

## O ENVELHECIMENTO E SUAS DEMANDAS: COMO SE PREPARAR PARA ESSA FASE DA VIDA

*AGING AND ITS DEMANDS: HOW TO PREPARE FOR THIS STAGE OF LIFE*

Sara Gabriela Domingos dos Reis LOURENÇO  
Centro Universitário Municipal de Franca – Uni-FACEF  
saragabrielalourenco@gmail.com

Ana Carolina Garcia BRAZ  
Centro Universitário Municipal de Franca – Uni-FACEF  
carolbtrovao@gmail.com

Aprovado em 04/2024

### *Resumo*

A terceira idade pode acarretar demandas de diferentes naturezas para o idoso, família e sociedade sendo elas psicossociais, socioeconômicas e de saúde. Esse período pode ser um momento de tranquilidade socioeconômica e psicossocial, à medida que as pessoas se preparam previamente para a fase da velhice. Refletir previamente sobre o tema e tomar decisões em momentos oportunos pode contribuir para uma organização eficaz, com baixos custos e que contribuam para um envelhecimento com qualidade de vida e autonomia. Este estudo se trata de uma revisão narrativa, e espera-se que o estudo contribua com os achados descritos na literatura sobre informações relacionadas ao envelhecimento com qualidade de vida, contribua para efetivação de políticas públicas voltadas à saúde da pessoa idosa e sensibilize a sociedade para a importância da reflexão sobre o tema. Foi possível verificar a importância do planejamento prévio para uma velhice tranquila.

Palavras-chave: Saúde do Idoso. Suporte Financeiro. Envelhecimento Saudável. Atividades Cotidianas.

---

## Abstract

*The third age can lead to demands of different natures for the elderly, family and society, being them psychosocial, socioeconomic and health. This period can be a moment of socioeconomic and psychosocial tranquility, as people prepare in advance for the phase of old age. Reflecting on the subject in advance and making decisions at the right time can contribute to an effective organization, with low costs and that contribute to aging with quality of life and autonomy. This study is a narrative review, and it is expected that the study will contribute to the findings described in the literature on information related to aging with quality of life, contribute to the implementation of public policies aimed at the health of the elderly and sensitize society to the importance of reflection on the subject. It was possible to verify the importance of prior planning for a peaceful old age.*

**Keywords:** *Health of the Elderly. Financial support. Healthy Aging. Everyday Activities.*

## 1 INTRODUÇÃO

---

Crescimento considerável de idosos tem sido observado em todo mundo, em virtude do aumento da expectativa de vida e da diminuição da taxa de fecundidade entre as famílias, e em 2030 segundo as projeções, quase 20% de toda a população será composta por idosos (NASCIMENTO, 2022; IBGE, 2018).

Segundo o Estatuto do Idoso e a lei 10048/00, é considerada pessoa idosa no Brasil aquela com idade igual ou superior a 60 anos e prioridade especial destinada a pessoas com idade igual ou superior a 80 anos (lei 13466/17) visto que em países desenvolvidos a consideração é de 65 anos. O Projeto de Lei 5383/19 altera a legislação vigente e solicita que o atendimento prioritário passe a ser igual ou superior a 65 anos (BRASIL, 2000, 2017, 2019)

Estudos identificaram características sociodemográficas e assistenciais que indicam vulnerabilidades em idosos dependentes, cuidadores familiares e formais: sexo feminino representa a maior taxa de dependência na velhice, a perda da capacidade física e funcional precoce está relacionada à baixa escolaridade e condição socioeconômicas, a busca por conhecimentos pode garantir a mudança desse perfil, a rede de apoio pode prevenir agravos emocionais e sociais (CECCON *et al.*, 2020).

Através da avaliação do processo de envelhecimento funcional, observou-se que desigualdades sociais implicam no resultado, ante o gênero feminino, baixa escolaridade, raça preta ou perda, são características predominantes em idoso em situação debilitadas (NEGRINI, 2020).

