



Perspectivas em Envelhecimento e Longevidade

Leides Barroso Azevedo Moura
Maria Weila Coêlho Almeida
Grasielle Silveira Tavares
Marisete Peralta Safons
Marília Miranda Forte Gomes
Maria da Glória David Silva Costa

2024



**FUTURO
É AGORA**

PPGDSCI



Perspectivas em Envelhecimento e Longevidade

Brasília, DF – 2024.

Universidade de Brasília

Programa de Pós-graduação em Desenvolvimento,
Sociedade e Cooperação Internacional (PPGDSCI)
Grupo de Trabalho Envelhecimento Saudável e
Participativo (GTESP)

Ficha catalográfica elaborada na Fonte

P4675 Perspectivas em Envelhecimento e Longevidade. Leides Barroso Azevedo Moura, Maria Weila Coêlho Almeida, Grasielle Silveira Tavares, Marisete Peralta Safons, Marília Miranda Forte Gomes, Maria da Glória David Silva Costa (org.). CEAM/UnB. – Brasília: UnB, 2024.
197p. : il.

Programa de Pós-graduação em Desenvolvimento,
Sociedade e Cooperação Internacional (PPGDSCI) Grupo de
Trabalho Envelhecimento Saudável e Participativo (GTESP)
UnB, 2024.

1. Envelhecimento 2. Idadismo. 3.Saúde 4. Pessoa
Idosa. 5. Bem-estar Social. I. Título.

CDD 362.6

Bibliotecária: Kelly Lemos da Silva – CRB1/1880

Organizadoras

Leides Barroso Azevedo Moura
Maria Weila Coêlho Almeida
Grasielle Silveira Tavares
Marisete Peralta Safons
Marília Miranda Forte Gomes
Maria da Glória David Silva Costa

Revisão Ortográfica e Gramatical

Elimária Oliveira Lima (UFRJ)

Produção do material

Adriano de Sá Godoi
Ana Caroline Laurentino Araújo
Angela Raquel de Araujo Danquimaia
Antônio M. Fonseca
Antônio Renato Salviano dos Santos Montes Almeida
Áurea Eleotério Soares Barroso
Beatriz Silva do Nascimento
Eliana Bohland
Flávia Mendes de Sena
Fabiana Medeiros de Almeida Silva
Isabella Sousa Tavares
Isabelle Patrícia F S Chariglione
Leides Barroso Azevedo Moura
Loyde Cardoso
Maria da Glória David Silva Costa
Maria Weila Coêlho Almeida
Marília Miranda Forte Gomes
Marisete Peralta Safons
Patrícia Araújo Bezerra
Paula Veras Uessugue Cardoso
Polliana Teixeira da Silva
Renata Braz das Neves Cardoso
Roberta de Ávila e Silva Porto Nunes
Sandra Regina Gomes
Susiane de Santana Moreira Oliveira da Silva
Tatiana Frade Maciel
Vanessa Rodrigues Dunk Gomes
Vinicius Vieira da Silva

Sobre as organizadoras



Leides Barroso Azevedo Moura é enfermeira e professora do Departamento de Enfermagem da Faculdade de Ciências da Saúde e do Programa de Pós-graduação em Desenvolvimento, Sociedade e Cooperação Internacional - CEAM da Universidade de Brasília. Doutora em Ciências da Saúde. Coordenadora do Projeto de Extensão de Ação Continuada “Construindo uma Universidade para todas as idades” e coordenadora do Grupo de Trabalho “Envelhecimento Saudável e Participativo”.
DAC / DASU / UnB. Contato: leidesm74@gmail.com



Maria Weila Coêlho Almeida é Assistente Social. Mestre. Doutoranda do Programa de Pós-graduação em Desenvolvimento, Sociedade e Cooperação Internacional (PPGDSCI / CEAM) da Universidade de Brasília (UnB). Integrante dos Grupos de Pesquisa “Envelhecer Cidadão” e “Isolamento Social entre Pessoas Idosas do Distrito Federal” e do Projeto de Extensão de Ação Continuada “Construindo uma Universidade para Todas as Idades”.
Contato: weilaa159@gmail.com



Grasielle Silveira Tavares é terapeuta ocupacional e arteterapeuta. Professora do Curso de Terapia Ocupacional da Faculdade de Ceilândia e do Programa de Pós-graduação em Desenvolvimento, Sociedade e Cooperação Internacional-CEAM da Universidade de Brasília. Coordenadora do Projeto de Extensão “Vivacidade- rede de protagonismo na velhice”. Vice-coordenadora da Pós-Graduação em Acessibilidade Cultural no polo Centro-Oeste. Membro do Grupo de Trabalho “Envelhecimento Saudável e Participativo” DAC / DASU / UnB. Contato: grasielleunb2014@gmail.com



Marisete Peralta Safons é Professora Dra. da Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília. Coordenadora do Grupo de Estudos e Pesquisas sobre Atividade Física para Idosos (GEPAFI). Membro do Grupo de Trabalho Envelhecimento Saudável e Participativo (GTESP). Contato: mari7@unb.br



Marília Miranda Forte Gomes é estatística, professora Associada da Faculdade do Gama da Universidade de Brasília. Professora Colaboradora da Especialização em Engenharia Clínica, Professora do quadro permanente do Programa de Pós-Graduação em Engenharia Biomédica e do Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento, Sociedade e Cooperação Internacional. Coordenadora do PPG em Engenharia Biomédica e Secretária Geral da Associação Brasileira de Estudos Populacionais (ABEP). Coordena o Projeto As Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDICs) e os Desafios da Pessoa Idosa Frente às Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação. Membro do Grupo de Trabalho “Envelhecimento Saudável e Participativo” DAC / DASU / UnB. Contato: mariliamfg@gmail.com / mariliamfg@unb.br



Maria da Glória David S Costa é profissional de educação física, especialista em fisiologia do exercício e mestranda do Programa de Pós-graduação em educação física - PPGEF da Universidade de Brasília. Membro do Grupo de Estudos e Pesquisas sobre Atividade Física para Idosos (GEPAFI). Contato: mariacosta.unb.ufal@gmail.com

Trabalho Pedagógico da Disciplina Perspectivas em Envelhecimento e Longevidade



Sumário

01 Apresentação

02 Introdução

Parte I

03 Ensaaios Temáticos

3.1 ***Aging in Place* – Envelhecimento em Casa e na Comunidade: uma abordagem necessária para a promoção de um envelhecimento ativo e saudável**

Antônio M. Fonseca

3.2 **O envelhecimento é uma travessia e há que ter bagagem para ousar percorrê-la no Brasil**

Áurea Eleotério Soares Barroso

3.3 **Transição Demográfica: breves considerações**

Marília Miranda Forte Gomes

Angela Raquel de Araujo Danquimaia

3.4 **Interseccionalidade e Envelhecimento: qual a importância desse discurso na atualidade?**

Polliana Teixeira da Silva

Isabelle Patrícia F S Chariglione

3.5 **Narrativas como Resistência: Afetividade, Vínculo e Interseccionalidade em um Coletivo de Mulheres Idosas**

Flávia Mendes de Sena

Loyde Cardoso

3.6

O preconceito contra a pessoa idosa tem nome: idadismo. Vamos falar sobre isso?

