

Aumento da longevidade e mudanças na previdência: planejar o envelhecimento é cada vez mais urgente

Não dá para deixar para amanhã. Quem quiser ter uma velhice saudável, independente e ativa precisa começar a fazer o planejamento agora

13/10/2016 11:36:16

De uma maneira geral estamos preocupados em juntar dinheiro para: a próxima viagem, aquele curso tão desejado, uma escola melhor para os filhos, a academia da moda, reformar a casa, trocar de carro. É difícil conhecer alguém que se planeja financeiramente e com antecedência para a velhice. Só que isso é muito importante, e quanto mais cedo, melhor.

Não é papo furado. A população brasileira está envelhecendo a passos largos. De acordo com projeções do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), na atualidade 9 trabalhadores ativos contribuem para a aposentadoria de uma pessoa de mais de 65 anos. Em 2040 esse número deverá cair para 4 trabalhadores.

Com a expectativa de vida aumentando, o Brasil chegará em breve a uma realidade de muitos trabalhadores aposentados sendo sustentados por poucos ativos. Trata-se de uma conta que não fecha, e o rombo no Regime Geral de Previdência Social deve ultrapassar os R\$ 120 bilhões este ano. A questão da reforma da previdência ocupa as páginas dos jornais diariamente, e não é para menos.

A população está ficando mais velha não apenas no Brasil, mas ao redor do mundo. Tanto que a Assembleia Mundial da Saúde, promovida pela Organização Mundial da Saúde (OMS), recomendou em 2014 que se criasse um plano de ação global para o envelhecimento saudável da população, cuja estratégia foi adotada em maio deste ano.

O documento contempla cinco objetivos principais: o envelhecimento saudável em todos os países, a criação de ambientes favoráveis aos idosos, alinhamento dos sistemas de saúde às necessidades das populações mais velhas, desenvolvimento de sistemas sustentáveis de cuidados de longa duração (tanto em casa quanto em comunidade ou instituições) e melhorar a medição, o monitoramento e a pesquisa sobre o envelhecimento saudável.

O termo “envelhecimento ativo”, adotado pela OMS, justamente se propõe a lançar luz sobre a necessidade de planejamento para melhorar a qualidade de vida na terceira idade, de maneira que possa permitir que as pessoas explorem seu potencial ao longo da vida e possam participar da vida em sociedade de acordo com seus desejos e capacidades.

A cada dia o assunto ganha mais atenção das autoridades globais. E dentro da esfera familiar? O quanto esse tema ganha de atenção, de dedicação e de planejamento? “Pensar na velhice, em estar próximo da morte, traz uma sensação de desconforto, o que faz com que as pessoas evitem pensar no assunto, embora esse planejamento seja extremamente necessário para que se tenha uma melhor qualidade de vida nessa fase”, explica a especialista de qualidade de vida na terceira idade da Senior Concierge, Márcia Sena.

Ficar velho não significa o fim da vida social e nem necessariamente a perda da autonomia, da liberdade e da independência. A chegada à terceira idade de forma ativa e saudável já é realidade, e tem muita gente aproveitando essa fase justamente para fazer coisas inéditas. “O planejamento permite que se tenha oportunidade de realizar tudo o que for sonho e tudo o que for necessidade, sem sobrecarregar a família, que é uma das maiores preocupações que a velhice traz. Se preparar para esse momento, inclusive financeiramente, é a maneira mais inteligente para permitir que possamos, no futuro, garantir tanto as necessidades especiais de saúde, moradia, acessibilidade quanto as de lazer”, conta a especialista. E quem não sabe por onde começar, pode procurar uma assessoria, hoje em dia existe até coach especializado no planejamento do envelhecimento.

Na hora de fazer esse planejamento, é só pensar que a terceira idade não é o ponto final, mas um ponto de partida para uma nova etapa, que pode sim contemplar coisas bacanas como aquela viagem dos sonhos, a terceira lua de mel, uma aventura com os netos, com os amigos, aprender aquele instrumento que você sempre quis, mas nunca teve tempo, ou investir num curso de dança. Por que não? Dá tempo, sim! Pense que, na terceira idade, a prioridade é você, então corre lá, prepara aquela lista de coisas que você ainda quer fazer nessa vida, e comece a se planejar desde agora.