

O Trabalho na (Trans)formação da Qualidade de Vida da Pessoa Idosa: Revisão Integrativa

Work in the (Trans)formation of the Quality of Life of Older Adults: An Integrative Review

El Trabajo en la (Trans)formación de la Calidad de Vida de las Personas Mayores: Revisión Integrativa

RESUMO

Objetivo: Analisar a influência da inserção do idoso no mercado de trabalho para promoção da qualidade de vida e envelhecimento saudável. **Método:** Revisão integrativa mediante dados secundários, dos quais foram feitas buscas combinadas em bases de dados, entre 2019 a 2023. **Resultados:** Foram identificados 470 artigos, dos quais onze foram selecionados para análise final. A inserção do idoso no mercado de trabalho é de grande valia para seus aspectos físicos, psicológicos e financeiros. Os idosos ativos e em atividade laboral apresentaram aumento da qualidade de vida, preservando a autonomia pessoal e sentimento de propósito. O desenvolvimento de habilidades e aprendizado auxilia no desenvolvimento de suas faculdades mentais, diminuindo chances de doenças psicológicas e outras comorbidades. **Conclusão:** O trabalho é essencial para a qualidade de vida da pessoa idosa, promovendo autonomia, engajamento social e bem-estar, mas sua inserção no mercado ainda é pouco discutida na saúde, exigindo mais estudos e visibilidade.

DESCRITORES: Idoso; Envelhecimento; Qualidade de vida; Mercado de trabalho.

ABSTRACT

Objective: To analyze the influence of the inclusion of older adults in the labor market on promoting quality of life and healthy aging. **Method:** Integrative review using secondary data, which were searched in databases between 2019 and 2023. **Results:** A total of 470 articles were identified, of which 11 were selected for final analysis. The inclusion of older adults in the labor market is of great value for their physical, psychological, and financial well-being. Active older adults who are employed have shown an increase in quality of life, preserving personal autonomy and a sense of purpose. The development of skills and learning helps in the development of their mental faculties, reducing the chances of psychological diseases and other comorbidities. **Conclusion:** Work is essential for the quality of life of older adults, promoting autonomy, social engagement, and well-being, but their inclusion in the labor market is still little discussed in health, requiring more studies and visibility.

DESCRIPTORS: Older adults; Aging; Quality of life; Labor market.

RESUMEN

Objetivo: Analizar la influencia de la inserción de las personas mayores en el mercado laboral para promover la calidad de vida y el envejecimiento saludable. **Método:** Revisión integradora mediante datos secundarios, para lo cual se realizaron búsquedas combinadas en bases de datos entre 2019 y 2023. **Resultados:** Se identificaron 470 artículos, de los cuales se seleccionaron once para el análisis final. La inserción de las personas mayores en el mercado laboral es de gran valor para sus aspectos físicos, psicológicos y financieros. Las personas mayores activas y en actividad laboral presentaron un aumento de la calidad de vida, preservando la autonomía personal y el sentido de propósito. El desarrollo de habilidades y el aprendizaje contribuyen al desarrollo de sus facultades mentales, lo que reduce las posibilidades de padecer enfermedades psicológicas y otras comorbilidades. **Conclusión:** El trabajo es esencial para la calidad de vida de las personas mayores, ya que promueve la autonomía, el compromiso social y el bienestar, pero su inserción en el mercado aún se debate poco en el ámbito de la salud, lo que requiere más estudios y visibilidad.

DESCRIPTORES: Personas mayores; Envejecimiento; Calidad de vida; Mercado laboral.

RECEBIDO EM: 03/07/2025 APROVADO EM: 20/07/2025

Como citar este artigo: Molina CJF, Sales RVF, Ribeiro EB, Pereira ND, Moura DRO, Santos AL. O Trabalho na (Trans)formação da Qualidade de Vida da Pessoa Idosa: Revisão Integrativa. Saúde Coletiva (Edição Brasileira) [Internet]. 2025 [acesso ano mês dia];15(98):16538-16553. Disponível em: DOI: 10.36489/saudecoletiva.2025v15i98p16538-16553

ID **Camila Juliana Ferreira Molina**
Psicóloga, Universidade Cesumar.
ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-2359-4673>

ID **Rosana Vieira Figueiredo de Sales**
Enfermeira, Universidade Cesumar.

ID **Eláynny Braga Ribeiro**
Enfermeira, Universidade Cesumar.

ID **Natan David Pereira**
Mestre em Enfermagem, Universidade Estadual de Maringá.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7116-0533>

ID **Débora Regina de Oliveira Moura**
Doutora em Enfermagem, Universidade Estadual de Maringá.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6415-3394>

ID **Aliny de Lima Santos**
Doutora em Enfermagem, Universidade Estadual de Maringá.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial, presente tanto em países desenvolvidos quanto em desenvolvimento⁽¹⁾. No Brasil, estima-se que, até 2030, aproximadamente 13,4% da população será composta por indivíduos com 65 anos ou mais, totalizando cerca de 30 milhões de pessoas^(1,2). Diante desse cenário, surgem importantes mudanças sociais, econômicas, políticas e de saúde, que evidenciam o desafio de garantir aos idosos espaços e ações que possibilitem vivenciar o envelhecimento com uma melhor qualidade de vida (QV)⁽³⁾.