Leides Barroso Azevedo Moura
Maria Weila Coêlho Almeida
Patrícia Araújo Bezerra

3.7

Atividade Física e Exercício Físico: direito legal ao acesso e políticas públicas

Fabiana Medeiros de Almeida Silva
Maria da Glória David Silva Costa
Marisete Peralta Safons

3.8

Cidade Amiga da Pessoa Idosa e de todas as idades

Tatiana Frade Maciel

Parte II

04

Entrevistas com Celebridades

05

Exposição Fotográfica: o Cotidiano do Envelhecer nas Cidades

06

CineClube

07

Seminários

Seminário Envelhecimento e Interseccionalidade

Palestrantes: Dra. Isabelle Patrícia F. S. Chariglione e Doutoranda Loyde Cardoso

Seminário Ação Pública e Protagonismo de Pessoas Idosas na Cidade

Palestrantes: Dr. Vicente Faleiros e Vicentina Lopes

Seminário Virtual Internacional: Envelhecimento, *Aging in Place* e Amigabilidade Urbana

Palestrantes: Dr. António Fonseca, professora Dra. Áurea Eleotério Soares Barroso e Doutoranda Tatiana Frade Maciel

08 Piquenique Intergeracional

Parte III

09 Depoimento dos discentes sobre a disciplina Perspectivas em Envelhecimento e Longevidade

10 Discentes pesquisadores e seus respectivos Temas

11 Conclusão

Apresentação

01

O envelhecimento populacional emerge como uma prioridade ético-política no século XXI, envolvendo o Estado, a sociedade e as famílias. Este livro, resultado de pesquisas conduzidas por docentes e discentes na Universidade de Brasília e convidados de outras instituições, originou-se de um curso de pós-graduação sobre 'Perspectivas do Envelhecimento e Longevidade' e aborda algumas dimensões do envelhecimento.

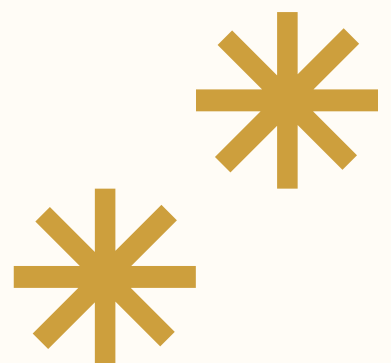


Desde a ideia de '*aging in place*' - a permanência no ambiente de vida ao longo dos anos - até a interseccionalidade do envelhecimento, que reconhece os entrelaçamentos entre múltiplos sistemas de opressão, incluindo o despertar para o idadismo e questões demográficas ligados ao processo de envelhecimento.

Destaca ainda a relevância das práticas de exercícios físicos e atividades físicas para melhorar a qualidade de vida na velhice.

O livro também dá voz às pessoas idosas, apresentando entrevistas que compartilham suas vivências e percepções acumuladas ao longo dos anos e depoimentos de vida.

Ao longo das páginas, oferece-se ao leitor a oportunidade de explorar as distintas perspectivas do envelhecimento, ilustrando essa jornada por meio de um ensaio fotográfico que captura a beleza e a diversidade das trajetórias de vida na heterogeneidade do envelhecer. O historiador Daniel J. Boorstin já alertava: "o maior inimigo do conhecimento não é ignorância, mas a ilusão do conhecimento". Este livro convida à reflexão sobre a criação de uma sociedade voltada ao cuidado, valorizando e celebrando todas as fases da vida e ampliando as fronteiras do conhecimento sobre a potência do envelhecer .



Introdução

02

A disciplina Perspectivas em Envelhecimento e Longevidade do Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento, Sociedade e Cooperação Internacional (PPGDSCI) do Centro de Estudos Avançados Multidisciplinares (CEAM) da Universidade de Brasília (UnB) traz um espaço para que a temática da longevidade possa ser refletida de forma abrangente. Uma direção relevante aos que se debruçam nas investigações acerca do fenômeno do envelhecimento humano em diversos contextos.





Sabe-se que o aumento de investigações científicas que contemplem a pessoa idosa tem demandado reuniões e encontros acadêmicos que propulsionem o diálogo e a produção de maior conhecimento e aprofundamento na temática do envelhecimento e na educação em direitos humanos. É neste contexto que a disciplina foi desenvolvida, dando voz às pessoas idosas (celebridades) por meio da escuta de suas histórias de vida e registros fotográficos cotidianos.

O envelhecimento populacional é uma realidade global, demograficamente crescente na maioria dos países. Segundo o Relatório Mundial da Organização das Nações Unidas (ONU), em 2019 havia 703 milhões de pessoas maiores de 65 anos no mundo, e esse número deve dobrar para 1,5 bilhão em 2050, correspondendo a uma em cada seis pessoas.

A ONU estabeleceu os 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), e gostaríamos de destacar o terceiro objetivo, que enfatiza a importância de garantir uma vida saudável e promover o bem-estar para todas as pessoas, independentemente da idade.





Em 2020, a Assembleia Geral das Nações Unidas declarou a Década do Envelhecimento Saudável (2020 a 2030). Portanto, com o aumento da proporção de idosos na população brasileira e a crescente expectativa de vida, é notável que o Brasil tem um desafio pela frente. Não se pode deixar de levar em consideração que a pessoa idosa é afetada por diferenças sociais e também sofre com o idadismo. A Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS, 2022) em seu Relatório Mundial sobre o Idadismo esclarece que o idadismo contra a pessoa idosa aumenta a adoção de comportamentos perigosos para a saúde física e mental, desacelera a recuperação de incapacidades, diminui a longevidade, impacta no seu bem estar social, nas relações sociais e contribui com o isolamento social e solidão da pessoa idosa.

A organização deste livro decorre de trabalhos de mestrandos e doutorandos que juntos à pessoa idosa trazem registros importantes que pautam um processo formativo ético e compromissado. Nesta direção, as experiências, reflexões e criações aqui partilhadas se encontram na produção de afetos e sentidos expressos na materialidade dos encontros e fazeres.





A proposta então é conhecer, pensar e colaborar com esses processos formativos que registraram as diversas formas de inventar-se na velhice.

Referências

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. Relatório mundial sobre o idadismo. Washington: DC. 2022.



Ensaio Temático

Apresentamos ressonâncias e elaborações críticas em forma de texto a fim de contribuir com a expansão do conhecimento, no crescimento pessoal e no desenvolvimento intelectual, além de contribuir para a sociedade como um todo ao promover a disseminação de informações precisas e fundamentadas acerca do envelhecimento humano.

