

A DÉCADA DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL: ESTRATÉGIAS DA SEPLAD PARA PROMOVER A QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

Paula Campello
Mestranda em Administração, Universidade da Amazônia (UNAMA)
paula8261@gmail.com

Antônio Cordeiro
Mestrando em Administração, Universidade da Amazônia (UNAMA)
ant.cord@gmail.com

Jones Nogueira Barros
Dr. em Administração, Universidade da Amazônia (UNAMA)
jonesbarros1@hotmail.com

RESUMO

Este artigo explora as estratégias implementadas pela Secretaria de Estado de Planejamento e Administração (SEPLAD) para promover a qualidade de vida e o bem-estar dos servidores 60+, baseando-se no envelhecimento saudável e ativo, sob a égide da Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030) proposta pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Baseado na teoria do envelhecimento ativo, o estudo utiliza o método descritivo, exploratório, centrado em estudo de caso, para avaliar como as iniciativas da SEPLAD contribuem para melhoria da qualidade de vida, participação social, bem-estar físico e psicológico dos servidores 60+. As estratégias propostas não só melhoram a qualidade de vida dos servidores, mas também fortalecem sua inclusão social, destacando a importância de uma abordagem integrada e multidimensional para enfrentar os desafios e aproveitar as oportunidades do envelhecimento. A proposta central do artigo é analisar as estratégias implementadas pela SEPLAD, através da observação participante natural da autora que pertence ao grupo.

Palavras-chave: envelhecimento saudável, qualidade de vida, servidores 60+.

Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS): o artigo se enquadra principalmente no **Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3 da ONU**, que é "Assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades."

1. INTRODUÇÃO

A década do envelhecimento saudável propõe a utilização de ações voltadas para otimizar a qualidade de vida das pessoas com 60+. O crescimento desta população chama atenção das autoridades competentes e das organizações não governamentais, uma vez que é realidade que em 2030 teremos um planeta habitado, em sua maioria, por pessoas idosas. Apenas nos últimos 50 anos, a expectativa de vida aumentou em mais de 20 anos (DA SILVA JR) Refletir sobre questões que promovam melhor condições de vida começa a ser ressaltada por organismos como a Organização Mundial da Saúde, indicando a necessidade de criação de políticas voltadas para este grupo populacional, que avança rapidamente, indicando que novas políticas precisam ser elaboradas, com focos diferentes, nas quais, talvez não sejam necessários mais maiores investimentos em escolas mas, sim, em projetos de aposentadorias complementares, atendimentos individualizados na área da saúde, em programas de inserção da pessoa idosa no mundo digital, facilitando, assim, o atendimento à distância para este grupo populacional.

A Década do Envelhecimento Saudável, instituída pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para o período de 2021 a 2030, representa um marco significativo na forma como a sociedade global encara o processo de envelhecimento. Este período é uma resposta à crescente longevidade da população mundial e aos desafios e oportunidades que surgem com uma população idosa em expansão. O objetivo central desta iniciativa é fomentar um envelhecimento que seja não apenas prolongado, mas também saudável e digno, proporcionando às pessoas idosas a possibilidade de viverem com qualidade de vida, autonomia e participação ativa na sociedade (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020a)

O Relatório Mundial de Saúde e Envelhecimento, conceitua o envelhecimento saudável como o processo de promoção e manutenção da habilidade funcional, que permite o bem-estar na velhice. (MORSCH & VEGA, 2023)

À medida que o número de pessoas idosas aumenta em todos os continentes, torna-se imperativo repensar e reestruturar as abordagens tradicionais sobre envelhecimento. A Década do Envelhecimento Saudável convoca governos, organizações

da sociedade civil, setor privado e a comunidade internacional a unirem esforços para promover políticas e práticas que favoreçam um envelhecimento inclusivo e sustentável. E, ainda, traz à tona diversas reflexões sobre o envelhecimento e a importância de promover uma vida saudável para as pessoas idosas. Esta iniciativa global enfatiza a necessidade de criar sociedades que não só permitam que as pessoas vivam mais, mas que vivam melhor, com dignidade, participação ativa e bem-estar.

A Organização Mundial da Saúde adotou o termo “envelhecimento ativo” para expressar o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas (Organização Pan-Americana da Saúde, 2005).

Uma consequência significativa do envelhecimento é a mudança de doenças transmissíveis para doenças não transmissíveis. (Kaleche A & Keller I, 2000)

O conceito de envelhecimento saudável transcende a mera ausência de doenças e abrange uma ampla gama de aspectos físicos, mentais, sociais e ambientais. A abordagem integrada e multidimensional é essencial para garantir que as pessoas idosas possam desfrutar de uma vida plena e ativa (MORSCH e VEGA, 2023).