Concomitante ao processo do envelhecimento, pensa-se sobre o conceito de saúde, uma vez que a grande parte das pessoas idosas convive com uma ou mais doenças crônicas e de características ambientais, conseqüentemente, faz uso de medicamentos para tais condições (ALBUQUERQUE e PARANHOS, 2018)

Pensando na saúde da pessoa idosa a qualificação do cuidado visa aumentar a taxa de envelhecimento ativo, uma vez que à medida que a idade avança as fragilidades, incapacidades físicas e necessidade de cuidados delimitam a qualidade de vida, afeta a saúde e bem-estar, perante esta informação se faz fundamental a promoção de políticas públicas e programas de saúde voltadas a prevenção, interação e recuperação dessa população (MEDEIROS *et al.*, 2019).

Uma rede de apoio social para a pessoa idosa contribui positivamente para seu envelhecimento à medida que lhe oferece suporte social, ou seja, capacidade de suprir as necessidades e demandas existentes no contexto do envelhecimento (TAVARES *et al.*, 2017). Além disso, o suporte

social tem o papel de integrar o idoso na sociedade, minimizando riscos de exclusão e marginalização social não somente por meio das redes de apoio, mas também por meio da garantia de efetivação das políticas públicas voltadas à saúde e ao cuidado da pessoa idosa (BRITO *et al.*, 2018).

Brasil (2021) os idosos têm se tornado referência entre as famílias, responsáveis pelas principais despesas da casa, a porcentagem cresceu mais de 50% entre os anos de 2001 e 2015, tendo aumentado de 5,88% para 9,2%, ante o fato de a pobreza neste público ser um desafio grave com o aumento dos custos com tratamento de problemas de saúde, cuidados especiais etc. A taxa de ocupação vem crescendo nos últimos anos, sugerindo a necessidade econômica de permanecerem ativos, e ou necessidade pessoal.

Mediante a Lei Orgânica da Assistência Social, o idoso que não possui recursos para a sua sobrevivência, ou cuja família não intervenha na sua manutenção, tem o direito a um salário-mínimo mensal como benefício (BRASIL, 2007).

Araújo *et al.* (2018) a família tem um papel importante na vida do idoso, como amparo, confortar em relação a presença trazendo um bem-estar biopsicossocial, o idoso ativo tem papel decisivo nas escolhas da família, grupos distintos de idosos classificam a família desde provedora da felicidade à objetivo de cuidado e união.

Fioritto *et al.* (2020) apontam que é fundamental o idoso viver em um imóvel que minimize riscos de quedas, consideradas acidentes domésticos, para isto uma adaptação de espaços, dispositivos de segurança e iluminação adequada se faz necessário.

Logo, a terceira idade requer cuidados específicos que podem acarretar demandas de natureza biopsicossocial e econômicas. Segundo Nigro

(2018), esse período pode ser um momento de tranquilidade socioeconômica e psicossocial, à medida que as pessoas se preparam previamente para a fase da velhice. Refletir previamente sobre o tema e tomar decisões ainda na idade juvenil ou adulta pode contribuir para uma organização eficaz e com baixos custos. O autor menciona que uma poupança pode ser uma boa opção para suprir necessidades inesperadas.

## 2 JUSTIFICATIVA

O envelhecimento pode acarretar demandas de diferentes naturezas para o idoso, família e sociedade sendo elas psicossociais, socioeconômicas e de saúde. Conhecer as principais necessidades e as formas possíveis de atuação pessoal, familiar, profissional e no contexto das políticas públicas direcionadas à pessoa idosa frente aos desafios encontrados na fase da velhice, é fundamental para assegurar um envelhecimento com dignidade e com garantia de direitos. A compreensão sobre como esse grupo populacional percebe e se prepara para a fase da velhice pode proporcionar reflexões sobre a importância de um planejamento econômico que antecipe emergências que possam surgir a curto, médio e longo prazos, contribuindo assim para melhor qualidade de vida por meio da efetivação de políticas públicas voltadas à pessoa idosa e da sensibilização da sociedade sobre o tema.

