



## **PERSPECTIVAS DE QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE VOLTADA PARA PÓS-CARREIRA: UM OLHAR DOS SERVIDORES DO DETRAN RN**

**Rafael Júnior Oliveira da Silva<sup>1</sup>**

**Luiz Flávio Câmara de Souza<sup>2</sup>**

### **RESUMO**

Este artigo trata de uma pesquisa concluída, que está inserido no âmbito do curso de Especialização em Qualidade de Vida e Saúde no Trabalho – QVST, sob convênio IFESP-Escola de Governo-RN. Apresenta como questão: a importância da promoção de políticas públicas em qualidade de vida aos servidores do Departamento Estadual de Transito – DETRAN-RN que estão prestes a se aposentar. Discute sobre a qualidade de vida e saúde pós carreira. Analisa quais ações os servidores próximos da aposentadoria bem como os já aposentados desenvolvem ou desejam se dedicar com vistas a melhorar sua qualidade de vida buscando a valorização e reconhecimento pós-carreira. A pesquisa usou como instrumento, um questionário com perguntas semi-abertas e os dados foram organizados e categorizados sob três parâmetros para análise: 1. O perfil do servidor. 2. Concepção do servidor sobre qualidade de vida e saúde no trabalho. 3. Perspectivas de saúde e qualidade de vida pós aposentadoria. Os resultados mostraram que a maioria dos servidores procuram alternativas isoladas para melhorarem sua saúde e qualidade de vida. Verificou-se também, que é quase unânime a compreensão dos pesquisados em apontarem a importância de uma preparação para a aposentadoria e valorização do servidor inativo por parte dos gestores do governo do estado.

**Palavras-chave:** Qualidade de Vida; Saúde pós trabalho; Aposentadoria.

---

<sup>1</sup>Graduado em Gestão Pública pela UNP e Especialista em Qualidade de Vida e Saúde no Trabalho-IFESP  
filiação Institucional: DETRAN RN – E-mail: rafaeldetran2012@gmail.com

<sup>2</sup>Graduado em Administração pela UNP e Especialista em Direito, Cidadania e Seguridade Social – Estácio.  
Filiação Institucional: DETRAN RN – E-mail: luizflavionz@gmail.com



# 16° CONGRESO

CONGRESSO DE GESTÃO PÚBLICA  
DO RIO GRANDE DO NORTE



## 24 A 27

DE OUTUBRO DE 2023

**DEMOCRACIA,  
TRANSPARÊNCIA  
E INOVAÇÃO:  
DESAFIOS PARA A  
GESTÃO PÚBLICA**

## INTRODUÇÃO

Podemos perceber que cada vez mais a população idosa no Brasil aumenta e que a cada ano que se passa, aumenta o número de funcionários de carreira aptos a se aposentarem. Sendo uma tendência mundial, segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, o número de pessoas com mais de 60 anos no Brasil, que em 2000 chegavam a mais de 14 milhões, no ano de 2017 ultrapassou a marca dos 30 milhões e segundo a ONU em 2023 o número de idosos está em 33 milhões. As projeções da ONU apontam que em 2100 a população idosa do Brasil chegue a 73 milhões, cerca de 40 % da população brasileira evidenciando uma transformação na estrutura etária brasileira. É importante destacar que essa grande parcela da população está atingindo idades elevadas com saúde e disposição graças aos avanços tecnológicos em diversas áreas como saúde e qualidade de vida, nas suas mais variadas modalidades de práticas esportivas como corridas, caminhadas, yoga, musculação, danças entre outros.

Segundo o grupo de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2000) qualidade de vida pode ser entendida como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”, Mas não há um conceito único. Alguns pesquisadores como (PEREIRA, 2012) retrata que os estudiosos do tema têm buscado e sugerido diferentes metodologias para o tratamento científico de um conceito tão complexo e que tem a subjetividade como característica importante.