Neste contexto, este artigo busca explorar as diversas dimensões do envelhecimento saudável, destacando a importância de uma abordagem integrada e multidimensional. Ao analisar os desafios e as melhores práticas emergentes, pretendemos oferecer uma visão abrangente sobre como as sociedades podem se preparar para atender de forma eficaz e respeitosa às demandas de uma população cada vez mais longeva.

Subsidiado pela teoria do Envelhecimento Ativo e pautando a pesquisa, também, no expressivo número de servidores 60+, o objetivo geral do trabalho é, considerando a Década do Envelhecimento Saudável instituída pela ONU, analisar as estratégias para alcançar melhor qualidade de vida com participação social, proteção e segurança para os servidores 60+ da SEPLAD.

2. REFLEXÕES SOBRE O ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Esta reflexão envolve a criação de ambientes favoráveis, a promoção da saúde e bem-estar, a inclusão social, a defesa dos direitos e da dignidade dos idosos, além do incentivo à inovação tecnológica adaptada às necessidades dessa faixa etária, com desafios e oportunidades

2.1. Desafios da Década do Envelhecimento Saudável

2.1.1. Saúde e bem-estar: uma das principais reflexões é a importância de uma abordagem holística da saúde. Isso inclui cuidados médicos de qualidade, prevenção de doenças, promoção de atividades físicas, e apoio psicológico. A promoção de hábitos saudáveis ao longo da vida, como dieta equilibrada e prática regular de exercícios, é crucial para prevenir doenças crônicas e melhorar a qualidade de vida dos 60+.

2.1.2. Inclusão e participação Social: o envelhecimento saudável não se limita apenas ao aspecto físico, mas também à participação ativa na sociedade. A inclusão social da pessoa idosa é essencial para combater a solidão e o isolamento, que são problemas comuns nessa faixa etária. Programas comunitários, oportunidades de voluntariado e iniciativas que promovam a interação entre gerações são vitais para manter as pessoas idosas engajadas e valorizadas.

2.1.3. Ambientes favoráveis: a criação de ambientes amigáveis aos 60+ é outro aspecto fundamental. Isso envolve desde a adaptação de espaços públicos para torná-los acessíveis até a promoção de cidades e comunidades que atendam às necessidades específicas dos 60+. A urbanização deve considerar a mobilidade reduzida e a necessidade de espaços seguros e confortáveis.

2.1.4. Economia Prateada: a economia prateada que se refere ao mercado voltado para a pessoa idosa, é uma área em crescimento. Produtos e serviços adaptados às necessidades dessa faixa etária, como tecnologia assistiva, cuidados em saúde personalizados e turismo

para a pessoa idosa, não só melhoram a qualidade de vida, mas também, impulsionam a economia.

2.1.5. Direitos e dignidade: a promoção dos direitos humanos e da dignidade dos 60+ é um pilar da década do envelhecimento saudável. Isso inclui a proteção contra abusos, discriminação e a garantia de acesso a serviços de saúde e assistência social de qualidade. A conscientização sobre os direitos dos 60+ é essencial para promover uma sociedade justa e equitativa.

2.1.6. Educação e Conscientização: educar a sociedade sobre o envelhecimento e as necessidades dos 60+ é fundamental para mudar percepções e atitudes. Programas educativos que promovam o respeito e a valorização da pessoa idosa pode contribuir para uma cultura que valoriza a experiência e a sabedoria da população mais velha.

2.1.7. Tecnologia e Inovação: a tecnologia desempenha um papel crescente na promoção do envelhecimento saudável. Dispositivos de monitoramento de saúde, plataformas de telemedicina e aplicativos que incentivam o exercício físico e a socialização podem ajudar os 60+ a manterem sua independência e bem-estar. A inovação deve ser direcionada para atender às necessidades dos idosos de maneira acessível e inclusiva.

Segundo Morsch e Vega (2023), as quatro áreas principais para melhorar a vida dos 60+ globalmente, estipuladas *pela WORLD HEALTH ORGANIZATION (2020 a)*.

2.1.8. Quatro Áreas Principais para Melhorar a Vida dos 60+:

2.1.8.1. Mudança de atitudes e ações:

- a) Combater preconceitos e estereótipos sobre o envelhecimento.

