



**INSTITUTO POLITÉCNICO DE BEJA**

**Escola Superior de Educação**

**Mestrado de Psicogerontologia Comunitária**

**A iniciativa laboral pós-reforma como contribuição para o  
desenvolvimento sustentável de uma comunidade**

**Débora Sofia da Conceição Oliveira**

**Beja**

**2016**

**INSTITUTO POLITÉCNICO DE BEJA**

**Escola Superior de Educação**

**Mestrado de Psicogerontologia Comunitária**

**“A iniciativa laboral pós-reforma como contribuição para o  
desenvolvimento sustentável da comunidade”**

**Dissertação de mestrado apresentada na Escola Superior de Educação de Beja**

**Elaborado por:**

**Débora Sofia da Conceição Oliveira**

**Prof.<sup>a</sup> Orientadora: Mestre/Especialista Adelaide Espírito Santo**

**Prof.<sup>a</sup> Co-Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Doutora Sandra Saúde**

**Beja**

**2016**

*Há duas formas para viver a sua vida:  
Uma é acreditar que não existe milagre.  
A outra é acreditar que todas as coisas são um milagre.*

Fernando Pessoa

## Resumo

Atualmente, o assunto do envelhecimento tem cada vez mais importância, não só pelo crescente número de pessoas idosas no nosso país, assim como os defasios inerentes a este processo de vida. Dadas as dificuldades económicas da atualidade, os gerontes são também um grupo etário vulnerável, e que sofre com este mesmo problema. Assim, muitos deles vêm-se “obrigados” a exercer uma atividade laboral pós reforma. Desta forma, o presente estudo incide sobre a iniciativa laboral pós-reforma, mais concretamente, os benefícios da atividade laboral dos seniores reformados quer para si próprios, quer para a comunidade onde estão inseridos. Como objetivo primordial, pretende-se conhecer os fatores facilitadores da iniciativa laboral pós reforma que contribuem para o desenvolvimento sustentável da comunidade em que os gerontes estão inseridos. Este objetivo decorre diretamente da pergunta de partida: **“Quais os fatores facilitadores da iniciativa laboral pós reforma que contribuem para o desenvolvimento sustentável da comunidade onde os gerontes estão inseridos?”**. O estudo apresenta uma metodologia de carácter descritivo, eminentemente qualitativo, e uma amostra constituída por 20 pessoas, subdividida em dois grupos (10 pessoas com 65 ou mais anos que exercem uma atividade laboral apesar de reformados; e outras 10 de idades compreendidas entre os 22 e 54 anos que conhecem os primeiros, e dão o seu parecer sobre diferentes aspetos dessa atividade). Como instrumento de recolha de dados utilizou-se a entrevista semiestruturada e, como estratégia de análise de dados, a análise de conteúdo categorial. Os resultados obtidos mostram-nos que, de facto, os fatores facilitadores envolvem não só o gosto pessoal, a ocupação do tempo, a proatividade, mas com maior ênfase a questão económica. No fundo, as tarefas laborais dos idosos contribuem para o desenvolvimento sustentável da comunidade onde estão inseridos. Contudo, estas mesmas pessoas idosas não sabem que potenciam a sustentabilidade da comunidade. Tendo em conta os resultados, torna-se evidente a necessidade de uma re(educação) comunitária referente à sustentabilidade, e como as pessoas idosas poderão interferir de forma satisfatória para a mesma.

**Palavras-chave:** Envelhecimento Ativo, Idosos, Reforma, Participação Comunitária e Desenvolvimento Sustentável.

## Abstract

Currently, the aging issue has become increasingly important, not only by the increasing number of elderly people in our country, as well as in what concerns the *defasios* inherent to this process of life. Given the economic difficulties of today, the elders are also a vulnerable age group that suffers from the same problem. Thus, many of them see themselves "forced" to pursue a post-retirement work activity. The present study focuses on the post-retirement employment initiative, more specifically, the benefits of labour activity of retired seniors want for themselves and for the community where they live. As a primary objective we intend to know the factors that facilitate labour reform initiative after contributing to community sustainable development the elders are living in. This objective stems directly from the starting question: "**What are the facilitators of post-retirement employment initiative factors that contribute to the sustainable development of the community where this age group lives?**" The study presents a descriptive character methodology, highly qualitative, and a sample of 20 people, divided into two groups (10 people with 65 or more years performing labour activity although retired, and 10 others aged between 22 and 54 that the former know, and give their opinion on different aspects of this activity). Semi structured interviews were used as the data collection instrument and as data analysis strategy, the categorical analysis. The results show us that, in fact, the facilitating factors involve not only the personal taste, time occupation, proactivity, but with greater emphasis on the economic question. In the background, work tasks provide elderly the ability to help the sustainable development of the community where they live. However, these same elderly people do not know that they enhance the sustainability of the community. Taking into account the results, it becomes evident the need for a community reeducation relating to sustainability, and how older people can affect its satisfaction.

Keywords: Active Aging, Elderly, Retirement, Community Participation and Sustainable Development.

## **Agradecimentos**

Venho por este meio agradecer a todos aqueles que me acompanharam e apoiaram ao longo deste trabalho, e que de diversas formas contribuíram para que o mesmo fosse possível.

À Mestre/Especialista Adelaide Espírito Santo, orientadora deste trabalho, pelo seu apoio contínuo, dedicação, colaboração, motivação, e disponibilidade oferecida.

À Professora Doutora Sandra Saúde, co-orientadora deste trabalho, pelo seu apoio, dedicação, colaboração, motivação, e disponibilidade oferecida.

Aos meus pais, irmãos, avós e namorado, que sempre me incentivaram e nunca me abandonaram nos momentos difíceis.

Aos meus amigos, que estiveram lá quando eu mais precisei e, onde nunca recusaram por momento nenhum a sua ajuda.

E ainda, a todos os que de uma forma direta ou indireta, me acompanharam nas longas horas dedicadas para a realização deste trabalho.

A todos vós, o meu agradecimento!!

Débora Sofia da Conceição Oliveira

# Índice Geral

Introdução .....	- 1 -
1. Enquadramento Teórico .....	- 2 -
1.1 Envelhecimento Ativo.....	- 2 -
1.2 Reforma e Pós-Reforma.....	- 4 -
1.3 Desenvolvimento Sustentável .....	- 7 -
1.4 Participação Comunitária.....	- 10 -
2. Estudo Empírico.....	- 14 -
2.1 Contextualização do estudo e delimitação da problemática.....	- 14 -
2.2 Questões Orientadoras.....	- 15 -
2.3 Objetivos .....	- 16 -
2.3.1 Objetivo geral.....	- 16 -
2.3.2 Objetivos específicos.....	- 16 -
3. Metodologia .....	- 17 -
3.1 Opção Metodológica .....	- 17 -
3.2 Instrumento de Recolha de Dados.....	- 19 -
3.2.1 Entrevista Semiestruturada.....	- 19 -
3.3 Caracterização dos participantes .....	- 20 -
3.4 Análise dos dados.....	- 23 -
3.4.1 Técnica de Análise de dados – Análise de Conteúdo Categorical .....	- 24 -
3.5 Apresentação e análise dos dados .....	- 25 -
3.5.1 Análise da motivação como factor à continuação da atividade laboral.....	- 25 -
3.5.2 Análise das condições de saúde como factores favoráveis à continuação da atividade laboral.....	- 28 -
3.5.3 Análise dos benefícios pessoais como factor favorável à continuação da atividade laboral.....	- 30 -
3.5.4 Análise dos benefícios para a comunidade como factor favorável à continuação da atividade laboral .....	- 33 -
3.5.5 Análise da entidade patronal dos participantes .....	- 35 -
3.5.6 Análise dos colegas de trabalho dos participantes .....	- 35 -
3.5.7 Análise da aceitação da continuação da atividade laboral por parte dos familiares e amigos .....	- 36 -
3.5.8 Análise do contributo para o desenvolvimento sustentável .....	- 38 -
3.5.9 Análise do tempo laboral perspectivado .....	- 44 -
3.6 Discussão dos resultados.....	- 45 -

4. Projeto de Intervenção.....	- 49 -
4.1 Fundamentação do Projeto de Intervenção .....	- 49 -
4.2 Designação do Projeto.....	- 51 -
4.3 Objetivos do Projeto.....	- 51 -
4.3.1 Objetivo Geral .....	- 51 -
4.3.2 Objetivos específicos.....	- 51 -
4.4 Público-alvo .....	- 52 -
4.5 Planificação da Intervenção .....	- 52 -
4.6 Cronograma.....	- 55 -
4.7 Avaliação do Projeto .....	- 56 -
Conclusões .....	- 57 -
Referências Bibliográficas .....	- 60 -
Apêndices.....	- 67 -
Apêndice I – Guião da Primeira Entrevista.....	- 68 -
Apêndice II – Guião da Segunda Entrevista .....	- 74 -
Apêndice III – Grelha de Análise de Conteúdo referente às primeiras entrevistas.....	- 79 -
Apêndice IV – Grelha de Análise de Conteúdo referente às segundas entrevistas .....	- 97 -



## Índice de Quadros

Quadro 1 - Motivação como factor favorável à continuação da atividade laboral.....	- 25 -
Quadro 2 - Condições de Saúde como factor favorável à continuação da atividade laboral ..	- 28 -
Quadro 3 - Benefícios Pessoais como factor favorável à continuação da atividade laboral ...	- 30 -
Quadro 4 - Benefícios para a comunidade como factor favorável à continuação da atividade laboral.....	- 34 -
Quadro 5 - Entidade Patronal dos participantes .....	- 35 -
Quadro 6 - Colegas de Trabalho dos participantes.....	- 35 -
Quadro 7 - Aceitação da atividade laboral familiares/amigos.....	- 37 -
Quadro 8 - Contributo para o desenvolvimento sustentável - Proteção Ambiental .....	- 39 -
Quadro 9 - Contributo para o desenvolvimento sustentável - Crescimento Económico.....	- 40 -
Quadro 10 - Contributo para o desenvolvimento sustentável - Igualdade Social .....	- 42 -
Quadro 11 - Tempo laboral perspetivado.....	- 44 -
Quadro 12 - Plano de ação do projeto "Geronto(sustentável)" .....	- 53 -
Quadro 13 - Cronograma.....	- 55 -

## **Introdução**

O presente estudo intitulado por “A iniciativa laboral pós-reforma como contribuição para o desenvolvimento sustentável de uma comunidade” resulta de uma abordagem ao envelhecimento em Portugal, e como ele exige mudanças no estilo de vida das pessoas mais velhas.

Atualmente, o novo paradigma face às questões do envelhecimento surge como sendo mais abrangente, no sentido de recomendar a qualidade de vida e a saúde dos mais velhos com manutenção de autonomia física, psicológica e social, em que os idosos estejam integrados numa sociedade segura, podendo disfrutar de uma cidadania plena (participação e envolvimento nas várias questões sociais, culturais, económicas, civis e não apenas à capacidade de estar fisicamente ativo). O envelhecimento ativo é considerado numa perspetiva de curso de vida, em que envelhecer, não ocorre num ponto específico, começando o mesmo desde a nascença, prolongando-se assim até a morte.

Existem cada vez mais pessoas com idade avançada e, muitas destas, carecem de diversas necessidades e, que por esses motivos, são obrigadas a continuar a trabalhar (Alaphilippe & Bailly, 2014). Por outro lado, existem também pós-reformados que continuam a exercer uma iniciativa laboral, simplesmente porque isso os faz sentir úteis. Assim, o presente estudo tem como objetivo conhecer os fatores facilitadores da continuação da iniciativa laboral da pessoa após a reforma, que contribuem também para o desenvolvimento sustentável da comunidade em que o geronte está inserido.

Em termos estruturais, o trabalho incorpora duas partes fundamentais, sendo a primeira o enquadramento teórico, incorporando as temáticas e os conceitos estudados. Por sua vez, a parte sobre o estudo empírico descreve toda a investigação, ou seja, define e contextualiza a problemática, apresenta os objetivos e a metodologia adotada para os atingir, assim como o instrumento utilizado para a recolha de dados, e a técnica utilizada para o tratamento dos mesmos. Por fim, expõe-se e analisa-se os dados, apresenta-se um projeto de intervenção designado por “Geronto(sustentável)”, com base nos resultados obtidos, e uma conclusão a todo o estudo.

# **1. Enquadramento Teórico**

## **1.1 Envelhecimento Ativo**

Tendo por base os dados dos Censos de 2011, Portugal apresenta um envelhecimento bastante acentuado, cuja população idosa representa, na pirâmide etária, aproximadamente 19,15% da mesma. Em 2050, prevê-se um aumento desta percentagem, sendo aproximadamente 35,72% de pessoas com mais de 65 anos, contra 14,4% de crianças e jovens. Foi, essencialmente, a partir da segunda metade do século XX, devido ao enorme avanço tecnológico, que o assunto do envelhecimento da população se tornou numa realidade social muito notória.

Na sociedade atual, a verdade é que as pessoas idosas são cada vez mais, mas também vivem mais anos, ou seja, existe uma elevada esperança média de vida, o que não acontecia antigamente. Embora vivam cada vez mais anos e, desses anos, com maior qualidade de vida, a verdade é que o envelhecimento populacional é uma das enormes preocupações do século XXI, afetando os países desenvolvidos e, os países em desenvolvimento. Segundo Freitas (2011), todo o destaque às pessoas idosas dá-se não só pelo simples facto de ser um fenómeno quantitativo, mas pela relevância em termos de diversos domínios sociais. É também de realçar que as pessoas ao viverem mais anos, correm o risco do maior aparecimento de doenças crónicas, assim como a decadência da rede de suporte social.

Sucessivamente, à medida que o nosso corpo envelhece, também as capacidades mentais, as capacidades funcionais e a autonomia nas tarefas diárias diminuem (Liliana, 2012). Grande parte da sociedade enfrenta a velhice como uma doença, e o processo de envelhecimento como uma conduta que não se pode evitar. Na sociedade atual em que a ditadura da beleza impera, e o mito da eterna juventude é “vendido” quer com rótulo de produtos químicos, quer de cirurgias plásticas, há duas formas de percecionar o inevitável envelhecimento: envelhecer monotonamente, ou elaborar estratégias que possibilitam melhorar a qualidade de vida.

Estudos mostram que torna-se crucial associar a velhice a uma fase de vida com alegria e disposição, intercalando as oportunidades relacionadas com uma vida ativa. É importante estimular o cérebro, assim como constantemente desafiar o corpo e a mente.

O Envelhecimento Ativo foi introduzido em 2002, pela OMS, que surge na sequência de um anterior conceito, o de o envelhecimento saudável, pretendendo-se que este seja mais abrangente, estendendo-se para além da saúde os aspetos socioeconómicos, psicológicos e ambientais, para melhorar a qualidade de vida das pessoas que com o passar do tempo vão envelhecendo (Ribeiro & Paúl, 2012). Este conceito aplica-se tanto a nível individual, como populacional. O envelhecimento ativo, de acordo com (Lopes, 2008, citado por Escoval, 2008:282), “permite às pessoas alcançarem o seu potencial de bem estar físico, social e mental através do percurso de vida e participarem na sociedade de acordo com as suas necessidades, desejos e capacidades (...)”. No fundo, uma etapa de vida com a continuação da participação ativa na sociedade, e não somente o corpo fisicamente ativo.

Segundo Carvalho & Mota (2012:71) o envelhecimento requer “... medidas, iniciativas e intervenções, no sentido de melhorar a qualidade de vida dos idosos e assegurar a sua integração progressiva e equilibrada na sociedade”. Assim, torna-se fundamental promover e desenvolver, cada vez mais, políticas e iniciativas que criem oportunidades empreendedoras, associando a terceira idade à continuação de uma vida ativa e dinâmica (Juarez, 2002). É claro que o envelhecimento populacional não se associa à sociedade dos nossos dias, pois remete para a eficiência e flexibilidade, em oposto à produtividade. Como afirma Freitas (2011:25), “a sociedade não se encontra adaptada à velhice, uma vez que não abraça este acontecimento como algo natural e importante para o seu crescimento e desenvolvimento”.

O trabalho faz parte da identidade social do ser humano, contudo, por motivos associados à idade, muitas pessoas perdem o seu emprego, ou o seu trabalho. No entanto, existe uma “distinção entre a idade cronológica e idade funcional, em que esta última depende das características específicas de cada indivíduo e do modo como as desenvolveu ao longo da vida” (Vaz, 2008:33). O envelhecimento é um processo biológico associado à genética de cada ser humano, porém cada indivíduo tem em si a responsabilidade de re(desenvolver) capacidades intelectuais inerentes ao avanço do sedentarismo.

Segundo Fonseca (2012:98) “a ideia de desenvolvimento aplicada ao envelhecimento tem subjacente um conjunto de princípios que sustentam a necessidade de os idosos passarem a ser vistos como pessoas de desenvolver e não como problemas a resolver”. Do acima exposto depreende-se que existe de facto uma idade para a reforma, mas muitas pessoas ainda se manifestam capazes e úteis para desenvolver um bom trabalho na comunidade.

Para Marques (2012:57), “O paradigma do envelhecimento ativo convida, assim, a reformular a articulação entre a atividade e a reforma, entre o trabalho e a saúde, entre a participação e a exclusão, no sentido de caminhar para uma sociedade mais inclusiva e com menos discriminações em torno da idade”, o que exigiria novas políticas públicas, assim como fomentar na sociedade dinâmicas anti discriminatória em relação à idade.

## **1.2 Reforma e Pós-Reforma**

De acordo com Fonseca (2012:78) “(...) um dos riscos mais sérios decorrentes da reforma liga-se à perda de uma função útil na vida, (...), sobretudo quando involuntária, a reforma seja vivida (...) de forma *stressante*, dando origem a uma perda de autoestima e de sentimento de controlo da própria vida”. A verdade é que isso depende da forma como o indivíduo lida com a perda de um papel na sociedade, assim como enfrenta todas as consequências dessa etapa.

Permanecer feliz na idade da reforma implica continuar ativo e envolvido em atividades que necessitam de um esforço individualizado e pró-ativo com a comunidade. Para além de que, na realidade, e em concordância com Freitas (2011), o facto da pessoa estar reformada não significa estar inativa, mas sim continuar a trabalhar a um ritmo individualizado e personalizado pela própria pessoa. Mais, estar ativo significa também estar ocupado com atividades a gosto individual e coletivo, de forma que a pessoa idosa se sinta saudável e independente.

O envelhecimento populacional cria na sociedade novos desafios, novas diretrizes, mas principalmente muitas dificuldades para as pessoas mais velhas

possuírem um emprego. Por estes motivos, e por outros relacionados com a nossa economia, é que os valores da emigração não tendem a aumentar.

A verdade é que, velhas ou novas, as pessoas deverão sempre acreditar nas suas potencialidades. “A importância da participação da população idosa no mercado de trabalho constitui uma vertente importante na promoção do envelhecimento ativo, na redução da pobreza que afeta desproporcionadamente os idosos desempregados/pensionistas e na melhoria da sustentabilidade dos sistemas de pensões” (Chau, Soares, Fialho & Sacadura, 2012:54).

A população idosa não poderá ser encarada como uma ameaça, pois se tal acontece pode constituir uma forte tensão social entre várias gerações. O emprego, a criação do autoemprego, atividades de voluntariado, ou simplesmente atividades de lazer, permitem aos idosos uma participação ativa na sociedade, assim como benefícios pessoais na sua qualidade de vida. Contudo, no fundo, segundo Silva (2009:46), “as escolhas e as ocupações assumidas no tempo de reforma dos indivíduos resultam, simultaneamente, das opções individuais e das condições estruturais que marcaram toda a sua trajectória de vida e conferem, por caminhos mais ou menos acidentados, sentido à sua biografia”.

Desde há algum tempo, “na lógica de mercado, as pessoas são classificadas como activas, as que têm uma actividade com valor de mercado, e inactivas as que, na aceção restritiva de produção, não têm actividade” (Vaz, 2008:39). Atualmente, na sociedade consumista, apenas se dá ênfase aos valores materiais, sendo que o principal objetivo é rentabilizar a produção, com indivíduos ativos. O tempo de reforma implica que se valorize o tempo de vida com as aprendizagens obtidas, e se reconheça que pessoas com 65 ou mais anos de idade, embora já não ativas, são merecedoras de tempo de descanso, pois contribuíram para o processo produtivo do país.

Segundo Fonseca (2012:98) “(...) a regulação do comportamento individual nos diversos domínios de promoção do desenvolvimento psicológico é caracterizada pela adoção de estratégias de coping que implicam, de forma mais ou menos consciente, estruturas e funções alargadas de cariz biofisiológico, psicológico e relaciona”. Ou seja, o envelhecimento saudável, segundo traços gerais, será aquele em que a pessoa idosa se adequa de uma forma mais fácil e apropriada às diversas mudanças que vão surgindo nesta fase da vida, sendo físicas, psíquicas ou sociais. Aliás, segundo Rosa (1999), é

totalmente perceptível que o período da reforma afete as relações com o “outro”, assim como as relações profissionais anteriormente estabelecidas. Todavia, para além do trabalho/profissão, existem diversas formas de interagir com os outros, cabe agora é à pessoa idosa redefinir os seus padrões de sociabilidade.