## 3 OBJETIVOS

### 3.1 OBJETIVO GERAL

Este estudo visa realizar uma revisão narrativa da literatura sobre a temática do envelhecimento e a importância de realizar planejamento financeiro, familiar, psicológico e/ou estrutural para essa nova fase da vida.

---

### 3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar a produção bibliográfica sobre o planejamento financeiro, familiar, psicológico e/ou estrutural para a fase do envelhecimento ;
- Discorrer sobre as principais dificuldades identificadas pelos idosos com relação a esse planejamento;
- Discorrer sobre as principais estratégias de planejamento adotada pelos idosos.

### 4 METODOLOGIA

---

O estudo trata-se de uma revisão narrativa da literatura. As revisões de literatura possuem a intenção de reunir conhecimentos sobre determinado assunto, além de resumir uma gama de publicações científicas, proporcionando aos leitores a compreensão atual sobre a temática. A revisão narrativa permite que determinado assunto seja descrito do ponto de vista teórico ou contextual (ROTHER, 2007). Para o levantamento bibliográfico, foram designadas a base de dados Literatura-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). A pesquisa foi realizada utilizando os descritores consultados no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): saúde do idoso, suporte financeiro, envelhecimento saudável, atividades cotidianas conectados pelo operador “and”, disponíveis na íntegra nos idiomas inglês, espanhol ou português e que respondessem à questão de pesquisa, no qual foram levantados todos os trabalhos disponíveis em textos completos indexados na base de dados supracitados.

Foram elencados como critérios de inclusão: estudos que abordem a temática, artigos publicados na língua portuguesa, espanhola e inglesa; artigos disponibilizados na íntegra gratuitamente e na sua maioria com data de publicação nos últimos dez anos (entre 2012 e

2022). A questão norteadora foi elaborada para busca das produções bibliográficas: “O que tem sido produzido, na literatura (inter) nacional, sobre o planejamento financeiro, psicológico, familiar e/ou estrutural para a fase do envelhecimento? Quais as principais estratégias de planejamento adotada pelos idosos e quais as dificuldades enfrentadas para realizar esse planejamento?”

Os critérios de exclusão adotados nesta pesquisa foram estudos de revisão sistemática descritivos e qualitativos, opinião de autoridades, relatórios de comitês de especialidades e editoriais.

Para construção desse estudo, a revisão de literatura passará por diferentes etapas: escolha do banco de dados, seleção das palavras-chave, critérios para escolha dos artigos, busca dos artigos, análise dos dados encontrados. Assim, procurou-se identificar o objetivo, desenho e resultados e sua semelhança com a questão norteadora do presente estudo.

Para a seleção dos artigos realizou-se a leitura do resumo das publicações, atentando para a temática abordada. A seleção dos artigos adotou as seguintes etapas: primeira com leitura dos títulos dos artigos, dos quais foram excluídos os artigos cujo título não apresentasse afinidade com a temática abordada; segunda etapa foram interpretados os resumos dos artigos selecionados a partir do título e por fim, na terceira e última etapa, buscou-se os documentos escritos e disponíveis na íntegra. Na primeira busca nas bases de dados foram encontradas 85 publicações, após a leitura dos títulos e resumos, foram excluídos 40 por apresentarem repetições e não apresentarem relevância ao trabalho proposto, das quais 45 artigos responderam à pergunta norteadora da pesquisa, destes 1 foi excluído por se tratar de tese de doutorado e 1 foi excluído por se tratar de revisão narrativa. Ao

final, após leitura integral, restaram 23 publicações, as quais fazem parte da pesquisa.

## 5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir das estratégias adotadas de revisão literária foram selecionadas 23 publicações selecionadas para leitura integral, avaliando as demandas da velhice e suas formas de preparo prévio, as amostras para realização das pesquisas variaram de 8 a 9412 pessoas com idade igual ou superior a 60 anos (pesquisas nacionais), igual ou superior a 65 anos (pesquisas internacionais).