A Organização Mundial da Saúde destaca a necessidade de combater preconceitos e estereótipos sobre o envelhecimento. Esse esforço é fundamental para criar uma sociedade que valorize a pessoa idosa não apenas por sua experiência e sabedoria acumuladas, mas também por sua capacidade de continuar contribuindo ativamente para

a comunidade. A promoção de uma imagem positiva da população idosa é uma estratégia que pode reduzir a discriminação etária (ageísmo) e incentivar a integração social dos mais velhos, fortalecendo o tecido social.

b) Promover uma imagem positiva dos idosos, destacando suas contribuições para a sociedade

A literatura sobre envelhecimento sugere que atitudes negativas em relação às pessoas idosas podem ter consequências prejudiciais, incluindo isolamento social e impactos na saúde mental. Combater esses preconceitos, portanto, não só melhora a qualidade de vida dos idosos, mas também contribui para uma sociedade mais coesa e justa (Butler, 1969).

2.1.8.2. Ambientes amigáveis para as pessoas idosas

a) Adaptar os espaços urbanos e rurais para serem acessíveis e seguros para as pessoas idosas

A adaptação de espaços urbanos e rurais para serem acessíveis e seguros para as pessoas idosas é outro aspecto fundamental. Segundo a WHO (2020a), ambientes amigáveis às pessoas idosas são aqueles que facilitam a mobilidade, promovem a participação social e garantem o acesso a serviços essenciais.

b) Desenvolver políticas públicas que favoreçam a inclusão e a mobilidade dos 60+ Políticas públicas voltadas para a inclusão e a mobilidade das pessoas idosas são essenciais para que elas possam permanecer ativas e independentes, contribuindo para seu bem-estar físico e mental.

2.1.8.3. Prestação de serviços de saúde integrados

a) Garantir que os serviços de saúde sejam centrados nas necessidades dos 60+, acessíveis e de alta qualidade

A prestação de serviços de saúde que sejam centrados nas necessidades das pessoas idosas, acessíveis e de alta qualidade é destacada como um terceiro pilar essencial.

- b) Integrar cuidados médicos e sociais para proporcionar um atendimento holístico, promovendo a autonomia e a independência

A integração dos cuidados médicos e sociais visa proporcionar um atendimento holístico que promova a autonomia e a independência da população idosa. Este enfoque é importante, pois reconhece que o bem-estar da pessoa idosa depende tanto de cuidados médicos quanto de suporte social e emocional.

Estudos indicam que a fragmentação dos serviços de saúde pode resultar em lacunas no atendimento, afetando negativamente a saúde dos idosos (Kodner & Spreeuwenberg, 2002). Um sistema de saúde que integre cuidados médicos com suporte social pode melhorar significativamente os resultados de saúde e qualidade de vida para a população idosa.

2.1.8.4. Aprimoramento da pesquisa e inovação

- a) Investir em pesquisas que abordem os desafios e oportunidades do envelhecimento

Aprimorar e investir na pesquisa, possibilitando ferramentas de inovação é vital para enfrentar os desafios do envelhecimento. Investir em pesquisas que abordem os desafios e oportunidades do envelhecimento permite o desenvolvimento de soluções baseadas em evidências, que podem ser aplicadas em políticas públicas e práticas de saúde. Além disso, a criação de tecnologias assistivas e outras inovações pode melhorar a autonomia e a qualidade de vida dos idosos, facilitando sua inclusão e participação ativa na sociedade.

- b) Desenvolver tecnologias assistivas e soluções inovadoras para melhorar a qualidade de vida dos 60+.

- c) Inovações como tecnologias assistivas podem ser particularmente importantes para ajudar as pessoas idosas a manterem sua independência e qualidade de vida à medida que enfrentam desafios físicos e cognitivos relacionados ao envelhecimento (WHO, 2011). Assim, temos que o investimento em pesquisa e desenvolvimento é essencial para acompanhar as necessidades de uma população que envelhece rapidamente.

Em síntese, as quatro áreas principais delineadas por Morsch e Vega (2023) e a WHO (2020a) são interdependentes e fundamentais para a promoção de um envelhecimento saudável e ativo. A mudança de atitudes, a criação de ambientes amigáveis, a prestação de serviços de saúde integrados e o investimento em pesquisa e inovação são pilares que, quando bem implementados, podem melhorar significativamente a qualidade de vida da população idosa globalmente. Essas estratégias são essenciais para construir uma sociedade que valoriza e apoia a pessoa idosa, garantindo que ela possa envelhecer com saúde, dignidade e participação ativa na comunidade.