De acordo com Giddens (1994) citado por Vaz (2008:100), “A identidade subjectiva é construída na interacção de riscos e oportunidades numa constante negociação orientada para a auto-realização”. É necessário ter o mínimo de condições para que se viva bem, ter saúde, mas principalmente gosto de viver. Como contributo subjacente, é necessário que as pessoas idosas se mantenham ativas no maior tempo possível, conservando as suas capacidades físicas e mentais.

“Os indivíduos reformados são olhados como alguém que usufrui de um salário sem a contrapartida da prestação de trabalho, ou seja, beneficiam de um privilégio social” (Vaz, 2008:50). Contrariamente, pois no período pós-reforma estas pessoas apenas têm um afastamento do trajeto de produção, com a vantagem de um repouso remunerado.

“Para se compreender o impacto de uma transição na vida do indivíduo é necessário ter em conta, também, se estamos perante um acontecimento que toca unicamente no indivíduo, (...) , ou se é um acontecimento que produz alterações na relação do indivíduo com a comunidade, (...)” (Fonseca, 2012:100).

Das palavras de Fonseca depreende-se que quando se trata de uma relação com a comunidade, a atividade não pode só trazer benefícios para o geronte. Como disse, Lopes (2008) citado por Escoval (2008), as pessoas mais velhas mantendo-se em atividades produtivas por mais tempo, permitem não só que a sociedade usufrua dos seus saberes e das suas experiências, assim como a nível pessoal, possibilita viver esse período de tempo com uma melhor qualidade de saúde e bem-estar, necessitando de menos cuidados de saúde.

Assim, quando em 2012 se comemorou o Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre as Gerações, o objetivo não passava apenas por aperfeiçoar as oportunidades para os trabalhadores mais velhos, mas também lutar contra a exclusão social, fortalecendo a participação ativa na sociedade e, por outro lado, permitir um

envelhecimento saudável e independente através de bons profissionais das diversas áreas que prestam auxílio às pessoas idosas.

A capacidade do indivíduo manter e procurar atividades úteis e benéficas para si próprio, revela não só uma capacidade pró-ativa, assim como um maior ajustamento psicológico. Tal como afirmou Fonseca (2012:91), “ter e aprofundar objetivos é, efetivamente, um dos principais alicerces, não apenas para alcançar satisfação e bem-estar, mas para a construção global de um envelhecimento bem sucedido”.

Outro ponto a ter em consideração é o facto das pessoas idosas atualmente viverem mais tempo e com melhores condições de saúde, pelo que se pode pôr a questão – “porque não manter uma atividade profissional, do seu agrado, por mais tempo?”. A vantagem da permanência no mercado de trabalho contribui para a contínua integração na sociedade, assim como para sucessivos contactos sociais (Marques, 2012).

### **1.3 Desenvolvimento Sustentável**

“Até à segunda metade do século XX, considerávamos viver num planeta praticamente sem limites, onde as consequências das actividades humanas ficavam localmente compartimentadas” (Ferreira, 2007:22). No entanto, essas fronteiras, consideradas imutáveis, começaram a enfraquecer durante as últimas décadas e muitos problemas adquiriram um carácter global. Assim, perante isto, trona-se crucial uma alteração de valores e atitudes face ao meio ambiente, de modo a incentivar nos indivíduos uma profunda consciencialização dos problemas, intercalando sempre a perspectiva da sustentabilidade. Como referem Lopes & Gonçalves, (2012:203), “será difícil rejeitar que o envelhecimento demográfico, em Portugal como no resto do mundo, representa um conjunto de desafios não previstos em vários domínios de organização social, desde o mercado de trabalho até à esfera das relações familiares, passando pelo espaço público e político”.

Perante a situação do envelhecimento demográfico do nosso país, talvez o mais importante passe por prolongar a vida, mas principalmente manter a capacidade funcional das pessoas mais velhas, permitindo que as mesmas se mantenham um maior número de tempo possível autónomas e independentes (Costa, Nakatani & Bachion,



2006). Podemos então concluir que muitas das iniciativas laborais feitas pelos mais velhos, após a idade da reforma, proporcionam um desenvolvimento para a comunidade onde possam estar inseridos, contribuindo para a sustentabilidade dessa comunidade.

“O desenvolvimento sustentável constitui uma prioridade do século XXI e implica que os membros de uma comunidade, os cidadãos, adquiram conhecimentos que contribuam para melhorar as suas perceções em relação aos problemas ambientais, sociais e económicos ...” (Ferreira, s.d.,3). Portanto, espera-se que os indivíduos tenham uma cidadania ativa, assim como modifiquem os seus comportamentos ambientais, para que se atinjam os objetivos mais igualitários e sustentáveis. Segundo (Ferreira, 2007:25) “é importante que cada cidadão tenha consciência de que os problemas que se debatem na sociedade têm implicações nas suas vidas e, por consequência, são também, problemas seus”.

Desenvolvimento sustentável é um “desenvolvimento que atende às necessidades do presente, sem comprometer a possibilidade de as gerações futuras satisfazerem as suas próprias necessidades”. Serão componentes fundamentais do desenvolvimento sustentável, obviamente a proteção ambiental, o crescimento económico, assim como a equidade social. (Calixto & Dores, 2004:9).

Ainda que as iniciativas laborais dos seniores possam não incorporar todos os parâmetros que suportam o desenvolvimento sustentável, permitem por outro lado um desenvolvimento local, isto é, o desenvolvimento de estratégias e metodologias que possam alterar e/ou melhorar o contexto e o nível de vida das pessoas dessa comunidade (Santos, 2002).

No fundo, o desenvolvimento sustentável procura assegurar uma “justiça intra e intergeracional, através da integração clara das políticas ambientais e das estratégias de desenvolvimento” (Almeida, 2007:48). Torna-se crucial que todo este processo de desenvolvimento consiga também um alicerce, no ponto de vista ético. Isto é, uma organização política que atenua as desigualdades mais marcantes, não esquecendo a segurança e o compromisso com as necessidades básicas de cada indivíduo.

Uma outra ideia importante a clarificar é que todo o desenvolvimento sustentável da comunidade, do local, ou até mesmo do território, não se trata de um conceito

universal, mas sim varia de comunidade para comunidade consoante as características culturais da mesma. Assim sendo, “problemas de desenvolvimento e de sustentabilidade só podem ser resolvidos mediante uma participação activa de cidadãos informados, que procurem conhecer as realidades a diferentes escalas, local, regional, nacional e mesmo global ...” (Ferreira, s.d., 1).

As Nações Unidas definiram os anos de 2005 a 2014 como a década do Desenvolvimento Sustentável. Segundo Ferreira (s.d.), este conceito abrange três vertentes cruciais: sociedade, ambiente e economia, sendo que a cultura é um conceito subjacente.

Quando falamos em sociedade, referimo-nos às instituições sociais, e ao papel das mesmas na mudança e no desenvolvimento. No que diz respeito ao ambiente, Ferreira (s.d., 2), menciona a ter em conta “a compreensão da fragilidade do ambiente físico e dos recursos e os efeitos no ambiente da atividade humana e das decisões tomadas ...”. Por último, a economia implica uma avaliação do crescimento económico, assim como a possibilidade de uma maior ou menor justiça social. A cultura, sendo um conceito subjacente, compreende os comportamentos, assim como as atitudes sociais, implicando sempre uma constante mudança.

Segundo Esteves (2010:16), “os danos ambientais que se têm vindo a acumular põem em risco os ecossistemas e os processos ambientais, como o clima, que desempenham um papel fundamental na saúde e bem-estar humanos”. Os problemas de saúde originados pelo ambiente trazem impactos económicos, assim como pessoais e sociais, tanto nos indivíduos, como nas comunidades.

Um outro fator que “atropela” o desenvolvimento das comunidades são as injustiças sociais, assim como as enormes diferenças entre os indivíduos de uma comunidade. Segundo Esteves (2010:31) “estratégias para uma maior sustentabilidade social incluem uma melhor educação e uma maior preocupação com a justiça social, nomeadamente a equidade entre os ricos e os pobres e a equidade intergeracional”.

Toda esta boa relação entre uma comunidade, assim como com os indivíduos que a ela pertencem, só irá beneficiar para o próprio desenvolvimento do território. Todo

este capital social é sustentado pelos serviços e pelos equipamentos de uma sociedade, de forma a fomentar e facilitar a cooperação local.

De acordo com Esteves (2010:34), “a coesão comunitária, conectividade entre grupos de pessoas, reciprocidade, tolerância, compaixão, paciência, companheirismo, amor, padrões de honestidade comumente aceites, disciplina, ética, leis, regras e informação partilhadas promovem a sustentabilidade social”. Assim sendo, a sustentabilidade social é suportada por valores comuns numa sociedade, entre eles, a igualdade de direitos, bem como as convivências comunitárias e culturais. No fundo, na base da sustentabilidade está a regeneração das relações sociais, melhorando a qualidade de vida e o bem-estar das pessoas. E na verdade, isto só não acontece, quando existe pessoas que sustentam necessidades extrínsecas, e acreditam que o bem-estar depende unicamente de padrões de consumo, onde estes são muitas vezes insustentáveis (Esteves, 2010).

Importa assim salientar que, o bem-estar nas pessoas mais velhas não está unicamente relacionado com fatores socioeconómicos, mas também com fatores externos, fatores esses que incorporam o contexto e as circunstâncias de cada indivíduo, assim como a participação do mesmo na comunidade em que vive.

## **1.4 Participação Comunitária**

“A participação comunitária é um aspecto fundamental na vida cívica e da tradição democrática” (Lobo, 2008:367). Naturalmente que, o envolvimento dos cidadãos nestas atividades comunitárias está relacionado com as expectativas e desejos individuais, incorporados na sociedade humana.

A participação da comunidade nas decisões que vão ao encontro dos interesses coletivos da sociedade é, talvez, o aspeto mais relevante para uma democracia participativa, pois “a participação dos cidadãos não é simplesmente a oferta voluntária de tempo ou recursos, mas resulta da sua participação nos processos de decisão a favor da comunidade” (Ornelas, 2008:244). Esta participação, tanto se define como um direito, assim como um dever, pelo que engloba todas as atitudes que prezam pela conquista de novos desafios, com o objetivo de encontrar respostas adequadas de

resolução. Pretende-se, igualmente, que esta resolução seja adaptada às especificidades de cada população/comunidade tendo em conta as suas necessidades.

Hoje em dia o conceito de desenvolvimento pressupõe uma melhoria da qualidade de vida, quer seja uma previsão individual ou coletiva. Sabe-se, à partida, que todo o desenvolvimento comunitário e/ou local engloba alguns esforços e melhorias das condições de vida daqueles que habitam o espaço geográfico, tendo em conta todas as características do local. Assim, o chamado desenvolvimento local procura a aquisição de estratégias para melhorar o nível de vida das pessoas de uma determinada comunidade.

“O desenvolvimento comunitário é uma técnica pela qual os habitantes de um país ou região unem os seus esforços aos dos poderes públicos com o fim de melhorarem a situação económica, social e cultural das suas coletividades, de associarem essas coletividades a vida da Nação e de lhes permitir que contribuam sem reserva para os progressos do País” (Godinho, 2012:11).

Assim, para que também possa existir um desenvolvimento na comunidade, tem que existir, paralelamente, uma intervenção comunitária que se defina pela estratégia de intervenção na sociedade, incorporando valores de inclusão. Quando falamos de valores de inclusão podemos referir-nos a valores comunitários, como por exemplo, a boa gestão, a coparticipação, a cooperação, a comunicação, a solidariedade, a entajuda, entre muitos outros.

Neste sentido, e de acordo com Correia (2009:44), “fará todo o sentido que as intervenções junto da população se concentrem não apenas na redução da incidência de doença, mas também no aumento do bem-estar individual”. Para muitos indivíduos, a velhice é vivida como uma fase marcada de acontecimentos negativos, que prejudicam o estado de espírito, assim como o bem-estar em geral.

Contudo, embora o envelhecimento origine mudanças profundas a nível pessoal e, em diversos setores da sociedade, o crucial é criar propostas de intervenção, assim como ações políticas na área da saúde e, conseqüentemente, do envelhecimento ativo, que correspondem às necessidades dos mais velhos.

Deste modo, conforme existe a etapa da reforma e com ela uma saída do mercado de trabalho, deve existir uma procura de atividades que compensem as que

foram anteriormente abandonadas trazendo, de igual modo, uma maior satisfação na vida dos idosos.

De acordo com Freire & Rabelo (2004) citados in Correia, (2009), alguns estudos têm demonstrado que é importante investir no bem-estar individual das pessoas, uma vez que se estas se sentirem felizes participarão mais em atividades sociais. A articulação entre estratégias e mecanismos que facultem aos indivíduos recursos necessários, e que ao mesmo tempo, desenvolvam competências pessoais e sociais, é necessária para a reintegração do idoso na sociedade.

A comunidade, atualmente, traduz-se num sistema social, em que as pessoas que fazem parte dela, são membros capazes de identificar dificuldades e, ao mesmo tempo, potencializar estratégias com o objetivo de as resolver, como refere (Bennett & Murphy, 1999, citado in Correia, 2009). Obviamente que, muitas das pessoas idosas já desempenham um papel importante na comunidade onde estão inseridas, quer a nível organizacional (nas organizações religiosas, por exemplo) quer ao nível familiar, (cuidando dos netos).

De facto, cabe à pessoa idosa procurar um sentido para a vida, uma atividade ou tarefa que tenha algum significado e, que ao mesmo tempo, aumente a vontade de empenhar essa mesma atividade. Como refere Correia (2009:33), “a busca de sentido é uma constante em todas as idades mas agudiza-se à medida que envelhecemos”.

A ocupação dos tempos livres nas pessoas reformadas, quer seja em atividades já programadas ou apenas para fomentar as relações sociais, surge, efetivamente, como um indicador de sucesso para a esta nova fase da vida.

Fonseca (2011) referiu também que o facto de termos e aprofundarmos objetivos torna-se, realmente, um dos principais pilares para a satisfação individual dos gerentes, assim como para a construção de um envelhecimento bem-sucedido.

Finalizando esta temática, importa realçar que é de extrema importância que se promova uma maior autonomia à pessoa idosa, para que se consiga que esta tenha um estatuto mais presente e mais abrangente na comunidade onde está inserida (Alaphilippe & Bailly, 2014). A pessoa idosa, reformada ou não, poderá encontrar tarefas socialmente úteis, no campo familiar, associativo, voluntariado, entre muitos outros. Implicará, por sua vez, tornar-se um ser ativo, para que responda às necessidades da

comunidade, assim como possa desenvolver estratégias para colmatar algumas fragilidades da mesma.

## **2. Estudo Empírico**

### **2.1 Contextualização do estudo e delimitação da problemática**

O paradigma face ao envelhecimento tem vindo com o passar dos anos a estar mais em foco na nossa sociedade, em que a preocupação com esta problemática é consciente e cada vez maior, num ajustamento do que antes era considerado de fatalidade do envelhecimento, para uma nova perspetiva de ganhos de vida com saúde, independência, funcionalidade, e de participação social.

Segundo Botelho (2005), o envelhecimento saudável pressupõe a opção de estilos de vida saudáveis, incluindo uma vida ativa, a participação em atividades de natureza social, económica, cultural e/ou cívica, e, ocasionalmente, a continuidade na atividade laboral, de acordo com os interesses e capacidades individuais.

Dado o envelhecimento demográfico do nosso país donde resulta a inversão da pirâmide social, espera-se, igualmente, mudanças a nível de políticas, no que respeita à representação social das vivências pós reforma.

O conceito de cidadania, juntamente com a reivindicação dos direitos iguais para todos os seres humanos, independentemente da idade, assim como o combate à exclusão, continuam a constituir desafios para a democracia. Na realidade, e até à pouco tempo, ao processo de envelhecimento estava associado um percurso de exclusão ao mercado de trabalho (Silva, 2009).

Paralelamente a esta situação, o facto da população mais jovem se caracterizar por uma população de produção, uma população mais consumista, e que é incentivada pelos avanços das novas tecnologias, proporciona por outro lado, ao incentivo das pessoas mais velhas se reformarem antecipadamente. Contudo, segundo a CEE, 2005, citado in Silva, 2009, a noção de maximização de produção está longe de ser alcançada. Hoje em dia, existe sim, preocupações no que diz respeito às alterações demográficas, e como os sistemas de sustentabilidade social e financeiros poderão fragilizar com a recusa à renovação da população em idade ativa.

Chevrier (2003:66), garante que “(...)um problema de investigação concebe-se como um desvio consciente que se pretende anular entre o que sabemos, julgado insatisfatório, e o que deveríamos saber, julgado desejável (...)”.

Portanto, a problemática deste estudo persiste na ideia da iniciativa laboral da pessoa idosa e, como a mesma contribuí para o desenvolvimento sustentável de uma comunidade. Certo que existem diversas pessoas reformadas, cuja esta imposição não as proíbe de trabalhar. A problemática em causa consiste em perceber os fatores de iniciativa laboral pós reforma, e se os mesmos contribuem para o desenvolvimento da comunidade em que os gerontes estão inseridos. Assim sendo, pode definir-se da seguinte forma o problema de partida: **Quais os fatores facilitadores da iniciativa laboral pós reforma que contribuem para o desenvolvimento sustentável da comunidade onde os gerontes estão inseridos?**

## 2.2 Questões Orientadoras

Tendo em conta o que foi anteriormente dito, as questões orientadoras são:

- Quais os fatores que facilitam a iniciativa laboral pós reforma?
- A iniciativa laboral contribuí para as pessoas reformadas continuarem participativas na comunidade?
- Até que ponto a iniciativa laboral após a reforma contribuí para o desenvolvimento sustentável da comunidade?
- Até que ponto a iniciativa laboral dos reformados respondem às componentes fundamentais do desenvolvimento sustentável?



## **2.3 Objetivos**

### **2.3.1 Objetivo geral**

- Conhecer os fatores facilitadores da iniciativa laboral pós reforma que contribuem para o desenvolvimento sustentável da comunidade em que está inserida.

### **2.3.2 Objetivos específicos**

- Analisar os fatores facilitadores da iniciativa laboral da pessoa idosa, tendo em conta a sua história de vida;
- Analisar os fatores da comunidade facilitadores da iniciativa laboral;
- Verificar se os fatores facilitadores da iniciativa laboral dos séniores ativos estão em consonância com o entendimento sobre o desenvolvimento sustentável.

## **3. Metodologia**

### **3.1 Opção Metodológica**

Considera-se o presente estudo de carácter descritivo, eminentemente qualitativo por não só analisar as capacidades funcionais e psico-sociais dos participantes para realizarem uma iniciativa laboral, como também valorizar essas mesmas capacidades como benefício para uma comunidade. De acordo com Denzin & Lincoln (2003:9), citado in Amado (2013:118), a investigação qualitativa utiliza “um conjunto de atividades interpretativas, que não privilegiam qualquer prática metodológica em relação a outra”.

De acordo com Bogdan & Biklen, 1994, a metodologia qualitativa deve de obedecer a cinco características: 1) a fonte direta dos dados é o ambiente natural, e o investigador é o principal agente na recolha desses mesmos dados; 2) os dados que o investigador recolhe são essencialmente de carácter descritivo; 3) os investigadores que utilizam metodologias qualitativas interessam-se mais pelo processo em si do que propriamente pelos resultados; 4) a análise dos dados é feita de forma indutiva; e 5) o investigador interessa-se, acima de tudo, por tentar compreender o significado que os participantes atribuem às suas experiências.

Os métodos qualitativos caracterizam-se por utilizar as palavras e os significados das mesmas para detalhar o que se observa em contextos reais.

Segundo Triviños, 1987, um estudo exploratório pode levantar possíveis problemas de pesquisa. Apesar destes tipos de estudos permitirem ao investigador uma maior experiência de um determinado problema, a realidade é que parte-se de uma hipótese e o seu estudo é aprofundado nos limites de uma realidade.

Por outro lado, e de acordo com Pina, 2005, os estudos experimentais caracterizam-se por aleatoriamente distribuírem uma população em dois grupos, e posteriormente, manipularem as variáveis explicativas num grupo, de forma a estudar o seu efeito nas variáveis resultado. O outro grupo da população serve de “comparação” – denominado grupo controlo ou testemunha.

No fundo, a variável independente é manipulada para julgar o seu efeito numa variável dependente. É um método de investigação que procura estabelecer relações causa-efeito nas variáveis investigadas, e que por sua vez, esta relação não pode ser estabelecida por técnicas estatísticas, mas sim pelo pensamento lógico.

Posto isto, a presente investigação exigiu um contacto constante por parte da investigadora, com a realidade em causa, neste caso, com as pessoas idosas que após a reforma, continuam a possuir uma atividade laboral e tomadas de decisão de como recolher e tratar os dados para a interpretação. Prática essa que vai ao encontro de Nunes & Ribeiro (2008:244), citado in Amado (2013:118), quando referem que “o pesquisador, por meio de sua reflexão e das decisões permanentes que deve tomar, é responsável pelos rumos seguidos no processo de construção do conhecimento”.

