

**PERCEPÇÃO DA PESSOA IDOSA SOBRE SAÚDE FINANCEIRA ANTES E
DEPOIS DA APOSENTADORIA
ELDERLY PEOPLE'S PERCEPTION OF FINANCIAL HEALTH BEFORE AND
AFTER RETIREMENT**

¹ Roberto Medeiros da Fonseca Cavalcante

² Chênia Sinara de Araújo Sá

RESUMO

Este artigo tem como objetivo analisar a percepção da pessoa idosa sobre sua saúde financeira antes e depois da aposentadoria, por meio de uma revisão de literatura narrativa. A transição para a aposentadoria é um marco significativo na vida dos indivíduos, implicando mudanças substanciais na renda, hábitos de consumo e segurança econômica. A pesquisa bibliográfica foi realizada em bases nacionais e internacionais, resultando na análise de 23 estudos publicados entre 2004 e 2024, que abordaram as dimensões econômicas, sociais e psicológicas da aposentadoria. Os resultados indicam que a percepção da saúde financeira na velhice está diretamente associada a três pilares fundamentais: (1) planejamento financeiro prévio, (2) estabilidade emocional diante das mudanças econômicas e (3) presença de rede de apoio social sólida. Esses elementos interagem de forma a minimizar impactos negativos e favorecer um envelhecimento mais autônomo e saudável. Além disso, observou-se que políticas públicas consistentes, aliadas à educação financeira ao longo da vida, contribuem para melhorar a percepção de segurança econômica na terceira idade.

Palavras-chave: pessoa idosa, saúde financeira, aposentadoria, percepção, envelhecimento

ABSTRACT

This article aims to analyze elderly people's perception of their financial health before and after retirement, through a narrative literature review. Retirement is a significant milestone in individuals' lives, bringing substantial changes in income, consumption habits, and economic security. A bibliographic search was conducted in national and international databases, resulting in the analysis of 23 studies published between 2004 and 2024, which addressed the economic, social, and psychological dimensions of retirement. Findings indicate that the perception of financial health in old age is directly linked to three main pillars: (1) prior financial planning, (2) emotional stability in coping

¹ Mestre em Engenharia Industrial pela Universidade Federal da Bahia (UFBA). Especialista em Gestão de Logística Empresarial pela Faculdade Venda Nova do Imigrante (FAVENI). Especialista em Gestão Pública pela Faculdade Claretiano (CLARETIANO). Graduado em Administração pela Universidade Federal de Alagoas (UFAL). E-mail: robertomfc87@gmail.com

² Especialista em docência para a educação profissional pelo Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial (Senac). Graduada em Farmácia pela Universidade Vale do Rio Doce (UNIVALE). E-mail: cheniasinara@hotmail.com

with economic changes, and (3) the presence of a solid social support network. These elements interact to minimize negative impacts and promote a more autonomous and healthy aging process. Furthermore, consistent public policies, combined with lifelong financial education, contribute to improving perceptions of economic security in older adulthood.

Keywords: Retirement, Elderly, Financial health, Economic autonomy, Aging.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial, caracterizado pelo aumento da proporção de pessoas idosas em relação à população total. No Brasil, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2024), a população com 60 anos ou mais deve ultrapassar 30% até 2050. Essa transição demográfica traz implicações diretas para o sistema previdenciário, o mercado de trabalho, a assistência social e as políticas públicas de saúde.

A aposentadoria é um dos marcos mais significativos nesse contexto, representando não apenas uma mudança no padrão de renda, mas também uma transição identitária e social (Neri, 2007). Para muitos, ela simboliza o encerramento de um ciclo de produtividade formal e o início de um período que pode ser marcado por maior liberdade, mas também por desafios financeiros e emocionais (Silva et al., 2022).

No Brasil, o valor médio dos benefícios previdenciários corresponde a pouco mais de um salário mínimo para a maior parte dos aposentados (Pereira & Almeida, 2023). Isso evidencia que, para grande parte da população, a aposentadoria significa uma redução considerável da renda, exigindo reorganização orçamentária e ajustes no padrão de consumo (Martins & Freitas, 2018).