Relacionando qualidade de vida e aposentadoria é perceptível que após muitos anos de trabalho as pessoas tendem a entrar em choque com a sua nova fase e é pensando na etapa da aposentadoria como um assunto a ser trabalhado ao longo da carreira do servidor público, que essa proposta visa implantar no Detran uma cultura de abordagem e planejamento para a aposentadoria, levando em consideração as diferentes etapas de tempo de serviço nas quais os servidores se encontram . Não apenas tendo como público-alvo os servidores com tempo de serviço e aptos a se aposentar, mas também aqueles que estão no meio da carreira e consequentemente terão mais tempo para planejar e se familiarizar com essa etapa.



# 16º CONGESP

CONGRESSO DE GESTÃO PÚBLICA  
DO RIO GRANDE DO NORTE



## 24 A 27

DE OUTUBRO DE 2023

**DEMOCRACIA,  
TRANSPARÊNCIA  
E INOVAÇÃO:  
DESAFIOS PARA A  
GESTÃO PÚBLICA**

## QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE

A qualidade de vida e saúde no trabalho é um dos desafios para a administração contemporânea. Ela afeta diretamente a vida dos indivíduos e conseqüentemente os resultados das organizações. Segundo (SILVA, MARCHI, p.181) “As relações entre saúde e qualidade de vida constituem o pilar conceitual para a análise, o diagnóstico e mudanças dos hábitos, estilo de vida e visão de bem-estar no ambiente de trabalho”. Não se tem apenas o único conceito ou definição para qualidade de vida e não se pode falar em qualidade de vida apenas no ambiente de trabalho, pois temos que ter Qualidade de Vida e Saúde - QVS em todos os momentos e fases da vida.

Conforme Art. 230 da constituição da República Federativa do Brasil, “a família, a sociedade e o Estado têm o dever de amparar as pessoas idosas, assegurando sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade e bem-estar e garantindo-lhes o direito à vida”. Nada mais justo do que após longos anos de contribuição com a força de trabalho e o pagamento de impostos, as pessoas que atingem a idade previdenciária, ou seja, a fase da aposentadoria seja recompensada com uma maior valorização e respeito para com seus direitos.

Essa é uma realidade que ainda não acontece na prática, como é possível perceber na pesquisa realizada, muitos entrevistados alegam que para ter uma melhor qualidade de vida é necessário que os gestores comecem a olhar para os servidores inativos, se faz necessário o reconhecimento pelos serviços já prestados ao longo de quase 40 anos, sendo que alguns ultrapassam os 40 anos de contribuição e continuam trabalhando mesmo já atingido o tempo obrigatório para se aposentar.

No presente estudo mais da metade dos entrevistados da amostra alegam muito importante que os gestores forneçam cursos de preparação para a aposentadoria, tendo em vista que muitos se encontram com a vitalidade e que dentro do conceito de qualidade de vida, a maioria sugeriu que pretendem desenvolver alguma atividade para manter o corpo e a mente funcionando de forma saudável.



# 16º CONGRESO

CONGRESSO DE GESTÃO PÚBLICA  
DO RIO GRANDE DO NORTE



## 24 A 27

DE OUTUBRO DE 2023

**DEMOCRACIA,  
TRANSPARÊNCIA  
E INOVAÇÃO:  
DESAFIOS PARA A  
GESTÃO PÚBLICA**

## **METODOLOGIA**

A metodologia utilizada na pesquisa consistiu primeiramente em uma revisão da literatura sobre os conceitos de qualidade de vida e saúde, identidade, aposentadoria e terceira idade bem como a aplicação da qualidade de vida e saúde aos que se dedicaram uma vida inteira de trabalho e agora almejam usufruir de uma vida pós-carreira com qualidade. Para complementar a pesquisa foi aplicada um questionário com perguntas abertas e fechadas com abordagem quantitativa e qualitativa de caráter exploratório.

Foi elaborado o questionário para levantar dados referentes à qualidade de vida e saúde dos funcionários com idade e tempo de serviços próximos da aposentadoria, bem como funcionários já aposentados. Em seguida os dados colhidos foram tabulados em uma planilha de Excel e foram gerados os dados que norteiam os resultados da pesquisa. Foram entrevistados servidores efetivos do quadro funcional do DETRAN Sede em Natal no mês de agosto de 2019.