Vários têm sido os aspectos pontuados na literatura como relacionados à QV na pessoa idosa, entre eles está a percepção da satisfação com a vida e saúde, bem-estar, inserção social e senso de pertencimento, manutenção das habilidades funcionais, capacidade de gerenciar suas finanças, bom estado emocional, capacidade de interagir socialmente, manutenção de atividades cognitivas, autonomia, apoio familiar, segurança, e fazer parte da força de trabalho, ou seja, sentir-se ativo^(4,5).

Nesse sentido, a crescente participação da população idosa na População Economicamente Ativa (PEA) nas últimas décadas é um fator relevante, pois a QV nessa faixa etária está fortemente ligada à manutenção da funcionalidade⁽⁶⁾. Permanecer no mercado de trabalho após os 60 anos pode elevar a expectativa de vida, favorecer a autoestima, a identidade e o senso de propósito⁽⁷⁾. Assim, um envelhecimento

bem-sucedido está relacionado ao estilo de vida adotado, incluindo saúde física, mental e função social, com destaque para a inserção laboral^(8,9). Desse modo, pode-se inferir que a atividade laboral para longevos pode ser considerada promotora da saúde física, psíquica e cognitiva, que permite maior inserção social, realização pessoal, renda e, conseqüentemente, QV⁽³⁾.

Em virtude disso, a Organização Mundial da Saúde (OMS) aponta no Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde de 2015, que a capacidade do idoso em buscar um emprego ou estar inserido no mercado de trabalho coopera para um envelhecimento ativo⁽⁷⁾. Entende-se, que a aposentadoria e cessão do trabalho laboral está frequentemente interligada a declínios na capacidade física, psicológica e cognitiva, além de prejuízos na autonomia, independência, apoio social e relações interpessoais^(10,11).

Ciente da importância do trabalho para a qualidade de vida e valorização da pessoa idosa, o Estatuto do Idoso assegura, em seu artigo 26º, o direito ao exercício de atividade profissional, respeitando as condições físicas, intelectuais e psíquicas do indivíduo. Além disso, os artigos 27º e 28º garantem a possibilidade de continuidade no mercado de trabalho^(12,1). A inserção laboral também se destaca como fator positivo para o controle de morbidades associadas ao envelhecimento, uma vez que idosos ativos profissionalmente tendem a utilizar menos os serviços de saúde e apresentam menor incidência de comorbidades e transtornos psicológicos⁽¹³⁾.

Todavia, embora tratar-se de tema relevante no cenário do envelhecimento, e da demanda premente de melhor QV entre esse grupo etário, há forte escassez de estudos sobre o mesmo. Então, o estudo tem por objetivo compreender a inserção do idoso no mercado de trabalho como ferramenta para promoção da QV e do envelhecimento ativo.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa, com base na produção científica atual, visando a inserção do idoso no mercado de trabalho como ferramenta para promoção da QV e do envelhecimento ativo. Utilizou-se para tanto, o modelo proposto por Graner e Cerqueira⁽¹⁴⁾, que estabelece os seguintes passos: 1) definição do tema, formulação de uma pergunta norteadora da pesquisa: “Qual a importância da inserção do idoso no mercado de trabalho como ferramenta para promoção da QV e do envelhecimento ativo?” e o delineamento de descritores; 2) definição de critérios de inclusão e de exclusão das produções; 3) busca por estudos em bases de dados, de forma a responder à pergunta, seguindo descritores definidos; 4) seleção das produções encontradas, segundo os critérios estabelecidos; 5) análise das produções, para extração dos dados a serem discutidos; 6) escrita da discussão dos resultados e conclusão do trabalho. Definiu-se a seguinte pergunta norteadora: Qual a importância da inserção do idoso no mercado de trabalho como ferramen-

