.º L246/9.
- Decreto-lei n.º 119/1983 de 25 de fevereiro. *Diário da República n.º 46, 1ª Série*. Lisboa: Ministério dos Assuntos Sociais.
- Decreto-lei n.º 238/1998 de 1 de agosto. *Diário da República n.º 176, 1ª Série-A*. Lisboa: Ministério do Ambiente.
- Decreto-lei n.º 115/2006, de 14 de junho. *Diário da República n.º 114, 1ª Série-A*. Lisboa: Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social.
- Decreto Lei n.º 187/2007, de 10 de maio. *Diário da República n.º 90, 1ª Série*. Lisboa: Ministério do Trabalho e da Solidariedade.
- Decreto-lei n.º 143/2010, de 31 de dezembro. *Diário da República n.º 25, 1ª Série*. Lisboa: Ministério do Trabalho e da Solidariedade.
- Demakakos, P., Gjonca, E., & Nazroo, J. (2007). Age Identity, Age Perceptions, and Health, Evidence from the english longitudinal study of ageing. *Annals of the New York Academy of Sciences, 1114*, pp. 279-287.
- Denzin, N. K. (2008). The new paradigm dialogs and qualitative inquiry. *International Journal of Qualitative Studies in Education, 21(4)*, pp. 315-325.
- Denzin, N. K. (2009). *The Research Act: A Theoretical Introduction to Sociological Methods*. New Jersey: Transaction Publishers.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2011). Introduction: Disciplining the Practice of Qualitative Research. In N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln (Edits.), *The Sage handbook of qualitative research* (4ª ed.). United Kingdom: SAGE Publications.
- Denzin, N. K., Lincoln, Y. S., & Giardina, M. D. (2006). Disciplining qualitative research. *International Journal of Qualitative Studies in Education, 19(6)*, pp. 769-782.
- Doblas, J. L., & Conde, D. M. (2007). *Aspectos sociológicos del envejecimiento*. Obtido em 13 de julho de 2013, de Portal Mayores, Informes Portal Mayores, 73, Lecciones de Gerontologia: <http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/lopez-aspectos-01.pdf>
- Duarte, T. (2009). *A possibilidade da investigação a 3: reflexões sobre triangulação (metodológica)*. Obtido em 17 de julho de 2013, de Repositório do Instituto Universitário de Lisboa: http://repositorio-iul.iscte.pt/bitstream/10071/1319/3/CIES-WP60%20_Duarte.pdf
- Ecclestone, K. (2010). Managing and supporting the vulnerable self. In K. Ecclestone, G. Biesta, & M. Hughes (Edits.), *Transitions and learning through the lifecourse* (pp. 197-210). Abingdon, Oxford: Routledge.
- Ecclestone, K., Biesta, G., & Hughes, M. (2010). Transitions in the life course, the role of identity, agency and structure. In *Transitions and learning through the lifecourse* (pp. 1-15). Abingdon, Oxford: Routledge.
- Eder, K. (2009). A theory of collective identity making sense of the debate on a 'European Identity'. *European Journal of Social Theory, 12(4)*, pp. 427-447.
- Elliott, J. (1991). *Action research for educational change*. Buckingham: Open University Press.
- Emirbayer, M., & Mische, A. (1998). What is Agency? *The American Journal of Sociology, 103(4)*, pp. 962-1023.
- Esteves, A. J. (1986). A investigação-acção. In A. S. Silva, & J. M. Pinto, *Metodologia das ciências sociais* (pp. 251-278). Porto: Edições Afrontamento.

- European Union. (2011). *Active ageing and solidarity between generations. A statistical portrait of the European Union 2012*. Luxembourg: Publications Office of the European Union.
- European Union. (2012). *The EU contribution to active ageing and solidarity between generations*. Obtido em 7 de junho de 2013, de Publications Office of the European Union: <http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=738&langId=en&pubId=6920>
- Featherman, D. L., Smith, J., & Peterson, J. G. (1990). Successful aging in a post-retired society. In P. B. Baltes, & M. Baltes (Edits.), *Successful Aging: Perspectives from the behavioral sciences* (pp. 50-93). New York: The European Science Foundation.
- Fernandes, A. (2001). Velhice, solidariedades familiares e politica social. Itinerário de pesquisa em torno do aumento da esperança de vida. *Sociologia problemas e práticas*, 36, pp. 39-52.