Esses foram desenvolvidos em quatro países: Brasil, Chile, Cuba e Espanha. No Brasil variaram as Regiões de Bahia, Minas Gerais, Paraná, Rio Grande do Sul e São Paulo. Os anos das publicações seguem o gráfico da Figura 1.

Das bases de dados todas as publicações foram de Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), com idiomas que variaram conforme gráfico na Figura 2.

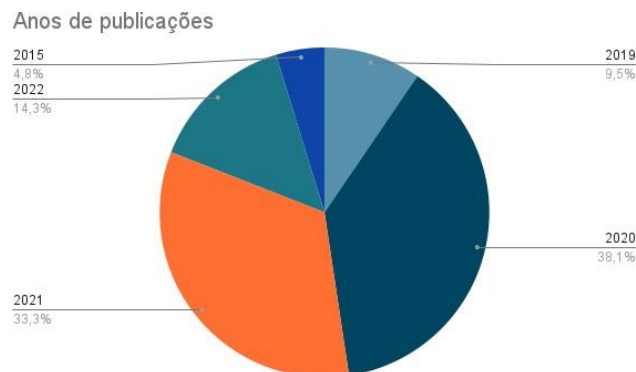
Os estudos procuraram avaliar as funcionalidades psicológicas, sociais, culturais, físicas e econômicas dos idosos, bem como o convívio e interação com familiares e comunidade, a fim de

responder às questões norteadoras deste trabalho.

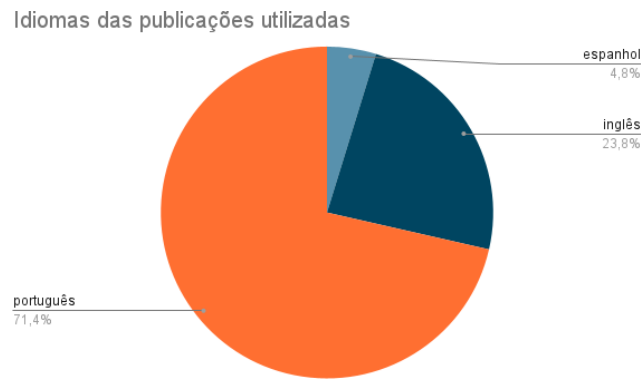
Sobre planejamento financeiro observou-se que a renda se constitui como um dos fatores intervenientes na satisfação com a vida, aposentados tranquilos (que não precisam trabalhar) têm maior satisfação com a vida, do que os aposentados ou não que continuam tendo que trabalhar devido não conseguirem suprir as necessidades com o valor ganho e ou poupado (OLIVEIRA *et al.*, 2020; RODRIGUES *et al.*, 2022).

As expectativas geradas referente a aposentadoria, na sua maioria não foram alcançadas, pois na realidade esta fase da vida não os idosos não esperavam a piora da condição física/clínica, e necessidade de se tornar cuidador de algum membro da família, além de que gastos com planos de saúde e medicamentos aumentam com a faixa etária avançada, a manifestação da desigualdade social, marca grande impacto econômico que estes gastos trazem (PIMENTEL e LOCH, 2020; RESTREPO, 2022).

Em relação aos impactos positivos separados por gêneros, as mulheres tanto as que aposentaram por tempo de contribuição como as que aposentaram por idade obtiveram resultados elevados, avaliando os impactos para a saúde



**FIGURA 1** – Ano de publicações  
Fonte: Elaborado pelos autores.



**FIGURA 2** – Idioma das publicações  
 Fonte: Elaborado pelos autores.

geral do homem não se observou probabilidade boa ou excelente. (OLIVEIRA e COELHO, 2021) Sobre o âmbito psicológico, familiar e ou estrutural, nacionalmente se vê o apoio social uma questão ampla, onde o contato com familiares e amigos, bem como a certeza de ter com quem contar em caso de dependência, traz benefícios à terceira idade e reduz sintomas de depressão (EULALIO e JUNIOR, 2022; RIBEIRO, 2021).