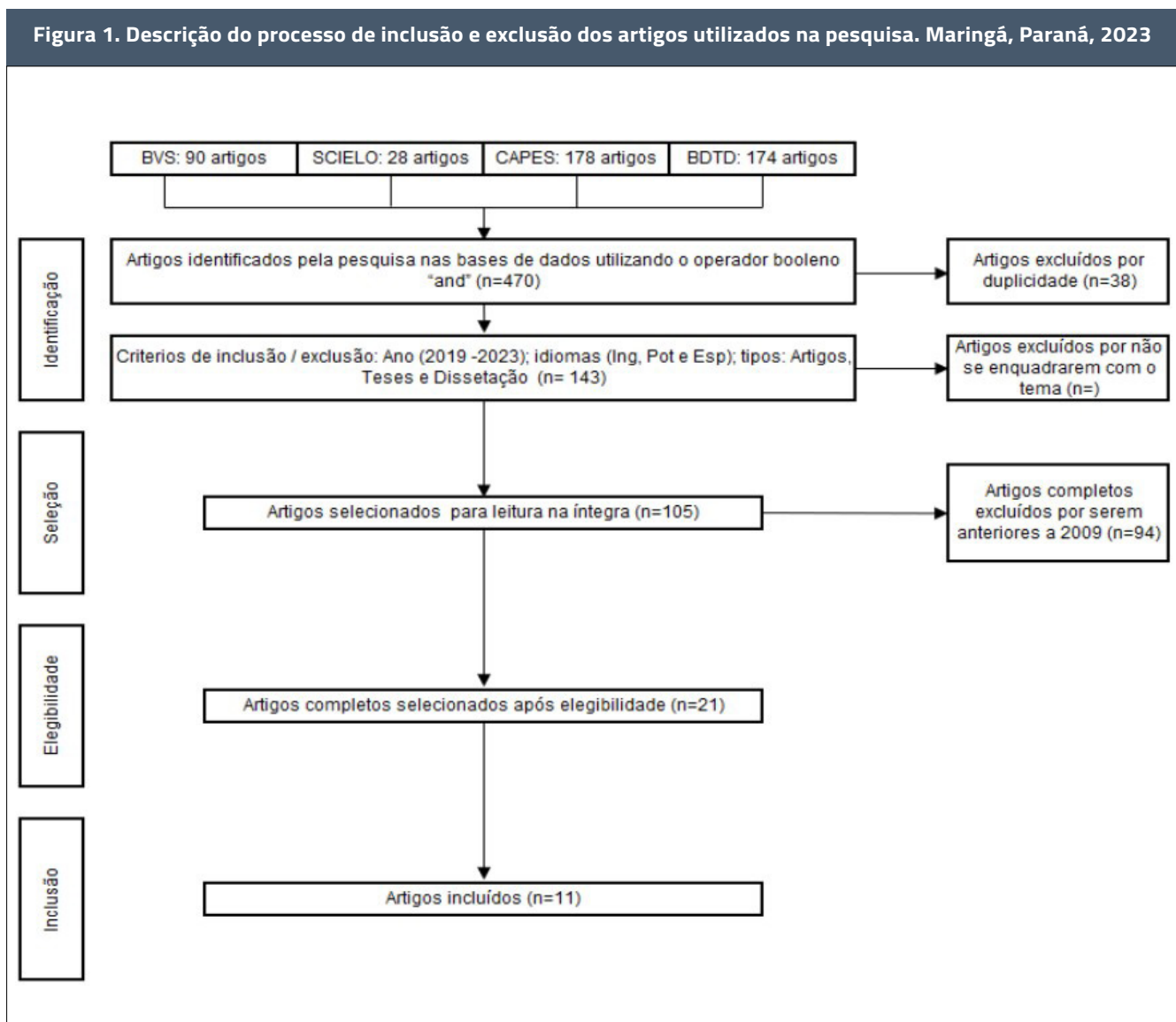
ta para promoção da qualidade de vida e do envelhecimento ativo? Para subsidiar a pesquisa, foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS): “Mercado de Trabalho”, “Qualidade de Vida”, “Envelhecimento”, “Trabalho” e “Idoso”.

As buscas, realizadas entre abril e outubro de 2023, utilizaram o operador booleano “AND”, combinando os descritores nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD) e Portal de Periódicos CAPES. As estratégias de busca foram: na BVS, “Idoso” AND “Mercado de Trabalho” AND “Qualidade de Vida”; na SciELO, “Envelhecimento” AND “Trabalho” AND “Qualidade de Vida”; na CAPES, “Envelhecimento” AND “Mercado de Trabalho” AND “Qualidade de Vida”; e na BDTD, “Idoso” AND “Envelhecimento” AND “Trabalho”.

Para a seleção final das produções, adotaram-se os seguintes critérios de inclusão: a) publicações com texto completo disponível gratuitamente; b) publicações entre

2019 e 2023; c) nos idiomas inglês, português e espanhol; d) artigos, teses e dissertações relacionados à temática da pesquisa. Como critério de exclusão, foram descartadas produções duplicadas e estudos cujo enfoque sobre o envelhecimento ultrapassasse os limites temáticos desta revisão. A organização e apresentação do processo de busca seguiram as recomendações do modelo PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), conforme ilustrado no fluxograma da Figura 1.

Figura 1. Descrição do processo de inclusão e exclusão dos artigos utilizados na pesquisa. Maringá, Paraná, 2023



Fonte: Elaborada pelos autores

Após a busca preliminar nas bases de dados com os descritores selecionados, procedeu-se à triagem dos títulos e resumos de artigos, teses e dissertações, com base nos critérios previamente definidos. As produções selecionadas nessa etapa foram analisadas na íntegra. As informações extraídas foram submetidas à análise de conteúdo na modalidade temáti-

ca, conforme o método de Bardin⁽¹⁵⁾, estruturado em quatro etapas: pré-análise, com leituras exploratórias e formulação de hipóteses; exploração do material, com categorização temática; tratamento e interpretação dos dados, equilibrando objetividade e subjetividade; e, por fim, discussão dos resultados à luz da literatura pertinente.

RESULTADOS

Através dos dados apresentados na Figura 1, foram selecionados 11 artigos que serão incluídos na discussão, com o objetivo de analisar os principais fatores que influenciam o idoso no mercado de trabalho como ferramenta para promoção da QV.

Table 1: Sociodemographic profile of pregnant adolescents in Colatina, Espírito Santo, Brazil, 2023.