- Fernandes, A. A. (2007). Determinates da Mortalidade e da Longevidade: Portugal numa perspectiva Europeia (EU 15, 1991-2001). *Análise Soocial*, 183, pp. 419-443.
- Fernandes, A. T. (2005). Processos e estratégias do envelhecimento. *Sociologia*, 15, pp. 223-247.
- Fernandes, A., & Botelho, M. (2007). Envelhecer Activo, envelhecer saudável: O grande desafio. *Forum Sociológico*, 17(2), pp. 11-16.
- Fernandes, D. (1991). Notas sobre os paradigmas da investigação em educação. *Noesis*, 18, pp. 64-66.
- Ferreira, M., Proença, T., & Proença, J. F. (2008). As motivações no trabalho voluntário. *Revista Portuguesa e Brasileira de Gestão*, 7(3), pp. 43-53. Obtido em 13 de setembro de 2013, de Scielo Portugal: <http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-44642008000300006&lng=pt&nrm=iso>
- Ferreira, P. M., Jerónimo, P., Cabral, M. V., & Silva, P. A. (2011). Representações da reforma e envelhecimento . *Conferência Internacional sobre Envelhecimento* (pp. 131-141). Lisboa: Fundação D. Pedro IV.
- Flick, U. (2004). Triangulation in Qualitative Research. In U. Flick, E. Kardorff, & I. Steinke (Edits.), *A Companion to Qualitative Research* (pp. 178-183). London: Sage Publications.
- Flick, U. (2005). *Métodos qualitativos na investigação científica*. Lisboa: Monitor.
- Florentino, T. (2012). *Cadernos de apontamentos. Métodos quantitativos I*. Lisboa: Escola Superior de Atividades Imobiliárias.
- Fonseca, A. M. (2005). Aspectos psicológicos da "passagem à reforma". Um estudo qualitativo com reformados portugueses. In C. Paúl, & A. Fonseca, *Envelhecer em Portugal* (pp. 45-73). Lisboa: Climepsi Editores.
- Fonseca, A. M. (2006). *O envelhecimento. Uma abordagem psicológica* (2.^a ed.). Lisboa: Universidade Católica Editora.
- Fonseca, A. M. (2012). *Do trabalho à reforma: quando os dias parecem mais longos*. Obtido de <http://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/10582.pdf>
- Fragoso, A., & Martins, V. (2011). Older adults in the cross-border areas of southern Portugal and Spain: shared narratives, learning and the construction of identity. *International Journal of Education and Ageing*, 1(3), pp. 253-266.
- Franco, R. C., Sokolowski, S. W., Hairel, E. M., & Salamon, L. M. (2005). *O sector não lucrativo português numa perspectiva comparada*. (R. C. Franco, Trad.) Porto: UniarTE Gráfica.
- Frank, L. R., Mitchell, J. B., & Blanchett, D. M. (2012). *Transition to Old Age (Superannuation) in a 3-D, Age-Based, Dinamyc, Serially Connected and Annually Recalculated Retirement Distribution Model*. Obtido em 27 de abril de 2013, de Social

- Science Research Network:
http://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2050003
- Freixo, M. J. (2012). *Metodologia científica. Fundamentos, métodos e técnicas* (4.^a ed.). Lisboa: Instituto Piaget.
- Gabinete de Estratégia e Planeamento, Ministério da Solidariedade e da Segurança Social. (2012). *Carta Social - Rede de Serviços e Equipamentos Sociais - 2011*. Obtido em 12 de julho de 2013, de Carta Social: <http://www.cartasocial.pt/pdf/csosocial2011.pdf>
- Galego, C., & Gomes, A. A. (2005). Emancipação, ruptura e inovação: o "focus group" como instrumento de investigação. *Revista Lusófona de Educação*, 5, pp. 173-184.
- Generoso, S. (2012). Realização de investigação "O processo de transição da vida ativa para a reforma no concelho de Lagoa - Algarve". *Informação/Parecer n.º 8579*. Lagoa: Município de Lagoa, Ação Social e Saúde.
- Godfrey, M., Townsend, J., & Denby, T. (2004). *Building a good life in older people in local communities: The experience of ageing in time and place*. York: Joseph Rowntree Foundation.
- Golding, B. (2011). Older men's learning through age-related community organizations in Australia. *International Journal of Education and Ageing*, 1(3), pp. 237-252.
