

Entre “Reformados” e “Jubilados”: Um desafio político que não podemos adiar

written by Ana Durana | 29 de Março, 2026

OCIDADÃO
Instituto de Estudos

OPINIÃO
Ana Durana



Portugal está a envelhecer. Esta é uma evidência demográfica incontornável, mas aquilo que continua em aberto é a forma como escolhemos responder a essa realidade.

Durante muito tempo, o debate sobre o envelhecimento ficou preso a uma lógica assistencial. Falou-se de pensões, de sustentabilidade da Segurança Social, de cuidados de saúde e de respostas sociais. Tudo isto é fundamental. Mas já não é suficiente.

Há uma questão mais profunda que continua por resolver: que

papel queremos dar às pessoas após o fim da sua vida ativa formal?

Confesso... esta reflexão não nasceu de um relatório, nem de um número.

Nasceu numa noite simples, no Auditório Municipal de Gaia.

Entre palavras, histórias e silêncios, foi Luís Filipe Menezes quem me fez olhar para este tema de forma diferente. Não tanto pelo que foi dito de forma literal, mas pelo que ficou implícito. Pela inquietação que deixou.

E essa inquietação ficou.

Porque a linguagem que usamos não é irrelevante. Quando dizemos “reformado”, estamos muitas vezes, ainda que de forma inconsciente, a associar essa fase da vida a um afastamento. A uma saída. A um encerramento de ciclo.

Mas essa visão está desatualizada.

Hoje, temos uma geração mais qualificada, mais informada e com maior esperança média de vida. Uma geração que não quer apenas ser cuidada, quer continuar a participar, a contribuir e a ser reconhecida.

E, no entanto, muitas das respostas que damos ainda parecem desenhadas para outro tempo.

Persistem modelos que, apesar de bem-intencionados, tendem a “ocupar” em vez de integrar. Multiplicam-se soluções centradas no entretenimento e na gestão do tempo, quando aquilo que muitos cidadãos procuram é algo mais profundo: um lugar real na sociedade.

E isto, para mim, é difícil de ignorar.

Porque estamos, na prática, a desperdiçar capital humano.

Experiência, conhecimento acumulado, capacidade crítica e

disponibilidade para contribuir continuam a existir. O que muitas vezes falta são estruturas flexíveis que permitam essa continuidade de participação.

É aqui que a reflexão deixa de ser apenas social e passa a ser claramente política.

Não se trata apenas de garantir direitos sociais. Trata-se de repensar o próprio conceito de envelhecimento ativo.

Precisamos de políticas que promovam:

- a integração de pessoas mais velhas em projetos comunitários e institucionais
- a valorização da mentoria intergeracional
- modelos de trabalho flexíveis após a reforma
- o reconhecimento formal da experiência como ativo social

Em alguns contextos, como na academia ou na magistratura, existe a figura do “jubilado”, que não representa um afastamento, mas sim um reconhecimento de percurso, mantendo a possibilidade de continuar a contribuir.

Talvez seja tempo de alargar esta visão.

Porque o verdadeiro desafio não é o envelhecimento da população.

É a forma como o encaramos.

Se continuarmos a olhar para esta fase da vida como um fim, estaremos a construir políticas de exclusão suave.

Se, pelo contrário, a encarmos como uma transição, poderemos transformar um desafio demográfico numa oportunidade social.

Esta não é apenas uma questão semântica.

É uma escolha política. E é urgente.

Porque cada vez mais portugueses entram nesta fase da vida. E aquilo que fizermos, ou não fizermos, hoje vai definir a

sociedade que teremos amanhã.

Saí daquela noite com uma certeza simples, mas difícil de ignorar:

há uma geração inteira que não está a acabar.

Está... pronta para continuar.

E talvez esteja na altura de começarmos, finalmente, a olhar para ela dessa forma.