03



***Aging in Place* — Envelhecimento em Casa e na Comunidade**

**Uma abordagem necessária para a
promoção de um envelhecimento
ativo e saudável**

António M. Fonseca ¹

¹ Professor da Universidade
Católica Portuguesa (UCP)
Centro de Investigação para
o Desenvolvimento Humano
(CEDH-UCP)
afonseca@ucp.pt

3.1

O envelhecimento da população constitui um feliz ponto de chegada do desenvolvimento humano. Viver mais tempo é fruto de conquistas de natureza médica, tecnológica e social. Mas a existência de um número cada vez mais elevado de idosos saudáveis e ativos constitui igualmente um desafio para as comunidades. À medida que envelhecem, as pessoas têm necessidade de viver em ambientes que lhes proporcionem o suporte necessário para compensar as mudanças associadas ao envelhecimento, algumas delas sinónimo de redução ou perda de capacidade. A criação e manutenção de ambientes favoráveis é uma tarefa indispensável para a promoção do bem-estar das pessoas idosas e para que elas possam continuar a ser, pelo maior tempo possível, autónomas e socialmente relevantes. Por outro lado, o aumento quer na expectativa de vida, quer na expectativa de uma vida cada vez melhor, com saúde e com maior qualidade, faz com que seja possível as pessoas idosas prolongarem a sua utilidade social por mais tempo, tanto profissionalmente como junto dos seus familiares, amigos e no âmbito da sua rede de proximidade/vizinhança.

Esta nova velhice potencia claramente os efeitos positivos do conceito do *aging in place*, o qual traduz o objetivo preferencial de se poder viver e envelhecer em casa e na comunidade, com segurança e de forma independente, pelo maior tempo possível. Em Portugal, uma das faces mais visíveis da política social de apoio aos idosos que emergiu após o 25 de Abril de 1974 foi, sem dúvida, a evolução do número e da qualidade dos equipamentos sociais destinados à população mais velha, com incidência nas respostas Centro de Dia e sobretudo ERPI – Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (anteriormente designada por Lar de Idosos).

Apesar do número de pessoas a residir em instituições constituir uma pequena minoria do total da população idosa portuguesa, a ERPI tornou-se um ícone das respostas sociais para a velhice. Em muitas localidades, a existência de uma ou mais ERPI's surge mesmo associada a um sinal de desenvolvimento social, por desse modo atender às necessidades dos mais velhos através de um serviço permanente de prestação de cuidados.

Pelo contrário, apesar de a larguíssima maioria dos portugueses envelhecer nas suas casas, as medidas de promoção de *aging in place* continuam a ter uma fraca visibilidade pública quando comparadas com a atenção que se atribui a soluções institucionais. Encarada pela generalidade dos portugueses como uma resposta-tipo aos problemas decorrentes do envelhecimento individual e populacional, o investimento em ERPI tem servido, com frequência, para justificar a «não-necessidade» de investimento em qualquer outro tipo de intervenção para além da resposta institucional. Este fato tem contribuído para reforçar imagens estereotipadas do que é envelhecer hoje em Portugal e diminuir os direitos de cidadania das pessoas idosas que continuam a viver em suas casas, especialmente quando apresentam algum quadro particular de vulnerabilidade.

Opondo-se a uma visão convencional de assistência à população idosa por via da resposta institucional, a valorização de respostas de *aging in place* significa responder às necessidades de assistência a partir dos contextos onde a pessoas vivem, procurando respostas articuladas através de uma integração progressivamente mais alargada de serviços – de âmbito local, regional e nacional. Na prática, isto significa não retirar a pessoa do local onde ela vive para lhe proporcionar o que ela necessita, mas criar aí condições para que as suas necessidades sejam satisfeitas. Não obstante a taxa de ocupação das ERPI's apresentar valores próximos dos 100% (e frequentemente com listas de espera), é fundamental equacionar a criação e o desenvolvimento de respostas diversificadas de proteção e promoção da vida dos mais velhos, atendendo às condições reais de vida dos idosos portugueses.

Sublinhe-se, desde logo, que as pessoas mais velhas não constituem uma população homogénea. Há muita diversidade entre elas e tal significa que não há «respostas universais» para todas as pessoas idosas, mas sim «respostas adequadas»; se, em alguns casos, elas poderão ser mais abrangentes em termos dos respectivos destinatários, em outros casos terão de ser ajustadas de acordo com a sua menor ou maior incapacidade. Um exemplo da diversificação de soluções que procuram garantir a manutenção das pessoas mais velhas nas suas casas e nas comunidades onde elas se inserem é representado pelo Serviço de Apoio Domiciliário (SAD). O investimento realizado nos últimos anos em respostas de SAD, tendo em vista a sua disseminação por todo o país e a diversificação dos serviços prestados, tem contribuído para a manutenção de um número considerável de pessoas idosas no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando mesmo a institucionalização.

O direito de envelhecer em casa e na comunidade com segurança, independência e conforto, é hoje um princípio central do paradigma de envelhecimento ativo e saudável preconizado pela Organização Mundial de Saúde. A generalidade dos organismos internacionais tem reforçado a necessidade de desenvolvimento de infraestruturas que apoiem a permanência dos idosos nas suas casas e comunidades pelo maior tempo possível. Programas de assistência de carácter nacional, regional e local, têm surgido em Portugal nos últimos anos com o propósito de complementar os cuidados domiciliários tradicionais (alimentação, higiene pessoal e limpeza doméstica), procurando atender às necessidades de saúde, sociais e psicológicas de um número crescente de idosos vulneráveis e em situação de isolamento social.

O Guia de Boas Práticas de *Aging in Place*, publicado em 2018 pela Fundação Calouste Gulbenkian³, permitiu efetuar um levantamento de iniciativas inovadoras, implementadas em Portugal, visando promover e facilitar um envelhecimento em casa e na comunidade assente na autonomia, na participação social e na promoção do bem-estar.

Devido ao seu efeito positivo no bem-estar numa fase avançada do ciclo de vida, o recurso ao conceito de *aging in place* como um instrumento político assume que este é o modo de vida mais desejável no decurso do envelhecimento. Em 1994, a OCDE – Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico – declarou a importância das políticas de *aging in place* ao definir uma agenda de estímulo de medidas visando a expansão de tais políticas. Estas medidas deveriam facilitar a permanência das pessoas nas suas casas, mesmo se adquirissem alguma incapacidade ou experimentassem um declínio na sua funcionalidade. Ao longo dos anos 2000 a OCDE continuou a encorajar esta linha de ação, incorporando nas suas preocupações a importância dos avanços tecnológicos que podem ser utilizados para responder às necessidades dos respectivos residentes. A Segunda Assembleia Mundial sobre Envelhecimento, realizada pelas Nações Unidas em Madrid, em 2002 (coincidente com o lançamento do paradigma de Envelhecimento Ativo), assinalou a importância da promoção do *aging in place*, sublinhando um conjunto de preocupações relacionadas com este objetivo: criação de comunidades onde as necessidades dos mais idosos sejam atendidas de modo particular, incentivo ao investimento em infraestruturas locais de natureza multigeracional, estabelecimento de parcerias multisectoriais entre diversos agentes comunitários, criação de serviços de apoio social para pessoas idosas, intervenção direta nas residências da população mais idosa. Neste sentido, foi apontado como objetivo prioritário a adoção de um modelo de *aging in place* que prestasse especial atenção às preferências individuais no respeitante às opções residenciais em idade avançada.