AUTOR / ANO	TÍTULO	PAÍS / IDIOMA / BASE DE DADOS	MÉTODO	PRINCIPAIS RESULTADOS
FERNANDES-ELOI; DIAS; NUNES; SILVA. 2019	Afetos e percepções de idosos universitários acerca do mercado de trabalho na velhice.	Brasil Português BVS	Método exploratório, qualitativo. Utilizou-se de mapas afetivos em pessoas com idade que variaram entre 51 a 71 anos de idade, de ambos os sexos, cursando o ensino superior em uma universidade privada em Fortaleza-CE.	Em busca de uma melhor qualidade de vida, muitos idosos entram para os cursos de graduação, a fim de melhores condições de trabalho, auto estima, realização pessoal, renovação, felicidade, segurança familiar e independência.
FIALHO; MAFRA; PIO; SILVA; ZANUNCIO. 2019	A pessoa idosa e o mercado de trabalho: uma análise a partir da PED 2014 da região metropolitana de Belo Horizonte.	Brasil Português BVS	Estudo qualitativo e descritivo, junto a 3.793 de pessoas idosas. Utilizou a base de dados do Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (DIEESE), com microdados da pesquisa de Emprego e Desemprego (PED) referente aos meses de janeiro a junho de 2014 em Belo Horizonte.	Dependendo do nível social do idoso, a permanência no mercado de trabalho pode ser prazerosa ou por necessidades básicas. O idoso que necessita trabalhar para ajudar na renda familiar nem sempre tem uma boa qualidade de vida.
SILVA; HELAL. 2019	Ageismo nas Organizações: Questões para Debate	Brasil Inglês/ Português CAPES	Ensaio Teórico. Procurou discutir as causas e efeitos do ageismo, assim como produziu uma reflexão sobre a discriminação da inserção dos idosos nas organizações.	Discute o processo de envelhecimento e a necessidade de compressão desse processo, como uma fase positiva e com total capacidades para desenvolver suas autonomias.
ZANUNCIO; MAFRA; FRANÇA; FERREIRA. 2019	Por que continuar trabalhando na velhice? O caso de Hefesto e seus 95 anos.	Brasil/ Inglês/ Português/ BDTD	Estudo descritivo exploratório qualitativo, através do método história de vida. Guiado através de entrevistas semiestruturadas junto ao sujeito participante, de escolha intencional. O local de estudo foi em Viçosa/MG.	Afirma que a pessoa idosa ativa no mercado de trabalho traz ao empregador benefícios para sua empresa, tendo em vista que os jovens trazem alto nível de conhecimento e formação, enquanto as pessoas idosas com menor nível de formação trazem grandes experiências das atividades anteriores.
CASTRO; LIMA-COSTA; NEVES; ANDRADE; SAMPAIO. 2020	Determinantes do trabalho remunerado entre brasileiros mais velhos usando modelagem de equações estruturais: evidências do ELSI-Brasil.	Brasil Português SCIELO	Estudo longitudinal de base de corte usando dados do inquérito da linha de base do Estudo Longitudinal da Saúde dos Idosos Brasileiros (ELSI-Brasil). População idosa brasileira não institucionalizada, através de entrevistas, entre 2015 e 2016. A amostragem utilizou residentes de 70 municípios das cinco regiões do País.	Foram comparadas as situações endógenas e exógenas entre homens e mulheres para a sua permanência no mercado de trabalhos após os 50 anos, sendo maior número desses trabalhadores do sexo masculino.
SATO; LANCMAN. 2020	Políticas públicas e a inserção da pessoa idosa no mercado de trabalho no Brasil.	Brasil Português BDTD	Pesquisa documental de natureza qualitativa. Realizou-se levantamento bibliográfico no Portal de Periódicos Capes de estudos sobre políticas públicas brasileiras direcionadas às pessoas idosas, no período entre 2000 e 2020, disponíveis na íntegra, em português. Foram de 416 para 67 artigos.	O ageismo pode levar a uma competição entre os trabalhadores mais jovens e os mais velhos, gerando uma competição positiva ou negativa frente ao envelhecimento, o que poderá acarretar em um impacto intrínseco à interação ambiental e organizacional e capacidade funcional.

Revisão Integrativa

Molina CJF, Sales RVF, Ribeiro EB, Pereira ND, Moura DRO, Santos AL
O Trabalho na (Trans)formação da Qualidade de Vida da Pessoa Idosa: Revisão Integrativa