Participaram da pesquisa 20 (vinte) servidores entre 45 e 70 anos de idade, tendo como objeto de estudo os servidores próximos da aposentadoria ou já aposentados. O questionário aplicado foi dividido em 4 partes. A primeira parte traça o perfil do entrevistado e possui 5 itens. A segunda parte faz uma auto-avaliação da saúde e qualidade de vida do entrevistado e possui 5 itens. A terceira parte aborda sobre a importância da QVS do entrevistado e possui 4 itens. A quarta parte faz um panorama geral da futura ou atual aposentadoria e possui 3 itens, totalizando 17 perguntas.

**16º CONGESP**CONGRESSO DE GESTÃO PÚBLICA  
DO RIO GRANDE DO NORTE**24 A 27**

DE OUTUBRO DE 2023

**DEMOCRACIA,  
TRANSPARÊNCIA  
E INOVAÇÃO:  
DESAFIOS PARA A  
GESTÃO PÚBLICA**

## RESULTADOS

Foram entrevistados vinte servidores do DETRAN sede Natal, onde 55% correspondem ao sexo feminino e 45% ao sexo masculino. A faixa etária com maior abrangência foi entre 45 a 59 anos que corresponde a 60% dos entrevistados onde 85% apresentam entre 30 e 40 anos de tempo de serviço. 65% são casados e 60 % tem nível de escolaridade superior, como demonstrado na tabela 1.

**Tabela 1 – perfil do entrevistado: característica, frequência e porcentagem**

CARACTERÍSTICA		
S	N	%
<b>SEXO</b>		
MASCULINO	9	45%
FEMININO	11	55%
<b>IDADE</b>		
45-59	12	60%
60-69	8	40%
<b>TEMPO DE SERVIÇO</b>		
20 A 29 ANOS	2	10%
30 A 40 ANOS	17	85%
MAIS 40 ANOS	1	5%
<b>ESCOLARIDADE</b>		
ENS FUND	0	-
ENS MED	1	5%
ENS SUP	12	60%
POS GRAD	7	35%
<b>ESTADO CIVIL</b>		
SOLTEIRO (A)	3	15%
CASADO (A)	13	65%
DIVORCIADO (A)	3	15%
VIÚVO (A)	1	5%

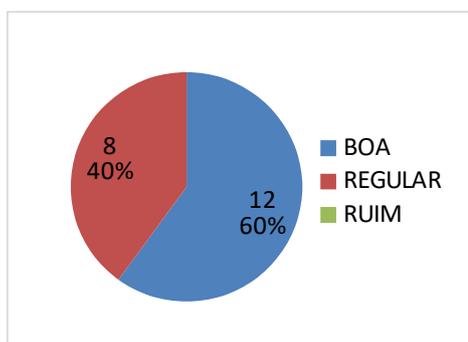
Elaborado pelo autor



## AUTO AVALIAÇÃO DA SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA

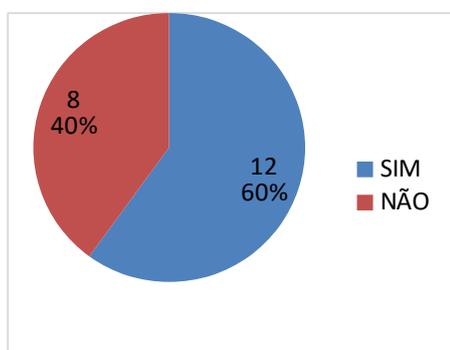
60% dos entrevistados consideram a saúde boa (gráfico a) e esse mesmo percentual admitem fazer atividades físicas (gráfico b), sendo que 50% dos que fazem atividades físicas constataram que fazem com a frequência de três ou mais vezes por semana (gráfico d). A caminhada e musculação (gráfico c) com maior representação por parte dos servidores sendo que constataram uma alimentação saudável ser fundamental para obter uma melhor qualidade de vida e saúde (gráfico e).

Gráfico a – como está sua saúde?



Fonte: Elaborado pelo autor

Gráfico b – Faz alguma atividade Física?