Em 2015, no relatório do 2.º Fórum Global da Organização Mundial de Saúde sobre Inovação para Populações Envelhecidas, são identificadas as cinco principais áreas de intervenção no processo de *aging in place* (no original, the 5 P's – People, Place, Products, Person-centered services, Policy), ou seja:

1. pessoas («people») a quem se apoia e se presta cuidados;
2. prestação de serviços integrados de saúde e de cuidado pessoal («person-centered services») que promovem a capacidade funcional das pessoas mais velhas;
3. lugares e ambientes («places») amigos das pessoas idosas;
4. produtos e equipamentos («products») que representam novas soluções (tecnológicas, nomeadamente) para responder a problemas decorrentes do envelhecimento (da falta de mobilidade à solidão);
5. políticas inovadoras («policies») para a introdução de sistemas de suporte dirigidos às pessoas mais velhas.

Finalmente, no âmbito da Estratégia Global e do Plano de Ação sobre Envelhecimento e Saúde, a Organização Mundial de Saúde define dez prioridades para uma década de ação (2020-2030) em prol de um Envelhecimento Saudável, as quais fornecem ações concretas para se alcançar os objetivos da referida Estratégia Global. Alinhadas com a Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável da ONU, cada prioridade é crucial para que o envelhecimento saudável se torne uma realidade global e aí vamos encontrar, na Prioridade 10, uma referência explícita à necessidade de «Desenvolver uma rede global de cidades e comunidades amigas das pessoas idosas, que lhes permitam envelhecer nas suas casas e comunidades até ao fim das suas vidas».

Em síntese, *aging in place* é uma expressão comum no pensamento e práticas atuais sobre políticas de envelhecimento. O nosso ponto de vista é que o *aging in place* seja visto como a primeira opção, uma «opção natural», dadas as vantagens de inclusão social e de recompensa emocional que traz associadas. Envelhecer no lugar onde se viveu a maior parte da vida e onde estão as principais referências dessa vida constitui uma vantagem em termos de preservação da identidade, de um sentido para a vida e da promoção de sentimentos de segurança e familiaridade. Isto é alcançado tanto pela manutenção da independência e autonomia, como pelo desempenho de papéis nos locais onde se vive. Assim, o *aging in place* atua de múltiplos modos, que precisam de ser tidos em conta na definição de ações e políticas dirigidas aos mais velhos, como fica bem ilustrado na obra *Aging in Place – Envelhecimento em casa e na comunidade. Modelos e estratégias centrados na autonomia, participação social e promoção do bem-estar das pessoas idosas*.

Políticas, programas, serviços e soluções que promovam o *aging in place* devem ter uma visão integrada que responda às necessidades das pessoas à medida que envelhecem.

Olhando para além das necessidades imediatas, de natureza básica ou instrumental, qualquer modelo que vise a promoção do bem-estar e da qualidade de vida das pessoas idosas através do *aging in place* tem de focar a sua atenção numa perspectiva comunitária, desde logo para contrariar um dos riscos frequentemente associado ao *aging in place*, o isolamento social. Qualquer esforço para auxiliar as pessoas a envelhecer em casa e na comunidade terá de passar pela sua capacitação para o estabelecimento de relações sociais significativas: os idosos correm menos riscos de experimentar isolamento social quando se sentem incluídos nas suas comunidades, onde possam concretizar um determinado «estilo de vida» de acordo com as suas preferências e com aquilo que valorizam.

As mulheres idosas e os homens idosos têm os mesmos direitos que qualquer outra pessoa, independentemente da sua idade e/ou condição funcional (mais ou menos autônomos ou dependentes), devendo ser-lhes dadas condições para que possam continuar a viver nas suas casas e nas suas comunidades pelo maior tempo possível, respeitando os seus interesses e expectativas, e compensando ou suprimindo as suas necessidades.

REFERÊNCIAS

Relatório do 2.º Fórum Global da Organização Mundial de Saúde sobre Inovação para Populações Envelhecidas (WHO, 2015).

FONSECA, António Manuel Godinho da. "Aging in Place" – Envelhecer em casa e na comunidade. PerCursos, Florianópolis, v. 24, e0104, 2023.

World Health Organization Envelhecimento ativo: uma política de saúde / World Health Organization; tradução Suzana Gontijo. – Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.

O envelhecimento é uma travessia e há que ter bagagem para ousar percorrê-la no Brasil

Áurea Eleotério Soares Barroso ¹

¹ Pedagoga, Mestra em gerontologia e Doutora em Serviço Social – PUC – SP.

3.2

Mia Couto, escritor moçambicano, diz que o silêncio é uma travessia. E há que ter bagagem para ousar essa viagem. Envelhecer também é uma travessia e há que ter bagagem para ousar percorrê-la no Brasil, em razão de desafios vivenciados ao longo dos anos.

A pesquisa “Nós e as desigualdades” (OXFAM/ Datafolha, 2022) ouviu presencialmente 2.564 pessoas em todo território nacional, na primeira quinzena de março de 2021 e revelou uma tendência consolidada de percepção de brasileiros e brasileiras sobre as desigualdades no País, inclusive quanto às diferenças de oportunidades e realidades vivenciadas por mulheres e homens, pessoas brancas e negras, e à necessidade de ação prioritária do Estado para dirimir essas contradições. Os(as) participantes da pesquisa mostraram-se solidários na defesa de direitos de cidadania a todos e todas e dos princípios de justiça social ancorados na Constituição Federal de 1988.

As percepções da população em relação às desigualdades sociais do país nos levam a afirmar que alcançar a velhice implica em enfrentar diversos desafios, entre eles, saúde fragilizada em decorrência da pouca cobertura no atendimento de serviços públicos durante o curso da vida; sobreviver com baixos recursos em razão da precarização do trabalho, sobretudo, no contexto de neoliberalismo; ter pouca escolaridade ou conviver com analfabetismo e um dos fatores que explica essa situação é o fato da geração atual de velhas e velhos não ter tido oportunidade do acesso público e obrigatório à educação básica, hoje um direito assegurado constitucionalmente.

A seguir citamos alguns dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNADC) de 2022 para exemplificar sucintamente o que pontuamos anteriormente. A taxa de analfabetismo recuou de 6,1% em 2019 para 5,6% em 2022. O Nordeste tinha a taxa mais alta (11,7%). No grupo dos idosos, a diferença era ainda maior: 32,5% nessa região. Entre as pessoas pretas ou pardas com 15 anos ou mais de idade, 7,4% eram analfabetas, mais que o dobro da taxa encontrada entre as pessoas brancas (3,4%). No grupo etário de 60 anos ou mais, a taxa de analfabetismo dos brancos era de 9,3%, enquanto entre pretos e pardos ela chegava a 23,3%.