Para aceitar essa fase da vida surge um estado de desenvolvimento humano denominado gero transferência, onde há o enfrentamento das dificuldades da velhice tardia, nova compreensão da realidade e condições existentes, o envelhecimento com qualidade tem relação com o sentimento de felicidade, um idoso saudável tem maior chance de estar feliz do que o idoso dependente, com isso uma das necessidades do bem-estar psicológico também é atingida. (RABINOVICH *et al.*, 2021; VALERO *et al.*, 2021)

Pesquisa realizada em 6 estados brasileiros e no Distrito Federal, apontam altos índices de negligências públicas, privadas e casos de maus tratos em relação a idosos dependentes. Estudos trazem também que pessoas ativas que praticam

atividade física individual ou em grupo, ao ar livre ou academias, têm maiores níveis de satisfação, se apreendem com seu futuro e apresentam autoestima satisfatória em relação aos demais. (MENDONÇA *et al.*, 2021 ; OLIVEIRA *et al.*, 2020; JÚNIOR *et al.*, 2021) Perante a questão ‘ser velho’ a autoimagem e auto concepção estão ligadas a funcionalidade, condições de vida e saúde, apoio social e familiar, pontos avaliados como negativos são a perda da autonomia e independência. (MELO *et al.*, 2020), usando dessa autopercepção para aprofundar no assunto, segundo Massi *et al.* (2015) a autobiográfica pode constituir-se numa prática efetiva de letramento, capaz de proporcionar bem-estar, autoestima, realização pessoal, imortalização de experiências e relatos pessoais, resgate de lembranças e promoção de atitudes de cidadania, além de garantir a participação e interação dos idosos na comunidade.

Junior *et al.* (2021) aponta fatores que exercem um diferencial na funcionalidade familiar e qualidade de vida, como exemplo a sexualidade, devem ser explorados nos serviços de saúde e programas sociais.

Essa população tem interesse de se atualizar, receber informações e sanar suas dúvidas, sempre quando houver oportunidades para tal, o processo de capacitação levantou as principais necessidades, alimentares, estilo saudável de vida, limitações da senilidade e senescência, polifarmácia, recursos sociais, novas tecnologias e a condição de se responsabilizar pelo cuidado de familiares doentes (VALERA *et al.*, 2019).

Pensando na atualização foi implantado o Programa de Preparação para a Aposentadoria (PPA), onde há a apresentação de opções para idosos após se aposentarem, verificando alterações positivas e sanando dúvidas de programas e recursos diversos existentes para a terceira idade na comunidade (SILVA e SILVA, 2020).

Segundo Oliveira *et al.* (2020) é preciso investir em programas que começam na meia idade e que sejam contínuos, um sistema de ações de intervenções educativas variadas traz grandes benefícios à sociedade, estimula a participação e socialização, tem possibilidade de desconstruir estereótipos da velhice e disseminar informações úteis e verídicas. A religião e espiritualidade também são formas de oferecer ao idoso orientações e meios de enfrentar a nova fase da vida, suprimindo a necessidade de segurança e diminuindo sentimentos negativos (AGUILERA *et al.*, 2021; PERALTA e MORENO, 2019).

Finalizando, pesquisas apontam a importância do dever do estado na organização social do cuidado, tanto para idosos dependentes e seus cuidadores como para idosos independentes, assumindo o papel de norteador do cuidado e possibilitando certo nível de alívio para cuidadores e familiares (TEIXEIRA, 2020).

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da análise dos estudos, evidenciou-se sua prevalência a importância de um planejamento financeiro, para conseguir suprir eventuais custos que possam surgir com eventos da idade, planejamento familiar para preparo e apoio correto sem sobrecarga direta, planejamento psicológico a fim de evitar sintomas depressivos e maior satisfação com a vida, planejamento estrutural para uma velhice saudável e segura.