- Gomez-Mejia, L. R., & Wiseman, R. M. (2007). Does agency theory have universal relevance? A reply to Lubatkin, Lane, Collin and Very. *Journal of Organizational Behavior*, 28, pp. 81-88.
- Gonçalves, D., Martín, I., Guedes, J., Cabral-Pinto, F., & Fonseca, A. M. (2006). Promoção da qualidade de vida dos idosos portugueses através da continuidade de tarefas produtivas. In *Psicologia, Saúde & Doenças*, 7 (1) (pp. 137-143).
- Gonçalves, H. S. (1994). Processos de (re)construção de identidades culturais num bairro de habitação social. *Sociologia - Problemas e Práticas*, 16, pp. 135 - 149.
- Governo de Portugal. (2012). *Ano Europeu do Envelhecimento Activo e da Solidariedade entre Gerações, Programa de Ação, 2012: Portugal*. Obtido em 20 de 6 de 2013, de Instituto de Gestão Financeira do Fundo Social Europeu: <http://www.igfse.pt/upload/docs/2012/Programa%20A%C3%A7aoAnoEuropeu2012.pdf>
- Governo de Portugal. (2013). *Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre as Gerações, Relatório de Atividades, 2012: Portugal*. Obtido em 12 de julho de 2013, de Socialgest: http://www.socialgest.pt/_dlds/RELATRIO%20ATIVIDADES%2015Fev2013x.pdf
- Grenier, A. (2012). *Transitions and the lifecourse, challenging the constructions of 'growing old'*. Bristol, UK: The Policy Press.
- Grenier, A., & Phillipson, C. (2013). Rethinking agency in late life: structural and interpretive approaches. In J. Baars, J. Dohmen, A. Grenier, & C. Phillipson (Eds.), *Ageing, Meaning and Social Structure, Connecting critical and humanist gerontology* (pp. 55-79). Bristol, UK: Policy Press.
- Guedes, J. (2011). Tipologia de modos de vida na reforma e identidade(s) do reformado. *Conferência Internacional Sobre Envelhecimento* (pp. 173-180). Lisboa: Fundação D. Pedro IV.
- Guedes, R., & Pereira, R. V. (2012). Quem paga o Estado Social em Portugal? In R. Varela (Ed.), *Quem paga o Estado Social em Portugal? Onde nos leva esta crise económica? O Estado de bem-estar social europeu tem futuro? Dívida Pública: Dívida de todos ou negócio de alguns?* (pp. 21-70). Lisboa: Bertrand Editora.
- Guerra, I. C. (2002). *Fundamentos e Processos de Uma Sociologia de Ação. O Planeamento em Ciências Sociais*. Parede: Príncípia.

- Guillemard, A. (2005). Une nouvelle gestion des âges en réponse au vieillissement de la population. *Sociologia, Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, pp. 317-336.
- Hamilton, M. (2012). Managing transitions in skills for life. In K. Ecclestone, G. Biesta, & M. Hughes (Eds.), *Transitions and learning through the lifecourse* (pp. 69-86). London: Routledge.
- Hsieh, H., & Shannon, S. E. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. *Sage Publications, 15*(9), pp. 1277-1288.
- Hunter, W., Wang, W., & Worsley, A. (2007). Retirement Planning and Expectations of Australian Babyboomers. Are They Ready to Retire? *Annals of the New York Academy of Sciences, 1114*, pp. 267-278.
- Ilmarinen, J. (2012). *Promover o envelhecimento ativo no local de trabalho*. Obtido em 10 de julho de 2013, de Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho: <https://osha.europa.eu/pt/publications/articles>
- Instituto da Segurança Social, I.P. (2012). *Guia prático: Conforto habitacional para pessoas idosas*. Lisboa: Instituto da Segurança Social, I.P.
- Instituto de Segurança Social, I.P. (2013). *Sou Cidadão: Reforma*. Obtido em 11 de julho de 2013, de Segurança Social: <http://www4.seg-social.pt/reforma>
- Instituto de Segurança Social, I.P. (2013b). *Segurança Social*. Obtido em 11 de julho de 2013, de Complemento por dependência: <http://www4.seg-social.pt/complemento-por-dependencia>
- Instituto de Segurança Social, I.P. (2013c). *Apoios Sociais e Programas: Idosos*. Obtido em 13 de julho de 2013, de Segurança Social: <http://www4.seg-social.pt/idosos>
- Instituto de Segurança Social, I.P. (2013d). *Guia prático. Apoios sociais idosos*. Lisboa: Instituto de Segurança Social, I.P.