2.2. Oportunidades da Década do Envelhecimento Saudável:

- a) Combate ao Idadismo: a chance de combater o idadismo, que é a discriminação baseada na idade é uma grande oportunidade. A Década oferece a possibilidade de conscientização sobre como o idadismo afeta a saúde mental e física das pessoas idosas, além possibilitar a criação de políticas e campanhas que promovam uma visão mais positiva do envelhecimento. Por exemplo, estratégias de educação e sensibilização podem ser implementadas em diferentes níveis da sociedade, desde campanhas públicas até programas de treinamento para profissionais de saúde, a fim de reduzir preconceitos e melhorar o atendimento às pessoas idosas.

- b) Fortalecimento dos Sistemas de Saúde: A Década oportuniza o fortalecimento dos sistemas de saúde para melhor atender a população idosa. Isso inclui a integração de serviços de saúde que sejam adaptados às necessidades das pessoas idosas, como o aumento do acesso à telemedicina, que se tornou particularmente relevante durante a pandemia de COVID-19. A ampliação do acesso aos serviços de saúde mental e o desenvolvimento de cuidados centrados na pessoa são essenciais para garantir que a população idosa possa viver com dignidade e bem-estar.
- c) Ambientes Amigáveis à Pessoa Idosa: A criação de ambientes que promovam o envelhecimento saudável é outro foco importante. A Década incentiva a adaptação dos espaços urbanos, residenciais e comunitários para serem mais acessíveis e inclusivos para as pessoas idosas. Isso envolve desde a adaptação de transportes públicos até o desenvolvimento de programas que incentivem a participação social da população idosa, contribuindo para a redução do isolamento social, que é um fator de risco significativo para a saúde mental e física nessa fase da vida.
- d) Monitoramento e Pesquisa: melhorar o monitoramento e a pesquisa sobre o envelhecimento. Ao longo da Década, espera-se que governos e organizações implementem sistemas de coleta de dados mais eficientes para entender melhor as necessidades das pessoas idosas e avaliar a eficácia das políticas públicas. Isso inclui o uso de novas tecnologias para a coleta e análise de dados, permitindo um acompanhamento mais preciso das condições de vida e saúde das pessoas idosas.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1. Teoria do Envelhecimento Ativo

A teoria do envelhecimento ativo, utilizada pela Organização Mundial da Saúde (OMS), representa uma mudança de paradigma nas políticas voltadas para a população idosa, promovendo uma visão integrada que vai além da simples longevidade. Ela propõe a otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança como pilares fundamentais para garantir que as pessoas possam envelhecer com qualidade de vida. Ao reconhecer a diversidade das experiências de envelhecimento, a OMS (2005) enfatiza que políticas e programas devem ser moldados para responder às variadas necessidades e capacidades das pessoas idosas, desde aquelas que mantêm plena autonomia até aquelas que enfrentam fragilidades ou incapacidades.

A abordagem de envelhecimento ativo sublinha a importância de hábitos saudáveis, como uma alimentação equilibrada e a prática regular de atividades físicas, fundamentais para a manutenção da saúde e prevenção de doenças crônicas. Além disso, ela reforça a necessidade de um acesso igualitário a serviços de saúde de qualidade, incluindo cuidados preventivos e tratamentos adequados, que não só prolonguem a vida, mas também assegurem que esses anos adicionais sejam vividos com vitalidade e bem-estar (OMS, 2005)

Entretanto, a teoria vai além da saúde física. Ela incorpora a participação ativa na sociedade como um componente crucial para o envelhecimento com dignidade e sentido. Isso inclui a integração social, o envolvimento em atividades comunitárias e a contribuição para a vida pública, fatores que são essenciais para o bem-estar psicológico e emocional da pessoa idosa. A segurança, outro pilar essencial, é interpretada de maneira ampla, abrangendo desde a segurança financeira e habitacional até a proteção contra abusos e negligências, garantindo que a pessoa idosa possa viver em ambientes que respeitem seus direitos e promovam sua autonomia (OMS, 2005)

Neste contexto, a teoria do envelhecimento ativo não é apenas uma estratégia para a longevidade, mas uma proposta para que as sociedades se tornem mais inclusivas e justas, onde o envelhecimento seja uma fase da vida plena de oportunidades e realizações, e não apenas um período de declínio e dependência. A OMS, ao propor esta abordagem, convida os formuladores de políticas, profissionais de saúde, e a sociedade em geral, a

repensarem o envelhecimento, criando condições para que todos possam viver seus anos finais com saúde, participação e segurança. A promoção da saúde desempenha um papel crucial na teoria do envelhecimento ativo, que é uma abordagem integrada e holística para enfrentar os desafios e aproveitar as oportunidades do envelhecimento da população. A teoria do envelhecimento ativo, proposta pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2005), enfatiza a otimização de oportunidades para saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem.