PAZOS. 2020	Velhice e Trabalho: Um estudo sobre o trabalhador idoso	Brasil Português BDTD	Pesquisa bibliográfica com abordagem qualitativa, em uma primeira etapa e em seguida foi desenvolvido também um estudo empírico junto a um grupo com idosos, a partir dos 60 anos, trabalhadores de Maricá, RJ.	A representatividade dos idosos no mercado de trabalho foi sugerida, pelos próprios entrevistados, como uma construção de muitos fatores, sendo eles, a participação social, atribuição na renda familiar, a reafirmação da utilidade, a ocupação social e a necessidade de estar ativo.
BATISTA. 2021	Idoso economicamente ativo e as situações de violência: um estudo sobre sua existência e relações	Brasil Português BDTD	Pesquisa de campo de caráter descritivo-exploratório, quantitativa e qualitativa, realizada em Viçosa-MG.	Continuar no mercado de trabalho pode significar um empoderamento econômico e pessoal para o idoso, além da melhoria na qualidade de vida. Contudo, dependendo da forma do emprego pode ser danoso à saúde contribuindo para violência do trabalhador idoso.
PAGLIARINI; ANASTÁCIO; TANAKA. 2019	A repercussão da qualidade de vida de trabalhadores de meia idade e idosos: uma revisão integrativa.	Brasil Inglês/ Português CAPES	Revisão sistemática de literatura do tipo integrativa. Utilizando as bases de dados Scientific Electronic Library Online –SCIELO, LILACS -Literatura Latino-americana em ciências da saúde, PUBMED e WEB OF SCIENCE.	Defende que empresas devem investir em seus funcionários através de terapias ocupacionais para que eles possam ter uma boa qualidade de vida, enquanto outros já defendem que esse aspecto se desenvolve no decorrer da vida.
BATISTA; TEIXEIRA. 2021	O cenário do mercado de trabalho para idosos e a violência sofrida.	Brasil Inglês/ Português BVS	Revisão sistemática de literatura do tipo integrativa. Utilizando dos descritores: "Demographic Aging" AND "Violence" AND "Labor" OR "Workers age". Nas bases de dados Web of Science, Scielo, Pubmed, Science Direct, Scopus, PsychInfo, Jstor, Springer, e Nature. Realizada entre agosto de 2020 a janeiro de 2021.	A pessoa idosa ativa no mercado de trabalho gera benefícios para manutenção da qualidade de vida. Compreendeu-se que a violência enfrentada pelos idosos no âmbito trabalhista é o despreparo das empresas para lidar com a situação desses trabalhadores.
MACÊDO. 2021	Envelhecimento e capacidade para o trabalho: uma revisão integrativa	Brasil Português BDTD	Revisão integrativa, sem meta-análise, realizada nas bases de dados Scielo, PubMed e LILACS; incluindo estudos em português, Inglês e Espanhol.	O trabalho foi evidenciado como um determinante da qualidade de vida da pessoa idosa, principalmente se dado o direito de escolher continuar trabalhando ou não.

Resultados de abordagem qualitativa

Mediante a análise dos artigos encontrados, foi possível compreender os benefícios da inserção do idoso no mercado de trabalho, no contexto da melhoria da sua QV e bem-estar. Para tanto, os resultados foram agrupados em duas grandes unidades temáticas: Integração no mercado de trabalho como catalisador do senso de propósito, produtividade e engajamento social; e O trabalho como promotor de saúde e de qualidade de vida.

DISCUSSÃO

Integração no mercado de trabalho como catalisador do senso de propósito, produtividade e engajamento social.

A inserção do idoso no mercado de

trabalho como ferramenta para a promoção da qualidade de vida e do envelhecimento saudável deve ser compreendida como um processo que envolve a integralidade do ser humano, abrangendo dimensões biopsicossociais, econômicas, culturais, identitárias e relacionais⁽¹⁶⁾. A participação da pessoa idosa no trabalho está associada à necessidade de mantê-la produtiva, valorizada e socialmente integrada, refletindo diretamente na construção da identidade e no sentimento de propósito⁽¹⁾. Estudos indicam que a permanência no mercado laboral favorece o bem-estar e a sensação de pertencimento, ao permitir que o idoso se perceba como útil, colaborativo e inserido socialmente, o que fortalece sua autoestima e percepção de valor social⁽¹⁶⁾.

O trabalho é um dos pilares da

identidade do indivíduo, pois reafirma seu lugar e sua contribuição social; no entanto, a ruptura desse vínculo pode gerar sentimentos de inutilidade, solidão e baixa autoestima. Sendo assim, o ambiente laboral representa um espaço privilegiado para o desenvolvimento de potencialidades, capacidades e aprimoramento pessoal. No caso do idoso, esse significado é ainda mais acentuado, uma vez que a permanência ou reinserção em atividades laborais regulares promove sentimentos de compromisso, responsabilidade e pertencimento, além de favorecer o convívio social, contribuindo significativamente para a saúde, realização pessoal e qualidade de vida⁽¹⁷⁾.

A participação da pessoa idosa no mundo do trabalho ocorre por diversas razões, entre elas a necessidade de se manter produtiva e valorizada so-

cialmente⁽¹⁸⁾. O engajamento social e o sentimento de pertencimento, especialmente entre homens idosos, estão diretamente relacionados à participação em atividades laborais e à interação social, além de serem influenciados, ainda que indiretamente, pela trajetória socioeconômica ao longo da vida⁽²⁰⁾. Observam-se diferenças de gênero nesse contexto: enquanto os homens tendem a se envolver em atividades organizadas e associações civis, as mulheres participam mais frequentemente de interações com parentes e amigos próximos, sendo essas relações igualmente importantes para o sentimento de pertencimento e integração social^(20,16).

Reforçando a temática do pertencimento, o sentido atribuído ao trabalho está diretamente relacionado à construção da identidade e ao contexto de inserção do indivíduo⁽¹⁶⁾. Assim, o trabalho vai além da produtividade, sendo um espaço que permite o desenvolvimento de potencialidades, o aprimoramento do modo de ser e o reconhecimento social, contribuindo para o sentimento de pertencimento e reafirmação do papel social do indivíduo. Nesse contexto, observa-se um número crescente de pessoas idosas em atividade laboral^(1,17).