Ou seja, na metodologia qualitativa não existe uma sequência rígida de procedimentos a seguir, nem necessariamente obrigados a executar. O importante é decifrar os relatos dos investigados, descrever este processo, para que, posteriormente, se proceda ao significado do caminho a alcançar.

Assim sendo, e como acima já foi referido, o estudo em causa trata-se de um estudo de carácter descritivo, pois “o foco essencial destes estudos reside no desejo de conhecer a comunidade, seus traços característicos, suas gentes, seus problemas (...)” (Triviños, 1987:110).

Os estudos descritivos pretendem descrever com fidelidade os factos e fenómenos de uma determinada realidade. Por outro lado, exigem ao investigador uma precisa delimitação da população/amostra, assim como dos objetivos de estudo.

## **3.2 Instrumento de Recolha de Dados**

### **3.2.1 Entrevista Semiestruturada**

Cabe ao investigador escolher o melhor tipo de instrumento a utilizar, mediante os seus objetivos de estudo, assim como os resultados que pretende chegar. Posto isto, neste estudo, como instrumento de recolha de dados, utilizou-se a entrevista semiestruturada.

De acordo com Daunais (1992), citado in Savoie-Zajc (2003:280), a entrevista define-se como “ (...) uma interação, uma conversação, implica igualmente, da parte do investigador, uma atitude de escuta atenta e de receptividade em relação à mensagem reformulada”. No fundo, assume uma variedade de formas, tendo em conta que poderá ser apresentada com diversos objetivos.

“A entrevista estruturada ou diretiva centra-se, geralmente, num tema determinado e restrito (...)” (Amado, 2013:208). Neste tipo de entrevista, as perguntas devem ser programadas e feitas de forma formal a todos os entrevistados, de maneira que não exista flexibilidade nem abertura a outras temas durante a conversa.

No que diz respeito à entrevista não estruturada ou não diretiva, Richardson, 1999, citado in Aguiar & Medeiros, 2009, defende que a mesma se caracteriza por ser totalmente aberta, conotada de uma flexibilidade, e procura o significado na conceção do entrevistado. As perguntas derivam de uma interação entre o entrevistador e o entrevistado, não existindo um esquema prévio de questões.

De facto, na entrevista semiestruturada, claramente que as perguntas provêm de um planeamento prévio – guião -, onde se define, numa ordem coerente para o investigador, o crucial que se pretende obter muito embora seja dada uma enorme liberdade de resposta ao entrevistado (Amado, 2013).

Evidentemente, a entrevista semiestruturada é um dos principais alicerces da investigação qualitativa, pois não existe uma imposição rígida de questões a cumprir, o que permite que o entrevistado possa “conversar” sobre o tema, daí ser a mais adequada para o estudo em causa. Trata-se de “uma técnica que permite um acesso aos discursos dos indivíduos, tal como estes se expressam, ao não-observável: opiniões, atitudes,

representações, recordações, afetos, intenções, ideais e valores, que animam uma pessoa a comportar-se de determinado modo” (Amado, 2013:211).

Para recapitular, e concluindo, é um meio de transferência de uma pessoa – entrevistado –, para outra – entrevistador – de pura informação, daí ser, um método por excelência, de recolha de informação. Posto isto, e para o estudo em questão, a entrevista semiestruturada foi usada como principal e único meio de recolha de informação, que tem como principal apoio os objetivos da investigação.

### **3.3 Caracterização dos participantes**

Segundo Fortin, 2003, uma população é um conjunto de indivíduos que partilham características comuns caracterizadas por um conjunto de critérios.

Para Miaoulis & Michener (1976), citados in Ribeiro (2010:42), “Uma amostra é um subgrupo da população (ou universo) selecionado para obter informações relativas às características dessa população (ou universo)”.

Assim, neste estudo, o público-alvo é constituído por elementos que contém critérios de seleção, previamente definidos pelo investigador. Posto isto, trata-se de uma amostra por conveniência.

De uma maneira sucinta, trata-se de uma amostra por conveniência pelo facto das 20 pessoas que participaram neste estudo corresponderem a diversos critérios de seleção. Nomeadamente, e não menos importante, torna-se crucial evocar que o investigador vive na Cidade de Portimão, daí a maioria dos entrevistados pertencerem a este local, ou arredores

Desta forma, participaram neste estudo, um total de 20 pessoas, sendo 10 relativas à primeira entrevista, e as outras 10 pessoas na segunda entrevista escolhidas por conhecerem os 10 primeiros participantes e poderem opinar sobre a sua atividade pós reforma. Todos eles foram caracterizados de acordo com o género, a idade, a zona de residência, a escolaridade e a profissão. Mais se acrescenta que se considerou pertinente conhecer o percurso profissional dos participantes da primeira entrevista uma vez que o cerne do estudo incide sobre eles.

Na primeira entrevista (Apêndice I), o objetivo passava por perceber a relação que existia entre a iniciativa laboral de uma determinada pessoa idosa, após a reforma, e o desenvolvimento sustentável da comunidade onde essa mesma pessoa estava inserida. Neste sentido, foram escolhidas 10 pessoas idosas, 5 pessoas do género feminino, e outras 5 do género masculino, que possuíam uma atividade laboral, e que ao longo do trabalho serão apresentados pela letra P (participante), seguida do número referente à ordem pela qual foram entrevistados.

Torna-se importante evidenciar o motivo pela divisão de géneros, e respetivos entrevistados. Sendo assim, sabemos de antemão que existem mais mulheres que homens no nosso país, contudo valoriza-se mais a participação social do homem, que a da mulher. Posto isto, procurou-se encontrar um equilíbrio desta participação, utilizando o mesmo número de participantes para o género feminino e para o género masculino, ou seja, uma igualdade de género.

No que diz respeito à idade dos participantes todos têm mais de 65 anos persistindo um maior número de pessoas com idades compreendidas entre os 65 e os 68 anos (P3, P5, P6 e P10), duas pessoas com 70 anos (P2 e P4), duas pessoas com idades compreendidas entre os 73 e os 76 anos (P1 e P7), e por último, duas pessoas na escala dos 77 aos 80 anos de idade (P8 e P9). Quanto ao “Estado Civil”, apenas 3 pessoas se encontram em fase de viuvez (P1, P9 e P10), todos os outros são casados. Por fim, para terminar esta caracterização, todos os participantes são da zona sul do país, mais concretamente 3 cidades do Algarve (Lagoa – P1 e P7; Lagos – P2 e P4; Portimão – P3, P4, P5, P6, P8 e P9).

No que concerne às habilitações escolares dos participantes, na primeira entrevista, a sua maioria completou a 4ª classe (P1, P2, P3, P4, P6, P7, P8, P9 e P10), sendo que ainda o P6 manifestou que frequentou o “4º ano e vários cursos”. Por outro lado, o P5 é um participante que não frequentou a escola, e como ele disse referente às suas habilitações escolares não tinha “nada”, daí ser analfabeto.

Quanto ao início da atividade laboral, as idades diferenciaram dos 8 aos 20 anos. O P3 foi o participante que afirmou que começara a trabalhar mais cedo, “Ai, com 8 anos”. De seguida, com 12 anos temos o P2, P4 e P9. Com 14 anos, temos novamente apenas um participante – P1. Com 16 anos, o P5 e o P6, afirmaram que foi esta a idade que iniciaram o seu trabalho. Dois anos mais tarde, foi a vez dos participantes P8 e P10

afirmarem que começaram a trabalhar. Por fim, aos 20 anos de idade, foi quando o P7 iniciou a sua atividade laboral, “Comecei a trabalhar aos meus ... 20 anos”.

Ainda dentro da atividade laboral, torna-se importante agora evidenciar quais foram as primeiras profissões dos participantes. Assim sendo, são as profissões “Empregado de Comércio” - conta com 3 participantes (P2, P3 e P7)- , e “Trabalhador Rural” (igualmente 3 participantes, (P4), (P5), (P9)- que têm a maior relevância neste grupo de participantes. As outras profissões enquadram-se nos chamados “Operários” (P1 e P10), um participante diz ser, “Auxiliar do hospital”, (P6), e por fim, (P8) como “Sapateiro”.

No que respeita ao indicador “Profissão Atual”, existem diversas profissões, das quais os participantes se distinguem bastante uns dos outros. Na subcategoria “Pasteleira” temos duas participantes (P1 e P3), na “Doméstica”, temos igualmente duas participantes que afirmaram que desempenhavam este papel (P3 e P4). A verdade é que, maior parte dos entrevistados desempenham o papel de “domésticos” em sua casa, a partir o momento que ajudam nestes tipos de atividades o/a seu/sua companheiro/a . De resto, todas as restantes subcategorias têm apenas um participante, “Encarregado dos Serviços Gerais” (P2), “Calceteiro” (P5), “Empregada de Balcão” (P6), “Costureira” (P7), “Sapateiro” (P8), “Vendedor” (P9) e “Pedreiro” (P10).

No que à segunda entrevista diz respeito, o objetivo passava por entrevistar outras 10 pessoas que conheciam os primeiros entrevistados, a fim de se poder perceber também se a iniciativa laboral das ditas pessoas idosas favorecia ou não o desenvolvimento sustentável da comunidade (Apêndice II). Tratam-se, novamente, de outras 10 pessoas, 6 do género feminino e 4 do género masculino, escolhidas por conveniência, com o critério de conhecerem um dos participantes idoso com atividade laboral, que se passam a denominar pela letra C (de conhecido), seguido da ordem de entrevistado.

Quanto à idade destes participantes, podemos acrescentar que são mais novos que o primeiro grupo, com idades compreendidas entre os 20 e 25 anos (C1, C2, C3, C4), dos 26 aos 31 anos (C5, C6 e C7), um participante com 34 anos (C8) e, por fim, um participante com 54 anos (C9).

No respeitante à residência, apenas um participante não é da zona sul do país, vivendo neste momento na Hungria, Budapeste (C5), os restantes participantes vivem em Portimão (C8, C9, C1, C3, C6 e C4), um na cidade de Lagos (C2) e, por último, um na cidade de Lagoa (C7). Aqui, torna-se importante esclarecer que o entrevistado C5, que vive atualmente na Hungria, realizou a entrevista quando se encontrava em Portugal, em período de férias.

No referente às habilitações académicas estes participantes possuem graus mais elevados de escolaridade o que se justifica por se tratar de pessoas mais novas, 5 possuem a Licenciatura (C5, C8, C3, C6 e C4) e, o restante, possuem o 12º Ano de escolaridade (C9, C1, C2 e C7)

No que se refere às segundas entrevistas, também existe um leque variado de profissões, não só por se tratar de um grupo de pessoas mais novas, assim como escolaridade que possuem os habilita a empregos diferentes. Sendo assim, existe um “Gestor” (C5), um “Animador Socio cultural” (C8), um “Cozinheiro” (C9), um “Estudante” (C2), um “Fisioterapeuta” (C6) e um “Enfermeiro” (C4). Por outro lado, existe um grupo com um maior número de frequências, na subcategoria de “Empregado de Comércio”, “Empregado de balcão e mesa” (C1), “. (C3) e, por fim, “Vendedora numa farmácia” (C7).

### **3.4 Análise dos dados**

De acordo com (Amado, 2013:299), “a questão da análise de dados é central na investigação”. A verdade é que não basta recolher os dados, é necessário, posteriormente, analisá-los e interpretá-los, pois não é possível fazer uma coisa sem a realização da outra.

Para (Bogdan & Biklen, 1994:225, citado in Amado, 2013:299), “a análise envolve o trabalho com os dados, a sua organização, divisão em unidades manipuláveis, síntese, procura de padrões, descoberta de aspetos importantes do que deve ser apreendido e a decisão do que vai ser transmitido aos outros”.



E, dado que o instrumento de recolha de dados foi a entrevista semiestruturada, para Quivy e Campenhoudt (1998), tendo esta como método para a obtenção dos dados, impõe-se, claramente, a análise de conteúdo como técnica de análise de dados.

### **3.4.1 Técnica de Análise de dados – Análise de Conteúdo Categorical**

Como já foi referido, com a utilização da entrevista semiestruturada como instrumento de recolha de dados, utilizou-se a análise de conteúdo para tratamento das mesmas.

Para Vala (1986:104), “A análise de conteúdo é uma técnica de tratamento de informação, não é um método. Como técnica pode integrar-se em qualquer dos grandes tipos de procedimentos lógicos de investigação e servir igualmente os diferentes níveis de investigação empírica”.

Deste modo, aborda-se esta técnica por ser flexível e adaptativa às estratégias e técnicas de recolha de dados, anteriormente apresentada. Mais ainda, por se caracterizar num procedimento que aposta, visivelmente, a possibilidade de fazer inferências interpretativas a partir de teorias expressas, posteriormente desmembradas em categorias (Amado, 2013).

Portanto, e de acordo com Quivy & Campenhoudt, (1998:228), a análise de conteúdo categorial “consiste em calcular e comparar as frequências de certas características (...) previamente agrupadas em categorias significativas”. Assim sendo, utilizou-se neste estudo o método referido anteriormente, porque apesar de ser antigo, acaba por ser bastante coerente.

Assim, de seguida, será apresentada a análise de conteúdo categorial referente tanto à primeira, como à segunda entrevista. Esta, será desmembrada em diversos quadros, cada um deles referente a uma dimensão encontrada na análise de ambas as entrevistas.

Nos Apêndices, poderemos encontrar na íntegra, a grelha da análise de conteúdo referente aos primeiros entrevistados (Apêndice III) e, em seguida, a grelha da análise de conteúdo referente aos segundos entrevistados (Apêndice IV).

### 3.5 Apresentação e análise dos dados

Da análise às entrevistas encontraram-se diferentes dimensões que correspondem aquilo que os participantes mais valorizaram, que passamos a apresentar pela seguinte ordem: factores favoráveis à continuação da vida laboral, entidade patronal, colegas de trabalho, aceitação da atividade laboral por parte de familiares e amigos, contributo para o desenvolvimento sustentável e, por fim, tempo laboral perspetivado.

#### 3.5.1 Análise da motivação como factor à continuação da atividade laboral

Indicámos, de seguida, o domínio referente aos “Factores favoráveis à continuação da vida laboral”, em que a principal categoria é a “Motivação” (apresentado no quadro nº1), a qual passamos a analisar.

**Quadro 1 - Motivação como factor favorável à continuação da atividade laboral**

Domínio	Categoria	Subcategoria	Frequência	
			Part.	Conhec.
Factores favoráveis à continuação da vida laboral	Motivação	Financeira	12	14
		Proatividade	9	12
		Ocupação do tempo		20
		Gosto Pessoal		3

Como se pode constatar pela leitura do quadro 1, o total das unidades de registo dos participantes da primeira entrevista recae sobretudo na subcategoria “Financeira”. Podemos pensar que face à crise financeira que o país enfrenta, as pessoas idosas necessitam de um rendimento para além da reforma, pelo que se justifica continuarem a desempenhar as atividades.

Posto isto, encontram-se nesta subcategoria unidades de registo como: “Porque o dinheiro não me chega, a pensão” (P1), “Ajudar a minha mãe, e os meus filhos” (P3),

“O que faço é tudo para gastar” (P3), “para ajudar os filhos a comerem, e para a minha mãe” (P3), “Porque a reforma é pouca” (P7), “e sempre vem mais algum dinheiro nas coisas que eu faço” (P7), “A reforma não chega” (P8), “Ai menina a reforma é curta” (P9) e “Ganho só 250 eurinhos de reforma” (P9).

Segundo (Silva, 2001:172), “As pessoas idosas são, assim, uma categoria social muito vulnerável à precaridade económica por usufruírem reformas e pensões muito baixas, viverem muitas vezes em habitações degradadas e terem grandes despesas com saúde”. Trata-se de uma realidade bem corrente e visível, pois cada vez mais os nossos idosos usufruem de baixas reformas, cujos rendimentos são marcadamente inferiores às necessidades básicas que têm diariamente.

Contudo, os dados referentes aos participantes da segunda entrevista parecem não se enquadrarem nesta perspetiva, pois na categoria “Motivação”, não é a subcategoria “Financeira” a que mais prevalece, embora tenha também uma grande importância para a continuação das atividades pós reforma. Segundo os entrevistados, de uma maneira geral, as pessoas idosas continuam a trabalhar principalmente para ocuparem o tempo, muito embora também valorizem os rendimentos extra, pois proporcionam uma melhor qualidade de vida, “ter mais dinheiro para sobreviver” (C9 P3), “receber mais algum dinheiro” (C6 P7), “infelizmente é a situação monetária/financeira dele que precisa” (C4 P8), “a reformazita dele é baixa”, “dá-lhe mais qualidade de vida” (C1 P9), e “para poder ter um conforto melhor na sua vida” (C7 P10).

“O facto de ter algo que a entretém durante o dia a dia”, “Mantém-se ocupada” (C5 P1), “Acho que é o facto de não ficar em casa sem fazer nada”, “Atão é o medo de ficar em casa sem fazer nada”, “...de ficar sozinho” (C8 P2), “Não ficar presa dentro de casa a olhar para as paredes” (C1 P4), “O facto de não estar parado em casa sem fazer nenhum” (C2 P5), “sentir-se ocupada no seu dia a dia” (C6 P7), e “não se sente parado”, “é uma maneira de se distrair” (C7 P10), são algumas das afirmações dos segundos entrevistados disseram para prevalecer o facto da ocupação do tempo ser um alicerce para a continuação da atividade laboral após a reforma. Segundo (Martins, 2010:123), “A ocupação faz parte da condição humana e é fonte de equilíbrio e satisfação”. Assim sendo, podemos então dizer que a dimensão ocupacional é algo que faz parte de todos

os seres humanos, e logo desde muito cedo somos habituados a interagir com o que nos rodeia, daí a necessidade de uma inclusão em ocupações diárias.

Ainda em relação às verbalizações dos participantes da segunda entrevista, encontramos a subcategoria “Gosto Pessoal”, que se pode considerar relacionada com a ocupação do tempo, pois recai sobre as possibilidades de uma profissão após a reforma trazer vantagens, não financeiras, nem ocupacionais, mas sim porque se caracterizam por ser uma fonte de prazer. Estas afirmações vão ao encontro do defendido por (Wilcock, 2007), quando refere que as profissões na terceira idade desenvolvem satisfatoriamente o campo da saúde, uma vez se estiverem direcionadas com um propósito e significado, possibilitam o sentimento de prazer, vocação ou espírito do indivíduo.

Para além da subcategoria “Financeira”, nas primeiras entrevistas, existe uma outra subcategoria - “Pro atividade”, onde os entrevistados valorizam a continuação de uma atividade laboral, por ainda possuírem capacidades para tal. Como afirma (P2), “(...) estando com uma ocupação deste género, ou de outra qualquer, me dará mais saúde, digamos assim”, “Entendo que as pessoas enquanto chegam a estas idades que devem ter uma ocupação, não se entregarem ao tédio”, “eu acho que o trabalho é que mantém a pessoa mais, quer fisicamente quer psicologicamente, sã”, (P5), “Tenho posses, e sinto-me com condições de trabalhar”, (P6), “Para não estar parada ...”, e (P10), “*e para ajudar o meu camarada*” (colega de trabalho).

Também nas segundas entrevistas, no que diz respeito à motivação para a continuação da vida laboral, a “Pro atividade” teve algum destaque nas respostas dos entrevistados. Alaphilippe e Bailly (2014) defendem que para além das questões relacionais, o trabalho exercido pelas pessoas mais velhas proporciona um sentimento de utilidade social, ou seja, este trabalho desenvolvido após a reforma não só traz benefícios monetários, como acarreta com ele uma satisfação pelo êxito da tarefa em questão.

Segundo os entrevistados da segunda entrevista, “O facto de não tar parada e continuar no ativo” (C1 P4), “Considero que é a sua vontade de trabalhar”, “faz com que ela tenha essa vontade para se manter ativa, e distraída, ocupada”, “não estar apenas em casa a gozar a sua reforma” (C3 P6), “sentir-se ativo” (C7 P10), “Acaba por não ter uma vida sedentária” e “sente-se útil” (C2 P5), são algumas afirmações que justificam o

facto da pro atividade se denominar por uma motivação para a continuação da vida laboral pós reforma. No fundo, estes entrevistados têm consciência de que esta atividade laboral das pessoas mais velhas, não só contribuí para que estas se mantenham ativas melhorando a sua qualidade de vida, como, por outro lado, melhora igualmente a qualidade de vida de outras pessoas.

### **3.5.2 Análise das condições de saúde como factores favoráveis à continuação da atividade laboral**

Na primeira entrevista, abordou-se as condições de saúde, a fim de averiguar até que ponto os entrevistados seriam capazes de avaliar o seu próprio estado de saúde, e a sua aptidão para continuar a exercer a atividade laboral a que se predispõem.

Como os dados insertos no quadro nº2 nos mostram, a categoria “Condições de Saúde”, subdivide-se na subcategoria “Físicas boas”/ “Físicas médias”, a “Psicológicas boas” e “Psicológicas médias”.