A saúde é um dos pilares fundamentais do envelhecimento ativo. A manutenção da saúde física e mental é essencial para que pessoas idosas possam continuar a participar plenamente na sociedade. A promoção da atividade física regular, a adoção de uma alimentação saudável e o acesso a cuidados de saúde de qualidade são aspectos cruciais. Estudos mostram que a prática regular de atividades físicas contribui significativamente para a prevenção de doenças crônicas e para a manutenção da autonomia funcional da pessoa idosa.

3.2. Qualidade de Vida

O conceito de Qualidade de Vida foi mencionado pela primeira vez em 1920 em um livro sobre economia e bem estar material. Este conceito, juntamente com o de saúde que era entendido como a ausência de doença, acabou por sofrer significativa redefinição após a II Guerra Mundial (Fraquelli A.A., 2008)

Segundo (Esteves-Clavero A; Avora-Floch A, Maciá-Soler L e Moles-JulioMP; 2018) qualidade de vida da pessoa idosa tem aspectos em comum com a de outros grupos populacionais, como relações sociais, atividades recreativas e satisfação, fatores sociais e ambientais, suporte social, condições econômicas e uso de tecnologias da informação, os quais possuem um impacto importante na população idosa.

Para Farenzena(2007) é impossível estudar o processo de envelhecimento sem mencionar o conceito de Qualidade de Vida. Isto se deve ao fato de que com o aumento da expectativa de vida, há também uma necessidade da sociedade promover à pessoa idosa um envelhecimento saudável e com qualidade.

O conceito de Qualidade de Vida apresenta-se mais importante para a população idosa. A evolução do conceito ao longo do tempo reflete uma compreensão mais abrangente das necessidades humanas, que vão além do bem-estar material para incluir aspectos sociais, emocionais e ambientais. No contexto do envelhecimento, Qualidade de Vida torna-se objetivo central, que exige a implementação de políticas e práticas que garantam não apenas a longevidade, mas uma vida ativa, saudável e satisfatória. Essa abordagem holística é essencial para enfrentar os desafios do envelhecimento populacional e garantir que a pessoa idosa possa desfrutar de uma vida plena e significativa.

3.3. Envelhecimento saudável

De acordo com a OPAS, O envelhecimento saudável é um processo contínuo de otimização da habilidade funcional e de oportunidades para manter e melhorar a saúde física e mental, promovendo independência e qualidade de vida ao longo da vida.

3.4. Princípio da dignidade humana

O princípio da dignidade da pessoa humana é fundamento essencial para a existência do Estado Democrático de Direito e está previsto na Constituição Federal de 1988, considerada Constituição Cidadã, devido às inúmeras garantias fundamentais nela presentes, em seu artigo 1º, III:

Art. 1º A República Federativa do Brasil, formada pela união indissolúvel dos Estados e Municípios e do Distrito Federal, constitui-se em Estado Democrático de Direito e tem como fundamentos:

(...)

(...)

III. a dignidade da pessoa humana

Art. 5º Todos são iguais perante a lei, sem distinção de qualquer natureza, garantindo-se aos brasileiros e aos estrangeiros residentes no País a inviolabilidade do direito à vida, à liberdade, à igualdade, à segurança e à propriedade, nos termos seguintes: ()

Art. 230. 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.

Baseado no princípio da dignidade da pessoa humana, que tem como objetivo promover o bem-estar de todos os cidadãos, verifica-se que a segurança econômica da pessoa idosa também deve ser garantida pelo Estado. No art. 5º é evidenciada a igualdade de todos perante à lei, logo a pessoa idosa não poderá ser discriminada, tendo no art. 230 desta Carta Magna, a garantia de proteção à pessoa idosa por parte do Estado, sociedade e da família, constituindo um direito fundamental de envelhecer com dignidade

3.5. Estatuto da Pessoa Idosa

O Estatuto da Pessoa Idosa, aprovado, em 2003, com algumas alterações, após dois anos tramitando no Congresso Nacional, entrou em vigor no início de 2004 (ALCÂNTARA; CAMARANO; GIACOMIN, 2016)., sob a égide da Lei Federal nº 10.741/2003, que, no seu art.1º, qualifica pessoa idosa como “pessoas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos” (BRASIL, 2003). Tal legislação foi criada para promover a execução dos direitos fundamentais garantidos pela Constituição Federal, funcionando, portanto, como um promotor do direito da pessoa idosa.

4. PERCURSO METODOLÓGICO

A metodologia da pesquisa é de natureza descritiva e exploratória com enfoque qualitativo, culminando em um estudo de caso. A pesquisa foi realizada junto à população de servidores com 60 anos ou mais da Secretaria de Estado de Planejamento e Administração (SEPLAD).