Um estudo sobre políticas públicas e inserção da população idosa no mercado de trabalho revela que essa permanência se dá não apenas pela necessidade de renda complementar, mas também pelo desejo de manter-se ativo, produtivo, socialmente integrado e de ocupar o tempo de forma significativa⁽²⁰⁾. O trabalho, portanto, influencia múltiplas dimensões da vida — pessoal, social e ambiental — e está diretamente relacionado à satisfação individual e à qualidade de vida, ao mesmo tempo em que contribui para superar estigmas associados ao envelhecimento, como a ideia de inutilidade e incapacidade. Idosos relataram que a continuidade no trabalho representa um incentivo à vida,

trazendo propósito, compromisso, gratificação pessoal e a redução da solidão, uma vez que a atividade laboral proporciona aprendizado, interação e valorização⁽⁷⁾.

Além dos aspectos já citados, o trabalho é sinônimo de identidade, compondo a essência do indivíduo, sendo por meio dele que a pessoa encontra seu lugar social. Consequentemente, a ausência do trabalho na vida do indivíduo tem teor danoso, pois, além da perda do poder de compra e das relações sociais, o idoso perde sua identidade e o sentido de sua vida, conforme descreve o estudo realizado com idosos ex-executivos. Foi confirmado que para esse público, o trabalho está associado à dignidade, relações sociais, felicidade e identidade⁽²¹⁾.

O trabalho como promotor de saúde e de qualidade de vida

Os benefícios da participação do idoso no mercado de trabalho vão além das dimensões psicológicas e do sentimento de pertencimento, refletindo-se também na saúde física e na redução de agravos. A análise dos estudos revela que idosos economicamente ativos apresentam melhor acesso aos serviços de saúde, maior expectativa de vida e melhores condições gerais de saúde⁽¹⁸⁾, além de associação positiva entre trabalho remunerado e a condição de saúde ao longo da vida⁽¹⁹⁾.

Considerando que a qualidade de vida (QV) envolve múltiplos eixos — como aspectos pessoais, relacionais, lazer e acesso a bens de consumo —, é possível afirmar que o trabalho influencia diretamente na QV, independentemente da idade⁽¹³⁾. Nesse contexto, o envelhecimento ativo, compreendido como o processo de envelhecer com melhor qualidade de vida, incorpora o trabalho como um elemento central, por contribuir com a satisfação pessoal, a manutenção de vínculos sociais e a promoção da saúde⁽¹⁷⁾.

A continuidade em uma atividade laboral regular proporciona ao idoso significados existenciais, valorização social, satisfação pessoal e maior preservação da saúde¹⁸. A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece a permanência da pessoa idosa no trabalho como um fator promotor de saúde e qualidade de vida⁽²⁰⁾. Estudos indicam que essa permanência ou reinserção no mercado de trabalho após a aposentadoria contribui para evitar doenças associadas à inatividade e favorece a saúde cognitiva^(7,22). Nesse sentido, a categoria “manutenção da saúde” emergiu como elemento motivador para a continuidade do trabalho entre idosos, demonstrando que a permanência laboral está associada tanto à satisfação com a vida quanto à percepção dos benefícios que o trabalho proporciona à saúde⁽²¹⁾.

A vida laboral da pessoa idosa está associada a diversos benefícios, entre os quais se destacam a autoestima e a satisfação pessoal, que impactam diretamente na qualidade de vida. O envelhecimento ativo, especialmente no que diz respeito ao aprendizado ao longo da vida, está intimamente relacionado ao contexto de ocupação ou inatividade do idoso, sendo a empregabilidade um fator essencial para o bem-estar e o crescimento pessoal⁽¹⁸⁾.

A atividade laboral proporciona não apenas desenvolvimento de habilidades, mas também reforça a sensação de inclusão e coparticipação social, favorecendo uma autoestima mais elevada entre aqueles que se mantêm produtivos. Em estudo sobre a inserção da pessoa idosa no mercado de trabalho, o sentimento de pertencimento e valorização pessoal foi o benefício mais citado, refletindo em melhorias na qualidade de vida individual e familiar⁽¹⁶⁾. Corroborando essa perspectiva, outra pesquisa demonstrou que idosos ativos relataram maior satisfação com a profissão, com a vida e com o ambiente de trabalho, revelando uma percepção positiva so-

bre sua condição⁽²³⁾.

Consequentemente, o trabalho exerce influência significativa na construção identitária dos indivíduos, sendo o papel profissional um dos pilares da autoestima, da identidade e do senso de propósito⁽¹⁷⁾. No caso das pessoas idosas, a permanência no mercado de trabalho está associada à autonomia, independência financeira e bem-estar^(21,23). A atividade econômica contribui para o desenvolvimento cognitivo, para o fortalecimento da independência e para a melhoria da qualidade de vida, especialmente quando comparada à inatividade⁽²¹⁾.