**Quadro 2 - Condições de Saúde como factor favorável à continuação da atividade laboral**

Domínio	Categoria	Subcategoria	Frequência
			Participantes
Factores favoráveis à continuação da vida laboral	Condições de Saúde	Físicas boas	<b>8</b>
		Físicas médias	<b>6</b>
		Psicológicas boas	<b>8</b>
		Psicológicas médias	<b>3</b>

Na subcategoria “Físicas”, a maior parte dos entrevistados manifestaram que tinham boas capacidades físicas para a continuação da atividade laboral, defendendo “Sim, ainda me consigo ir mantendo” (P1), “Por uma questão de me sentir ainda com vitalidade para o efeito” (P2), “Tudo bom” (P5), e “Sim, são boas” (P10). Por outro lado, há quem afirme que as capacidades físicas sejam medianas, “sofro um bocado dos

ossos mas faço um esforço porque tem que ser mesmo” (P3), “mas já tenho aqui uns problemas na minha coluna e coiso, mas arremodei-mo” (P4), e “já me dói as pernas” (P9).

Na subcategoria “Psicológicas”, maior parte dos entrevistados manifestaram que estavam em ótimas condições, uma vez que pressupõem que o contrário seja apenas para aquelas pessoas que sofrem de distúrbios mentais. Posto isto, quando era feita a pergunta, quase todos os entrevistados afirmaram que as suas condições psicológicas eram satisfatórias, “Ah, são, são” (P1), “Tudo bem” (P5), “Melhores ainda” (P6) e “Maravilhosas” (P10). Por outro lado, apenas 2 entrevistados afirmaram que as suas condições psicológicas eram médias, “Sim, mais ou menos, sim mais ou menos, fiquei um bocadinho afetada por causa daquela coisa, mas vai passando” (P4), “Se calhar não são as melhores” e “sinto-me cansado” (P9).

Embora, na realidade, nem todos os entrevistados tenham as melhores condições psicológicas para continuar a trabalhar, a verdade é que maior parte deles tiveram vergonha de admitir que poderiam sentir-se cansados psicologicamente. Contudo, há que frisar a sinceridade e naturalidade com que P4 e P9 responderam a esta questão. Quanto ao entrevistado P4, poder-se-á dizer que embora o seu trabalho ronde a “vida doméstica”, esta provoca ainda algum cansaço físico e psíquico, daí a sua resposta. Quanto ao entrevistado P9, há que ter em conta a sua idade (79 anos), e que a atividade laboral deste participante é, nada mais, nada menos, que andar a pé o dia todo. O facto deste participante vender raspadinhas para ganhar mais algum dinheiro, faz com que o mesmo se sinta cada vez mais cansado psicologicamente, o que afeta, por outro lado, o bem-estar individual.

No entanto, há que sobrevalorizar a capacidade destas pessoas mais velhas em não desistir e, no fundo, continuarem a dar vida aos anos, e não anos à vida. Segundo Carvalho & Mota (2012:71) “a medicina não pode fazer tudo sozinha, a maior fatia de responsabilidade está na própria pessoa”. Muito embora estas pessoas se possam sentir cansadas e com algumas fragilidades físicas e psíquicas sabem que, de um modo geral, estas atividades que desempenham contribuí no sentido de minimizar a degeneração progressiva aliada ao processo de envelhecimento.

### 3.5.3 Análise dos benefícios pessoais como factor favorável à continuação da atividade laboral

Em ambas as entrevistas, encontrou-se a categoria “Benefícios Pessoais”, a fim de averiguar até que ponto os entrevistados da primeira entrevista conseguiriam analisar os benefícios para si do trabalho desenvolvido. E, por outro lado, quais os benefícios para o gerente, do ponto de vista daquelas pessoas que os conheciam.

**Quadro 3 - Benefícios Pessoais como factor favorável à continuação da atividade laboral**

Domínio	Categoria	Subcategoria	Frequência	
			Part.	Conhec.
Factores favoráveis à continuação da vida laboral	Benefícios Pessoais	Entretenimento	7	
		Reconhecimento pelos outros	11	
		Ajudar a outros	3	
		Económicos	8	5
		Saúde	4	
		Manter competências físicas, cognitivas e emocionais		6
		Interação Social		3
		Nenhuns	2	

Assim sendo, e como se pode verificar pelo quadro nº3, ainda dentro da dimensão “Factores favoráveis à continuação da vida laboral”, na categoria de “Benefícios Pessoais”, na primeira entrevista, as respostas dos entrevistados situam-se em duas subcategorias – “Entretenimento” e “Económicos”. Na subcategoria “Entretenimento”, os entrevistados justificam-se pelo facto de não ficarem sedentários, o que fazem acaba por ser uma forma de distração, “O que traz de bom é que me distrai” (P1), “a minha ocupação” (P2), “sinto-me distraída” (P7), “Estou sempre ocupado” e “não fico em casa a ver televisão” (P10). Na subcategoria “Económicos”, os entrevistados justificam-se pelo facto de receberem uma baixa reforma, e com o

trabalho que realizam, acresce a parte económica, “em segundo lugar, a parte económica” (P1), “naturalmente que acresce a parte monetária” (P2), “e ajuda à reforma porque é pouca” (P7), “Tenho necessidade do dinheiro” (P8) e “e é uma ajuda financeira” (P10).

Para além das duas subcategorias acima abordadas, há ainda entrevistados que defendem que o trabalho pós-reforma traz bastantes benefícios ao nível da saúde, “Sim, saúde. Se não trabalhar ainda é pior, não é?” (P4), “penso naquilo que vou fazer, e sinto-me bem ... a trabalhar” (P4) e “Acho que é bom trabalhar porque os movimentos do corpo até dá saúde” (P5).

Por outro lado, existe apenas um entrevistado que afirma que as tarefas que exerce, não traz quaisquer benefícios a nível pessoal, “Ah, nenhuns ...” e “e não benefício de nada do que faço” (P3). Assim sendo, para este entrevistado, a iniciativa laboral que exerce não se trata de uma ocupação/distração, mas um género de obrigação. Segundo (Alaphilippe & Bailly, 2014:122), “... se obrigarmos um indivíduo a fazer algo que lhe agrada, a obrigação retira todo o interesse ao comportamento”.

Tal como afirmou durante a sua entrevista, tudo o que faz, todos os trabalhos que elabora, são somente para ajudar os filhos e a mãe “O que eu faço é tudo para gastar, para ajudar os filhos a comerem, e para a minha mãe”. Ainda segundo os mesmos autores acima mencionados, “Uma pessoa idosa que se desvaloriza terá tendência a limitar as suas atividades, bem como as relações com os outros” (Alaphilippe & Bailly, 2014:100). Portanto, esta pessoa idosa não só corre o risco de perder algumas competências, como poderá ver-se socialmente isolada, e com isto perder algumas relações sociais.

Ainda dentro da categoria “Benefícios Pessoais”, existem mais duas subcategorias “Reconhecimento pelos outros” e “Ajudar a outros”. Na subcategoria “Reconhecimento pelos outros”, as pessoas idosas justificaram-se pela gratidão e gratificação que recebem pelos outros, como forma de ajuda à continuação da atividade laboral.

Segundo (Oliveira, 2010:75), “o sujeito motivado inicia uma conduta instrumental que o leva à satisfação de um desejo, ajudando-o a escolher entre os que mais eficazmente atingem o objetivo em vista, além de manter a sua atividade até à



satisfação da necessidade”. Certamente que, ao sermos conotados de forma positiva pelos outros, faz com desenvolvemos o nosso trabalho de uma forma mais satisfatória. Segundo os entrevistados, “Elas gostam do meu trabalho” (P1), “São bem servidos e sou simpática com eles”, “e eles sentem-se bem aqui” (P6), “as pessoas gostam do meu trabalho”, “e é por isso que me dão coisas a fazer” (P7) e “Toda a gente gosta do nosso trabalhinho” (P10), são algumas das afirmações que justificam esta subcategoria.

Como acima foi escrito, ainda existe uma outra subcategoria – “Ajudar a outros”. Nesta subcategoria, os entrevistados revelaram “Ajudar, pronto ajudar os meus filhos” (P3), “dou trabalho a outras pessoas” (P5) e “*ajudo as pessoas*” (ao vender raspadinhas, existe a probabilidade de uma pessoa ganhar um prémio) (P9).

Quanto à segunda entrevista, ainda na dimensão “Factores favoráveis à continuação da vida laboral”, na categoria “Benefícios pessoais da atividade laboral pós-reforma”, as subcategorias dividiram-se em “Manter competências físicas, cognitivas e emocionais”, “Interação Social” e “Monetários”.

No que diz respeito à subcategoria “Manter competências físicas, cognitivas e emocionais”, as respostas dos entrevistados foram: “Faz com que estimule a sua cognição”, “Penso que acaba por estimulá-la fisicamente”, “e também a nível psicológico”, “O facto de se manter ativa faz com que não se vão perdendo algumas capacidades” (C3 P6), “ao sentir-se ativa consegue fazer com que a sua qualidade de vida também melhore” e “mantendo ativo o seu corpo e a sua mente” (C6 P7). Conforme o autor, (Wilcock, 2007:24), “Uma pessoa que não executa tarefas como uma profissão, muitas vezes, perde seu propósito e o potencial de promover a saúde”. Uma vez que executada uma atividade laboral após a reforma, não só previne a solidão social, como promove uma ocupação física, mental e social.

Uma outra subcategoria – “Interação Social”, os entrevistados justificam-na pelo facto das atividades laborais na terceira idade possibilitarem o contacto com a sociedade, o facto de evitarem a solidão e combaterem o isolamento social, “Se calhar é mais uma maneira de não tar sozinho”, “Ele acho que tem medo da solidão” (C8 P2), e “comunica com a sociedade” (C2 P5).

Para finalizar esta subcategoria dos “Benefícios pessoais da atividade laboral pós-reforma”, existe a subcategoria “Económicos”. Aqui, claramente que evidenciam o

facto das pessoas conseguirem melhorar um pouco a sua situação financeira, continuando com a execução das atividades laborais.

De acordo com os entrevistados, “A reforma não chega”, “tem que fazer outras coisas para sobreviver” (C9 P3), “principal motivo será por questões financeiras” (C4 P8) e “A reforma ser baixinha” (C1 P9), são algumas das afirmações que justificam a existência desta subcategoria. Já dizia (Carreira, 1996; Rodrigues, 2007, citados por Lopes & Gonçalves, 2012:206), “o prolongamento da vida ativa era e é um meio de colmatar, em parte, os baixos montantes das pensões (...) e tornar os indivíduos menos vulneráveis à pobreza”. Obviamente, dada a conjuntura económica do país, as pessoas mais velhas vêm-se “obrigados” a exercer uma atividade laboral remunerada, para que os rendimentos extra seja uma ajuda à sua situação financeira, melhorando um pouco a qualidade de vida.

Como se pode verificar pelo quadro acima (Quadro nº3), foi mais uma vez a subcategoria relacionada com fatores económicos que teve o maior destaque. Muito embora a vivência do reformado seja variável de pessoa para pessoa, a realidade é que os fatores socioeconómicos são determinantes na orientação deste processo (Alaphilippe & Bailly, 2014).

#### **3.5.4 Análise dos benefícios para a comunidade como factor favorável à continuação da atividade laboral**

Ainda dentro da dimensão “Factores favoráveis à continuação da vida laboral”, existe a categoria – “Benefícios para a Comunidade da atividade laboral pós-reforma”. Uma das subcategorias aqui existentes é “Baixo Custo”, onde os entrevistados se justificaram pelo “O facto de ela produzir bolos de qualidade a um custo reduzido” (C5 P1), e “é um trabalho que é feito com baixo custo” (C6 P7).

**Quadro 4 - Benefícios para a comunidade como factor favorável à continuação da atividade laboral**

Domínio	Categoria	Subcategoria	Frequência	
			Part.	Conhec.
Factores favoráveis à continuação da vida laboral	Benefícios para a comunidade	Baixo Custo		<b>2</b>
		Boa Gestão		<b>4</b>
		Prestar satisfação à comunidade		<b>22</b>

Por outro lado, existe apenas um entrevistado (C8 P2) que se justificou com a subcategoria - “Boa gestão”. Aliada a esta subcategoria está o facto de o entrevistado (P2) se caracterizar por Chefe de Serviços Gerais, logo toda a parte que ele gere, será para proveito e benefício dos utentes e, conseqüentemente, da comunidade onde está inserido. “ele gere a parte dos transportes”, “a parte da higiene” e “os serviços gerais” são as afirmações que o entrevistado utilizou para justificar a existência desta subcategoria.

Para finalizar, existe ainda a subcategoria – “Prestar satisfação à Comunidade”. Segundo os entrevistados da segunda entrevista, “a parte dos transportes também, para que eles possam usufruir de consultas” (C8 P2), “partilha com os vizinhos”, “acabam por ser uns produtos mais saborosos” (C1 P4), “presta muitos dos serviços que todos nós precisamos” (C2 P5), “já ter uma boa relação com os clientes”, “e a qualidade do serviço se mantenha”, “é a satisfação no atendimento” (C3 P6), “é um trabalho artesanal ... e daí as pessoas gostarem mais” (C6 P7), “é um trabalho que contribuí para o público” (C4 P8), “a dar um conforto melhor” e “ele prontifica-se a ajudar” (C7 P10).

De acordo com Martins ( 2010), o meio que nos rodeia deverá ir ao encontro das necessidades do ser humano, promovendo um desempenho positivo nas ocupações de cada um. Sendo assim, a comunidade não deverá “substituir” as necessidades, mas sim desenvolver estratégias para que as pessoas se sintam motivadas e empenhadas nas suas atividades diárias. Quer estas atividades sejam ou não remuneradas, o importante será existir uma satisfação de ambas as partes, tanto das pessoas que executam as atividades laborais, como a própria comunidade ao usufruir desses serviços.

### 3.5.5 Análise da entidade patronal dos participantes

Na primeira entrevista, abordou-se o tema da entidade patronal, a fim de averiguar se existiam mais gerentes a trabalharem por conta própria ou se, por outro lado, por conta de outrem. Assim sendo, mediante as oito respostas obtidas e, como se pode ver pelo quadro nº5, (P1, P3, P4, P5, P6, P7, P8 e P9) entrevistados afirmaram que trabalhavam por conta própria, contra apenas 2 (P2 e P10) entrevistados que garantiram que trabalhavam por conta de outrém. Quer com isto dizer que, para além da maioria afirmar que possui uma atividade laboral sem orientação de terceiros, ainda contribuí para continuação do sentido de responsabilidade, assim como de autonomia.

**Quadro 5 - Entidade Patronal dos participantes**

Domínio	Categoria	Frequência
		Participantes
Entidade Patronal	Conta Própria	<b>8</b>
	Conta de outrém	<b>2</b>

### 3.5.6 Análise dos colegas de trabalho dos participantes

Neste item e, também relativamente aos primeiros entrevistados, tratou-se do tema dos colegas de trabalho. Importava aqui saber se, por um lado os idosos teriam colegas de trabalho, ou se, por outro lado, trabalhariam sozinhos.

**Quadro 6 - Colegas de Trabalho dos participantes**

Domínio	Categoria	Frequência
		Participantes
Colegas de Trabalho	Não tem	<b>7</b>
	Tem	<b>3</b>

No domínio “Colegas de Trabalho”, a maioria revela não possuir nenhum colega (P1, P3, P4, P5, P7, P8 e P9), e apenas 3 entrevistados (P2, P6 e P10) admitiram ter “companhia” nas suas atividades laborais, como se pode verificar pelo quadro nº6. Também por se confirmar que a maioria trabalha por conta própria, faz com que as atividades criadas e exercidas pela própria pessoa não necessite de ajuda de terceiros. O facto das pessoas idosas criarem o seu próprio emprego, assim como as suas próprias rotinas diárias, faz com que também se estimule o sentido de responsabilidade e empenho individual.

Por outro lado, os entrevistados que revelaram ter colegas de trabalho admitiram também que a sua relação com os mesmos era satisfatória. Segundo P2, “se assim não fosse, no final das nossas avaliações do trabalho que desenvolvemos, não seria tão positivo”, e P10 “já somos amigos há mais de 30 anos”. Uma vez que existem colegas de trabalho, não só proporciona um maior convívio e interação social, como minimiza indícios de isolamento individual.

### **3.5.7 Análise da aceitação da continuação da atividade laboral por parte dos familiares e amigos**

Ainda na primeira entrevista, abordou-se a aceitação ou não, da continuação da atividade laboral, tanto por parte dos familiares, como por parte dos amigos dos gerontes.

Interessa saber, como se pode ver pelos dados insertos no quadro nº7, se tanto os familiares, como os amigos, concordam ou discordam que os idosos continuem a desempenhar tarefas após a reforma – período pelo qual se associa um maior descanso físico e mental.

**Quadro 7 - Aceitação da atividade laboral familiares/amigos**

Domínio	Categoria	Frequência
		Participantes
Aceitação da atividade laboral pelos familiares	Concordância	<b>24</b>
	Discordância	<b>2</b>
Aceitação da atividade laboral pelos amigos	Concordância	<b>23</b>
	Discordância	<b>3</b>

Sendo assim, no domínio – “Aceitação da atividade laboral pelos familiares”, a maioria dos familiares, segundo os entrevistados, concordam que os mais velhos continuem a trabalhar não só porque fazem aquilo que gostam, como proporciona a manutenção de algumas capacidades individuais - “São a favor” (P1), “... acham que eu (...) tenho em termos mentais, discernimento suficiente e capacidade suficiente para desenvolver esse trabalho” (P2), “Porque veêm que eu posso trabalhar” (P5), “Porque além de eu trabalhar, tou a prever o futuro deles” (P6), “Porque acham que eu tou distraída” (P7), “Porque nos faz falta o dinheiro” (P8), e “Os meus filhos vêem que ainda estou rijo” (P10).

Existe apenas um entrevistado (P3) que revelou que a família não concordava que este continuasse a desenvolver atividades laborais - “não são muito a favor mas precisam” e, “Eles não são muito a favor mas também não podem fazer a vida deles sem a minha ajuda”. Ou seja, no fundo, muito embora possam não concordar com a continuação da atividade laboral, continuam a precisar da ajuda em causa, assim como acarretam com a mesma alguns benefícios pessoais.

De acordo com Ribeiro (2001:171), “É notável o contributo dos avós (quando estes são autónomos) para o equilíbrio familiar fundamentalmente no acompanhamento dos netos e na execução de tarefas domésticas”. Posto isto, embora a discordância, dadas algumas transformações na sociedade em geral, nomeadamente na estrutura familiar, os avós vêem-se “obrigados” a ajudar os filhos e, conseqüentemente, os netos.

No que diz respeito à “Aceitação da atividade laboral pelos amigos”, todos os entrevistados manifestaram que os mesmos concordavam com a continuação destas atividades. Segundo os mesmos, “Ai todos gostam e apoiam-me” (P1), “há outros amigos que me incentivam” (P2), “são a favor, dizem que é bom ajudar os filhos, né?” (P3), “a favor ... que quando eles vêm aí, ficam contentes” (P4), “*Tu és um gajo forte*” (o que dizem os amigos) (P5), “*Porque me distraem*” (os amigos que frequentam o café) (P6), “Porque vêm que eu ainda tenho capacidades para fazer alguma coisa” (P7), “Porque tenho como me distrair” (P8), “esses atão são a favor” (P9), e “*Porque tou sempre distraído*” (opinião dos amigos) (P10).

O entrevistado (P2), foi o único que manifestou que relativamente à opinião dos amigos pela aceitação ou não da continuação da atividade laboral, existia amigos com as duas hipóteses, ou seja, pelo que acima foi dito, existe amigos que concordam e que até o incentivam, mas outros manifestam opinião contrária, “Tenho amigos que apesar de tudo criticam porque eu já devia ter deixado de trabalhar”, “e que já devia estar na minha, digamos que no meu descanso”, e “Há amigos meus que me condenam por eu continuar a trabalhar”.

### **3.5.8 Análise do contributo para o desenvolvimento sustentável**

#### **3.5.8.1 Proteção Ambiental**

No que se refere ao domínio “Contributo para o desenvolvimento sustentável”, este foi abordada em ambas as entrevistas, a fim de averiguar até que ponto as atividades desenvolvidas pelas pessoas mais velhas permitiriam o desenvolvimento sustentável da comunidade onde essa dita pessoa estava inserida.

Como podemos verificar pelo quadro abaixo (nº8), a primeira categoria a ser analisada e, que se constituiu como alicerce ao desenvolvimento sustentável, será a proteção ambiental.

**Quadro 8 - Contributo para o desenvolvimento sustentável - Proteção Ambiental**

Domínio	Categoria	Frequências	
		Part.	Conhec.
Contributo para o desenvolvimento sustentável	Proteção Ambiental	21	11

Posto isto, na primeira entrevista, na categoria “Respeito pela proteção ambiental”, a maioria dos entrevistados igualou a proteção do ambiente, somente ao facto de fazer ou não a reciclagem do lixo. Segundo os entrevistados, “*não tem poluição*” (o trabalho que desempenha) (P1), “Nós onde trabalhamos temos o cuidado de termos os nossos recipientes para a reciclagem de várias ... vários produtos”, “com o contrato que temos com uma firma que recolhe constantemente os produtos para essa mesma reciclagem, acho que estamos também trabalhando para o ambiente” (P2), “Separando os lixos” (P3), “É separar o lixo sim, um para um lado, outro para outro” (P4), “faço a reciclagem” (P8), “as raspadinhas também não as deito para o chão” (P9), e “Deixamos tudo bem limpinho” (P10).