Realizada junto à população 60+ dos servidores da Secretaria de Estado de Planejamento e Administração, a coleta de dados teve como foco a pesquisa documental realizada no Sistema de Gestão Integrada de Recursos Humanos – SIGIRH, do Estado do Pará, além de aplicação de entrevistas e questionários para obtenção de informações que possam promover a elaboração de estratégias que a SEPLAD poderia criar, além das existentes, para contribuir para o envelhecimento ativo de seus servidores.

Na presente pesquisa, a proposta metodológica, o estudo de caso, está fundamentada em uma pesquisa descritiva, de acordo com Tumelero (2018), “[...] é

aquela que descreve uma realidade de forma imparcial, sem interferências de quem está pesquisando”. Desta maneira, foi realizada uma análise de informações, obtidas por meio da leitura de diversos conteúdos (documentos físicos e virtuais),

Um elemento chave da metodologia é a observação participante natural, pois a autora pertencente ao grupo que investiga. No caso da presente pesquisa, a autora pertence ao grupo 60+ do quadro de servidores da Secretaria de Estado de Planejamento e Administração. Esta abordagem permite que a autora vivencie e compreenda as experiências dos participantes, oferecendo uma perspectiva interna e detalhada.

a observação participante é uma "tentativa de colocar o observador e o observado do mesmo lado, tornando-se o observador um membro do grupo de molde a vivenciar o que eles vivenciam e trabalhar dentro do sistema de referência deles". (LAKATOS & MARCONI, 2003)

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O objetivo do artigo foi identificar as estratégias da Secretaria de Estado de Planejamento e Administração - SEPLAD que possibilitam uma melhor qualidade de vida aos servidores idosos. A observação participante possibilitou verificar que a SEPLAD, dentre as suas metas institucionais, a valorização do servidor e, para alcançar tal objetivo, algumas estratégias são traçadas pela equipe multiprofissional da Secretaria, a fim de obter tal intento.

Na elaboração das estratégias é levada em consideração a quantidade expressiva de servidores 60+. De acordo com os dados fornecidos pela Secretaria, a mesma possui, em sua estrutura organizacional, 686 servidores, dos quais 295 possuem mais de 60 anos e desses, 72 possuem mais de 70 anos.

Para articular as estratégias da Secretaria de Planejamento e Administração (SEPLAD) com a teoria do envelhecimento ativo, é essencial compreender ambos os conceitos e integrá-los de forma que se complementam. A teoria do envelhecimento ativo, proposta pela Organização Mundial da Saúde (OMS), enfatiza a otimização das oportunidades para saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a

qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem. Tendo a SEPLAD disponibilizado os seguintes eventos:

1. Oferta de Ginastica Laboral, visando à melhoria da saúde física do servidor. Para tanto, algumas ações são implementadas como ginástica laboral, todas as segundas e sextas-feiras, convênio celebrado com a Universidade do Estado do Pará-UEPA, disponibiliza alunos de fisioterapia para realização da referida ginastica para os servidores da SEPLAD promovendo, assim, a criação de ambientes favoráveis ao bem-estar do servidor e, considerando que a maioria, tem no computador sua ferramenta de execução de atividades, temos um grande número de servidores com doenças causadas em consequência de atividades que exijam ações repetitivas, como por exemplo, digitar por longas horas. E, por ficar muito sentado, fatalmente esse servidor também acaba desenvolvendo algum tipo de dorsalgia (dores nos músculos, ossos e nervos da coluna) ou inflamações como tendinite ou bursite, doenças que podem ser atenuadas com a ginastica laboral.

2. Promoção da saúde do servidor, através de esquemas vacinais, cíclicos, quando são disponibilizadas na própria SEPLAD, em parceria com a Secretaria de Saúde Pública, diversos tipos de vacina buscando ofertar meios de proteção ao servidor.

3. Ciclos de Palestras sobre Educação Financeira e outros temas voltados para saúde financeira e psicológica do servidor. Devido ao alto grau de endividamento do servidor, especialmente os 60+, que trazem consigo a responsabilidade de um núcleo familiar cada vez mais dependente, são ofertadas diversas palestras, ministradas por educadores financeiros e psicólogos, visando possibilitar a todos os servidores acesso a métodos práticos que facilitem o equacionamento de suas dívidas e, também, de suas necessidades emocionais. Outro ponto importante é o processo de aposentadoria que conta, também, com ciclos contínuos de palestras.

4. Atendimento psicológico individualizado – a SEPLAD oferece o serviço psicológico para realização de terapia do servidor, são ofertadas sessões semanais, previamente agendadas, para tratamento preventivo de moléstias emocionais.

