

ENVELHECIMENTO HUMANO: uma análise sobre as possibilidades de ressignificação frente à aposentadoria

A.C.E.S. Pereira¹* J.O. Souza²

¹UENF 1 ²UENF 2

* anaclaudiaescocard@gmail.com

O envelhecimento humano é um processo natural que envolve mudanças físicas, cognitivas e sociais, e deve ser encarado como uma fase da vida com seus próprios desafios e oportunidades. Com o decorrer dos anos, muitas mudanças ocorreram, desde a década de 60 com o declínio da taxa de fecundidade, nos anos 70/80 a redução da taxa de mortalidade e hoje é possível vivenciar o avanço tecnológico presente em todas as esferas: econômica, política, cultural, entre outras. Segundo Anita Neri, o envelhecimento ativo é aquele que proporciona boa saúde, com estilo de vida compatível à boa saúde, assim como atividade e envolvimento social. É viver a partir dos recursos biológicos, sociais e psicológicos disponíveis. Sendo assim, o objetivo deste trabalho é destacar se há possibilidades de ressignificação frente às limitações que acometem aos idosos, visto que é preciso garantir o bem-estar humano do nascimento até o fim da vida. Garantir possibilidades ao idoso é ir de encontro com a Organização Mundial de Saúde (OMS), que define saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades”. Para isso, é necessário investir em uma aposentadoria saudável, sendo o momento do idoso ressignificar a vida, explorando novos hobbies, investindo em relacionamentos e contribuindo para a comunidade de maneiras diferentes. Ou seja, mantendo o ser humano em movimento e em produção, garantindo o bem-estar do indivíduo. A aposentadoria pode ser vista como um momento de autodescoberta e de busca de novos propósitos, aproveitando a liberdade para se dedicar a projetos pessoais e desfrutar de experiências enriquecedoras. A metodologia utilizada nesse trabalho foi a revisão bibliográfica acerca do tema em livros, periódicos científicos e pesquisas online. Portanto, conclui-se que é necessário investimento nas práticas de ressignificação da vida do idoso aposentado a fim de apresentar novos estilos de vida, possibilidades de prevenção de doenças e da importância dos vínculos familiares em todo processo, apoiando no desenvolvimento do idoso frente às suas decisões, controle financeiro, cuidados com a saúde, produção intelectual, entre outros.

Palavras-chave: Envelhecimento Humano, Aposentadoria, Ressignificação.