Fonte: Elaborada pelo autor



**16º CONGRESO**

CONGRESSO DE GESTÃO PÚBLICA  
DO RIO GRANDE DO NORTE

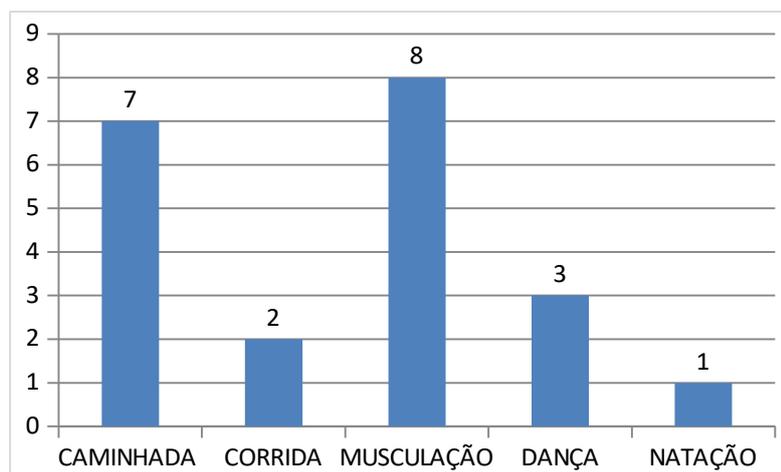


**24 A 27**

DE OUTUBRO DE 2023

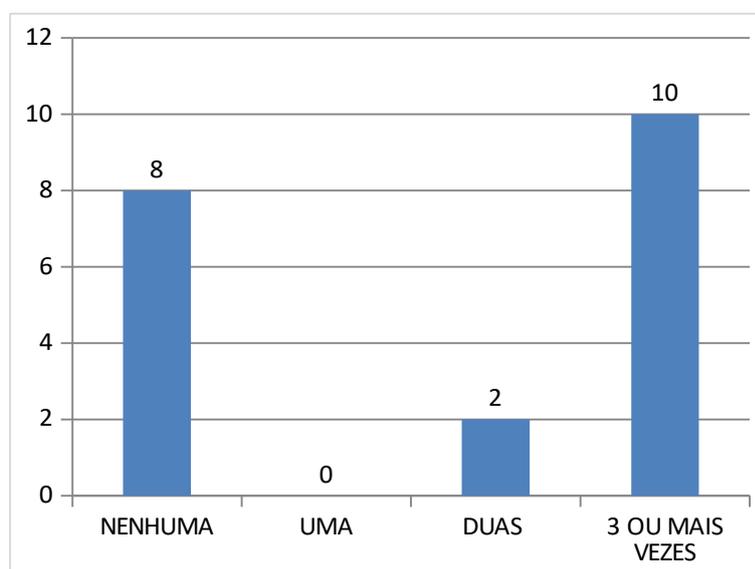
**DEMOCRACIA,  
TRANSPARÊNCIA  
E INOVAÇÃO:  
DESAFIOS PARA A  
GESTÃO PÚBLICA**