Na segunda entrevista, as respostas dos entrevistados não foram muito distintas, relativamente às respostas obtidas na primeira entrevista. Segundo os entrevistados, “Portanto ela não usa corantes, nem conservantes nos bolos”, “também faz a reciclagem” (C5 P1), “como tem que fazer a parte da reciclagem e isso” (C8 P2), “*Doméstico acho que não tem influências nenhuma*” (no ambiente) (C9 P3), “é uma pessoa muito asseada” (C3 P6), “faz a reciclagem” (C6 P7), “*não manda nada pó chão*” (revela ser uma pessoa asseada) (C1 P9) e, “não utiliza produtos químicos” (C7 P10).

Já defendia Almeida (2007:173), “(...) a Educação Ambiental não deve contribuir para o endoutrinamento numa perspectiva particular de ver o mundo, mas sim possibilitar o conhecimento de uma multiplicidade de formas de o olhar”. Ou seja, a proteção do ambiente não se resume apenas à separação do lixo, mas a um conjunto de comportamentos que podemos adotar, a fim de proporcionar uma maior qualidade do que nos rodeia.



Atualmente, a preocupação pela problemática da poluição do meio ambiente, assim como adotar estratégias para a evitar, alcançou uma dimensão extraordinária. E, sendo talvez a reciclagem um tema bastante debatido pelos media, a população idosa encara este comportamento como uma potencial ajuda à qualidade do meio que nos rodeia.

### 3.5.8.2 Crescimento Económico

Como os dados insertos no quadro nº9 nos mostram, analisaremos, de seguida, o crescimento económico como um pilar do desenvolvimento sustentável.

**Quadro 9 - Contributo para o desenvolvimento sustentável - Crescimento Económico**

Domínio	Categoria	Frequências	
		Part.	Conhec.
Contributo para o desenvolvimento sustentável	Crescimento Económico	<b>16</b>	<b>16</b>

Portanto, na primeira entrevista, e tendo como categoria o “Favorecimento do crescimento económico”, os entrevistados responderam à mesma questão, contudo, as respostas obtêm sentidos diferentes.

Maior parte dos entrevistados, quando abordado o tema do crescimento económico, responderam no sentido em que a sua atividade laboral pós-reforma contribuía para o favorecimento económico, mas individual. Isto é, com as tarefas desempenhadas e, maior parte delas, remuneradas, favorecia financeiramente, no sentido em que se traduz numa ajuda no dia a dia.

Conforme (Fonseca, 2011:32), “Trata-se, no entanto, de um fenómeno que está a aumentar e que revela uma tendência que provavelmente continuará a acentuar-se, quer devido a motivos de natureza económica (...), quer devido ao facto de a atitude de

“viver para o trabalho” (...), fazer com que seja difícil viver o dia-a-dia sem o bulício e as solicitações da vida profissional”. Ou seja, nos dias que correm, e dada a situação financeira do país, as pessoas mais velhas vêem-se “forçadas” a continuar a exercer alguma atividade remunerada, a fim de se proporcionar uma ajuda económica nas suas rotinas diárias.

Segundo os entrevistados, “*Sim, só para mim*” (crescimento económico individual) (P1), “*Ah pois, só para mim*” (crescimento económico individual) (P4), “Sempre ajuda ... a reforma é pouca” (P7), “eu ganho pouco”, “Com as raspadinhas sempre ganho mais qualquer coisa” (P9) e, “*ajuda sempre qualquer coisa à reforma*” (crescimento económico individual) (P10). Desta maneira, e como verificamos pelas respostas obtidas dos entrevistados, na opinião dos mesmos, a tarefa que desempenham proporciona uma melhor qualidade de vida a nível financeiro.

Por outro lado, e ainda na primeira entrevista, existe um entrevistado que considera que este crescimento económico não se referia somente ao próprio, mas sim também a nível do país. Segundo (P6), “Então agente não paga impostos e não paga essa coisa toda?”, “A partir daí agente já está a fazer para a economia do país”, foram as afirmações utilizadas pelo próprio para garantir que a tarefa que desempenhava, não só trazia benefícios pessoais, mas também favorecia a economia do país.

Na segunda entrevista, as respostas dos entrevistados já foram mais dispersas, subdividindo-se em 3 áreas. Existem entrevistados que garantem que as atividades laborais das pessoas mais velhas, obviamente conhecidas, proporcionam vantagens para a economia do país. De acordo com os mesmos, “um crescimento de vendas”, “e uma enorme procura por parte dos clientes” (C5 P1), “gera economia”, “gera também emprego”, “porque tem a sua própria empresa de construção” (C2 P5), e “se está a trabalhar, já por si só, é um contributo para a economia” (C4 P8).

Por outro lado, ainda na mesma categoria, existem entrevistados que declaram que estas atividades dos mais velhos, contribuem para benefícios pessoais a nível financeiro. Segundo os mesmos, “e trabalha por conta dela para fins dela” (C9 P3), “*O facto de se manter ativa*” (o facto de ser consumista) (C3 P6), e “ele também certamente vai conseguir poder, ahh consumir e gastar” (C7 P10). Portanto, as tarefas que os mesmos desempenham, traduzem-se numa ajuda financeira pessoal.

Para finalizar esta categoria, ainda existem entrevistados que consideram que as tarefas que os idosos desempenham, não só gera economia e benefícios para o país, como acarreta vantagens pessoais. Conforme os entrevistados, “*também pode não vender caro*” (os produtos hortícolas), “mas pode vender um pouco mais barato e ganham os dois” (C1 P4), “consegue receber mais algum dinheiro”, “consegue investir em ... noutras coisas” (C6 P7), “A quem compra, sempre pode calhar a sorte de ganhar mais uns trocozinhos”, “Ora, para ele, ... vendendo as raspadinhas”, e “sempre ganha mais algum” (C1 P9).

Sintetizando, e de uma forma geral, quer benefícios outrora pessoais, ou coletivos, a verdade é que, desde 2008, devido ao quadro europeu marcado pela fraca economia, e afetado pela crise financeira, as pessoas idosas sustentam a tendência cada vez mais de frequentarem o mundo do trabalho (Lopes & Gonçalves, 2012:206). Por sua vez, sem saberem, as suas atividades proporcionam vantagens económicas, no sentido em que beneficia o desenvolvimento sustentável.

### 3.5.8.3 Igualdade Social

Para encerrar o tema do desenvolvimento sustentável, falta apenas aprofundar e analisar o tema da igualdade ou equilíbrio social, ao qual o quadro nº10 diz respeito.

**Quadro 10 - Contributo para o desenvolvimento sustentável - Igualdade Social**

Domínio	Categoria	Frequências	
		Part.	Conhec.
Contributo para o desenvolvimento sustentável	Igualdade Social	<b>17</b>	<b>14</b>

Na primeira entrevista, e dada a escolaridade de muitos dos idosos, foram poucos os que perceberam no fundo o que se tratava da igualdade social. Quando,

posteriormente, se falava entre a igualdade entre as pessoas, foi raro o entrevistado que manifestou que a sua tarefa laboral não beneficiaria a igualdade entre todos os seres humanos.

Posto isto, e em conformidade com os primeiros entrevistados, “*sim*” (favorece a igualdade entre as pessoas) (P1), “*É claro que favorecem*” (as suas funções favorecem a igualdade social), “é claro que favorecem as minhas funções e todas as funções das minhas colegas que aqui trabalham comigo”, “é também fazer sentir a estas pessoas que aqui estão, que são iguais a pessoas normais”, “e são pessoas que têm os direitos plenos, como qualquer outro cidadão” (P2), “Porque tanto respeito o bom como o mau”, “o pobre como o rico” (P6), “Iguais, tanto pobres ricos”, “velhos, novos, é tudo ... eu trato tudo igual” (P7), “Tão arranjo os sapatos de igual modo para todas as pessoas” (P8), “*Trato todas da mesma maneira*” (as pessoas), “seja do mais pequeno ao mais novo, ao mais velho” (P9), “Tratamos as pessoas de igual maneira”, e *e os preços são sempre acessíveis*” (independentemente da pessoa) (P10).

No que respeita às segundas entrevistas, também se abordou igualmente este tema – “Inclusão Social”. De acordo com estes entrevistados, “não há qualquer discriminação dos clientes”, “qualquer pessoa, independentemente do género/idade/sexo é tratada da mesma forma” (C5 P1), “ele trabalha em função de todos, igualmente, de igual forma” (C8 P2), “rompe com o estigma e com o preconceito que existe face às pessoas idosas que já não têm capacidades para trabalhar” (C3 P6), “tratando todos de igual forma” (C6 P7), “Ele não olha a caras, não olha a raças, não olha a cores” (C1 P9), “E penso que ele faz um trabalho não para se sentir útil”, e “mas também para ajudar aqueles que precisam” (C7 P10).

Assim sendo, na generalidade, e de acordo com as respostas dos entrevistados, as relações sociais que mantêm favorece a igualdade e o equilíbrio entre as pessoas e, ao mesmo tempo, não praticam a discriminação entre elas. Segundo (Paúl, 2001, citado por Fonseca, 2011:89), “a manutenção de relações sociais no decurso do tempo de reforma é um fator protetor da saúde mental dos indivíduos”. Logo, o facto de tratarem todas as pessoas de igual forma, permitindo que todas se sintam iguais, não só gera benefícios pessoais, como origina redes sociais satisfatórias para ambas as partes.

### 3.5.9 Análise do tempo laboral perspetivado

Para encerrar a análise de ambas as entrevistas, falta discutir a última categoria, que diz respeito ao tempo perspetivado para a continuação da atividade laboral dos mais velhos, como se pode verificar pelo quadro nº11.

**Quadro 11 - Tempo laboral perspetivado**

Domínio	Categoria	Frequências	
		Part.	Conhec.
Tempo laboral perspetivado	Sem limite temporal	9	6
	1 a 4 Anos	1	1
	5 a 10 Anos		2
	Mais de 10 Anos	1	1

Na primeira entrevista, esta pergunta foi feita aos próprios idosos e, conforme os mesmos, a maioria revelou não ter limite temporal para findar a atividade laboral que exerce.

“Até eu puder” (P1), “Não faço a mínima ideia” (P2), “Até que as minhas forças se acabem” (P3), “Enquanto eu puder” (P5), “Enquanto tiver forças” (P6), “Olha, até eu puder” (P7), e “Enquanto eu puder” (P10), são algumas das afirmações que os entrevistados disseram para reafirmar que continuariam a trabalhar, no fundo, até não conseguirem de todo exercer essas mesmas funções. Ao invés, houve entrevistados que colocaram limite temporal, “Depende ... mais 1, 2, 3 anos” (P8) e, “daqui mais uns 10 anos ainda quero fazer isto” (P4).

Nas segundas entrevistas, já existiu mais entrevistados que colocaram limite temporal para a continuação da atividade laboral por parte das pessoas idosas. Segundo os mesmos, “Por volta de 1, 2 anos” (C8 P2), “Entre uns 5, 10 anos” (C3 P6), “Talvez meia dúzia de anos” (C1 P9), e “Pelo menos mais 10” (C5 P1). Por outro lado, os restantes entrevistados não colocaram limite, “Até sempre ... A D. Inês é uma pessoa

que trabalha sempre” (C9 P3), “provavelmente até não conseguir mais fazer o seu trabalho” (C2 P5), “Não sei ... mas enquanto a sua saúde o permitir, ela irá continuar” (C6 P7), “Acho que enquanto puder, há de trabalhar” (C4 P8), e “Até se sentir ativo, até conseguir exercer as suas funções” (C7 P10).

De acordo com (Alaphilippe & Bailly, 2013:32), “As pessoas idosas têm por objetivo manter o seu modo de funcionamento, a sua estrutura interna (emoções, temperamentos...) e a sua estrutura externa (atividades e papéis sociais)”. Portanto, daí ainda existir um número relevante de pessoas idosas que acreditam que conseguem trabalhar sem um limite temporal, como podemos verificar pelas respostas obtidas nas entrevistas. No fundo, colocando de parte os benefícios económicos e, focando só na pessoa em si, é relevante que a mesma se sinta bem e com capacidades para exercer tais funções, permitindo envelhercer com qualidade.

### 3.6 Discussão dos resultados

Uma vez feita a análise das entrevistas pelo método da análise de conteúdo categorial, importa agora clarificar se os resultados obtidos entram em consonância com os objetivos a que nos propusemos estudar.

Posto isto, o primeiro objetivo a nos propusemos alcançar foi **analisar os fatores facilitadores da iniciativa laboral da pessoa idosa, tendo em conta a sua história de vida.**

De acordo com Fonseca (2011), o processo pós reforma é um acontecimento que exige variadíssimas mudanças, e que se supõe que cada pessoa seja capaz de adquirir mecanismos para a melhor adaptação possível. É um acontecimento que requer um esforço de organização dos padrões de vida individuais, para com isso, manter ou melhorar o bem-estar em diversos domínios.

Pela análise feita ao quadro nº1, podemos claramente evidenciar que o fator facilitador que mais prevalece a vida ativa dos séniores é a questão económica, com 26 frequências. De acordo com o autor acima referido, são os motivos económicos aqueles que mais se acentuam quando os reformados vêem-se novamente a ser impulsionados

para o mercado de trabalho. Pelos baixos subsídios que ganham, e, no fundo, quando verificam que as despesas diárias são superiores à pensão auferida, as pessoas idosas tendem a retomar ao mundo do trabalho para minimizar os problemas de natureza económica.

De seguida, pela análise feita ao mesmo quadro, poderá constatar-se que são fatores de motivação, assim como fatores que facilitam a iniciativa laboral dos mais velhos, a proatividade (21 frequências), a ocupação do tempo (20 frequências), e por fim, o gosto pessoal (3 frequências). No fundo, são estes mesmos fatores que levam não só os mais velhos a manterem-se ativos, mas a contribuírem para a sua qualidade e vida, e conseqüentemente o seu bem-estar individual.

E, desta forma, como também se pode observar pela análise do quadro nº2, referente às condições de saúde como factor favorável à continuação da atividade laboral, podemos quantificar o número de frequências da seguinte forma: “Físicas boas” (8); “Físicas médias” (6); “Psicológicas boas” (8) e “Psicológicas médias” (3). Assim, mediante os resultados obtidos, e dando importância à história de vida de cada idoso, podemos qualificar que as suas capacidades funcionais se revelam satisfatórias.

Segundo Carvalho & Mota, (2012), às capacidades funcionais está interiramente relacionado o bem-estar individual de cada geronte. E, mediante as respostas obtidas, parte-se do princípio que os idosos consideram sentir-se em ótimas condições para a continuação das tarefas laborais a que se sujeitam. À semelhança, também Dalton, Elias e Wandersman (2001), citado in Ornelas (2008:38), “O bem-estar individual refere-se à saúde física e psicológica, às competências socioemocionais para manter a saúde e o bem-estar pessoal (...)”. No fundo, o investimento em papéis sociais, assim como a estimulação de uma vida ativa, permite manter uma boa saúde e uma boa autoestima.

No que diz respeito ao objetivo que correspondia **analisar os fatores da comunidade facilitadores da iniciativa laboral**, a verdade é que se a comunidade não oferecesse mecanismos nem disponibilizasse condições para tal, os idosos em questão não realizavam a dita atividade laboral após a reforma.

De acordo com Ornelas (2008:41), “A psicologia comunitária reconhece a importância da participação cívica, considerando que essa participação activa é desejável e fundamental no sentido de possibilitar o crescimento, fortalecimento e bem-

estar dos cidadãos e das comunidades”. Ou seja, a participação dos idosos em questão em tarefas laborais, não só exigiu um processo de mudança pessoal, como coletivo. Tiveram não só a necessidade de desenvolver uma maior consciência e reflexão crítica sobre a comunidade onde estão inseridos, como exigiu um maior controlo sobre as suas rotinas.

No fundo, e como podemos comprovar pelos dados obtidos pelo quadro nº 4, os idosos têm diariamente que se preocupar em satisfazer as necessidades da comunidade, para que as mesmas, por outro lado, continuem a usufruir dos serviços prestados pelos gerentes. O “baixo custo”, a “boa gestão” e “prestar satisfação à comunidade” são princípios que a comunidade encontra nas atividades desempenhadas pelas pessoas idosas.

Por fim, e não menos importante, procurou-se **verificar se os fatores facilitadores da iniciativa laboral dos séniores ativos estão em consonância com o entendimento sobre o desenvolvimento sustentável.**

Na realidade, e como se pode verificar pelos quadros (nº 8, 9 e 10), referentes à análise ao contributo para o desenvolvimento sustentável, a maioria dos idosos responderam satisfatoriamente às perguntas colocadas. Quando questionados pelo facto da sua atividade respeitar ou não todos os valores do desenvolvimento sustentável, responderam todos que sim. Contudo, resumiram as suas respostas aos conteúdos mais básicos e gerais.

Para Ornelas (2008:41), “A um nível ecológico mais abrangente, a participação cívica refere-se à capacidade de uma comunidade participar na identificação e definição dos problemas que a afecta, de se organizar de forma mais eficaz para responder às suas próprias necessidades e de tomar parte nas decisões que determinam o seu futuro”. Assim, e claramente pela análise ao quadro nº8, podemos verificar que as respostas obtidas apenas dão ênfase à reciclagem e/ou separação do lixo. Muito embora sejam comportamentos adequados, tal como evidenciou o autor acima referido, a proteção do meio ambiente vai muito mais além destes valores adotados pelos idosos.

No ramo da igualdade social, segundo os autores McIntyre & Atwal (2007), o respeito pela heterogeneidade humana promove uma nova visão do mundo, sendo um valor bastante positivo para a pessoa o adota. Aqui, podemos verificar pela análise ao



quadro nº10, que o público-alvo em questão, na sua maioria, adota comportamentos que negam a discriminação. Todos eles, e segundo as suas afirmações, mantêm uma boa relação com os membros da comunidade, em que ambos contribuem para a resolução de diversos problemas sociais, permitindo o desenvolvimento das comunidades.

Por último, e abordando o crescimento económico como o pilar em falta para sustentar o desenvolvimento sustentável, podemos advogar que a maioria destes idosos, pela análise feita ao quadro nº1 e 9, continuam a exercer atividades laborais após a reforma por razões económicas. Muito embora o emprego traga benefícios psicológicos, e com eles uma fonte de contactos sociais, a verdade é que acarreta também vantagens monetárias e a permanência de determinados estilos de vida (Alaphilippe & Bailly, 2014).

Posto isto, a maioria da amostra em questão concorda com o autor em causa, mostrando que nos benefícios pessoais (quadro nº3) da atividade que desempenham, é o factor financeiro o que mais prevalece. Assim sendo, com os ganhos monetários destas atividades, pressupõe-se uma maior e melhor qualidade de vida, proporcionando por outro lado, o facto de o geronte poder investir na comunidade local, contribuindo para o desenvolvimento sustentável da mesma.

## **4. Projeto de Intervenção**

### **4.1 Fundamentação do Projeto de Intervenção**

O estudo que temos vindo a apresentar dá ênfase à importância de um envelhecimento ativo, à fase da reforma, assim como à vivência pós-reforma. Estudou-se o enquadramento do envelhecimento ativo de um conjunto de pessoas reformadas no desenvolvimento sustentável, tendo em conta os três pilares que o sustentam (proteção ambiental, crescimento económico e equidade social), e a sua participação comunitária.

Segundo (Fillenbaum, 1986, citado in Botelho, 2005:111), “A noção de funcionalidade, ou capacidade funcional, está relacionada com a autonomia na execução de tarefas de prática frequente e necessária a todos os indivíduos, como tarefas de cuidados pessoais e de adaptação ao meio em que se vive, que asseguram a possibilidade de se viver sozinho no domicílio”.

Portanto, torna-se crucial e de máxima importância a promoção do convívio social e a cooperação com organismos e instituições oficiais e particulares, consciencializando a comunidade local das suas necessidades e potencialidades, visando a melhoria das condições de vida, assim como a participação comunitária dos mais velhos.

Conforme sublinhou (Willis & Schaie, 1981, citado in Oliveira, 2010), a educação do idoso contempla vários objetivos, sendo dois deles os seguintes: adquirir novas aptidões para enfrentar situações futuras, e aceder a um desenvolvimento positivo e descobrir novos papéis sociais. Portanto, torna-se necessário encontrar meios para oferecer recursos a potencializar estes objetivos, por meio da educação – geragogia (Oliveira, 2010). Segundo ainda o mesmo autor, a educação das pessoas idosas deve ter em conta diversos aspetos, como a personalidade, o comportamento, as atitudes, e o meio-ambiente.

Para (Ardelt, 2000, citado in Oliveira, 2010:85), a sabedoria é “útil na idade adulta e mostra-se como um importante preditor do envelhecer com sucesso”. Portanto, o ramo da gerontologia educativa tem como principais pilares a aprendizagem como uma forma de promoção da aprendizagem na terceira idade, a participação social, e as relações interpessoais. Faz-se gerontologia educativa, quando se fomenta um tratamento digno às

pessoas idosas e se reconhecem os seus direitos, informando-a das alterações que vão ocorrendo com o passar do tempo.