- Instituto de Emprego e Formação Profissional. (2001). *Classificação Nacional de Profissões - Versão 1994* (2ª ed.). Lisboa: Gabinete de Comunicação, Núcleo de Informação e Documentação.
- Instituto Nacional de Estatística, I.P. (2009). *Projeções de População residente em Portugal 2008-2060*. Lisboa, Portugal: Instituto Nacional de Estatística, I.P.
- Instituto Nacional de Estatística, I.P. (2012). *Censos 2011. Resultados definitivos região do Algarve*. Lisboa: Instituto Nacional de Estatística, I.P.
- Instituto Nacional de Estatística, I.P. (2013). Inquérito ao Voluntariado 2012. *Destaque*, pp. 1-20.
- Junta de Freguesia de Lagoa. (20 de junho de 2011). *Notícias, Apoio Alimentar*. Obtido em 2 de agosto de 2013, de Freguesia de Lagoa: <http://www.jf-lagoa.pt/noticias/56-apoio-alimentar>
- Junta de Freguesia de Lagoa. (s.d.). *Centro Sénior*. Obtido de Freguesia de Lagoa: <http://www.jf-lagoa.pt/centro-senior>
- Kemmis, S. (1993). Action Research and Social Movement: A Challenge for Policy Research. (G. V. Glass, Ed.) *Education Policy Analysis Archives, 1*(1), pp. 1-8.
- Kloep, M., & Hendry, L. B. (2006). Pathways into retirement: Entry or exit? *Journal of Occupational & Organizational Psychology, 79*, pp. 569-593.
- Lasemann, F., & Martin, C. (1995). Estado, comunidade e família face à dependência dos idosos. Ao encontro de um "Welfare-Mix". *Sociologia - Problemas e Práticas, 17*, pp. 115-139.
- Latorre, A. (2003). *La Investigación-acción, Conocer y cambiar la práctica educativa* (1.ª ed.). Barcelona, España: Editorial Graó.
- Lei nº 56/1979, de 15 de setembro. *Diário da República n.º 214, 1ª Série*. Lisboa: Assembleia da República.

- Lei nº 53-B/2006, de 29 de dezembro. *Diário da República n.º 249, 1ª Série*. Lisboa: Assembleia da República.
- Lei nº 66-B/2012, de 31 de dezembro. *Diário da República n.º 252, 1ª Série*. Lisboa: Assembleia da República.
- Lei nº 30/2013 de 8 de maio. *Diário da República n.º 88, 1ª Série*. Lisboa: Assembleia da República.
- Lesemann, F., & Martin, C. (1995). Estado, comunidade e família face à dependência dos idosos. Ao encontro de um "Welfare-Mix". *Sociologia - Problemas e Práticas, 17*, pp. 115-139.
- Lima, A. M., Silva, H. S., & Galhardoni, R. (2008). *Envelhecimento bem sucedido: trajetórias de um constructo e novas*. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação, 12* (27). pp. 795-807. Obtido em 7 de julho de 2013, de Scielo: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832008000400010&lng=en&nrm=iso&tlng=pt
- Lima, M. P. (2010). *Envelhecimento(s)*. *Estado da Arte*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Lopes, A. (2005). Familialism and financial resources in old age. Setting the scene for the use of long-distance assisted care mechanisms in Portugal. *Sociologia, Revista da Faculdade de Letras, 15*, pp. 349-369.
- Lopes, A. (2010). *Idosos e riscos de exclusão social: a dimensão monetária e não monetária*. Obtido em 22 de junho de 2013, de Associação Portuguesa de Sociologia, Secção de Pobreza, Exclusão Social e Políticas Sociais: <http://www.aps.pt/cms/imagens/ficheiros/FCH4d70d03d019fe.pdf>
- Lopes, A., & Lemos, R. (2012). *Sociologia, Vol. Temático, Envelhecimento demográfico: percursos e contextos de investigação na sociologia portuguesa*. Obtido em 5 de julho de 2013, de Biblioteca Digital da Faculdade de Letras da Universidade do Porto: <http://ler.letras.up.pt/site/default.aspx?qry=id04id111id2582&sum=sim>
- Lopes, L. M. (2007). Envelhecimento Activo: Uma Via para o Bem-Estar. *Fórum Sociológico, 17*(2), pp. 65-68.