Diante dos estereótipos e debilidades da pessoa idosa, se faz necessário a estimulação de atividades positivas como atividade física, interação social, hábitos saudáveis de vida e sexualidade ativa, programas sociais governamentais ou não, de educação continua e permanente visando questões financeiras, físicas, psicológicas, cognitivas, sociais e ou espirituais, mantendo bem-estar do idoso e sua rede de apoio por maior tempo possível.

## REFERÊNCIAS

- AGUILERA, A. *et al.* Intervención educativa comunitaria para un envejecimiento activo y con calidad de vida. *Edumecentro* ; 13(3): 81-101, jul.-sept. 2021. tab, graf.
- ALBUQUERQUE, A e PARANHOS, D. A Autonomia do Paciente Idoso no Contexto dos Cuidados em Saúde e seu Aspecto Relacional. *R. Dir. sanit., São Paulo* v.19 n.1, p. 32-49, mar./jun. 2018.
- ARAUJO, S et al . Suporte social, promoção de saúde e saúde bucal na população idosa no Brasil. *Interface (Botucatu), Botucatu* , v. 10, n. 19, p. 203-216, June 2006 . Available from <[http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext & pid=S1414-32832006000100014 & lng=en& nrm=iso](http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext & pid=S1414-32832006000100014 & lng=en& nrm=iso)>. Acesso em 08 de julho de 2021.

BRASIL. Lei no 10.048, de 8 de novembro de 2000. Planalto. Prioridade de atendimento às pessoas. Brasília, 2000.

BRASIL. Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos. Idosos e Família do Brasil. Fatos e Números. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Estatuto do Idoso / Ministério da Saúde. 2. ed. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2007. 70 p. Disponível em: [https://conselho.saude.gov.br/biblioteca/livros/estatuto\\_idoso2edicao.pdf](https://conselho.saude.gov.br/biblioteca/livros/estatuto_idoso2edicao.pdf). Acesso em 16 de março de 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Lei n 13466, de 12 de julho de 2017. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2015-2018/2017/lei/l13466.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/l13466.htm)

BRASIL. Projeto de lei no 5.383, de 2019. Projeto muda de 60 para 65 anos de idade para a pessoa ser considerada idosa, Mato Grosso do Sul, PL, 2019.

BRITO, T et al . Redes sociais e funcionalidade em pessoas idosas: evidências do estudo Saúde, Bem-Estar e Envelhecimento (SABE). Rev. bras. epidemiol., São Paulo , v. 21, supl. 2, e180003, 2018 . Available from <[http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-790X2018000300400&lng=en&nrm=iso](http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2018000300400&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 08 de julho de 2021.

CECCON, R et al. Envelhecimento e dependência no Brasil: características sociodemográficas e assistenciais de idosos e cuidadores. Ciência & Saúde Coletiva [online]. 2021, v. 26, n. 01 [Acessado 02 de fevereiro 2022] , pp. 17-26. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232020261.30352020>>. Epub 25 Jan 2021. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020261.30352020>.

EULALIO, M e JUNIOR, E. Resiliência para uma Velhice Bem-Sucedida: Mecanismos Sociais e Recursos Pessoais de Proteção. Psicologia: Ciência e Profissão [online]. 2022, v. 42 [Acessado 04 Junho 2022] , e234261. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-3703003234261>>. Epub 16 Fev 2022. ISSN 1982-3703. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003234261>.

FIORITTO, A *et al.* Prevalência do risco de queda e fatores associados em idosos residentes na comunidade. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol. 2020;23(2):e200076.

IBGE. Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017. Editora Estatísticas Sociais. 2018. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>. Acesso em 28 de maio de 2022.

JUNIOR, E de et al . Is self-esteem associated with the elderly person's quality of life?. Rev. Bras. Enferm., , v. 75, supl. 4, e20210388, 2022 . Disponível em <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0388> acessos em 30 maio 2022. Epub 07-Mar-2022.