Posto isto, e realçando que os participantes nucleares deste estudo participam ativamente na comunidade, assim como desempenham atividades para um envelhecimento bem-sucedido, a realidade é que estas mesmas pessoas realizam atividades satisfatórias ao desenvolvimento sustentável, sem disso terem consciência. Aliás, muito embora, na sua maioria tenham respondido satisfatoriamente a todos os pontos que sustentam o desenvolvimento sustentável, estes gerontes necessitam de uma educação comunitária referente à sustentabilidade, e como os mesmos poderão interferir de forma positiva para a mesma.

Com o aumento exponencial de gerontes a nível mundial, não só devido às melhores condições de vida, à diminuição da natalidade, entre muitos outros fatores, urge cada vez mais a necessidade de implementar projetos de intervenção comunitária com os idosos. Deste modo, leva-nos a incentivar propor um projeto que incida na (re)organização de redes de apoio social, utilizando os recursos da comunidade, a fim de apelar e evocar os gerontes à prática de comportamentos aliados ao desenvolvimento sustentável.

O presente projeto de intervenção visa não só continuar a estimular o envelhecimento ativo, através de estratégias para que as pessoas idosas se mantenham ativas, assim como proporcionar benefícios no campo da saúde, e fomentar a participação ativa na comunidade. Deste modo, e como defende Ornelas (2008), a participação num ambiente educacional, trata-se de um projeto que acarreta vantagens no desenvolvimento de novas relações sociais, assim como no aumento do crescimento pessoal.

Focando-nos no projeto propriamente dito, e como já acima foi descrito, a população-alvo (10 pessoas idosas que participaram no estudo desenvolvido) precisa de adotar estratégias propícias ao desenvolvimento sustentável. Ainda que se verifique comportamentos adequados à sustentabilidade, seria fortemente eficaz utilizar membros da comunidade, como fontes de aprendizagem e transmissão de conhecimentos.

Desta forma, prevalecendo o uso dos benefícios da comunidade, utilizar-se-ia membros da Câmara Municipal de Portimão (por existirem maior número de pessoas

idosas desta localidade), especialistas no Departamento do Planeamento e Ordenamento do Território, assim como outras organizações da comunidade, que disponibilizariam ações de sensibilização aos gerontes, a fim de proporcionar um maior conhecimento da temática em causa.

Estas ações de sensibilização, que incorporam debates e workshops práticos, tem o intuito que as pessoas idosas que participam nestas atividades, consigam num futuro próximo, adotar comportamentos sustentáveis nas suas atividades laborais.

Com este projeto espera-se conseguir que as pessoas idosas venham a participar mais ativamente na sociedade, assim como aumentar os comportamentos adequados.

## **4.2 Designação do Projeto**

Este projeto intitula-se de “Geronto(sustentável)”, uma vez que tem como finalidade promover uma maior conhecimento aos idosos no âmbito da sustentabilidade, e permitir que os mesmos adotem estratégias e comportamentos adequados nas suas atividades laborais pós reforma.

## **4.3 Objetivos do Projeto**

### **4.3.1 Objetivo Geral**

- Educar a pessoa idosa no âmbito da sustentabilidade.

### **4.3.2 Objetivos específicos**

- Desenvolver ações de sensibilização para os idosos, permitindo um maior conhecimento da temática em causa;
- Estimular à adoção de comportamentos adequados no ramo da sustentabilidade;
- Fomentar a participação comunitária, no sentido de valorizar a participação ativa nas atividades propostas;
- Promover o crescimento individual dos idosos.

#### **4.4 Público-alvo**

Este projeto, apesar de poder envolver a comunidade da Cidade de Portimão, será mais direcionado às pessoas idosas que pertenceram ao estudo acima analisado. Ou seja, será crucialmente focado para os 10 gerontos (5 do género feminino, e outras 5 do género masculino), que possuem uma atividade laboral pós reforma. Contudo, como já acima foi referido, será aberto a toda a comunidade da cidade de Portimão que tenha interesse em expandir os seus conhecimentos no que diz respeito aos procedimentos corretos para o desenvolvimento sustentável de uma comunidade.

#### **4.5 Planificação da Intervenção**

Para que seja possível a realização deste projeto de intervenção, torna-se necessário subdividi-lo em dois momentos:

- 1) O primeiro momento corresponde a uma sensibilização, por parte do coordenador do projeto, às autarquias locais, assim como às organizações ou instituições municipais que queiram participar no mesmo sobre a importância da participação destas organizações no projeto em causa.

A sensibilização por parte do coordenador do projeto tem como objetivo primordial verificar quem estaria interessado, das organizações locais, a participar na atividade. Seria previamente abordado a importância do tema da sustentabilidade de uma comunidade, assim como, posteriormente, um levantamento de necessidades, a nível monetário e de logística. Cabe ao coordenador evocar a importância da participação de diversos organismos no projeto, para que assim se consiga, no final, uma avaliação positiva. Para possíveis organismos integrantes no projeto, teríamos: Câmara Municipal de Portimão; Junta de Freguesia de Portimão; PSP de Portimão, e Bombeiros Voluntários de Portimão.

- 2) O segundo momento corresponde a uma sensibilização à comunidade da cidade de Portimão, dando ênfase aos participantes nucleares do estudo feito anteriormente.

Assim sendo, depois da abordagem feita aos organismos locais, assim como à identificação dos possíveis mediadores do projeto, torna-se crucial a preparação para o grande foco a que pretendemos chegar. Obtidos os materiais e possível orçamento financiado, é feita uma abordagem às pessoas idosas do estudo feito anteriormente, e de seguida, abre-se também uma inscrição a todos os indivíduos da comunidade de Portimão. Estas ações de sensibilização têm como objetivo promover um maior conhecimento no âmbito da sustentabilidade.

Para que se consiga atingir os objetivos anteriormente propostos, serão levadas a cabo um conjunto de atividades, que serão evidenciadas no seguinte quadro – nº12.

**Quadro 12 - Plano de ação do projeto "Geronto(sustentável)"**

<b><u>Objetivo Geral</u></b>	<b><u>Objetivos Específicos</u></b>	<b><u>Atividades</u></b>	<b><u>Recursos Humanos</u></b>
<b>Educar a pessoa idosa no âmbito da sustentabilidade</b>	- Desenvolver ações de sensibilização para os idosos, permitindo um maior conhecimento da temática em causa;	- Execução das ações de sensibilização;  - Realização de questionários, a fim de avaliar a aquisição de conhecimentos por parte dos idosos;	- Coordenador do projeto;  - Membros da Câmara Municipal de Portimão (Departamento de Planeamento e Ordenamento do Território);  - Pessoas idosas inscritas no projeto;  - Especialista em psicogerontologia.
	- Estimular à adoção de comportamentos adequados no ramo da	- Realização de workshops práticos no final de cada ação de	- Coordenador do projeto;  - Membros da Câmara Municipal de Portimão

	sustentabilidade;	sensibilização;  - Realização de brainstorming pelos idosos;	(Departamento de Planeamento e Ordenamento do Território);  - Pessoas idosas inscritas no projeto;  - Especialista em psicogerontologia.
	- Fomentar a participação comunitária, no sentido de valorizar a participação ativa nas atividades propostas;	- Sessões de sensibilização individual para promover a participação ativa;  - Realização de casos práticos em contexto de comunidade;	- Coordenador do projeto;  - Membros da Câmara Municipal de Portimão (Departamento de Planeamento e Ordenamento do Território);  - Pessoas idosas inscritas no projeto;  - Especialista em psicogerontologia.
	- Promover o crescimento individual dos idosos.	- Dinâmicas de grupo com o objetivo de promover a sociabilização;  -	- Coordenador do projeto;  - Membros da Câmara Municipal de Portimão (Departamento de Planeamento e Ordenamento do Território);

			- Pessoas idosas inscritas no projeto; - Especialista em psicogerontologia.
--	--	--	--

### 4.6 Cronograma

Quadro 13 - Cronograma

Atividades	2017												
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	
Abordagem às entidades;													
Sensibilização às entidades participativas no projeto;													
Identificação dos mediadores do projeto, tendo em conta as entidades participativas;													
Abertura da inscrição no projeto à comunidade;													
Ações de sensibilização à comunidade integrante no projeto;													
Atividades práticas, tendo em conta o tema;													
Avaliação do projeto.													



## **4.7 Avaliação do Projeto**

A avaliação do projeto será feita em três momentos. Numa fase inicial, realiza-se a avaliação antes da intervenção em questão. Ou seja, será feita uma avaliação tanto aos conhecimentos e projetos realizados pelas organizações participativas no projeto, como posteriormente, uma avaliação que permite calcular os custos das atividades, assim como dos materiais a utilizar e a comprar.

Ao segundo momento, corresponde a avaliação durante a execução do projeto. Assim sendo, as atividades realizadas serão sempre avaliadas pelos mediadores do projeto através de questionários, da realização correta das atividades práticas, assim como uma avaliação global da atividade feita em diários de bordo.

Ao final do projeto, corresponde a última avaliação onde será avaliada a eficácia do mesmo. Deste modo, avalia-se qualitativamente, no sentido em que se permite decidir se o projeto foi benéfico ou não para a comunidade em causa, assim como a programação ou não de sucessivos projetos deste género.

## Conclusões

A etapa do envelhecimento da população acarreta com ela diversas mudanças a nível pessoal, social e comunitário. Muitas destas mudanças exigem à pessoa idosa alterações no estilo de vida, assim como nas suas rotinas diárias. E, dada a conjuntura económica ao nível do país, atualmente, os idosos vêem-se obrigados a exercer uma profissão após a reforma, como forma de colmatar as desigualdades socioeconómicas.

O presente estudo pretendeu conhecer os fatores facilitadores da iniciativa laboral após a reforma que contribuem para o desenvolvimento sustentável de uma comunidade. Como objetivos específicos, pretendeu-se analisar os fatores facilitadores da iniciativa laboral da pessoa idosa, tendo em conta a sua história de vida; analisar os fatores da comunidade facilitadores da iniciativa laboral e, por último, verificar se os fatores facilitadores da iniciativa laboral dos séniores ativos estão em consonância com o entendimento sobre o desenvolvimento sustentável.

Neste estudo participaram, no total, 20 pessoas, sendo que se encontraram subdivididas em dois grupos. O primeiro grupo, que podemos denominar por população nuclear, corresponde a 10 pessoas idosas com 65 ou mais anos de idade, e o segundo grupo era também composto por 10 pessoas, com idades compreendidas entre os 20 e os 54 anos.

Com base nos resultados obtidos, o fator facilitador da iniciativa laboral pós reforma que mais prevaleceu foi o económico. Tendo em conta a situação económica do país, e conseqüentemente as baixas reformas das pessoas idosas, estas vêem-se “obrigadas” a trabalhar para conseguirem uma melhor qualidade de vida. Seguidamente, a proatividade, a ocupação do tempo, assim como o gosto pessoal foram também fatores facilitadores da iniciativa laboral encontrados no decorrer do estudo.

Em consonância com os objetivos a que nos propusemos estudar, tendo em conta que já acima foram referidos, podemos concluir que todos eles foram alcançados satisfatoriamente. No que diz respeito ao último objetivo, quando pretendia **verificar se os fatores facilitadores da iniciativa laboral dos séniores ativos estavam em consonância com o entendimento sobre o desenvolvimento sustentável**, podemos constatar que foi talvez o objetivo mais difícil de ser alcançado.

Muito embora as pessoas idosas tenham respondido, nas entrevistas, satisfatoriamente às perguntas que lhes eram colocadas sobre a temática da sustentabilidade, a realidade é que estas mesmas pessoas não têm consciência que o fazem.

De uma maneira geral, procurando evocar os três pilares do desenvolvimento sustentável, as pessoas idosas falavam sobre o assunto, mas um pouco retraídas. Baseando-nos nas diretrizes da sustentabilidade, no parâmetro da igualdade social, as pessoas idosas responderam que não fazem distinção entre as pessoas, daí não praticarem a discriminação. No que diz respeito ao crescimento económico, realizam a atividade pós reforma porque isso as faz ter mais qualidade de vida, e consequentemente, um maior poder de compra e de consumo. Por último, no pilar da proteção ambiental, responderam que realizavam a reciclagem, e que fazem sempre a separação do lixo.

Assim sendo, sabemos de antemão, que o tema do desenvolvimento sustentável vai muito além destas respostas que acabámos de ler, dadas pelo nosso grupo de estudo – o público nuclear (10 pessoas idosas). Vive-se um crescente aumento demográfico de população idosa, e a realidade é que esta tende a afastar-se de questões relacionadas com o ambiente. Segundo Almeida, 2007, hoje em dia, crescem as necessidades supérfluas, traduzidas no aumento do consumo, sem muitas vezes pensar no surgimento de novos problemas de saúde pública.

Com base nestes resultados, propôs-se o projeto de intervenção “Geronto(sustentável)”, com vista a promover uma maior participação comunitária, assim como proporcionar à comunidade da cidade de Portimão um maior conhecimento no tema da sustentabilidade.

Ao executar este estudo, e paralelamente com as preocupações no desenvolvimento da presente investigação, as imposições impostas na sua realização acabaram por originar algumas limitações práticas.

Em primeiro lugar, primeiramente era para se realizar um estudo de carácter exploratório, contudo por diversas limitações pessoais e de tempo, optou-se por um estudo qualitativo, eminentemente, de carácter descritivo. Em segundo lugar, é de referir que o facto da amostra ser reduzida, impossibilita uma generalização dos

resultados. Posteriormente, o facto de utilizar apenas um instrumento para a recolha de dados – entrevista semiestruturada -, impossibilita novamente a angariação de novas fontes de informação, assim como novos dados que pudessem surgir.

Futuramente, em possíveis investigações, pensa-se que será de máxima importância aumentar a amostra, de maneira que exista um maior número de dados, e consequentemente um favorecimento na generalização das conclusões.

Apesar das limitações acima referidas, considera-se que este estudo favoreceu o conhecimento de alguns fatores facilitadores da iniciativa laboral após a reforma, e como os mesmos se relacionam com o desenvolvimento sustentável. Este trabalho não só beneficiou o investigador na área da Psicogerontologia Comunitária, como se tratou de uma conquista pessoal para o mesmo.

## Referências Bibliográficas

- Alaphilippe, D. & Bailly, N. (2014). *Psicologia do Adulto Idoso*. Lisboa: Edições Piaget;
- Almeida, A. (2007). *Educação Ambiental – A importância da dimensão ética*. Lisboa: Livros Horizonte, LDA;
- Amado, J. (2013). *Manual de Investigação Qualitativa em Educação*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra;
- Bogdan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação Qualitativa em Educação – uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora;
- Calixto, V. & Dores, A. (2004). *Sistema de Indicadores de Desenvolvimento Sustentável – Componente Ambiental*. Faro: Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Algarve;
- Carvalho, J. & Mota, J. (2012). O Exercício e o Envelhecimento. In Paúl, C. & Ribeiro, O., *Manual de Gerontologia – Aspetos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento (71 – 94)*. Lisboa: Lidel;
- Castro, L. (2012). *Avaliação Psicogerátrica na Quarta Idade*. Dissertação de Mestrado, Porto: Faculdade de Educação e Psicologia, Universidade Católica Portuguesa do Porto. Acedido a 5 de Outubro, 2014, de <http://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/9300/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20Liliana.pdf>;

- Chau, F., Soares, C., Fialho, J. & Sacadura, M. (2012). *O Envelhecimento da População: Dependência, Ativação e Qualidade*. Relatório Final apresentado à Faculdade de Ciências Humanas, Universidade Católica Portuguesa;
  
- Chevrier, J. (2003). *A especificação da problemática*. In Gauthier, B., *Investigação Social* (65 – 96). Loures: Lusociência – Edições Técnicas e Científicas, Lda;
  
- Correia, C. (2009). *O Apoio Social e a Qualidade de Vida dos Idosos do Concelho de Faro*. Dissertação de Mestrado, Faro: Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Departamento de Psicologia, Universidade do Algarve. Acedido a 10 de Agosto, 2015, de <https://sapientia.ualg.pt/bitstream/10400.1/564/1/Carla%20-%20DISSERTA%C3%87%C3%83O.pdf>;
  
- Costa, E., Nakatani, A. & Bachion, M. (2006). Capacidade de idosos da comunidade para desenvolver Atividades de Vida Diária e Atividades Instrumentais de Vida Diária. In *Acta*, 19(1): 43-48;
  
- Escoval, A. (2008). *Financiamento – Inovação e Sustentabilidade*. Lisboa: Offsetmais Artes Gráficas, S.A;
  
- Esteves, M. (2010). *Sustentabilidade e bem-estar humano: duas faces da mesma moeda?*. Dissertação de Mestrado, Universidade Nova de Lisboa, para obtenção do grau de mestre em Saúde Pública, especialização de Promoção e Proteção da Saúde. Acedido a 20 de Fevereiro, 2015, de <http://run.unl.pt/bitstream/10362/5819/3/RUN%20-%20Disserta%C3%A7%C3%A3o%20de%20Mestrado%20-%20Marta%20Esteves.pdf>;

- Ferreira, A. (2007). *Educação Ambiental: a Ecologia e as atitudes para a Sustentabilidade*. Dissertação de Mestrado, Porto: Faculdade de Ciências da Universidade do Porto. Acedido a 18 de Fevereiro, 2015, de [http://www.fc.up.pt/fcup/contactos/teses/t\\_050370130.pdf](http://www.fc.up.pt/fcup/contactos/teses/t_050370130.pdf);

- Fonseca, A. (2012). Desenvolvimento Psicológico e Processos de Transição – Adaptação no Decurso do Envelhecimento. In Paúl, C. & Ribeiro, O., *Manual de Gerontologia – Aspetos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento* (95 – 106). Lisboa: Lidel;

- Fonseca, A. (2012). Do trabalho à reforma – quando os dias parecem mais longos. *Sociologia*. Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto. Acedido a 15 de Fevereiro, 2015, de <http://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/10582.pdf>;

- Fonseca, A. (2011). *Reforma e Reformados*. Coimbra: Edições Almedina, S.A;

- Fortin, M. (2003). *O processo de Investigação da concepção à realização*. Loures: Lusociência;

- Freitas, M. (2011). *O tempo livre dos idosos do Concelho de Oliveira do Bairro*. Dissertação de Mestrado, Coimbra: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade de Coimbra. Acedido a 4 de Março, 2015, de

<https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/17573/1/disserta%C3%A7%C3%A3o%20de%20mestrado.pdf>;

- Godinho, M. (2012). *Potenciar o Desenvolvimento Comunitário através do Turismo Acessível para todos: Um projeto piloto para a cidade de Beja*. Dissertação de Mestrado, Beja: Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de beja. Acedido a 14 de Setembro, 2015, de [http://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/3938/1/Projecto\\_Final\\_MestradoDCE\\_M.%C2%AA%20In%C3%AAs%20Godinho.pdf](http://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/3938/1/Projecto_Final_MestradoDCE_M.%C2%AA%20In%C3%AAs%20Godinho.pdf);

- Instituto Nacional de Estatística. (2011). Acedido a 15 de Setembro, 2014, de [http://censos.ine.pt/xportal/xmain?xpid=CENSOS&xpgid=ine\\_censos\\_publicacao\\_det&contexto=pu&PUBLICACOESpub\\_boui=73212469&PUBLICACOESmodo=2&selTab=tab1&pcensos=61969554](http://censos.ine.pt/xportal/xmain?xpid=CENSOS&xpgid=ine_censos_publicacao_det&contexto=pu&PUBLICACOESpub_boui=73212469&PUBLICACOESmodo=2&selTab=tab1&pcensos=61969554);

- Lobo, L. (2008). Participação comunitária e satisfação com os cuidados de saúde primários. *Análise Psicológica*, 26 (2), 367-371;

- Lopes, A. & Gonçalves, C. (2012). Envelhecimento Ativo e Dinâmicas Sociais Contemporâneas. In Paúl, C. & Ribeiro, O., *Manual de Gerontologia – Aspetos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento* (203 – 230). Lisboa: Lidel;

- Marques, S., Batista, M. & Silva, P. (2012). A promoção do envelhecimento ativo em Portugal: preditores da aceitação de um chefe mais velho. *Sociologia*. Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto. Acedido a 4 de Março, 2015, de <http://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/10581.pdf>;



- Martins, S. (2010). Cidade Solidária. *Empreendedorismo Social – Competitividade e Inovação*. 23 (Ano XIII), revista da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa. Edição Norprint, S.A;
  
- Matos, C. & Fontoura, D. (2013). *Envelhecimento da População e Mercado de Trabalho: a opção do empreendedorismo – notas para Portugal*. XXXVII Encontro da ANPAD, Rio de Janeiro;
  
- McIntyre, A. & Atwal, A. (2007). Pessoas Idosas e a Justiça Profissional. In Wilcock, A., *Terapia Ocupacional e a Terceira Idade*. (14 – 25). São Paulo: Livraria Santos Editora Ltda;
  
- Oliveira, B. (2010). *Psicologia do envelhecimento e do idoso*. (4ª edição). Livpsic;
  
- Ornelas, J. (2008). *Psicologia Comunitária*. Lisboa: Fm do Século – Edições, Sociedade Unipessoal, Lda;
  
- Pina, A. (2005). *Investigação e Estatística com o EpiInfo*. Gabinete de Investigação e Estatística. Delegação Regional do Algarve do Instituto da Droga e Toxicoddependência. Acedido a 1 de Fevereiro, 2016, de <https://prosilvio.files.wordpress.com/2015/03/investigac3a7c3a3o-estatc3adstica.pdf>

- Quivy, R. & Campenhoudt, L. (1998). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*.