- Loureiro, H. (2011). Vulnerabilidade em saúde decorrente da vivência da passagem à reforma. *Conferência Internacional Sobre Envelhecimento* (pp. 143-154). Lisboa: Fundação D. Pedro IV.
- Machado, P. (2007). Reflectindo sobre o conceito de envelhecimento activo, pensando no envelhecimento em meio urbano. *Fórum Sociológico, 17*(2), pp. 53-63.
- Marhánková, J. H. (2011). Leisure in old age: disciplinary practices surrounding the discourse of active ageing. *International Journal of Ageing and Later Life, 6*(1), pp. 5-32.
- Marques, S. (2011). *Discriminação da terceira idade*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Marques, S., Batista, M., & Silva, P. A. (2012). A promoção do envelhecimento ativo em Portugal. *Sociologia, Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto, Vol. Temático: Envelhecimento Demográfico, 53-73*.
- Marshall, V. W., & Bengtson, V. L. (2011). Theoretical Perspectives on the Sociology of Aging. In R. A. Setersten Jr., & L. A. Jacqueline (Edits.), *Handbook of Sociology of Aging* (pp. 17-33). New York, USA: Spinger.
- Martins, R. M. (2005). A relevância do apoio social na velhice. *Millenium, Revista do ISPV, 31*, pp. 128-134.
- Martins, R. M. (2006). Envelhecimento e políticas sociais. *Millenium, Revista do ISPV, 32*, pp. 126-140.
- Máximo-Esteves, L. (2008). *Visão Panorâmica da Investigação-Acção*. Porto: Porto Editora.

- Maxwell, J. K. (2005). *Qualitative Research Design. An Interactiv Approach* (2ª ed.). Thousand Oaks: Sage Publications.
- McNiff, J. (2013). *Action Research, principles and practice* (3ª ed.). Abingdon, Oxford: Routledge.
- Ministério da Saúde. (2011). *Unidade de Cuidados na Comunidade D'Alagoa iniciou atividade em Lagoa*. Obtido em 13 de julho de 2013, de ARS Algarve, I.P.: <http://www.arsalgarve.min-saude.pt/portal/?q=node/3238#sthash.CCDPH2BB.dpuf>
- Ministério da Saúde. (2013). *Administração Regional de Saúde do Algarve, I.P.* Obtido em 20 de julho de 2013, de Lista Atualizada de Admissões e vagas na RNCCI na região Algarve: http://www.arsalgarve.min-saude.pt/portal/sites/default/files//images/centrodocs/RNCCI/Informacao_on_line_06_Maiol_13.pdf
- Ministério da Segurança Social, da Família e da Criança. (2004). *Guia Prático para a Implementação da Rede Social*. Lisboa: Instituto da Segurança Social, I.P.
- Mirabile, M. L. (2004). Conclusions. In T. Maltby, B. Vroom, M. L. Mirabile, & E. Overbye (Edits.), *Ageing and the Transition to Retirement. A Comparative Analysis of European Welfare States*. Hants, England: Ashgate.
- Moen, P. (2003). Midcourse, navigating retirement and a new life stage. In J. T. Mortimer, & M. J. Shanahan (Edits.), *Handbook of Life Course* (pp. 269-291). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Moen, P., Kim, J. E., & Hofmeister, H. (2001). Couples' Work/Retirement Transitions, Gender and Marital Quality. *Social Psychology Quarterly*, 64(1), pp. 55-71.
- Monteagudo, G. J. (2000). El paradigma interpretativo en la investigación social y educativa: nuevas respuestas para viejos interrogantes. *Cuestiones pedagógicas: Revista de Ciências de la educación*, 15, pp. 227-246.
- Morais, C. (s.d.). *Descrição, análise e interpretação de informação quantitativa. Escalas de medida, estatística descritiva e inferência estatística*. Bragança: Instituto Politécnico de Bragança, Escola Superior de Educação.
- Moreira, C. (1994). *Planeamento e estratégias da investigação social*. Lisboa: Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas.
- Moreira, J. M. (2004). *Questionários: Teoria e Prática*. Coimbra: Almedina.
- Morgan, D. L. (1996). Focus Groups. *Annual Review of Sociology*, 22, pp. 129-152.
- Morin, E. (1982). *Ciência com consciência*. Mem-Martins, Portugal: Europa-América.
- Morse, M. J. (2008). Confusing categories and themes. *Sage Publications*, 18(6), pp. 727-728.