JUNIOR, E et al. Efeitos da Sexualidade na Funcionalidade Familiar e na Qualidade de Vida de Pessoas Idosas: Estudo Transversal. Revista Cuidarte. 2022;13(1):e2296. <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.2296>

MASSI, G et al. Linguagem e envelhecimento: práticas de escrita autobiográfica junto a idosos. Revista CEFAC [online]. 2015, v. 17, n. 6 [Acessado 16 Junho 2022] , pp. 2065-2071. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-021620151764615>>. ISSN 1982-0216. <https://doi.org/10.1590/1982-021620151764615>.

MEDEIROS, M *et al.* Autonomia e Independência: uma Visão dos Idosos de um Grupo de Convivência sobre o Envelhecimento Ativo. Ed Realize. 2019.

MELO, L. Representações sociais elaboradas por pessoas idosas sobre ser idoso ou envelhecido: abordagens estrutural e processual. Rev. Enferm. UFSM - REUFSM Santa Maria, RS, v. 10, e53, p. 1-20, 2020 DOI: 10.5902/2179769238464

MENDONÇA, J *et al.* O sentido do envelhecer para o idoso dependente. Ciênc. Saúde Colet ; 26(1): 57-65, jan. 2021. DOI: 10.1590/1413-81232020261.32382020

MINAYO, M e SANCHES, O. Quantitativo-qualitativo: oposição ou complementariedade?



Cad. Saúde Públ., Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, jul./set., 1993. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csp/v9n3/02.pdf>. Acesso em 15 junho de 2021.

NASCIMENTO, C *et al.* Fatores associados à limitação da mobilidade funcional em idosos do Município de São Paulo, Brasil: análise comparativa ao longo de 15 anos. Cadernos de Saúde Pública [online]. 2022, v. 38, n. 4 [Acessado 28 Maio 2022] , e00196821. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102-311X00196821>>. Epub 29 Abr 2022. ISSN 1678-4464. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00196821>

NEGRINI, E. Envelhecimento e funcionalidade: uma análise de trajetórias. 2020. Tese (Doutorado em Epidemiologia) - Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2020. doi:10.11606/T.6.2020.tde-25082020-113348. Acesso em: 2022-06-20

NIGRO, T. Do mil ao milhão: sem cortar o cafezinho. 3 ed. Rio de Janeiro: Harper Collins, 2018. 224 p.

OLIVEIRA, D *et al.* Satisfação com a vida e atitudes em relação à velhice de idosos frequentadores de centros de convivência em função do nível de atividade física. Rev. Psicol. Saúde, Campo Grande , v. 12, n. 1, p. 49-60, mar. 2020 . Disponível em <http://dx.doi.org/10.20435/pssa.v12i1.759>. Acesso em 16/jul/2022.

OLIVEIRA, D *et al.* Fatores Associados à satisfação com a vida de idosos usuários de unidades básicas de saúde. Rev. Psicol. Saúde, Campo Grande , v. 12, n. 2, p. 19-29, jun, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.20435/pssa.v0i0.680> Acesso em 10/jun/2022.

OLIVEIRA, J *et al.* Longevidade e custo da assistência: o desafio de um plano de saúde de autogestão. Ciência & Saúde Coletiva [online]. 2020, v. 25, n. 10 [Acessado 08 Junho 2022], pp. 4045-4054. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.15562018>. Epub 28 Set 2020. ISSN 1678-4561.

OLIVEIRA, R. e COELHO, R. Efeitos das aposentadorias por tempo de contribuição e por idade sobre saúde e bem-estar dos indivíduos no

Brasil. Cadernos de Saúde Pública [online]. 2021, v. 37, n. 10 [Acessado 16 Julho 2022] , e00084120. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102-311X00084120>>. Epub 08 Out 2021. ISSN 1678-4464. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00084120>.