Gráfico c – Atividades físicas praticadas pelos entrevistados



Fonte: Elaborado pelo autor

Gráfico d - Frequência da prática de atividades físicas



Fonte: Elaborado pelo autor



**16º CONGESP**

CONGRESSO DE GESTÃO PÚBLICA  
DO RIO GRANDE DO NORTE

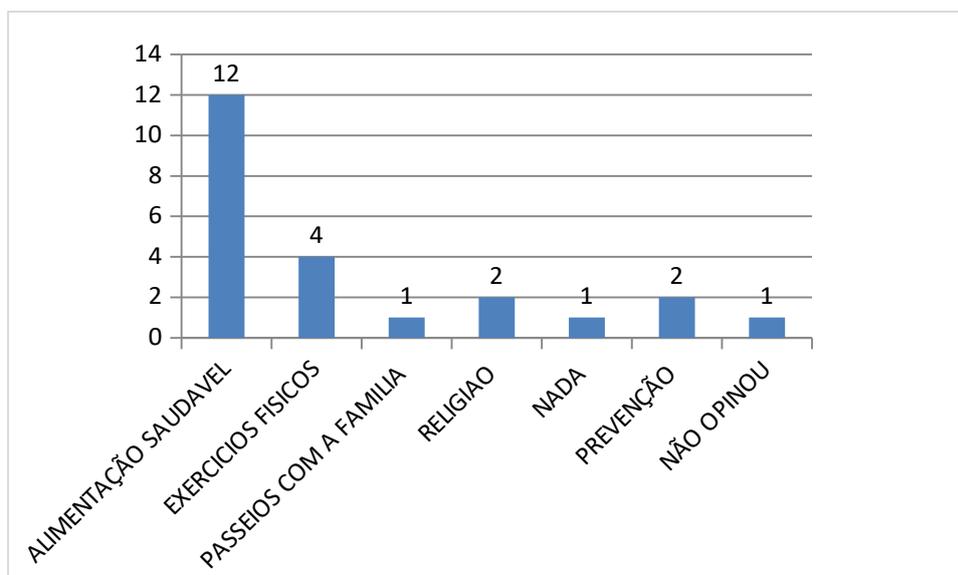


**24 A 27**

DE OUTUBRO DE 2023

**DEMOCRACIA,  
TRANSPARÊNCIA  
E INOVAÇÃO:  
DESAFIOS PARA A  
GESTÃO PÚBLICA**

Gráfico e – o eu você faz para melhora a QVS?



Fonte: Elaborado pelo autor

## IMPORTANCIA DA QVS

Todos os entrevistados da amostra de pesquisa apontaram como muito importante ter qvs quando se aposentar ou já aposentado (gráfico f), sendo que 50% admitem ser muito importante fazer um curso de preparação para a pós-carreira aliado a 35% que admitem ser importante. Obteve-se assim um percentual de 85% de importância em realizar uma preparação para a aposentadoria (gráfico g). 85% dos entrevistados sentem-se com disposição para continuar desenvolvendo alguma atividade, seja profissionalmente ou não quando se aposentarem sendo que 95% acham muito importante existir programas de preparação para a aposentadoria e valorização do servidor inativo por parte dos gestores do governo.