5. Feiras de artesanato: uma vez por mês é realizada uma feira, incentivando o empreendedorismo, com stands individuais, no qual os servidores disponibilizam trabalhos confeccionados pelos mesmos, fomentando a economia interna e valorizando o talento.

6. Feiras de Talento: todos os anos, com um tema diferente, a SEPLAD promove concursos para destacar os talentos de cada servidor com premiação no final.

As estratégias adotadas pela SEPLAD com vistas à valorização dos servidores e, também, para promover melhor qualidade de vida para o servidor, pessoa idosa, a qual perfaz um número expressivo da força de trabalho da Secretaria inserem-se nas ações propostas pela Década do Envelhecimento Saudável, haja vista focarem, especificamente na promoção da saúde, participação social e ativa, segurança e proteção e, ainda, bem-estar psicológico.

Comparando às propostas da OMS, temos uma Secretaria viabilizando a promoção da saúde/atividade física, através da Ginastica Laboral, ofertada duas vezes por semana; os esquemas vacinais (proteção individualizada pela imunização) e, também, os ciclos de palestras voltados para a saúde física, mental e financeira dos servidores e, em especial para a pessoa idosa. A SEPLAD está caminhando na perspectiva de promover mudanças na rotina diária dos servidores, ofertando atividades que possibilitem melhorar a qualidade de vida, a integração e a criação de ambientes de inclusão e atendimento às necessidades físicas e emocionais dos servidores, bem como a elaboração de políticas públicas voltadas a integração da pessoa idosa no momento da aposentadoria, subsidiando ações para um envelhecimento saudável e ativo.

Observando a Década do Envelhecimento Saudável e subsidiado pela Teoria do Envelhecimento ativo, verifica-se que ações realizadas na SEPLAD, no momento atual, são imprescindíveis para a consolidação de um futuro com saúde física e mental; proteção e segurança e participação social, integrando à sociedade a pessoa idosa.

A Década do Envelhecimento Saudável nos convida a refletir sobre como podemos construir um futuro onde todos, independentemente da idade, possam viver plenamente e com dignidade. Mensurar a eficiência e a eficácia das estratégias ora em

prática é parte imprescindível para o traçado de novos planos e ações que oportunizem que a prática de ações que dignifiquem e integrem o servidor 60+.

6. CONTRIBUIÇÕES E IMPACTOS DA PESQUISA:

As contribuições e impactos da pesquisa são amplas e significativas, tanto no âmbito institucional quanto no social:

1. Contribuições para Políticas Públicas: A pesquisa oferece insights valiosos para a elaboração e aprimoramento de políticas públicas voltadas ao envelhecimento saudável no contexto dos servidores públicos. As estratégias analisadas e propostas podem servir como modelo para outras instituições, promovendo a inclusão e o bem-estar dos servidores 60+ em diferentes órgãos governamentais.

2. Impactos na Qualidade de Vida: A implementação das estratégias estudadas pode gerar melhorias concretas na qualidade de vida dos servidores, pessoas idosas. Ao focar em práticas que promovam a saúde física e mental, a pesquisa contribui para um ambiente de trabalho mais saudável e acolhedor, o que pode aumentar a satisfação e a produtividade desses profissionais.

3. Fortalecimento da Inclusão Social: A pesquisa destaca a importância de uma abordagem que valorize a inclusão social dos servidores que compõem a faixa etária 60+, combatendo o isolamento e promovendo a interação entre gerações. Isso pode ter um impacto positivo na percepção de dignidade e pertencimento desses indivíduos dentro do ambiente de trabalho.

4. Inovação em Práticas Institucionais: Através da análise crítica das estratégias atuais da SEPLAD e a proposição de novas abordagens, a pesquisa impulsiona a inovação nas práticas institucionais voltadas para o envelhecimento ativo. A adoção dessas práticas pode não apenas beneficiar os servidores atuais, mas também preparar a instituição para lidar com uma força de trabalho cada vez mais envelhecida no futuro.

5. Contribuição Acadêmica: A pesquisa também enriquece a literatura acadêmica sobre envelhecimento saudável e políticas públicas, oferecendo um estudo de

caso detalhado que pode ser utilizado como referência em futuras pesquisas e discussões sobre o tema.

6. Impactos na Sociedade em Geral: Ao promover um envelhecimento saudável e ativo, a pesquisa contribui para a construção de uma sociedade que valoriza e apoia seus cidadãos da terceira idade, reconhecendo suas contribuições e garantindo que possam viver com dignidade e qualidade. Isso reflete um impacto positivo não apenas na vida dos servidores, mas também no modo como a sociedade em geral encara o envelhecimento.