Os dados mencionados anteriormente coadunam com o pensamento de Silva et al. (2018) quando afirmam que a velhice é uma experiência que se processa de forma diferente para homens e mulheres, para brancos e negros e indígenas, tanto nos aspectos sociais, econômicos, quanto nas condições de vida.

Moura et al. (2023) nos ajudam nessa reflexão, quando afirmam que

O envelhecimento populacional é uma das maiores conquistas sociais dos últimos tempos, porém não implica necessariamente em maior qualidade de vida para as pessoas que envelhecem. Pelo contrário, a literatura aponta que questões como a renda pessoal e familiar, a escolaridade, o local de moradia, o acesso aos serviços sociais e de saúde, entre tantos, podem ser determinantes para como se envelhece. A situação complexifica nos países em desenvolvimento, pois não conseguiram garantir um patamar básico de direito às suas populações (Moura et al., 2023, p. 01).

Teixeira (2017) também contribui nesse debate, ao afirmar que é necessário romper com a perspectiva abstrata do envelhecimento, resgatando a historicidade e inserindo o homem na sociedade em que vive, e contra as visões generalistas que associam a velhice como um tempo de declínio, perdas, decadência, improdutividade.

Diversos estudos corroboram a reflexão de Teixeira (2017), entre eles, citamos Camarano (2020). A pesquisadora ressalta a importância da renda das pessoas idosas nas famílias e fundamenta a sua arguição em dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNADC) de 2019

dos 72,6 milhões de domicílios brasileiros, 35,0% tinham pelo menos um idoso residindo. Nestes domicílios moravam 65,3 milhões de pessoas, em média 2,6 pessoas por domicílio, das quais 30,9 milhões eram não idosas. Dentre os não idosos, 16,9 milhões não trabalhavam. Os idosos contribuíam com 70,6% da renda destes domicílios e 62,5% de sua renda vinha de aposentadorias ou pensões (Camarano, 2020, p. 4170).

Camarano (2020) destaca que uma parcela significativa (mais da metade) da renda das pessoas idosas vem da Seguridade Social e muitas continuam trabalhando para complementar a renda pessoal ou familiar.

De fato, o Brasil ampliou a proteção social nas últimas décadas e as pessoas idosas foram incluídas nesse processo.

A referida pesquisadora lembra que a família é vista como fonte de apoio informal para os seus membros, em diversos países e, por vezes, aparece como a única alternativa.

É comum também que a renda dos idosos desempenhe um papel importante na dos domicílios onde moram aqueles com perda de autonomia, mesmo que contem com a presença de filhos, netos ou outros parentes. Mesmo na condição de dependência aportam uma contribuição importante no orçamento destes domicílios (...). Ou seja, por um lado necessitam de ajuda e, por outro, proveem ajuda. Pode-se falar de um sistema de transferências intergeracionais intermediado por políticas públicas (Camarano, 2020, p. 4171).

A respeito da intermediação de políticas públicas, merece destacar uma iniciativa louvável do Governo do Presidente Lula que por meio do Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome criou uma Secretaria que tem a missão de elaborar uma Política Nacional de Cuidados e de um Plano Nacional de Cuidados. A socióloga Lais Abramo, responsável pela Pasta tem reiterado em diversas entrevistas que a Secretaria visa garantir os direitos das pessoas que necessitam de cuidados e daquelas que cuidam, com especial atenção às desigualdades de gênero, raça, etnia e territoriais, além de promover as mudanças necessárias para uma divisão mais igualitária do trabalho de cuidados.

No âmbito do cuidado familiar, estudos longitudinais desenvolvidos por Fonseca (2021) mostram que as pessoas idosas quando perguntadas onde querem envelhecer respondem em casa e junto de pessoas conhecidas. Neste sentido, o pesquisador ressalta que governos, a sociedade como um todo devem buscar alternativas visando

a criação e manutenção de ambientes favoráveis e facilitadores do envelhecimento é uma tarefa indispensável para promoção do bem-estar das pessoas idosas e para que elas possam continuar a ser, pelo maior tempo possível, autônomas e socialmente relevantes (Fonseca, 2021, p. 265).

Neste momento, retomamos o diálogo com Teixeira (2017) trazendo à cena novamente neste texto quando a pesquisadora afirma que é necessário romper com visões generalistas que associam a velhice a um período de perdas e declínio. Concordamos com a autora e lembramos que há diversos estudos que corroboram essa reflexão. Destacamos o estudo realizado pela Organização Mundial de Saúde que culminou no lançamento de uma campanha global de combate ao idadismo, ou seja, quando a idade é usada para categorizar e dividir pessoas (OPAS, 2021). O documento que ancora a campanha foi elaborado a partir de evidências científicas e mostra danos causados à saúde física e mental das pessoas idosas, obstáculos à proposição de políticas públicas

com foco no envelhecimento saudável e assinala três estratégias para reduzir o idadismo:

- Legislações e políticas que abordem a discriminação e a desigualdade por idade, bem como leis de direitos humanos;
- Intervenções educacionais desde a etapa inicial (educação infantil) até a universidade, e em espaços educacionais formais e informais. Com o propósito de dissipar conceitos errôneos sobre diferentes grupos etários e reduzir o preconceito e a discriminação, fornecendo informações corretas e exemplos que combatam os estereótipos.
- Intervenções de contato intergeracional que visem estimular a interação entre pessoas de diferentes gerações. E assinala que essas iniciativas estão entre as mais eficazes para reduzir o preconceito contra as pessoas idosas.

O fato é que, as pessoas são únicas e não há um idoso típico. E, como afirmam Alcântara e Barroso (2023), o mundo real nos apresenta exemplos de pessoas idosas que experienciam as suas velhices sem incorporar comportamentos deterministas, resistindo ao idadismo, na compreensão de que enquanto há vida, projetos podem ser realizados.

Faleiros (2023) também nos ajuda a compreender essa problemática, quando diz que o idadismo parece normal, mas não é normal aceitá-lo. E nessa linha de ação afirma que

é preciso estarmos alertas para uma sociedade inclusiva e de ruptura com as barreiras estruturadas de exclusão. A ação política exige intervenção que avance além da legislação de direitos e de combate ao idadismo. Nessa perspectiva, a educação para a tolerância social da diversidade é uma forma de aprendizagem da cultura do reconhecimento da velhice como desenvolvimento humano, e não como vida descartável (Faleiros, 2023, p.18).

Antes da conclusão desse texto sucinto a respeito dos desafios e das potencialidades que vamos identificando na nossa trajetória ao longo dos anos, sintetizado nas palavras do compositor Caetano Veloso na canção Dom de Iludir “cada um sabe a dor e a delícia de ser o que é” destacamos a importância da participação social em espaços constituídos como Conselhos de Direitos da Pessoa Idosa e de Políticas Públicas visando o controle democrático.