- Mota-Pinto, A., Rodrigues, V., Botelho, A., Veríssimo, M. T., Morais, A., Alves, C., . . . Oliveira, C. R. (2010). A socio-demographic study of aging in the Portuguese population: The EPEPP study. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, pp. 1-5.
- Motta, A. B. (1999). As dimensões de género e classe social na análise do envelhecimento. *Cadernos Pagu*, 13, pp. 191-221.
- Município de Lagoa. (3 de junho de 2013). *Notícias*. Obtido em 20 de julho de 2013, de Município de Lagoa: <http://portaldomunicipe.cm-lagoa.pt/2832/camara-de-lagoa-assinou-protocolos-de-apoio-financeiro-com-instituicoes-do-concelho-cuja-atividade-visa-o-apoio-social-e-humanitario-as-populacoes-no-valor-de-29100000%E2%82%AC.aspx>
- Município de Lagoa. (s.d.). *Município de Lagoa*. Obtido em agosto de 2 de 2013, de Programa Municipal Desporto para Todos "Viva+": <http://www.cm-lagoa.pt/pt/menu/347/programa-municipal-desporto-para-todos-viva--.aspx>
- Município de Lagoa. (s.d.). *Tabela de Preços Piscina Municipal*. Obtido em 27 de julho de 2013, de Município de Lagoa: <http://cms.cm->

- lagoa.pt/upload_files/client_id_2/website_id_1/Tabela%20Precos%20epoca%202012%202013.pdf
- Município de Lagoa. (s.d.). *Unidade Móvel de Saúde*. Obtido em 30 de julho de 2013, de Município de Lagoa Algarve: <http://www.cm-lagoa.pt/pt/804/unidade-movel-de-saude.aspx>
- Nazareth, J. (2009). *Crescer e envelhecer. Constrangimentos e oportunidades do envelhecimento demográfico*. Lisboa: Editorial Presença.
- Nunes, N. (2008). *A sociologia das classes sociais na investigação sociológica em Portugal*. Obtido em 27 de março de 2012, de Repositório do Instituto Universitário de Lisboa: <http://hdl.handle.net/10071/720>
- Observatório Português dos Sistemas de Saúde. (2013). *Relatório de Primavera 2013: Duas faces da saúde*. Obtido em 13 de julho de 2013, de Observatório Português dos Sistemas de Saúde: <http://www.observaport.org/sites/observaport.org/files/RelatorioPrimavera2013.pdf>
- Observatório Português dos Sistemas Nacionais de Saúde. (2012). *Relatório de Primavera 2012: Crise & Saúde. Um país em sofrimento*. Obtido em 13 de julho de 2013, de Observatório Português dos Sistemas Nacionais de Saúde: <http://www.observaport.org/sites/observaport.org/files/RelatorioPrimavera2012 OPS>
- Oliveira, P. (2007). Viver Cada Vez Mais: Um "Retorno ao Éden"? - Impactos do Envelhecimento Demográfico na Qualidade de Vida dos Mais Velhos. *Fórum Sociológico*, n.º 17 (2), 81-88.
- Phillipson, C. (2002). *Transition from work to retirement, developing a new social contract*. Bristol: Policy Press.
- Phillipson, C. (2011). Work and Retirement in an Ageing Society. *Conferência Internacional Sobre Envelhecimento* (pp. 89-98). Lisboa: Fundação D. Pedro IV.
- Pimentel, I. F. (2011). *A história da PIDE*. Lisboa: Temas e Debates.
- Pinquart, M., & Schindler, I. (2009). Change of leisure Satisfaction in the Transition to Retirement: A Latent-Class Analysis. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 31(4), pp. 311-329.
- Pinto, M. J. (1991). Considerações sobre a produção social de identidade. *Revista Critica de Ciências Sociais*, 32, pp. 217-231.
- Quaresma, M. L. (2007). Envelhecer com futuro. *Fórum Sociológico*, 17(2), pp. 37-42.
- Quinn, J. (2010). Rethinking 'failed transitions' to higher education. In K. Ecclestone, G. Biesta, & M. Hughes (Eds.), *Transitions and learning through the lifecourse* (pp. 118-129). London: Routledge.
- Quivy, R., & Campenhoudt, L. V. (1992). *Manual de investigação em ciências sociais*. Lisboa: Gradiva.