Lisboa: Gradiva;

- Ribeiro, J. (2010). *Investigação e Avaliação em Psicologia e Saúde*. Lisboa: Placebo, Editora LDA. Acedido a 20 de Janeiro, 2016, de [file:///C:/Users/F%C3%A1bio/Downloads/114\\_c%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/F%C3%A1bio/Downloads/114_c%20(1).pdf);

- Rodrigues, S. (2008). *Manual Técnico do Formando: “Empreendedorismo”*. ANJE – Associação Nacional de Jovens Empresários e Eduweb. Acedido a 28 de Setembro, 2014, de <http://www.anje.pt/system/files/items/73/original/Empreendedorismo-v10-final.pdf>;

- Rosa, M. (1999). *Reformados e Tempos Livres – Resultados do Inquérito à população activa e reformada sobre actividades de lazer*. Lisboa: Edições Colibri/ INATEL;

- Santos, H. (2002). *Desenvolvimento Comunitário vs Educação: Duas faces da mesma moeda?*. Texto Editora, 7ª Edição. Acedido a 4 de Outubro, 2014, de [http://apei.pt/upload/ficheiros/edicoes/vamos\\_62.pdf](http://apei.pt/upload/ficheiros/edicoes/vamos_62.pdf);

- Savoie-Zajc, L. (2003). A entrevista semi-dirigida. In Gauthier, B., *Investigação Social* (279 – 302). Loures: Lusociência – Edições Técnicas e Científicas, Lda;

- Silva, L. (2001). Envelhecimento. In Ribeiro, D., *Acção Social na Área da Família*. (169 – 197). Universidade Aberta. Lisboa: Copyright;

- Silva, S. (2009). *Envelhecimento Activo – Trajectórias de Vida e Ocupações na Reforma*. Dissertação de Mestrado, Coimbra: Faculdade de Economia, Universidade de Coimbra. Acedido a 11 de Outubro, 2014, de [https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/12294/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o\\_Sofia%20Maia%20Silva.pdf](https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/12294/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o_Sofia%20Maia%20Silva.pdf);
  
- Triviños, A. (1987). *Introdução à pesquisa em Ciências Sociais – a pesquisa qualitativa em educação*. São Paulo: Editora Atlas S. A.;
  
- Vala, J. (1986). A Análise de Conteúdo. In Silva, A. & Pinto, J., *Metodologia das Ciências Sociais* (101 – 128). Porto: Edições Afrontamento;
  
- Vaz, E. (2008). *A Velhice na Primeira Pessoa*. Penafiel: Editorial Novembro.

## **Apêndices**

## **Apêndice I – Guião da Primeira Entrevista**

<b>Blocos</b>	<b>Objetivo específico</b>	<b>Dimensão</b>	<b>Formulários ou Questões</b>
<p>I – Legitimação da entrevista e motivação do entrevistado;</p> <p>- Fomentar o envolvimento do entrevistado no trabalho a realizar.</p>	<p>- Legitimar a entrevista;</p> <p>- Motivar o entrevistado em partilhar as suas histórias de vida.</p>	<p>Motivação do entrevistado para a entrevista</p>	<p>- Informar o entrevistado sobre a temática e objetivos do trabalho de investigação;</p> <p>- Realçar a importância da participação do entrevistado para a realização do trabalho;</p> <p>- Frisar o carácter confidencial das informações;</p> <p>- Pedir autorização para gravar a entrevista;</p> <p>-Agradecer a disponibilidade dos entrevistados.</p>
<p>II – Perfil dos entrevistados</p>	<p>Caracterizar o indivíduo</p>	<p>Caracterização</p>	<p>1. Como se chama?</p> <p>2. Idade</p> <p>3. Género</p> <p>4. Estado Civil</p> <p>5. Onde vive?</p> <p>6. Habilitações Escolares</p>

<p>III – Perfil profissional dos entrevistados</p>	<p>Conhecer o percurso profissional do indivíduo</p>	<p>Percurso Profissional</p>	<p>7. Com que idade começou a trabalhar?</p> <p>8. Qual foi a sua profissão?</p> <p>9. Ainda trabalha?</p> <p>9.1 Se não, nunca pensou ou tentou continuar a trabalhar?</p> <p>9.1.1 Se sim, porque não se concretizou?</p> <p>9.2 Se sim, neste momento, qual é a sua profissão?</p> <p>10. Onde trabalha?</p> <p>11. Quais as suas funções no seu local de trabalho?</p>
<p>IV - Perfil pró ativo após reforma</p>	<p>Conhecer os motivos pessoais para a atual iniciativa laboral pós-reforma do indivíduo</p>	<p>Motivos do trabalho pós-reforma</p>	<p>12. Atualmente, quais os motivos que o/a levam a continuar a trabalhar?</p> <p>13. As condições de saúde, nomeadamente, as condições físicas</p>

			<p>são adequadas para ainda continuar a trabalhar?</p> <p>14. E, no que diz respeito às condições psicológicas, acha que ainda permanecem adequadas para continuar a trabalhar?</p>
V – Benefícios da atividade laboral	Conhecer a opinião do entrevistado em relação aos benefícios do seu trabalho pós-reforma	Benefícios do trabalho pós-reforma	<p>15. Quais os benefícios do seu trabalho para si próprio?</p> <p>16. Quais os benefícios do seu trabalho para a população para quem trabalha?</p>
VI – Caracterização das condições laborais	Conhecer o local de trabalho do indivíduo	Local de trabalho	<p>17. Trabalha por conta própria ou por contra de outrem?</p> <p>18. Quais as funções que exerce?</p> <p>19. Tem colegas de trabalho?</p>



			<p>20. Se sim, qual a idade média dos seus colegas de trabalho?</p> <p>21. Como considera o seu relacionamento com os seus colegas de trabalho?</p>
VII – Reconhecimento pela ação	Conhecer a opinião da família/amigos em relação à iniciativa laboral pós-reforma do indivíduo	Opinião da família/amigos	<p>22. Qual a opinião dos seus familiares em relação ao seu trabalho? São a favor ou contra, e porquê?</p> <p>23. Qual a opinião dos seus amigos em relação ao seu trabalho? São a favor ou contra, e porquê?</p>
VIII – Iniciativa laboral e desenvolvimento sustentável da comunidade	Perceber se o trabalho do indivíduo permite o desenvolvimento sustentável da comunidade onde o mesmo está inserido	Iniciativa laboral vs Desenvolvimento Sustentável	24. Sabendo que o desenvolvimento sustentável respeita a proteção ambiental, o crescimento económico, assim como a equidade social, acha que o seu trabalho também respeita

			<p>igualmente estes valores?</p> <p>25. As suas funções são benéficas para a comunidade? Porquê?</p> <p>26. As suas funções respeitam o ambiente? Como?</p> <p>27. As suas funções representam um aumento no crescimento económico? Como?</p> <p>28. As suas funções favorecem a equilíbrio/igualdade social? Como?</p> <p>29. Para terminar, por quanto tempo mais se imagina a exercer as suas funções?</p>
--	--	--	---

## **Apêndice II – Guião da Segunda Entrevista**

<b>Blocos</b>	<b>Objetivo específico</b>	<b>Dimensão</b>	<b>Formulários ou Questões</b>
<p>I – Legitimação da entrevista e motivação do entrevistado;</p> <p>- Fomentar o envolvimento do entrevistado no trabalho a realizar.</p>	<p>- Legitimar a entrevista;</p> <p>- Motivar o entrevistado a partilhar a sua opinião.</p>	<p>Motivação do entrevistado para a entrevista</p>	<p>- Informar o entrevistado sobre a temática e objetivos do trabalho de investigação;</p> <p>- Realçar a importância da participação do entrevistado para a realização do trabalho;</p> <p>- Frisar o carácter confidencial das informações;</p> <p>- Pedir autorização para gravar a entrevista;</p> <p>-Agradecer a disponibilidade dos entrevistados.</p>
<p>II – Perfil dos entrevistados</p>	<p>Caracterizar o indivíduo</p>	<p>Caracterização</p>	<p>1. Como se chama?</p> <p>2. Idade</p> <p>3. Género</p> <p>4. Onde vive?</p> <p>5. Habilitações Escolares</p> <p>6. Qual a sua</p>

			profissão? 7. Onde trabalha?
III – Caracterização espelhada	Caracterizar o reformado aos olhos do entrevistado, assim como a relação de ambos	Caracterização espelhada	8. Disseram-me que conhecia o P, é verdade? 9. Como descreve o relacionamento com o P? 10. Sabe que P continua a trabalhar? 10.1 Se sim, o que considera que o mais motiva a isso?
IV - Benefícios da atividade laboral pós-reforma para a pessoa	Conhecer a opinião do entrevistado em relação aos benefícios individuais da atividade laboral pós-reforma	Benefícios para a pessoa	11. Na sua opinião, quais são as principais razões que justificam o facto de P continuar a trabalhar? 12. Na sua perspetiva, quais são os benefícios para a P do trabalho pós-reforma? 13. Considera que o trabalho

			<p>desenvolvido por P contribui para o seu bem-estar? Justifique.</p> <p>14. O trabalho desenvolvido por P contribui para o bem-estar comunitário? Justifique.</p>
V – Benefícios da atividade laboral para a comunidade	Conhecer a opinião do entrevistado em relação aos benefícios do trabalho pós- reforma para a comunidade	Benefícios para a comunidade	<p>15. O trabalho desenvolvido por P é útil para a comunidade? Como?</p> <p>16. Na sua opinião, quais os benefícios para a comunidade do trabalho desenvolvido por P?</p> <p>17. O trabalho desenvolvido por P favorece a equilíbrio/igualdade social? Em que medida?</p> <p>18. O trabalho desenvolvido por P representa um aumento no</p>

			<p>crescimento económico? Justifique.</p> <p>19. O trabalho desenvolvido por P respeita a proteção ambiental? Como?</p> <p>20. O trabalho desenvolvido por P contribui para o desenvolvimento da comunidade? Se sim, a que níveis?</p> <p>21. Por quanto tempo mais imagina P a continuar a trabalhar?</p>
--	--	--	--

**Apêndice III – Grelha de Análise de Conteúdo referente às primeiras entrevistas**



Dimensões	Categorias	Subcategorias	Part.	Unidade de Registo	Freq.
Caracterização	Grupo etário	65-68 Anos	P3	“65”	4
			P6	“65”	
			P5	“68 anos”	
			P10	“67”	
		69-72 Anos	P2	“70 anos”	2
			P4	“70 anos”	
		73-76 Anos	P1	“75 anos”	2
			P7	“74”	
		77-80 Anos	P8	“77”	2
			P9	“79”	
	Sexo	Homem	P2	“Macho”	5
			P5	“Homem”	
			P8	“Masculino”	
			P9	“Masculino”	
			P10	“Masculino”	
		Mulher	P1	“Feminino”	5
			P3	“Feminino”	
			P4	“Feminino”	
			P6	“Feminino”	
			P7	“Feminino”	
	Estado civil	Casado	P2	“Casado”	7
			P3	“Casada”	
			P4	“Casada”	
			P5	“Casado”	
			P6	“Casada”	
			P7	“Casada”	
			P8	“Casado”	
		Viuvez	P1	“Neste momento viúva”	3
P9			“Ai menina, viúvo”		
P10			“Viúvo”		
Conselho de residência	Cidade de Lagoa	P1	Lagoa	2	
		P7	Lagoa		
	Cidade de Lagos	P2	Lagos	2	
		P10	Em Lagos		
	Cidade de Portimão	P3	Portimão	6	
		P4	Portimão, sim.		
		P5	Portimão.		
		P6	Portimão.		
		P8	Em Portimão		

			P9	Em Portimão.	
Formação	Habilitações Escolares	Ensino Básico	P1	“A 4ª classe”	9
			P2	“A 4ª classe”	
			P3	“A 4ª classe”	
			P4	“A 4ª classe”	
			P6	“4º Ano”	
			P7	“4ª classe”	
			P8	“4ª classe”	
			P9	“4ª classe”	
			P10	“4ª classe”	
		Cursos Profissionais	P6	“... e vários cursos”	1
Sem formação	P5	“Nada”	1		
Atividade laboral	Início	8 Anos	P3	“Ai, com 8 anos”	1
		12 Anos	P2	“12 Anos”	3
			P4	“Se calhar para aí uns 12”	
			P9	“Comecei ainda muito cedo, tinha 12 aninhos”	
		14 Anos	P1	“14 Anos”	1
		16 Anos	P5	“16 anos”	2
			P6	“16 anos”	
		18 Anos	P8	“Com 18”	2
			P10	“Comecei a trabalhar aos 18 anos”	
		20 Anos	P7	“Comecei a trabalhar aos meus ... 20 anos”	1
	Primeira Profissão	Operário	P1	Operária Conserveira	2
			P10	Cervente de pedreiro	
		Empregado de comércio	P2	“Empregado de comércio”	7
P3			“Pronto, trabalhei num café”		
			“trabalhei em cozinha de restaurante”		

			P7	“... mais mais o tempo maior em pastelaria a fazer rissóis, e pastéis e croquetes”	
				“Trabalhei no hotel”	
				“numa lavandaria do hotel”	
		Trabalhador rural	P4	“... trabalhar no campo a apanhar amêndoas”	7
				“apanhar alfarrobas”	
				“desfolhar o milho”	
			P5	“descascar milho”	
				“Limpar árvores”	
			P9	“Olhe trabalhei no campo”	
		“a apanhar cereais, legumes”			
	Auxiliar no hospital	P6	“Auxiliar no hospital”	1	
	Sapateiro	P8	“Sapateiro”	1	
	Profissão Atual	Pasteleira	P1	“Ainda faço doce regional”	2
			P3	“... então faço assim um bolinho, ou uns rissóizitos, umas coisinhas para vender”	
		Encarregado dos Serviços Gerais	P2	“Encarregado dos Serviços Gerais”	1
		Doméstica	P3	“Doméstica”	2
			P4	“Doméstica, sim doméstica”	
		Calceteiro	P5	“Calceteiro”	1
		Empregada de Balcão	P6	“Empregada de Balcão”	1
Costureira		P7	“faço umas botinhas, arranjo umas bainhas”	1	
Sapateiro		P8	“Sapateiro”	1	
Vendedor		P9	“Vender raspadinhas”	1	
Pedreiro	P10	“Pedreiro”	1		
Factores favoráveis à continuação da vida laboral	Motivação	Financeira	P1	“Porque o dinheiro não me chega, a pensão ...”	12
			P3	“Ajudar a minha mãe, e os meus filhos...”	
				“O que faço é tudo	

				para gastar ...”	
				“para ajudar os filhos a comerem, e para a minha mãe”	
			P7	“Porque a reforma é pouca”	
				“e sempre vem mais algum dinheiro nas coisas que eu faço”	
			P8	“A reforma não chega”	
				“tenho que trabalhar”	
				“Ai menina a reforma é curta”	
			P9	“ <i>é muito curta</i> ” (a reforma)	
				“Ganho só 250 eurinhos de reforma”	
				“ <i>e não chega</i> ” (o dinheiro que ganha mensalmente)	
				“(…) estando com uma ocupação deste género, ou de outra qualquer, me dará mais saúde, digamos assim”	
			P2	“Entendo que as pessoas enquanto chegam a estas idades que devem ter uma ocupação, não se entregarem ao tédio”	
				“digamos que de ocupações, de modo a que o cérebro, quer fisicamente quer mentalmente, estejam sempre em atividade”	
				“eu acho que o trabalho é que mantém a pessoa mais, quer fisicamente quer psicologicamente, sã”	
			P5	“Tenho posses, e sinto-me com condições de trabalhar”	
			P4	“Tratar da casa, arrumar a casa, fazer o almoço e fazer o jantar, tratar das minhas galinhas e dos	
		Pro atividade			9

				meus cães, e tratar das minhas flores também ...”		
			P6	“Para não estar parada ...”		
			P10	“Para me distrair”		
				“e para ajudar o meu camarada” (colega de trabalho)		
Factores favoráveis à continuação da vida laboral	Condições de saúde	Físicas	P1	“Sim, ainda me consigo ir mantendo”	8	
			Boas	P2		“Ótimas, ótimas”
			P2	“Por uma questão de me sentir ainda com vitalidade para o efeito”		
			P5	“Tudo bom”		
			P6	“São, são”		
			P7	“Sim, este trabalho sim”		
			P8	“Sim”		
			P10	“Sim, são boas”		
		Médias	P3	“Faço um esforço por isso”		6
				“sofro um bocado dos ossos mas faço um esforço porque tem que ser mesmo”		
	P4		“Sim, não muitas”			
			“mas já tenho aqui uns problemas na minha coluna e coiso, mas arremodei-mo”			
	P9	“não são muito boas”				
		“já me dói as pernas”				
	- Psicológicas	p1	“Ah, são, são”	8		

		Boas	P2	“Concerteza ...”	
			P3	“Sim sim, isso sim”	
			P5	“Tudo bem”	
			P6	“Melhores ainda”	
			P7	“sim, sim”	
			P8	“Sim”	
			P10	“Maravilhosas”	
		Médias	P4	“Sim, mais ou menos, sim mais ou menos, fiquei um bocadinho afetada por causa daquela coisa, mas vai passando”	3
			P9	“Se calhar não são as melhores”	
				“sinto-me cansado”	
Benefícios pessoais	Participação Comunitária	P1	“O que traz de bom é que me distrai”	7	
		P2	“a minha ocupação”		
		P6	“tou distraída”		
		P7	“Sinto-me bem”		
			“sinto-me distraída”		
		P10	“Estou sempre ocupado”		
			“não fico em casa a ver televisão”		
	Reconhecimento pelos outros	P1	“Elas gostam do meu trabalho”	11	
			“gostam dos doces em si”		
			“e é tudo isso”		
		P4	“(…) e para agradar as pessoas que vêm né?”		
“Não ficar um bocado desiludida” (os clientes)					
P6	“São bem servidos e sou simpática com eles”				
	“e eles sentem-se bem aqui”				

			P7	“as pessoas gostam do meu trabalho”	
				“e é por isso que me dão coisas a fazer”	
			P8	“Tão, a comunidade fica com os sapatos arranjados”	
			P10	“Toda a gente gosta do nosso trabalhinho”	
		Ajudar a outros	P3	“Ajudar, pronto ajudar os meus filhos”	3
			P5	“dou trabalho a outras pessoas”	
			P9	“ <i>ajudo as pessoas</i> ” (ao vender raspadinhas, existe a probabilidade de uma pessoa ganhar um prémio)	
		Financeiros	P1	“em segundo lugar, a parte económica”	8
			P2	“naturalmente que acresce a parte monetária”	
			P4	<i>Ah pois, só para mim</i> (crescimento económico)	
			P6	“além de monetário...”	
			P7	“e ajuda à reforma porque é pouca”	
			P8	“Tenho necessidade do dinheiro”	
			P9	“Ai só o dinheirinho”	
			P10	“e é uma ajuda financeira”	
		Saúde	P4	“Sim, saúde. Se não trabalhar ainda é pior, não é?”	4
				“Pelo menos enquanto trabalho não penso ...”	
				“penso naquilo que vou fazer, e sinto-me bem ... a trabalhar”	
			P5	“Acho que é bom trabalhar porque os movimentos do corpo até dá saúde”	

		Nenhuns	P3	“Ah, nenhuns ...” “e não benefício de nada do que faço”	2	
Entidade patronal	Conta própria		P1	“Sim, sim”	8	
			P3	“Por conta própria”		
			P4	“Sim sim, agora sim”		
			P5	“Exatamente”		
			P6	“Por conta própria”		
			P7	“Por minha conta, em casa”		
			P8	“Conta própria”		
			P9	“Sim, conta própria”		
	Conta de outrém		P2	“por conta de outrém”	2	
			P10	“Trabalho por conta de um amigo meu”		
Colegas de trabalho	Não tem		P1	“Não”	7	
			P3	“Não, não ... sou sozinha”		
			P4	“Agora já não tenho”		
			P5	“Não”		
			P7	“Não”		
			P8	“Não”		
			P9	“Não, sou só eu”		
	Tem		P2	“Tenho, bastantes ...”	3	
			P6	“Só família”		
			P10	“Sim, tenho a ele só”		
	Idade média	35 – 40 Anos		P2	“(.) deve andar uma idade média por volta dos seus 35/40 anos”	1
		65 – 70 Anos		P10	“Ora ele tem mais ou menos 70 anos”	1
	Relacionamento	Bom		P2	“Considero bom”	7
“aliás, assim é que tem que ser”						
“se assim não fosse, no final das nossas avaliações do trabalho que desenvolvemos, não seria tão positivo”						
P6				“Bom”		
P10				“Ótima”		
	“Muito boa”					
				“já somos amigos há mais de 30 anos”		
Aceitação da atividade laboral pelos familiares	Concordância		P1	“São a favor”	24	
				“Também lhes favorece a eles”		