Ouvir as pessoas idosas no momento da definição, do planejamento, da execução, do monitoramento das políticas públicas, é conduta a ser exercida por agentes públicos conforme preceitua a Constituição Federal do Brasil, norteadora do fortalecimento da democracia.

REFERÊNCIAS

ALCÂNTARA, Adriana de Oliveira; BARROSO, Áurea. Idadismo: um combate coletivo, porque velho/a não é o/a outro/a. *Oikos: Família e Sociedade em Debate*, v. 34, n. 1, p.01-05, 2023. DOI: <https://dx.doi.org/10.31423/2236-8493>.

CAMARANO, A. A. Os dependentes da renda dos idosos e o coronavírus: órfãos ou novos pobres? *Ciência & Saúde Coletiva*, v.25, p.4169 – 4176, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.2.30042020>.

FALEIROS, Vicente de Paula. A estruturação do idadismo contra a pessoa idosa. *Oikos: Família e Sociedade em Debate*, v. 34, n. 2, p.01-20, 2023. DOI: <https://dx.doi.org/10.31423/22368493.v34i2.15332>.

FONSECA, António M. Ageing in Place. Envelhecer em Casa e na Comunidade. Edição Fundação Calouste Gulbenkian; Faculdade de Educação e Psicologia. Universidade Católica Portuguesa, 2021.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNADC). Microdados da amostra Rio de Janeiro: IBGE; 2019.

MOURA, L. B. A. de. et al. A multidimensionalidade das velhices: perspectivas do envelhecimento nas agendas do século XXI. *PERCURSOS (FLORIANÓPOLIS. ONLINE)*, v. 24, p. e0100, 2023. DOI: <https://doi.org/10.5965/19847246242023e0100>.

OPAS. Organização Pan-Americana de Saúde. Relatório Mundial sobre o Idadismo, 2021. DOI: <https://doi.org/10.37774/9789275724453>.

SILVA, A. da. et al. Iniquidades raciais e envelhecimento: análise da coorte 2010 do Estudo Saúde, Bem-Estar e Envelhecimento – SABE. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v.2, n.spp.2, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-549730180004.sup.2>.

TEIXEIRA, S. M. Envelhecimento na sociabilidade do capital. 1. ed. Campinas/SP: Papel Social, 2017. 274p.

Site

https://www.oxfam.org.br/wp-content/uploads/dlm_uploads/2022/09/LO_relatorio_nos_e_as_desigualdade_datafolha_2022_vs02.pdf. Acesso em 10 de janeiro de 2023.

Transição Demográfica:

breves considerações

Marília Miranda Forte Gomes¹
Angela Raquel de Araujo Danquimaia²

¹ Estatística, Mestre e Doutora em Demografia pelo programa de Pós-Graduação do Centro de Desenvolvimento e Planejamento Regional Cedeplar/FACE/UFMG. Professora da Universidade de Brasília.

² Mestranda em Desenvolvimento, Sociedade e Cooperação Internacional da Universidade de Brasília.

3.3

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional tem estreita ligação com os processos de Transição Demográfica, isso ocorre em função da mudança do comportamento demográfico da população, com a variação dos níveis de natalidade e de mortalidade além de movimentos migratórios, modificando a participação dos grupos etários, tornando-se uma população mais envelhecida ou mais jovem. No Brasil, o cenário observado é de redução do grupo das crianças, consequência da queda da fecundidade e do progressivo aumento do grupo de pessoas idosas, com a elevação da expectativa de vida, em decorrência da melhoria das condições sociais e econômicas (Cortez, 2019).

Nos países desenvolvidos, a queda nas taxas de mortalidade teve início no século XIX, assumindo maior intensidade durante o século XX. Já na América Latina, as taxas de mortalidade e natalidade iniciaram seu processo de queda mais tarde, somente a partir de 1900, fortalecido a partir dos anos 1940 com maior intensidade a partir dos anos 1960 (Nunes, 2021).

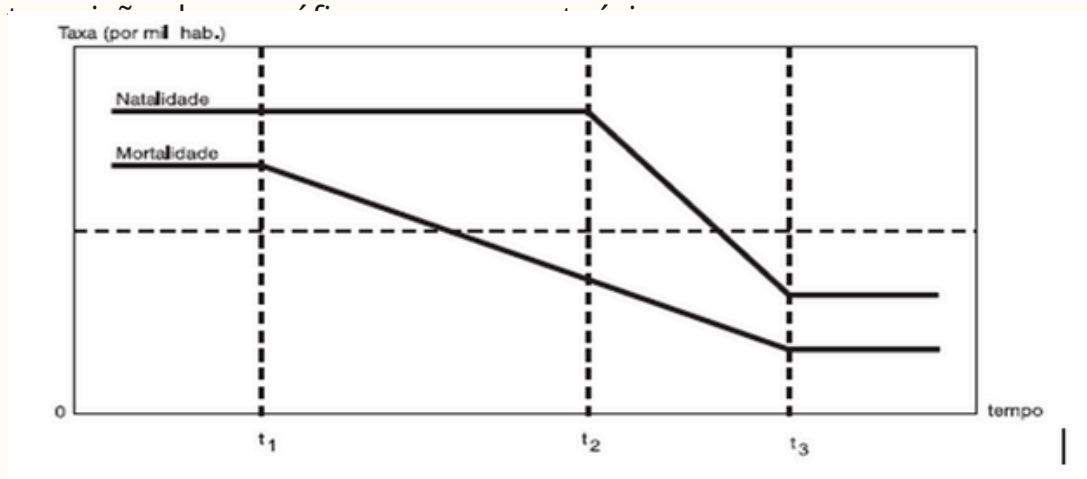
Thompson (1929) argumentou que o processo de transição demográfica foi inicialmente dividido em três fases, de modo que os países foram divididos em diferentes grupos de acordo com a fase em que se encontravam. O grupo A, constituído pela Europa, norte da Itália e Espanha, é caracterizado por um rápido declínio nas taxas de natalidade e mortalidade e por uma taxa de crescimento natural em processo de declínio. Como resultado, aproximam-se rapidamente das populações estacionárias, ou seja, caem abaixo dos níveis de reposição ou diminuem, principalmente devido à prática de controle da concepção. O Grupo B, formado por povos eslavos italianos, espanhóis e da Europa Central, teve um declínio mais lento nas taxas de natalidade. No entanto, a taxa de mortalidade caiu mais rapidamente. Desta forma, estes fluxos levaram ao crescimento populacional neste grupo de países, uma vez que taxas de natalidade elevadas levaram a taxas de mortalidade mais baixas e, portanto, ao crescimento populacional. O Grupo C inclui pessoas da Rússia, Japão, Índia e Ásia, África e América do Sul, sendo formado por pessoas cujas taxas de natalidade e mortalidade ainda não foram controladas, ou seja, onde haverá muito crescimento populacional.