- Rede Social de Lagoa. (2006). *Diagnóstico Social de Lagoa*. Lagoa: Município de Lagoa.
- Rede Social de Lagoa. (2006a). *Plano de Desenvolvimento Social e Plano de Acção*. Obtido em 13 de julho de 2013, de Segurança Social: http://195.245.197.216/CLAS/Todos/DOCS_enviados/806/3.%20Plano%20de%20Desenvolvimento%20Social/Plano%20de%20Desenvolvimento%20Social%20e%20Plano%20de%20Ac%E7%E3o.pdf
- Rede Social de Lagoa. (2011). *Diagnóstico Social do concelho de Lagoa 2011*. Lagoa: Município de Lagoa. Obtido em 13 de julho de 2013
- Rede Social de Lagoa. (2012). *Plano de Desenvolvimento Social de Lagoa e Plano de Acção*. Lagoa: Município de Lagoa.
- Rede Social de Lagoa. (2012a). *Envelhecimento Ativo no concelho de Lagoa: Ações locais de intervenção comunitária com adultos/as maiores*. Lagoa: Município de Lagoa.

- Regulamento n.º 173/2009, de 29 de abril. *Diário da República n.º 83, 2ª Série*. Lagoa: Câmara Municipal de Lagoa (Algarve).
- Resolução do Conselho de Ministros n.º 197/97, de 18 de novembro. *Diário da República, 1ª Série B, n.º 267*. Lisboa: Presidência do Conselho de Ministros.
- Ribeiro, O. (2012). O envelhecimento "ativo" e os constrangimentos da sua definição. *Sociologia, Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto, Numero Temático: Envelhecimento Demográfico*, pp. 33-52.
- Ribeiro, O., & Paúl, C. (2011). *Manual de Envelhecimento Activo*. Lisboa: Lidel.
- Robinson, O. C., Demetre, J. D., & Corney, R. H. (2011). The variable experiences of becoming retired and seeking retiremt guidance: a qualitative thematic analys. *British Journal of Guidance & Counseling, 39 (3)*, pp. 239-258.
- Rodrigues, E. V., Samagio, F., Ferreira, H., Mendes, M. M., & Januário, S. (1999). Políticas Sociais e Exclusão em Portugal. *Sociologia, Problemas e Práticas, 31*, pp. 39-67.
- Rosa, E. (2013). O futuro da proteção social em Portugal e a sustentabilidade da segurança social e da CGA. In R. Varela (Ed.), *A Segurança Social é Sustentável - Trabalho, Estado e Segurança Social em Portugal* (pp. 119-147). Lisboa: Bertrand.
- Rosa, M. J. (1993). O desafio social do envelhecimento demográfico. *Análise Social, 28 (122)*, pp. 679-689.
- Rosa, M. J. (1996). Envelhecimento demográfico: proposta de reflexão sobre o curso dos factos. *Análise Social, 31(139)*, pp. 1183-1198.
- Rosa, M. J. (2012). *O envelhecimento da sociedade portuguesa*. Lisboa: Relógio d'Água Editores.
- Sanches, I. (2005). *Compreender, Agir, Mudar, Incluir. Da investigação-ação à educação inclusiva*. Obtido em 6 de julho de 2013, de Scielo: <http://www.scielo.oces.mctes.pt/pdf/rle/n5/n5a07.pdf>
- Saneugenio, A., & Escontrela, R. (2000). *El modelo critico-reflexivo y el modelo técnico: sus fundamentos y efectos en la formación del docente de la educacion superior*. Obtido em 6 de julho de 2013, de Docencia Universitaria, 1 (1): http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_docu/article/view/4448
- Schulz, R., & Heckhausen, J. (July de 1996). A Life Span Model of Sucessful Aging. *American Psychologist, 51(7)*, pp. 702-714. Obtido em 21 de junho de 2013, de SAGE: <http://ann.sagepub.com/content/503/1/43.refs.html>
- Serrano, G. P. (2007). Modelos de Investigación Cualitativa en Educación Social y Animación Sociocultural, Aplicaciones Prácticas. In G. P. Serrano, O. F. Borda, S. M. Badesa, M. T. González, J. S. Carreras, M. L. Ruiz, . . . M. M. Díaz, & G. Pérez Serrano (Ed.), *Modelos de Investigación Cualitativa en Educación Social y Animación Sociocultural, Aplicaciones Prácticas* (4.ª ed., pp. 21-56). Madrid, España: NARCEA EDICIONES.