**16º CONGESP**

CONGRESSO DE GESTÃO PÚBLICA  
DO RIO GRANDE DO NORTE

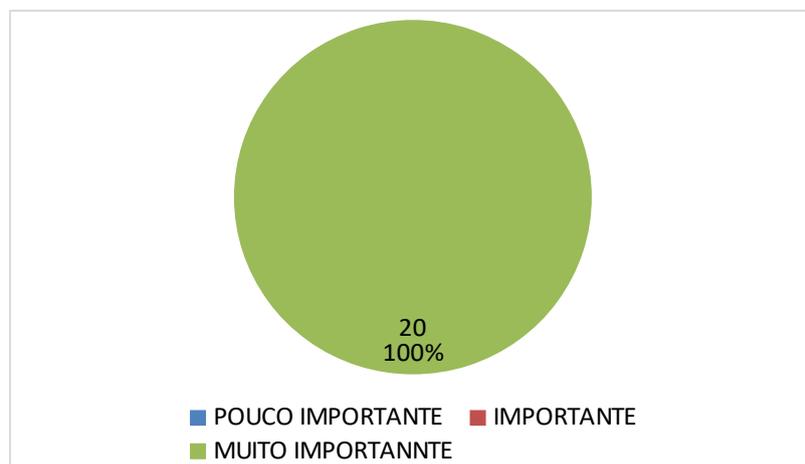


**24 A 27**

DE OUTUBRO DE 2023

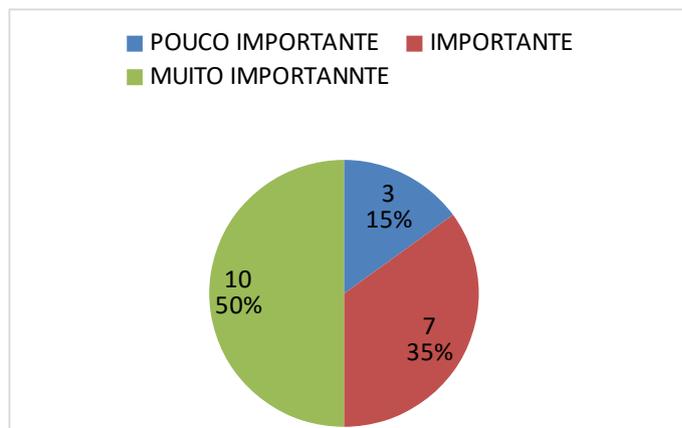
**DEMOCRACIA,  
TRANSPARÊNCIA  
E INOVAÇÃO:  
DESAFIOS PARA A  
GESTÃO PÚBLICA**

Gráfico f -Importância da QVS na aposentadoria para o entrevistado



Fonte: Elaborado pelo autor

Gráfico g -Importância se fazer um curso de preparação para aposentadoria



Fonte: elaborado pelo autor



**16° CONGESP**

CONGRESSO DE GESTÃO PÚBLICA  
DO RIO GRANDE DO NORTE

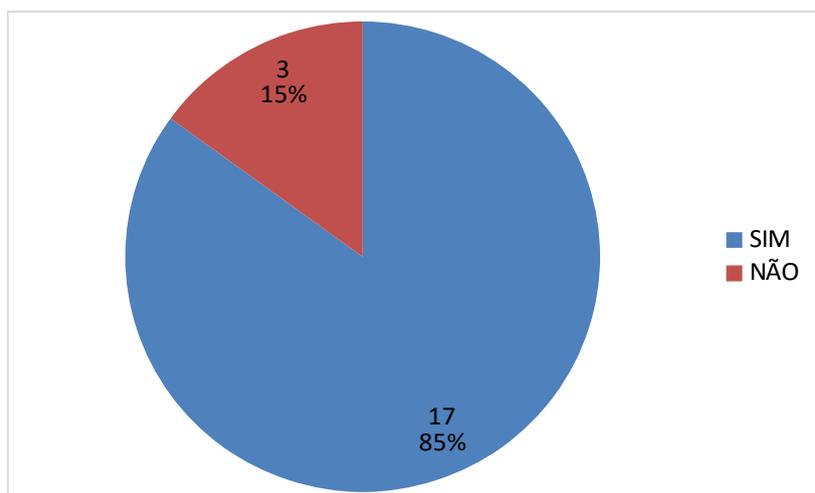


**24 A 27**

DE OUTUBRO DE 2023

**DEMOCRACIA,  
TRANSPARÊNCIA  
E INOVAÇÃO:  
DESAFIOS PARA A  
GESTÃO PÚBLICA**

Gráfico h - Você se sente com disposição para continuar desenvolvendo alguma atividade, seja profissionalmente ou não, depois que se aposentar?



Fonte: Elaborado pelo autor

## PANORAMA GERAL DA FUTURA/ATUAL APOSENTADORIA

Ao perguntar o que se pretende fazer quando se aposentar ou se já faz alguma atividade na condição de aposentado 85% pretendem ou desenvolvem atividades que ocupem o corpo e a mente como viagens, cursos, leituras, esportes, jardinagens, entre outros, 10% ainda não decidiu o que fazer e 5% não opinaram (gráfico i). Quando perguntado o que significa ter qualidade de vida e saúde após a aposentadoria, por ser uma questão qualitativa e muito subjetiva obtiveram-se muitas respostas diferentes, como ter os direitos respeitados; ter uma vida saudável e bem estar; ter perspectiva de vida; viajar; está sempre em atividades físicas; continuar a vida com vitalidade e significa tudo. Por fim foi solicitado sugestões de ações do governo para melhorar a QVS do servidor do DETRAN como mostra o gráfico j.