Os idosos buscam permanecer ativos não apenas por razões econômicas, mas também pelos benefícios subjetivos, como afastar o sentimento de inutilidade, retardar os efeitos do envelhecimento e preservar sua identidade⁽²¹⁾. Assim, o trabalho ocupa um lugar central na vida da pessoa idosa, por favorecer a manutenção da autonomia, da independência financeira e do engajamento ativo com a sociedade⁽¹⁶⁾.

Tanto em nível macro, no contexto social mais amplo, quanto em nível micro, no âmbito familiar, observa-se a relevância da contribuição econômica da pessoa idosa que trabalha, muitas vezes transformando sua renda em suporte para o núcleo familiar. A força de trabalho dos idosos atua como mecanismo compensatório, garantindo a composição de sua própria renda e contribuindo para a renda familiar⁽¹⁸⁾. O vínculo empregatício gera segurança para a população idosa, promovendo sentimentos de estabilidade e pertencimento⁽¹⁶⁾. A inserção ou reinserção no mercado de trabalho é fortemente influenciada por fatores como realização pessoal, necessidade financeira e responsabilidade pelo sustento próprio e de dependentes⁽¹⁸⁾.

Nesse sentido, o trabalho se relaciona ao status de provedor, funcionando como forma de socialização, manutenção de poder e elevação da

renda familiar, o que favorece a autonomia, a independência e a liberdade da pessoa idosa. Para muitos, trata-se também de um complemento essencial à aposentadoria e de uma maneira de manter-se ativo, ocupado e digno, fortalecendo o sentimento de pertencimento⁽²²⁾.

De acordo com a pesquisa realizada por meio de Rodas de Conversa, o trabalho é percebido pelos idosos como uma fonte de renda complementar à aposentadoria, além de possibilitar a reinserção social e o desenvolvimento pessoal. A permanência no mercado de trabalho, portanto, está diretamente associada a fatores financeiros⁽⁷⁾. Estar economicamente ativo contribui positivamente para a saúde, a qualidade de vida e o empoderamento financeiro do idoso. Em estudo sobre idosos economicamente ativos e situações de violência, a necessidade financeira emergiu como uma das principais razões apontadas para a permanência ou reinserção no mercado de trabalho⁽²¹⁾.

Reconhecer o papel do ambiente de trabalho na promoção da saúde, do bem-estar, da qualidade de vida e da participação social das pessoas idosas é fundamental para estimular uma cultura de respeito e aprendizado, inclusive intergeracional⁽²⁴⁾. Ao favorecer a permanência ou reinserção do idoso no mercado de trabalho, não apenas se ampliam suas condições financeiras, mas também se promove o desenvolvimento pessoal, a satisfação subjetiva e a valorização social, contribuindo para sua integridade, dignidade e senso de pertencimento.

Nesse contexto, idosos que mantêm atividades laborais mesmo após a aposentadoria tendem a preservar melhor a saúde física e psicológica, apresentar menor incidência de comorbidades e doenças mentais, como a depressão, além de manterem-se mentalmente ativos, com acesso contínuo ao aprendizado. Tais aspectos favorecem um envelhecimento ativo e

com qualidade de vida.

CONCLUSÃO

A análise dos estudos evidenciou que, além dos fatores previamente discutidos, o trabalho ocupa um lugar central na vida da pessoa idosa, por garantir elementos fundamentais para sua qualidade de vida, como autonomia, independência pessoal e financeira, engajamento social, satisfação subjetiva, manutenção de habilidades funcionais e valorização social. Diante disso, torna-se evidente a necessidade de ampliar o debate sobre o papel do idoso na sociedade, especialmente no que se refere à sua participação no mercado de trabalho. Essa temática envolve múltiplas dimensões, que vão desde o bem-estar pessoal e emocional até a estabilidade financeira, o pertencimento social e a melhoria das condições de saúde.

Observou-se, contudo, que a inserção do idoso no trabalho como estratégia de promoção da qualidade de vida e do envelhecimento ativo ainda é pouco explorada na área da saúde, com referências escassas e, por vezes, desatualizadas, apesar de sua relevância para a promoção integral da pessoa idosa.

Por fim, espera-se que esta pesquisa contribua para ampliar a compreensão acerca da importância da inserção da pessoa idosa no mercado de trabalho, incentivando a produção de novos estudos que fortaleçam o conhecimento acadêmico e promovam maior visibilidade ao público idoso no que se refere ao direito ao trabalho e à qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