- Serrano, G. P., & Martín, S. N. (1992). La investigación-acción en la education formal y no formal. *Enseñanza & Teaching: Revista Interuniversitaria didactica, 10 (11)*, pp. 177-198.
- Sewell Jr, W. H. (1992). A Theory of Structure: Duality, Agency and Transformation. *American Journal of Sociology, 98(1)*, pp. 1-29.
- Shaikh, A. (2012). Quem paga o «bem-estar» no Esatdo-Providência? Um estudo sobre vários países. In R. Varela (Ed.), *Quem paga o Estado Social? O Estado de bem-estar social europeu tem futuro? Dívida Pública: Dívida de todos ou negócio de alguns?* (pp. 119-136). Lisboa: Bertrand.
- Silva, F. C. (2013). *O Futuro do Estado Social*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.

- Silva, M. C. (2010). *Classes sociais. Condição objetiva, identidade e ação colectiva*. Vila Nova de Famalicão: Edições Húmus.
- Silva, M. C. (2013). Pobreza, exclusão social e desigualdade. In R. (. Varela, *A segurança social é sustentável: Trabalho, Estado e Segurança Social em Portugal* (pp. 243-272). Lisboa: Bertrand Editora.
- Smith, J. D., & Gay, P. (2005). *Active ageing in active communities. Volunteering and the transition to retirement*. Institute for Volunteering Research. Bristol: Joseph Rowntree Foundation.
- Staudinger, U. M., Cornelius, S. W., & Baltes, P. B. (1989). The Aging of Intelligence: Potential and Limits. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 503, pp. 43-59.
- Tashakkori, A., & Creswell, J. W. (2007). Editorial: The New Era of Mixed Methods. *Journal of Mixed Method Research*, 1(3), pp. 3-7.
- Teixeira, I. N., & Neri, A. L. (2008). *Envelhecimento bem sucedido: uma meta no curso da vida*. *Psicologia USP*, 19(1), 81-94. Obtido em 24 de junho de 2013, de Scielo: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-65642008000100010&script=sci_arttext
- Teuscher, U. (2010). Change and persistence of personal identities after the transition to retirement. *International Journal of Aging & Human Development*, 70(1), pp. 89-106.
- Universidade Católica Portuguesa. (2012). *O Envelhecimento da População: Dependência, Ativação e Qualidade*. Obtido em 13 de julho de 2013, de Conselho Económico e Social, Portugal: http://www.ces.pt/download/1483/Relatorio%20Final_UCP_ago%202012.pdf
- Varela, R. (2013). A "eugeniização da força de trabalho" e o fim do pacto social. Notas para a história do trabalho, da segurança social e do Estado em Portugal. In R. Varela (Coord.), *A Segurança Social é Sustentável. Trabalho, Estado e Segurança Social em Portugal* (pp. 23-85). Lisboa: Betrand Editora.
- Veloso, E. C. (2009). Terceira idade, uma construção social. *Revista Galego-Portuguesa de Psicologia e Educación*, 17(13), pp. 1138-1663.
- Vicente, M. J. (2007). Envelhecimento demográfico e alargamento do tempo de trabalho - o debate inacabado. Implicações socio-económicas e busca de novos paradigmas. *Fórum Sociológico*, 17(2), pp. 69-79.
- Viegas, S. M., & Gomes, C. A. (2007). *A Identidade na Velhice*. Porto: Editora Âmbar.
- Vilelas, J. (2009). *Investigação, o Processo de Construção do Conhecimento*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Wengraft, T. (2011). *Qualitative research interviewing: Biographic narrative and semi-structured methods*. London: Sage Publications.
- Whitehead, M., & Dhalgren, G. (2006). *Concepts and principles for tackling social inequities in health: Levelling part 1*. Obtido de World Health Organization: http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0010/74737/E89383.pdf
- WHO. (1986). *Carta de Ottawa, promoção da saúde nos países industrializados*. Obtido em 27 de junho de 2012, de World Health Organization: http://www.paho.org/saludyuniversidades/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=2&itemid=12&lang=es
- WHO. (2002). *Active ageing: a policy framework*. Obtido em julho de 23 de 2012, de World Health Organization: http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/who_nmh_nph_02.8.pdf
- Wilson, A., & Pimm, G. (1996). The tyranny of the volunteer: the care and feeding of voluntary workforce. *Management Decision*, 34(4), pp. 24-40.