Além das três etapas da transição demográfica propostas inicialmente, o próprio autor propôs uma quarta etapa envolvendo a disponibilidade de terras, uma vez que países com grande crescimento populacional necessitariam de territórios maiores para alcançar esse crescimento.

A fase vivenciada principalmente pelos países europeus nos séculos XIX é denominada Primeira Transição Demográfica, caracterizada pelas mudanças do comportamento demográfico da população decorrentes das transformações sanitárias, alimentares, médico-científicas, tecnológicas e socioeconômicas, implícito ao processo de modernização, que marcou a passagem da sociedade tradicional, rural, para a moderna, urbano-industrial. A Segunda Transição Demográfica, definida em 1986 por Van de Kaa e Lesthaeghe, apresenta a nova etapa da história demográfica, vivida por países da Europa Ocidental e países industrializados a partir dos anos 1960, tendo como principal característica o controle total sobre a fecundidade, em decorrência de mudanças de normas e atitudes com relação à sociedade moderna, à família e aos filhos. Diferentemente da primeira transição em que se observa uma redução da mortalidade infantil, na segunda transição é observado um aumento na expectativa de vida (Castiglioni, 2020).

Assim, Transição Demográfica, de forma simples, pode ser conceituada como a passagem de altos níveis de mortalidade e fecundidade para baixos níveis. O conceito se refere a uma transição entre duas situações de crescimento demográfico. Na primeira fase, o crescimento é reduzido devido às altas taxas de mortalidade e natalidade. Durante a fase de transição, registou-se um crescimento demográfico acelerado, devido à redução na taxa de mortalidade, provocada pelas melhorias sanitárias advindas da modernização, e à manutenção de altas taxas de natalidade. Na segunda fase, o crescimento é reduzido devido à redução nas taxas de natalidade, equilibrando o sistema.

Figura 1 – A transição demográfica e o crescimento populacional

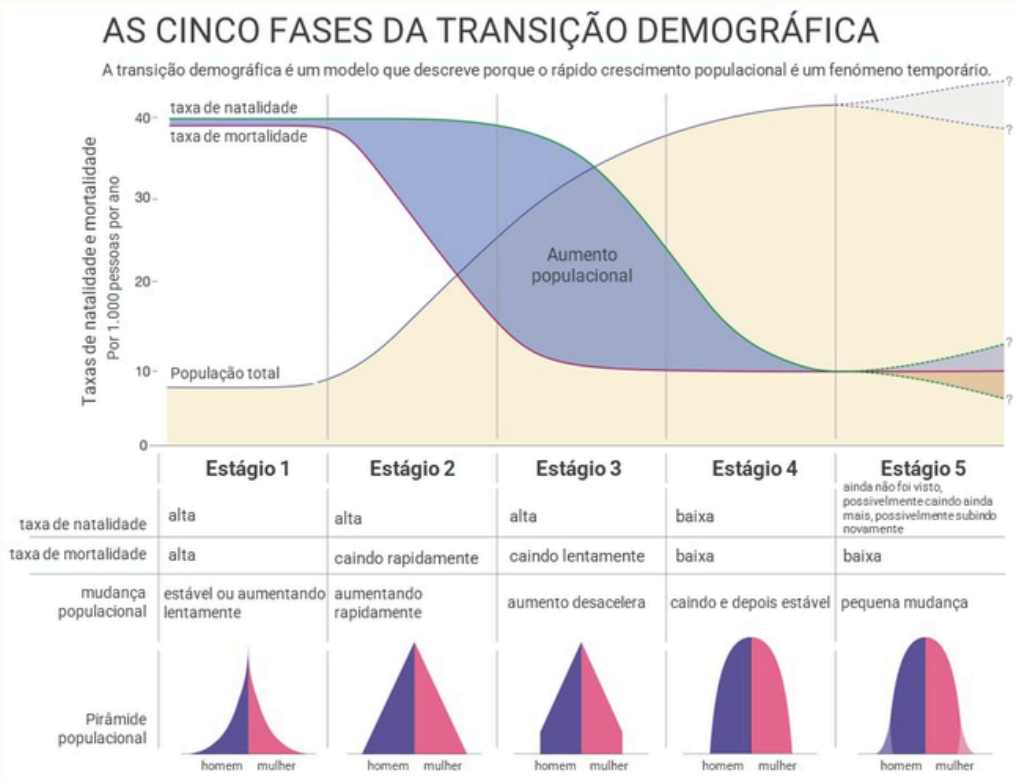


Fonte: Beltrão, 1972, p. 170.

Considerando a variação das taxas de natalidade e mortalidade, o gráfico nomeado Modelo de Transição Demográfica representa a evolução da população. O modelo apresenta a transformação de uma sociedade predominantemente agrícola para uma sociedade predominantemente industrial em 5 fases.

- Regime demográfico primitivo (Fase 1) – caracterizada por grande volume de nascimento de crianças, no entanto, com elevado número de mortes, gerando um crescimento natural muito lento da população mundial.
- Revolução demográfica (Fase 2) – inicia com a Revolução Industrial, caracterizada por uma melhoria das condições de vida, alimentação e saúde, que contribuíram para a redução gradual da mortalidade. A Taxa Bruta de Natalidade permaneceu muito elevada, mas à medida que os cuidados de saúde melhoraram e a mortalidade, especialmente a infantil, diminuiu, a população mundial começou a aumentar.
- Explosão demográfica (Fase 3) – iniciada após o final da Segunda Guerra Mundial com acentuado crescimento natural em função da melhoria das condições médicas, sanitárias e de alimentação, levando a uma grande queda na mortalidade. Apesar da natalidade ter reduzido, num primeiro momento manteve-se muito elevada contribuindo para um aumento populacional muito significativo.
- Regime demográfico moderno (Fase 4) – redução da taxa bruta de natalidade e de mortalidade, experimentando uma taxa de crescimento natural reduzida ou nula, resultado da baixa natalidade, a generalização do planejamento familiar, os casamentos tardios ou a entrada da mulher no mercado de trabalho. A redução da mortalidade contou com melhoria nos cuidados médicos e no abastecimento de alimentos.
- Regime demográfico pós-moderno (Fase 5) – ainda como uma proposta de nova fase, estima-se que esta fase irá se caracterizar por uma taxa bruta de natalidade inferior à taxa bruta de mortalidade, vivenciando um crescimento natural negativo e uma redução da população total.