1. Morato LZ, Ferreira HG. O mercado de trabalho para idosos: a consultoria como possibilidade de atuação. *Rev Psicol Organ Trab.* 2020;20(3):1097-104. doi:10.17652/rpot/2020.3.19426
2. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira [Internet]. Brasília: IBGE; 2013 [citado em 16 Set 2023]. Disponível em: <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv66777.pdf>
3. Costa IP, Bezerra VP, Pontes MLF, Moreira MASP, Oliveira FB, Pimenta CJL, et al. Qualidade de vida de idosos e sua relação com o trabalho. *Rev Gaúcha Enferm.* 2018;39:e20170213. doi:10.1590/1983-1447.2018.2017-0213
4. Guimarães ABG, Ferreira AS, Minêo MES, Oliveira VRJ, Oliveira DV, Santos NQ, et al. Avaliação e fatores associados à qualidade de vida de pessoas idosas. *Rev Eletr Acervo Saúde.* 2025;25:e19376. doi:10.25248/reas.e19376.2025
5. Pinheiro EAB. Permanência do idoso no mercado de trabalho: desafios [monografia]. Belo Horizonte: Universidade Federal de Minas Gerais; 2020. Disponível em: <http://hdl.handle.net/1843/46180>
6. Teixeira RM, Andrade VLP. O idoso na busca por um lugar no mercado de trabalho. *Cad Psicol.* 2019;1(2):515-36. Disponível em: <https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/view/2506>
7. Pazos PFB, Bonfatti RJ. Velhice, trabalho e saúde do trabalhador no Brasil: uma revisão integrativa. *Rev Bras Geriatr Gerontol.* 2020;23(6):e200198. doi:10.1590/1981-22562020023.200198
8. Ramos EL, Souza NVDO, Caldas CP. Qualidade de vida do idoso trabalhador. *Rev Enferm UERJ.* 2008;16(4):507-11. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/bde-16172>
9. Oliveira MP, Mafrá SCT, Batista RL, Peluzio ÉA. Qualidade de vida e envelhecimento bem-sucedido nas relações de trabalho a partir de uma análise fílmica. *Oikos.* 2019;30(2):304-21. doi:10.31423/oikos.v30i2.9389
10. Lima SJP, Ferreira WKS, Moret MCFF. Prevenção e promoção da saúde mental: contribuições da psicologia para um envelhecimento saudável. *Rev FIMCA.* 2023;10(2):25-30. doi:10.37157/fimca.v10i2.747
11. Farias NO, Fujita LS, Silva CFF, Gasparotto GS, Oliveira V, Vagetti GC. Aspectos cognitivos da pessoa idosa na aposentadoria: uma revisão sistemática. *Rev Eletr Acervo Saúde.* 2021;13(2):e5957. doi:10.25248/reas.e5957.2021
12. Brasil. Estatuto do idoso: Lei n. 10.741 de 1 de outubro de 2003 [Internet]. Brasília: Câmara dos Deputados, Edições Câmara; 2022 [citado em 23 Mar 2024]. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/L10.741compilado.htm
13. Pagliarini AM, Anastácio FS, Tanaka AKSR. A repercussão da qualidade de vida de trabalhadores de meia idade e idosos: uma revisão integrativa. *Rev Uningá.* 2019;56(S6):36-44. doi:10.46311/2318-0579.56.eUJ2815
14. Graner KM, Cerqueira ATAR. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. *Cien Saude Colet.* 2019;24(24):4095-104. doi:10.1590/1413-81232018244.09692017
15. Bardin L. Análise de conteúdo. Lisboa: Edições 70; 1977. Disponível em: <http://bds.unb.br/handle/123456789/904>
16. Fernandes-Eloi J, Dias MDF, Nunes TRT, Silva AMS. Afetos e percepções de idosos universitários acerca do mercado de trabalho na velhice. *Kairós Gerontol.* 2019;22(1):249-71. doi:10.23925/2176-901X.2019v22i1p249-271
17. Silva RA, Helal DH. Ageísmo nas organizações: questões para debates. *Rev Adm IMED.* 2019;9(1):22-34. doi:10.18256/2237-7956.2019.v9i1.3167
18. Fialho AAB, Mafrá SCT, Pio ES, Silva AAP, Zanuncio SZV. A pessoa idosa e o mercado de trabalho: uma análise a partir da PED 2014 da Região Metropolitana de Belo Horizonte. *Est Interdisc Sobre Envelhecimento.* 2019;24(1):9-29. doi:10.22456/2316-2171.60550
19. Castro CMS, Lima-Costa MF, Neves JAB, Andrade FB, Sampaio RF. Determinantes do trabalho remunerado entre brasileiros mais velhos usando modelagem de equações estruturais: evidências do ELSI-Brasil. *Cad Saude Publica.* 2020;36(11):e00194619. doi:10.1590/0102-311X00194619
20. Sato AT, Lancman S. Políticas públicas e a inserção da pessoa idosa no mercado de trabalho. *Rev Bras Geriatr Gerontol.* 2020;23(6):e200170. doi:10.1590/1981-22562020023.200170
21. Batista RL. Idoso economicamente ativo e as situações de violência: um estudo sobre sua existência e relações [dissertação]. Viçosa: Universidade Federal de Viçosa; 2021. Disponível em: <https://locus.ufv.br/handle/123456789/28802>
22. Zanuncio SV, Mafrá SCT, França LHFP, Ferreira PMCM. Porque continuar trabalhando na velhice? O caso de Hefesto e seus 95 anos. *Oikos.* 2019;30(1):104-27. doi:10.31423/oikos.v30i1.3813
23. Batista RL, Teixeira KMD. O cenário do mercado de trabalho para idosos e a violência sofrida. *Rev Bras Geriatr Gerontol.* 2021;24(6):e210022. doi:10.1590/1981-22562020024.210022
24. Pinto LCS, Alves SCA. A atuação da psicologia nos programas de preparação para aposentadoria. *Est Interdisc Sobre Envelhecimento.* 2014;19(2):525-48. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-868871>