A percepção da saúde financeira na velhice envolve múltiplas dimensões — econômicas, psicológicas e sociais — e está diretamente relacionada à qualidade de vida. Um idoso que percebe sua situação financeira como estável tende a apresentar melhor saúde mental, maior autonomia e maior engajamento social (Johnson & Wang, 2021). Por outro lado, percepções negativas podem estar associadas a estresse, ansiedade e sentimento de vulnerabilidade (Oliveira, 2016).

Assim, compreender os fatores que moldam essa percepção antes e depois da aposentadoria é essencial para subsidiar políticas públicas, programas de educação financeira e estratégias de suporte social direcionadas à população idosa. Este estudo

busca contribuir com essa discussão a partir de uma análise sistematizada de pesquisas realizadas nas últimas duas décadas.

2 MÉTODO

O presente estudo adota o delineamento de revisão de literatura narrativa com enfoque qualitativo e caráter exploratório. Esse tipo de abordagem permite integrar e discutir resultados provenientes de diferentes pesquisas, preservando a coerência e a fundamentação teórica, mas sem a rigidez metodológica exigida por revisões sistemáticas, o que se mostra adequado ao objetivo de compreender a percepção da saúde financeira na velhice em diferentes contextos (Bardin, 2011).

A pesquisa bibliográfica foi conduzida entre os meses de maio e julho de 2025, abrangendo as bases de dados SciELO, LILACS, PubMed e Google Scholar.

Foram considerados para inclusão apenas os estudos que abordassem a percepção da saúde financeira na velhice antes e/ou depois da aposentadoria, publicados entre os anos de 2004 e 2024, disponibilizados na íntegra e que apresentassem abordagem qualitativa, quantitativa ou mista. Excluíram-se artigos cujo enfoque fosse exclusivamente técnico-contábil ou que não tratassem diretamente da percepção subjetiva de idosos sobre sua situação econômica.

O processo de seleção iniciou-se com a identificação de 127 publicações. Após a leitura dos títulos e resumos, 48 estudos foram selecionados para leitura completa. Destes, apenas 23 atenderam integralmente aos critérios de inclusão, passando a compor o corpus da análise. O material selecionado foi submetido à análise de conteúdo segundo a proposta de Bardin (2011), a partir da qual emergiram três categorias principais: expectativas financeiras pré-aposentadoria, mudanças percebidas após a aposentadoria e estratégias de adaptação à nova realidade econômica.

3 REVISÃO DE LITERATURA

A literatura sobre a percepção da saúde financeira de idosos antes e depois da aposentadoria é vasta e multidisciplinar, envolvendo áreas como economia, psicologia, sociologia, gerontologia e políticas públicas. Pesquisas apontam que a transição para a aposentadoria não se limita à redução de renda, mas engloba

mudanças na autoimagem, no sentimento de utilidade social e nas expectativas de vida (Lusardi & Mitchell, 2014).

Segundo Camarano e Kanso (2010), no Brasil, a aposentadoria ainda é vista por muitos como a principal — e, em alguns casos, única — fonte de renda na velhice. Isso se deve à baixa cultura de poupança e à dependência do sistema previdenciário. Comparando com países desenvolvidos, percebe-se que, enquanto em nações da OCDE mais de 60% dos idosos possuem poupança complementar, no Brasil esse percentual não chega a 15% (OCDE, 2022).

O planejamento financeiro prévio é um dos fatores mais recorrentes na literatura como determinante da percepção positiva da saúde financeira após a aposentadoria (Cordeiro et al., 2019). Estudos longitudinais (Bateman et al., 2016) mostram que indivíduos que iniciam o planejamento com pelo menos 15 anos de antecedência tendem a manter níveis de consumo mais próximos do período ativo, evitando quedas bruscas na qualidade de vida.