**16º CONGESP**

CONGRESSO DE GESTÃO PÚBLICA  
DO RIO GRANDE DO NORTE

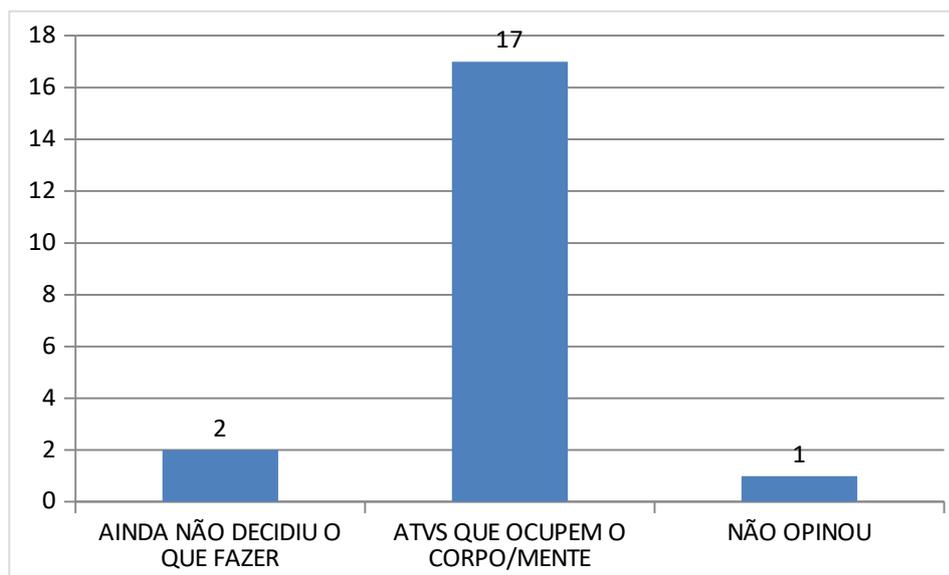


**24 A 27**

DE OUTUBRO DE 2023

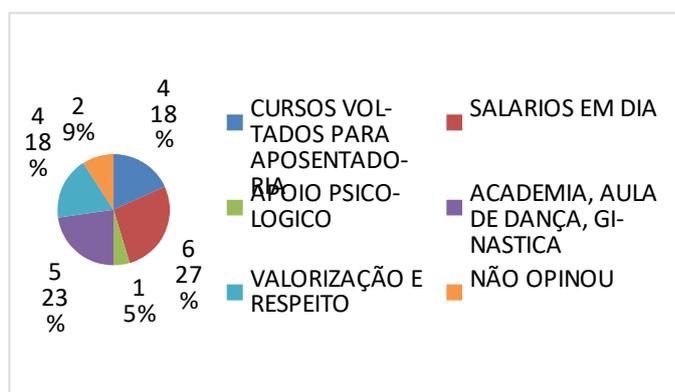
**DEMOCRACIA,  
TRANSPARÊNCIA  
E INOVAÇÃO:  
DESAFIOS PARA A  
GESTÃO PÚBLICA**

Gráfico i – O que fazer quando se aposentar?



Fonte: Elaborado pelo autor

Gráfico j – Sugestão de ações do governo para melhorar a QVS do servidor do DETRAN



Fonte: Elaborado pelo autor



**16° CONGRESO**

CONGRESSO DE GESTÃO PÚBLICA  
DO RIO GRANDE DO NORTE



**24 A 27**

DE OUTUBRO DE 2023

**DEMOCRACIA,  
TRANSPARÊNCIA  
E INOVAÇÃO:  
DESAFIOS PARA A  
GESTÃO PÚBLICA**

Todos os entrevistados apontaram como muito importante ter QVS quando se aposentar ou já aposentado, sendo que 50% admitem ser muito importante fazer um curso de preparação para a pós-carreira e aliado a 35% que acha importante e 15% não considera importante. Obteve-se um percentual de 85% de importância em realizar uma preparação para a aposentadoria 85% dos entrevistados e estes se sentem com disposição para continuar desenvolvendo alguma atividade, seja profissionalmente ou não quando se aposentarem sendo que 95% acham muito importante existir programas de preparação para a aposentadoria e valorização do servidor inativo por parte dos gestores do governo.