		P2	“São a favor”	
			“... acham que eu (...) tenho em termos mentais, discernimento suficiente e capacidade suficiente para desenvolver esse trabalho”	
			“e, a partir daí, eles apoiam-me”	
			“que eu faça aquilo que entendo”	
		“porque eu me sentindo assim tão bem não ... não fazia sentido que (...) a minha entidade patronal, que também aceita a minha continuidade, não faria sentido eu não continuar”		
P4		“Sim, são a favor”		
		“Não dizem nada”		

		P5	“Ninguém se importa” “Porque veêm que eu posso trabalhar”	
		P6	“A favor” “Porque além de eu trabalhar, tou a prever o futuro deles”	
		P7	“Sim, são a favor” “Porque acham que eu tou distraída” “sou ainda útil às coisas, portanto”	
		P8	“São a favor” “Porque nos faz falta o dinheiro”	
		P9	“São a favor” “Desde que eu ganhe mais algum” (dinheiro) “a reforma não chega”	
		P10	“Concordam” “Os meus filhos vêem que ainda estou rijo” “e bom de saúde”	
	Discordância	P3	“não são muito a favor mas precisam” “Eles não são muito a favor mas também não podem fazer a vida deles sem a minha ajuda”	2
Aceitação da atividade laboral pelos amigos	Concordância	P1	“Sim, são a favor” “Ai todos gostam e apoiam-me”	23
		P2	“há outros amigos que me incentivam” “e que acham muito bem que eu trabalho”	
		P3	“são a favor, dizem que é bom ajudar os filhos, né?”	
		P4	“Sim a favor”	

			“a favor ... que quando eles vêm aí, ficam contentes”	
			“e gostam de vir cá”	
			“e vêm cá muito”	
		P5	“A meu favor” (os amigos)	
			“Tu és um gajo forte” (o que dizem os amigos)	
			“és um gajo rijo” (o que dizem os amigos)	
		P6	“A favor”	
			“Porque me distraem” (os amigos que frequentam o café)	
			“Eles distraem-me” (os amigos que frequentam o café)	
		P7	“Sim (...) são a favor”	
			“Porque veêm que eu ainda tenho capacidades para fazer alguma coisa”	
		P8	“São a favor”	
			“Porque tenho como me distrair”	
		P9	“esses atão são a favor”	
			“Ainda lhes consigo vender umas raspadinhas e tudo”	
“sempre ajuda mais qualquer coisinha”				
P10	“Porque tou sempre distraído” (opinião dos amigos)			
Discordância		P2	“Tenho amigos que apesar de tudo criticam porque eu já devia ter deixado de trabalhar”	3
			“e que já devia estar na minha, digamos que no meu descanso”	
			“Há amigos meus que me condenam por eu continuar a trabalhar”	

Contributo para o desenvolvimento sustentável	Benefícios para a Comunidade	P1	“São para as pessoas que vêm buscar” (os clientes que compram os produtos)	20
			“é económico” (os produtos)	
		P2	“é porque contribuimos com algo para quem precisa de nós”	
			“sempre com o signo de ajudar quem necessita”	
		P3	“São, porque é um produto caseiro, um produto bom né?” (benefícios para a comunidade que compra os bolos)	
		P4	“sim, pelo menos eu faço para isso”	
			“Uma pessoa vai pôr o lixo” (contribuindo para a menor poluição da comunidade)	
			“põe tudo como deve ser”	
		P5	“tô a dar benefícios ao estado”	
			“tô coletado”	
			“estou a pagar a minha contribuição”	
		P6	“Porque ajudo-os” (ajuda os clientes)	
			“eles ajudam-me a mim” (os cidadãos)	
		P7	“Faço trabalhos com coisas úteis, coisas recicladas”	
“coisas também que às vezes dá jeito à população”				
P8	“a comunidade anda sempre com os sapatinhos arranjados”			
P9	“porque têm a possibilidade de ganhar mais algum dinheirinho” (as			

Respeito pela proteção ambiental			“pessoas que compram o produto)”	21	
			“no final no mês pode ser sempre uma ajudinha” (o prémio derivado do produto)		
		P10	“ajudamos a remodelar as casas”		
			“ajudamos e arranjamos” (as casas à comunidade)		
		P1	“Sim” (as suas funções respeitam o ambiente)		
			“não tem poluição” (o trabalho que desempenha)		
		P2	“Nós onde trabalhamos temos o cuidado de termos os nossos recipientes para a reciclagem de várias ... vários produtos”		
			“o vidro, o plástico, o papel, de modo que aí está indeferido no ambiente, não é?”		
			“com o contrato que temos com uma firma que recolhe constantemente os produtos para essa mesma reciclagem, acho que estamos também trabalhando para o ambiente”		
		P3	“Separando os lixos”		
			“tenho a higiene necessária para tudo”		
		P4	“Eu penso que sim”		
			“Fazer aquilo como deve ser feito, não é?”		
“É separar o lixo sim, um para um lado, outro para outro”					

		P5	“tudo o que é possível de eu fazer do melhor, é o melhor que eu faço”	
		P6	“Fazer tudo dentro da lei ... ah ... do ambiente”	
		P7	“ <i>Faz, faço, faço</i> ” (pratica a reciclagem)	
		P8	“faço a reciclagem”	
		P9	“Eu nem fumo para não poluir o ambiente”	
			“as raspadinhas também não as deito para o chão”	
			“Vai tudo para o caixote ou para o contentor”	
		P10	“Deixamos tudo bem limpinho”	
			“nunca deixamos lá resíduos”	
			“nem produtos espalhados”	
			“e todas as sobras trazemos”	
	Favorecimento do crescimento económico	P1	“Para mim”	16
			“ <i>Sim, só para mim</i> ” (crescimento económico individual)	
		P3	<i>Acho que sim</i> (há procura pelos outros)	
		P4	“ <i>Ah pois, só para mim</i> ” (crescimento económico individual)	
		P5	“Porque eu desde que respeito o ambiente, acho que as condições económicas vai lá dar na mesma coisa”	
		P6	“Então agente não paga impostos e não paga essa coisa toda?”	
			“A partir daí agente já está a fazer para a economia do país”	
		P7	“Algum”	

			<p>“Sempre ajuda ... a reforma é pouca”</p> <p>“<i>Para mim</i>” (crescimento económico individual)</p>	
		P8	<p>“<i>Para mim</i>” (crescimento económico individual)</p>	
		P9	<p>“Para mim sim”</p> <p>“eu ganho pouco”</p> <p>“Com as raspadinhas sempre ganho mais qualquer coisa”</p>	
			<p>“Para mim ajuda”</p> <p>“<i>ajuda sempre qualquer coisa à reforma</i>” (crescimento económico individual)</p>	
	Respeito pela igualdade social	P1	<p>“<i>sim</i>” (favorece a igualdade entre as pessoas)</p>	
		P2	<p>“<i>É claro que favorecem</i>” (as suas funções favorecem a igualdade social)</p>	
			<p>“é claro que favorecem as minhas funções e todas as funções das minhas colegas que aqui trabalham comigo”</p>	
			<p>“é também fazer sentir a estas pessoas que aqui estão, que são iguais a pessoas normais”</p>	
			<p>“e são pessoas que têm os direitos plenos, como qualquer outro cidadão”</p>	
		P3	<p>“<i>Acho que sim também</i>” (respeita todas as pessoas a quem vende os produtos)</p>	
		P4	<p>“<i>Eu penso que sim</i>” (respeita a igualdade entre as pessoas)</p>	

		P5	“ <i>Sim, penso que sim</i> ” (respeita a igualdade entre as pessoas)	
		P6	“Porque tanto respeito o bom como o mau”	
			“o pobre como o rico”	
		P7	“ <i>Sim</i> ” (respeita a igualdade entre as pessoas)	
			“Iguais, tanto pobres ricos”	
			“velhos, novos, é tudo ... eu trato tudo igual”	
		P8	“Sim”	
			“Tão arranjo os sapatos de igual modo para todas as pessoas”	
		P9	“ <i>Trato todas da mesma maneira</i> ” (as pessoas)	
			“seja do mais pequeno ao mais novo, ao mais velho”	
		P10	“Tratamos as pessoas de igual maneira”	
			“ <i>e os preços são sempre acessíveis</i> ” (independentemente da pessoa)	
Tempo laboral perspetivado	Sem limite temporal	P1	“Até eu puder”	9
		P2	“Não faço a mínima ideia”	
		P3	“Até que as minhas forças se acabem”	
		P5	“Enquanto eu puder”	
		P6	“Enquanto tiver forças”	
		P7	“Olha, até eu puder”	
		P9	“Ai menina, isso eu não lhe sei dizer”	
		P10	“Enquanto eu puder”	
			“e me sentir com força”	
		1 a 3 Anos	P8	“Depende ... mais 1, 2, 3 anos”



	Aproximadamente 10 anos	P4	“daqui mais uns 10 anos ainda quero fazer isto”	1
--	-------------------------	----	---	---

**Apêndice IV – Grelha de Análise de Conteúdo referente às segundas entrevistas**

Dimensões	Categorias	Subcategorias	Part.	Unidade de Registo	Freq.	
Caracterização	Grupo Etário	20 – 25 Anos	C1	“24”	5	
			P4			
			C2 P5	“23”		
			C3 P6	“23”		
			C4 P8	“22 Anos”		
		26 – 31 Anos	C1 P9	“24”	3	
			C5 P1	“28”		
			C6 P7	“26”		
		32 – 37 Anos	C7	“30 Anos”	1	
	P10					
	>de 38 Anos	C8 P2	“34”	1		
			C9 P3	“54”	1	
	Género	Masculino	C5 P1	C1 P4	“Masculino”	4
				C1 P9		
				C9 P3		
			Feminino	C8 P2	“Feminino”	
		C2 P5		“Feminino”		
		C3 P6		“Feminino”		
		C6 P7		“Feminino”		
		C4 P8		“Feminino”		
		C7 P10		“Feminino”		
		Cidade de Residência	Budapeste	C5 P1	“Budapeste, Hungria”	1
Portimão	C8 P2		“Portimão”	7		
					C9 P3	“Em Portimão”
	C1 P4		“Portimão”			
	C3 P6		“Em Portimão”			
	C6 P7		“Portimão”			
	C4 P8					
	C6 P7		“Portimão”			
	C4 P8				“Em Portimão”	

			P8		
			C1	“Portimão”	
			P9		
		Lagos	C2	“Aljezur”	1
			P5		
		Lagoa	C7	“Em Lagoa”	1
			P10		
Formação	Habilitações Escolares	Licenciatura	C5	“Pós-graduação em Gestão”	5
			P1		
			C8	“Licenciatura”	
			P2		
			C3	“Licenciatura”	
			P6		
			C6	“Licenciatura”	
		P7			
		C4	“Licenciatura”	5	
		P8			
		C9 P3	“Frequência de 12º”		
		C1	“12º”		
		P4			
		C2	“12º”		
P5					
C1	“12º”				
P9					
C7	“12º Ano”				
P10					
Atividade Laboral	Profissão Atual	Gestor	C5	“Especialista de contas a receber”	1
			P1		
		Animador Socio-cultural	C8	“Animadora Socio-cultural”	1
			P2		
		Cozinheiro	C9	“Cozinheiro de primeira”	1
			P3		
		Empregado de comércio	C1	“Empregado de balcão e mesa”	4
	P4				
	C3	“... trabalho numa loja de sapatilhas”			

			P6		1	
			C1	“Empregado de mesa e balcão”		
			P9			
			C7	“Vendedora numa farmácia”		
		P10				
		Estudante	C2	“Estudante – universitária”		1
		Fisioterapeuta	C6	Fisioterapeuta		1
			P7			
		Enfermeiro	C4	“Sou enfermeira”		1
			P8			
Factores favoráveis à continuação da vida laboral	Motivação	Ocupação do tempo	C5	“O facto de ter algo que a entretém durante o dia a dia”	20	
				“o facto de ter algo para a manter entretida durante o dia”		
				P1		“Mantém-se ocupada”
						“mantém-se entretida”
						“tem algo para fazer”
			C8	“Acho que é o facto de não ficar em casa sem fazer nada”		
				P2		“Atão é o medo de ficar em casa sem fazer nada”
						“...de ficar sozinho”
			C1	“não estar presa em casa”		
				“exercitar”		
			P4	“Não ficar presa dentro de casa a olhar para as paredes”		
				C2		“O facto de não estar parado em casa sem fazer nenhum”
			P5			“não ficar em casa parado sem fazer nenhum”
				C6		“A sua ocupação diária”
			P7			“sentir-se ocupada no seu dia a dia”
				C4 P8		“é uma ... uma

				atividade que ele tem”	14	
			C7 P10	“estar ocupado”		
				“ter uma ocupação”		
				“não se sente parado”		
				“é uma maneira de se distrair”		
		Financeira	C9 P3	“Necessidade”		
				“É a subsistência em casa”		
			C6 P7	“ter mais dinheiro para sobreviver”		
				“e ganha mais dinheiro”		
			C4 P8	“receber mais algum dinheiro”		
				“consegue ganhar mais algum dinheiro”		
			C1 P9	“infelizmente é a situação monetária/financeira dele que precisa”		
				“Para além das questões financeiras para ele ...”		
				“a reformazita dele é baixa”		
				“sempre ganha mais algum”		
			C7 P10	“tem que trabalhar para conseguir sobreviver”		
				“dá-lhe mais qualidade de vida”		
			Gosto Pessoal	C3 P6		“Ganhar mais algum”
						“para poder ter um conforto melhor na sua vida”
		C4 P8		“de continuar a conviver no seu meio com os clientes”		
Proatividade	C3 P4	“e fazer aquilo que gosta”				
		“depois por uma situação, não sei ... de gosto”				
	C3	“O facto de não tar parada e continuar no ativo”				
		“continuar no ativo”	12			
		“Considero que é a sua vontade de				

			P6	trabalhar” “o facto de ela se ainda encontrar com capacidades para isso” “faz com que ela tenha essa vontade para se manter ativa, e distraída, ocupada” “penso que é a vontade de se manter ativa” “não estar apenas em casa a gozar a sua reforma”			
			C4	“de querer ainda estar ativo”			
			P8				
			C7	“sentir-se ativo”			
			P10				
	Benefícios pessoais da atividade laboral pós-reforma	Manter competências físicas, cognitivas e emocionais	C1	“continuar a mexer-se”	6		
			P4				
			C2	“Acaba por não ter uma vida sedentária”			
			P5	“sente-se útil”			
			C3	“Faz com que estimule a sua cognição”			
				“Penso que acaba por estimulá-la fisicamente”			
				“e também a nível psicológico”			
			P6	“O facto de se manter ativa faz com que não se vão perdendo algumas capacidades”			
				C6		“ao sentir-se ativa consegue fazer com que a sua qualidade de vida também melhore”	
				P7		“mantendo ativo o seu corpo e a sua mente”	
	Interação Social		C8	“Se calhar é mais uma maneira de não tar sozinho”	3		
			P2	“Ele acho que tem medo da solidão”			

			C2	“comunica com a sociedade”		
			P5			
		Monetários	C9	“A reforma não chega”	5	
			P3	“tem que fazer outras coisas para sobreviver”		
			C6	“O fator económico”		
			P7			
			C4	“principal motivo será por questões financeiras”		
			P8			
			C1	“A reforma ser baixinha”		
			P9			
	Benefícios para a Comunidade da atividade laboral pós-reforma	Baixo custo	C5	“O facto de ela produzir bolos de qualidade a um custo reduzido”	2	
				P1		
			C6	“é um trabalho que é feito com baixo custo”		
			P7			
			Boa gestão	C8	“ele gere a parte dos transportes”	4
				P2	“a parte da higiene”	
					“os serviços gerais”	
			Prestar satisfação à comunidade	C8	“tá a contribuir pronto para a parte da higiene deles”	22
				P2	“a parte dos transportes também, para que eles possam usufruir de consultas”	
					“tem muitos produtos hortícolas”	
				“partilha com os vizinhos”		
		C1		“e vai ali partilhando com alguns vizinhos que tem ... e amigos”		
		P4		“são tudo produtos naturais, frescos, biológicos”		
			“acabam por ser uns produtos mais saborosos”			
			C2	“presta muitos dos serviços que todos nós precisamos”		
			P5	“Acaba por nos		



			ajudar também”	
			“já ter uma boa relação com os clientes”	
		C3	“faz com que estes se sintam mais satisfeitos”	
		P6	“e a qualidade do serviço se mantenha”	
			“é a satisfação no atendimento”	
		C6	“é um trabalho que é bem feito”	
		P7	“é um trabalho artesanal ... e daí as pessoas gostarem mais”	
		C4	“é um trabalho que contribuí para o público”	
		P8	“Porque as pessoas andam com os sapatos arranjadinhos e caminham melhor”	
			“é o facto de poder ajudar as pessoas”	
		C7	“Fazendo obras em suas casas”	
			“a dar um conforto melhor”	
		P10	“ajuda-os no que pode”	
			“ele prontefica-se a ajudar”	
		C5	“não há qualquer discriminação dos clientes”	
		P1	“qualquer pessoa, independentemente do género/idade/sexo é tratada da mesma forma”	
		C8	“ele trabalha em função de todos, igualmente, de igual forma”	
		P2		
		C1	<i>“se calhar da parte dela ..., com alguns produtos horticolas sempre conseguem poupar algum ao final do mês”</i>	
		P4		
Contributo para o desenvolvimento sustentável	Inclusão social			14

			(proporciona aos vizinhos uma igualdade social)	
		C3 P6	“rompe com o estigma e com o preconceito que existe face às pessoas idosas que já não têm capacidades para trabalhar”	
		C6 P7	“A D. Judite não faz distinção entre as pessoas” “tratando todos de igual forma”	
		C4 P8	“ele como os outros tem direito a ter o seu extra” “então acho que sim, que há uma certa igualdade”	
		C1 P9	“ele vende raspadinhas seja a quem for” “Ele não olha a caras, não olha a raças, não olha a cores” “e, sempre ajuda alguns, pois atão” (com a venda das raspadinhas)	
		C7 P10	“E penso que ele faz um trabalho não para se sentir útil” “mas também para ajudar aqueles que precisam”	
	Crescimento Económico	C5 P1 C9 P3 C1 P4	“um crescimento de vendas” “e uma enorme procura por parte dos clientes” “e trabalha por conta dela para fins dela” “também pode não vender caro” (os produtos hortícolas) “mas pode vender um pouco mais	16

			barato e ganham os dois”	
		C2	“gera economia”	
			“gera também emprego”	
		P5	“porque tem a sua própria empresa de construção”	
		C3 P6	“ <i>O facto de se manter ativa</i> ” (o facto de ser consumista)	
		C6	“consegue receber mais algum dinheiro”	
		P7	“consegue investir em ... noutras coisas”	
		C4 P8	“se está a trabalhar, já por si só, é um contributo para a economia”	
		C1	“A quem compra, sempre pode calhar a sorte de ganhar mais uns trocozinhos”	
		P9	“Ora, para ele, ... vendendo as raspadinhas”	
			“sempre ganha mais algum”	
		C7 P10	“ele também certamente vai conseguir poder, ahh consumir e gastar”	
	Proteção Ambiental	C5 P1	“Portanto ela não usa corantes, nem conservantes nos bolos”	
			“também faz a reciclagem”	
		C8 P2	“como tem que fazer a parte da reciclagem e isso”	
		C9 P3	“o trabalho dela é doméstico”	
			“ <i>Doméstico acho que não tem influências nenhuma</i> s” (no ambiente)	11
		C3	“é uma pessoa muito asseada”	
		P6	“e que faz a reciclagem”	
		C6	“a D. Judite usa tudo material sem ... sem	

		P7	quaisquer alterações químicas” “faz a reciclagem”	
		C4 P8	“Desde materiais utilizados” (utilização de materiais adequados)	
		C1 P9	“não manda nada pó chão” (revela ser uma pessoa asseada)	
		C7 P10	“não utiliza produtos químicos”	
Tempo laboral perspectivado	Sem limite temporal	C9 P3	“Até sempre ... A D. Inês é uma pessoa que trabalha sempre”	6
		C1 P4	“Não sei quanto tempo”	
		C2 P5	“provavelmente até não conseguir mais fazer o seu trabalho”	
		C6 P7	“Não sei ... mas enquanto a sua saúde o permitir, ela irá continuar”	
		C4 P8	“Acho que enquanto puder, há de trabalhar”	
		C7 P10	“Até se sentir ativo, até conseguir exercer as suas funções”	
	1 a 4 Anos	C8 P2	“Por volta de 1, 2 anos”	1
	5 a 10 Anos	C3 P6	“Entre uns 5, 10 anos”	2
		C1 P9	“Talvez meia dúzia de anos”	
	Mais de 10 Anos	C5 P1	“Pelo menos mais 10”	1