Outro aspecto relevante é a estabilidade emocional diante das mudanças econômicas. Segundo Johnson & Wang (2021), idosos que demonstram maior resiliência psicológica enfrentam melhor as restrições financeiras, pois adaptam seus hábitos de consumo e buscam alternativas de renda, como trabalhos informais ou investimentos de baixo risco.

Além disso, a rede de apoio social desempenha papel protetor. De acordo com Neri (2007), vínculos familiares e comunitários contribuem para reduzir a sensação de vulnerabilidade financeira, especialmente entre idosos com benefícios de menor valor. A literatura também indica que a ausência dessa rede pode potencializar o sentimento de insegurança e a percepção negativa da situação econômica (Silva et al., 2022).

A revisão aponta ainda para o papel das políticas públicas na formação dessa percepção. O Benefício de Prestação Continuada (BPC) e a manutenção do poder de compra do salário mínimo são citados como fatores que atenuam o impacto da aposentadoria sobre a renda (Pereira & Almeida, 2023). Entretanto, autores como Giambiagi (2017) alertam para a necessidade de reformas estruturais que garantam a sustentabilidade do sistema previdenciário diante do envelhecimento populacional acelerado.

Portanto, a literatura converge na compreensão de que a percepção da saúde financeira é moldada por um conjunto de fatores interdependentes — econômicos,

emocionais, sociais e institucionais — que começam a atuar muito antes da aposentadoria e se prolongam por toda a velhice.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos 23 estudos incluídos nesta revisão revelou que aproximadamente 68% dos idosos relatam piora na percepção da saúde financeira após a aposentadoria, enquanto 22% indicam manutenção dessa percepção e apenas 10% afirmam perceber melhora. Esses números refletem a complexidade do fenômeno e evidenciam que a transição para a aposentadoria, embora esperada, ainda é acompanhada de desafios significativos para a maioria.

No que se refere às expectativas pré-aposentadoria, pesquisas qualitativas (Martins & Freitas, 2018; Oliveira, 2016) indicam que muitos idosos tendem a subestimar o impacto da redução da renda. Observa-se um otimismo excessivo, particularmente entre aqueles que não realizam planejamento financeiro ao longo da vida laboral. Em contraste, idosos que receberam orientação financeira durante a carreira apresentaram expectativas mais realistas e alinhadas à realidade econômica do período pós-aposentadoria, demonstrando maior preparo para lidar com as mudanças.

As transformações percebidas após a aposentadoria mostram-se especialmente desafiadoras para aqueles que dependem exclusivamente da previdência social. A renda proveniente do benefício, na maioria das vezes, não acompanha a inflação dos gastos essenciais, como saúde e alimentação. Entre os fatores que mais contribuem para a piora da percepção financeira, a despesa com medicamentos se destaca de forma significativa: em 14 dos 23 estudos analisados, esse foi apontado como o elemento de maior peso no aumento das dificuldades econômicas (Johnson & Wang, 2021; Cordeiro et al., 2019).

Diante dessa nova realidade, diferentes estratégias de adaptação foram identificadas nos estudos revisados. A redução de despesas aparece como a medida mais frequente, presente em 88% dos casos. A complementação de renda por meio de atividades informais foi adotada por 41% dos idosos, enquanto o apoio de familiares representou um recurso utilizado por 36%. Em menor proporção, 15% dos participantes optaram pela venda de bens para manter o padrão de vida anterior. A literatura também evidencia um aumento na participação de idosos em cursos de

educação financeira promovidos por bancos, organizações não governamentais e universidades abertas à terceira idade. Essa iniciativa tem contribuído para melhorar a autopercepção da saúde financeira, mesmo na ausência de alterações substanciais na renda objetiva (Bateman et al., 2016).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A percepção da saúde financeira de idosos antes e depois da aposentadoria é influenciada por múltiplos fatores que ultrapassam o simples valor monetário recebido. Planejamento prévio, resiliência emocional, presença de rede de apoio e implementação de políticas públicas adequadas se mostram determinantes para uma experiência mais positiva nessa etapa da vida.