No estudo mais se observou que mais da metade dos entrevistados da amostra alegam muito importante que os gestores forneçam cursos de preparação para a aposentadoria, tendo em vista que muitos encontram-se com a vitalidade e que dentro do conceito de qualidade de vida, a maioria sugeriu que pretendem desenvolver alguma atividade para manter o corpo e a mente funcionando de forma saudável.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O Presente estudo avaliou a necessidade de desenvolver uma preparação para a entrada na fase da aposentadoria por parte dos servidores do departamento estadual de trânsito do Rio Grande do Norte – DETRAN, tendo em vista que além de ser obrigação do estado cuidar dos idosos, para instituição é uma forma de demonstrar reconhecimento e valorização com seu servidor.

Nos dias atuais, ser idoso não é mais sinônimo de uma pessoa com limitações, pois cada vez mais os idosos apresentam disposição para desenvolver atividades e buscam uma melhor qualidade de vida e saúde, através de atividades físicas, através de uma alimentação saudável ou até mesmo desenvolvendo atividades que geram renda.

Essas considerações nos remetem a concordar com FRANÇA, 1999:

Refletir sobre a aposentadoria é analisar mais uma etapa do desenvolvimento do homem no contexto em que ele se encontra. A preparação para a aposentadoria, como processo educativo, é contínuo e deve estar relacionada a um planejamento de vida remanescente, atual ou a ser reformulado. Pela interdependência dos conteúdos do passado, presente e futuro, o tema interessa a qualquer idade e deveria ser discutido pelo jovem que ingressa no mercado de trabalho e por aquele que passa a receber uma pensão sem a “necessidade” de continuar a trabalhar. (FRANÇA, p. 11-34, 1999).

Foi constatado com a pesquisa realizada a urgente necessidade de implantação de políticas públicas em favor do servidor, no que se refere a questão da valorização do servidor, da importância desse servidor para o desenvolvimento do Estado, da qualidade de vida e saúde no trabalho e na pós-carreira.



## REFERÊNCIAS

**BRASIL.** Constituição Federal. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Disponível em: [https://www2.senado.leg.br/id/518231/CF88\\_Livro EC91 2016.pdf](https://www2.senado.leg.br/id/518231/CF88_Livro_EC91_2016.pdf)

CARLOS, Sergio Antonio et al. Identidade, aposentadoria e terceira idade. **Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento**, v. 1, 1999.

DE ARAÚJO NUNES, Vilani Medeiros; DE MENEZES, Rejane Maria Paiva; ALCHIERI, João Carlos. Avaliação da qualidade de vida em idosos institucionalizados no município de Natal, Estado do Rio Grande do Norte. **Acta Scientiarum. Health Sciences**, v. 32, n. 2, p. 119-126, 2010.

FRANÇA, L. H. F. P. Preparação para a aposentadoria: desafios a enfrentar. **Terceira idade: alternativas para uma sociedade em transição**, p. 11-34, 1999.

FLECK, Marcelo et al. **Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida " WHOQOL-bref"**. **Revista de saúde pública**, v. 34, p. 178-183, 2000.

LAVILLE, Christian **A construção do saber: manual de metodologia da pesquisa em ciencias humanas** / Christian Laville e Jean Dionne; tradução: Heloisa Monteiro e Francisco Settineri. — Porto Alegre : Artmed; Belo Horizonte: EditoraUFMQ 1999.

OMS-Organização Mundial da Saúde. Global Forum for Health Research: the 10/90 Report on Health Research. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2000.

PEREIRA, Érico Felden; TEIXEIRA, Clarissa Stefani; DOS SANTOS, Anderlei. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. **Revista brasileira de educação física e esporte**, v. 26, n. 2, p. 241-250, 2012.

PARADELLA, Rodrigo. Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017. Editoria: Estatísticas Sociais. Rio de Janeiro/RJ Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>

SILVA, M. A. Dias da e DE MARCHI, Ricardo. Saúde e qualidade de vida no trabalho. São Paulo: Best Seller, 1997

ZANELLI, José Carlos; SILVA, Narbal; SOARES, Dulce Helena Penna. **Orientação para aposentadoria nas organizações de trabalho: construção de projetos para o pós-carreira**. 2009.