Essas contribuições e impactos mostram que a pesquisa tem o potencial de influenciar positivamente tanto a SEPLAD quanto outras organizações, servindo como um catalisador para mudanças significativas nas políticas e práticas voltadas para o envelhecimento saudável.

7. CONCLUSÕES QUE NÃO ENCERRAM O DEBATE

A década do envelhecimento saudável é uma oportunidade para repensar como as sociedades podem melhor apoiar uma população envelhecida. Promover a saúde física e mental, garantir a inclusão social, adaptar ambientes, explorar a economia prateada, proteger os direitos da pessoa idosa e utilizar a tecnologia de forma inovadora são passos essenciais para garantir que o envelhecimento seja uma fase da vida vivida com qualidade e dignidade. A colaboração entre governos, sociedade civil, setor privado e as próprias comunidades de 60+ é crucial para alcançar esses objetivos.

Uma abordagem integrada e multidimensional ao envelhecimento saudável é essencial para criar sociedades onde os 60+ possam viver com qualidade, dignidade e participação ativa. Ao abordar de maneira abrangente as várias dimensões do envelhecimento, desde a saúde física e mental até a inclusão social e os direitos humanos, as sociedades podem se preparar para atender de forma eficaz e respeitosa às demandas de uma população cada vez mais longeva. A Década do Envelhecimento Saudável nos

desafia a repensar nossas políticas e práticas, incentivando a inovação e a colaboração para construir um futuro inclusivo e sustentável para todos.

Alinhar as estratégias da SEPLAD com a teoria do envelhecimento ativo da OMS é uma abordagem eficaz para promover a saúde, a participação, a segurança e o bem-estar dos servidores públicos com 60 anos ou mais. Essa integração não apenas melhora a qualidade de vida dos servidores, mas também aumenta a produtividade e a satisfação no ambiente de trabalho, criando um ciclo virtuoso de benefícios tanto para os servidores como para a Secretaria.

REFERÊNCIAS

- Antonello, C. S., & Godoy, A. S. (2009). Uma agenda brasileira para os estudos em aprendizagem organizacional. *Revista de Administração de Empresas*, 49(3), 266–281.
- Butler, R. N. (1969). Age-ism: Another form of bigotry. *The Gerontologist*, 9(4), 243-246.
- Da Silva Jr. (2021). Envelhecimento saudável nas Américas. *Revista Panamericana de Saúde Pública*, 45, e116. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2021.116>
- Esteve-Clavero, A., Ayora-Folch, A., Maciá-Soler, L., & Molés-Julio, M. P. (2018). Fatores associados à qualidade de vida dos idosos. *Acta Paulista de Enfermagem*, 31(5), 542–549. <https://doi.org/10.1590/1982-0194201800075>
- Farenzena, W. (2007). Qualidade de Vida em Grupo de Idosos de Veranópolis-RS [Dissertação de Mestrado, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul]. <https://tede2.pucrs.br/tede2/handle/tede/1492>
- Fraquelli, Â. (2008). Relação entre auto-estima, auto-imagem e qualidade de vida em idosos [Dissertação de Mestrado, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul]. <https://hdl.handle.net/10923/3573>
- Kodner, D. L., & Spreeuwenberg, C. (2002). Integrated care: meaning, logic, applications, and implications – a discussion paper. *International Journal of Integrated Care*, 2. <https://doi.org/10.5334/ijic.67>
- Keleche, A., & Keller, I. (2000). O mundo cada vez mais grisalho: um desafio para o século XXI. *Progresso da Ciência*, 83(1), Edição Millennium.
- Lakatos, E. M., & Marconi, M. A. (2003). *Fundamentos de metodologia científica* (5ª ed.). Atlas.

Morsch, P., & Vega, E. (2023). O combate ao idadismo no marco da década do envelhecimento saudável. *Oikos: Família e Sociedade em Debate*, 34(2).

Tumelero, N. (2018). Pesquisa descritiva: conceito, características e aplicação. Disponível em: <https://blog.mettzer.com/pesquisa-descritiva/>

World Health Organization. (2005). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde* (Tradução de Suzana Gontijo). Organização Pan-Americana da Saúde.

World Health Organization. (2011). *What are the public health implications of global ageing? Report of WHO consultation*. WHO.

World Health Organization. (2020). *Década do Envelhecimento Saudável (2020-2030)*. Organização Pan-Americana da Saúde.

World Health Organization (WHO). (2020a). *Decade of Healthy Ageing: Baseline report*. WHO.