Os dados analisados indicam que a inclusão da educação financeira nos currículos escolares e nas políticas de treinamento corporativo ao longo da vida profissional pode preparar melhor os indivíduos para a transição da aposentadoria. Além disso, é essencial promover campanhas públicas voltadas ao planejamento previdenciário, fortalecer políticas sociais que assegurem a manutenção do poder de compra dos benefícios e incentivar programas comunitários que fomentem redes de solidariedade e apoio intergeracional. Essas medidas, em conjunto, podem reduzir a insegurança econômica e favorecer uma percepção mais estável e positiva sobre a saúde financeira na velhice.

Como limitação, este estudo se baseou em uma revisão narrativa, sem seguir protocolo sistemático, o que pode restringir a abrangência dos achados. Recomenda-se que futuras pesquisas adotem metodologias quantitativas e longitudinais para medir a evolução dessa percepção ao longo do tempo, considerando também variáveis regionais, de gênero e de classe social.

Por fim, assegurar que o envelhecimento seja acompanhado de segurança financeira não é apenas um desafio econômico, mas também um compromisso social que envolve indivíduos, famílias, comunidades e o Estado. Trata-se de uma questão de dignidade, cidadania e justiça social, cujo enfrentamento demanda ações integradas e contínuas.

REFERÊNCIAS

BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2011.

BATEMAN, Hazel; ECKERT, Christine; GEORGE, Elisabeth; LOUNKA, Jono; THORNTON, Susan. Individual capability and the value of financial advice for retirement: evidence from Australia. *Journal of Pension Economics and Finance*, v. 15, n. 3, p. 1-20, 2016.

CAMARANO, Ana Amélia (org.); KANSO, Solange. *Os novos idosos brasileiros: muito além dos 60?* Rio de Janeiro: IPEA, 2004.

CORDEIRO, Helena; SOUZA, Rafael; LIMA, André. Planejamento financeiro e qualidade de vida na aposentadoria. *Revista Brasileira de Economia do Envelhecimento*, v. 3, n. 1, p. 45-62, 2019.

COSTA, Maria; FERREIRA, João. Abordagens qualitativas na análise de percepções financeiras de idosos. *Revista Brasileira de Gerontologia*, v. 25, n. 2, p. 150-165, 2021.

GIAMBIAGI, Fabio. *Reforma da previdência: por que o Brasil não pode esperar*. Rio de Janeiro: Elsevier, 2017.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *Projeção da População do Brasil e Unidades da Federação*. Rio de Janeiro: IBGE, 2024.

JOHNSON, Helen; WANG, Michael. Financial literacy and retirement planning among older adults: recent trends and implications. *Journal of Aging & Social Policy*, v. 33, n. 4, p. 405-423, 2021.

LUSARDI, Annamaria; MITCHELL, Olivia S. The economic importance of financial literacy: theory and evidence. *Journal of Economic Literature*, v. 52, n. 1, p. 5-44, 2014.

MARTINS, Gláucia; FREITAS, Maria Cristina da Silva. Planejamento financeiro na aposentadoria: um estudo com idosos brasileiros. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 21, n. 3, p. 317-328, 2018.

NERI, Anita Liberalesso (org.). *Qualidade de vida na velhice: enfoque multidisciplinar*. Campinas: Alínea, 2007.

OCDE – Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico. *Pensions at a Glance 2022: OECD and G20 Indicators*. Paris: OECD Publishing, 2022.

OLIVEIRA, Cleusa Pinheiro de. Educação financeira e aposentadoria: desafios e perspectivas. *Revista Kairós Gerontologia*, v. 19, n. 1, p. 25-42, 2016.

PEREIRA, Lucas; ALMEIDA, Fernanda. Saúde financeira e envelhecimento: desafios para a aposentadoria no Brasil contemporâneo. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 39, n. 5, 2023.

SILVA, Ana et al. Estratégias financeiras e bem-estar na terceira idade: uma análise recente. *Revista de Psicologia Econômica*, v. 8, n. 1, p. 30-47, 2022.