PERALTA, L. e MORENO, E. Successful Aging and Personal Well-Being Among the Chilean Indigenous and Non-Indigenous Elderly. Envelhecimento bem-sucedido e bem-estar pessoal entre os idosos indígenas e não indígenas chilenos. Aquichan , Bogotá, v. 19, n. 3, e1939, setembro de 2019 . Disponível em <[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-5997201900030009&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-5997201900030009&lng=en&nrm=iso)>. acesso em 02 de junho de 2022

PIMENTEL, J. e LOCH, M. “Melhor idade”? Será mesmo? Velhice segundo idosas participantes de um grupo de atividade física. Rev. bras. ativ. fís. saúde ; 25: 1-7, set. 2020. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14215/11082>

RABINOVICH, E. Significados e experiências de vida na velhice de centenários. Memorandum ; 38: [1-24], jan.2021.

RESTREPO, S *et al.* Gasto privado com medicamentos entre idosos e o comprometimento da renda familiar em município de médio porte no estado de São Paulo. Revista Brasileira de Epidemiologia [online]. v. 23 [Acessado 10 Junho 2022], e200042. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1980-549720200042>>. ISSN 1980-5497. <https://doi.org/10.1590/1980-549720200042>.

RIBEIRO, P *et al.* Depressive symptoms associated with the expectation of social support in the elderly: Data from the FIBRA-RJ study / Sintomas depressivos associados à expectativa de apoio social em idosos: dados do estudo FIBRA-RJ. Psicol. clin. , Rio de Janeiro, v. 33, n. 2, pág. 379-396, atrás. 2021. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-56652021000200010&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652021000200010&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 02/mai/2022. <http://dx.doi.org/10.33208/PC1980-5438v0033n02A09>.

---

RODRIGUES, J et al. Is retirement associated to greater life satisfaction? Cross-sectional findings from ELSA-Brasil. *Cadernos de Saúde Pública* [online]. 2022, v.38,n.2[Accessed01July 2022], e00034521. Available from: <<https://doi.org/10.1590/0102-311X00034521>>. Epub 23 Feb 2022. ISSN 1678-4464. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00034521>.

1981-2256. <https://doi.org/10.1590/1981-22562021024.200298>.

ROTHER E T. Revisão sistemática X revisão narrativa [Editorial] .*Acta Paulista de Enfermagem* [online], São Paulo. 2007 Jun; 20(2).

SILVA, L. e SILVA, M. Preparação para a aposentadoria: intervenção em um serviço público Municipal. DOI: 10.5433/2236-6407.2020v11n2p198. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia* 198 Londrina, v. 11, n. 2, p. 198-214, ago., 2020

TAVARES, R et al. Envelhecimento saudável na perspectiva de idosos: uma revisão integrativa. *Rev. bras. geriatr. gerontol.*v. 20, n. 0, Nov-Dec 2017. Acesso em 09 de julho de 2021.

TEIXEIRA, S. Envelhecimento, família e políticas públicas: em cena a organização social do cuidado. *Serviço Social & Sociedade* [online]. 2020, n. 137 [Acessado 04 Maio 2022] , pp. 135-154. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0101-6628.205>>. Epub 07 Fev 2020. ISSN 2317-6318. <https://doi.org/10.1590/0101-6628.205>.

VALERA, C. et al. How to Undertake Aging in a Healthy Way: Changes and Opportunities / Como envelhecer de forma Saudável: Mudanças e Oportunidades. *Aquichan* , Bogotá, v. 19, n. 1, pág. 21 a 25 de março de 2019 . Disponível em <[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972019000100021&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972019000100021&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 05 de junho de 2022. <https://doi.org/10.5294/aqui.2019.19.1.5>.

VALERO, C. et al. Significados de ser feliz na velhice e qualidade de vida percebida segundo idosos brasileiros. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia* [online]. 2021, v. 24, n. 2 [Acessado 05 Junho 2022] , e200298. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1981-22562021024.200298>>. Epub 11 Ago 2021. ISSN