Figura 2 – A transição demográfica – esquema teórico



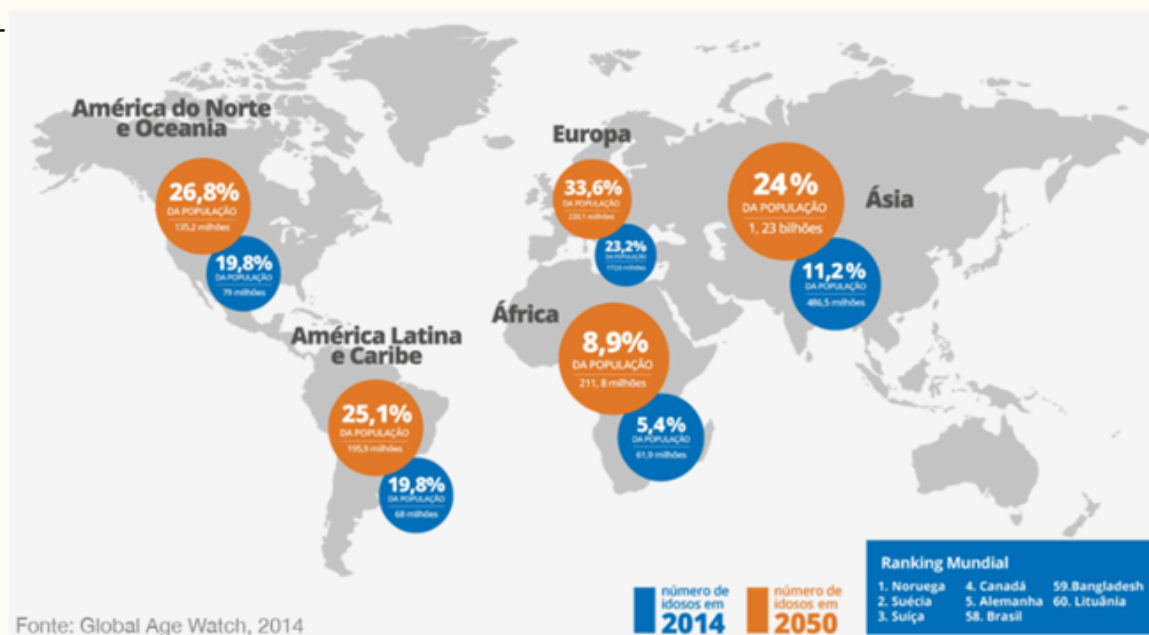
Fonte: Our World in Data em <http://ourworldindata.org/data/population-growth-vital-statistics/world-population-growth>

PARTICIPAÇÃO DA POPULAÇÃO IDOSA

Hoje ainda, diferentes países encontram-se em diferentes estágios da transição demográfica. Conforme as projeções realizadas pela ONU, em 2022 o mundo atingiu 8 bilhões de habitantes. Deste montante, pouco mais de 1,1 bilhão são pessoas idosas com 60 anos ou mais, representando 13,9% do total populacional. Entre 1950 e 2022 a população mundial triplicou e a população idosa sextuplicou. Os idosos são o grupo etário com maior crescimento nos últimos 72 anos e vão continuar crescendo de maneira mais acentuada nos próximos 78 anos do atual século. Sendo assim, o envelhecimento populacional é a principal característica da transição demográfica vivenciada.

Em 2100, a população mundial será de 10,3 bilhões de habitantes, com 2,3 bilhões de jovens de 0 a 19 anos (22,2%), 2,5 bilhões de adultos de 20-39 anos (23,8%), 2,5 bilhões de adultos de 40-59 anos (24,2%) e 3,1 bilhões de idosos (30% do total populacional). No entanto, essas proporções serão desiguais entre os países, com maior percentual de pessoas idosas nos países mais desenvolvidos e, apesar do envelhecimento da população, ainda será observada uma população mais jovem nos países menos desenvolvidos, a exemplo dos países do continente africano e países asiáticos como a Índia, conforme demonstrado nas estimativas da Figura 3.

Figura 3 –



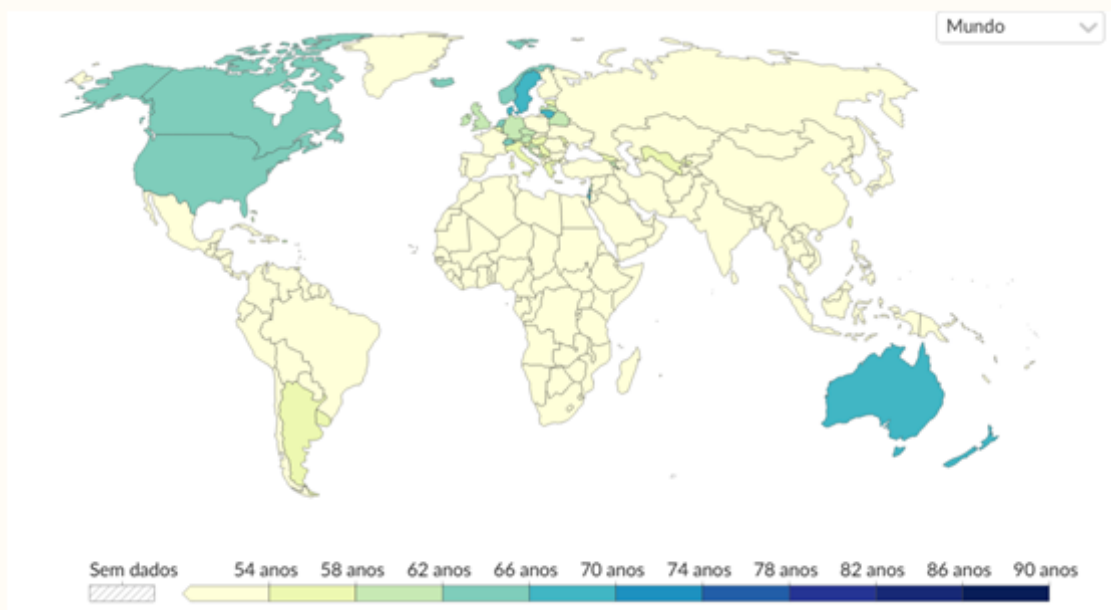
EXPECTATIVA DE VIDA AO NASCER

Estimativas sugerem que, em um mundo pré-moderno e pobre, a expectativa de vida era de cerca de 30 anos em todas as regiões do mundo. A expectativa de vida é uma métrica utilizada para avaliar a saúde da população sendo capaz de capturar a mortalidade ao longo de todo o curso da vida, estimando a idade média de morte em uma população. A expectativa de vida aumentou rapidamente no século XIX, começou a aumentar nos primeiros países industrializados, enquanto permanecia baixa no resto do mundo. Isso levou a uma desigualdade muito alta na forma como a saúde foi distribuída pelo mundo. Boa saúde nos países ricos e saúde persistentemente ruim nos países que permaneceram pobres, sendo que, nas últimas décadas, essa desigualdade global diminuiu.

Desde 1900, a esperança média de vida mundial mais do que duplicou e está agora acima dos 70 anos. A desigualdade da expectativa de vida ainda é muito grande dentro e fora dos países. Em 2019, o país com a menor expectativa de vida era a República Centro-Africana, com 53 anos, sendo que no Japão, que possui a maior expectativa de vida, é 30 anos maior que essa.

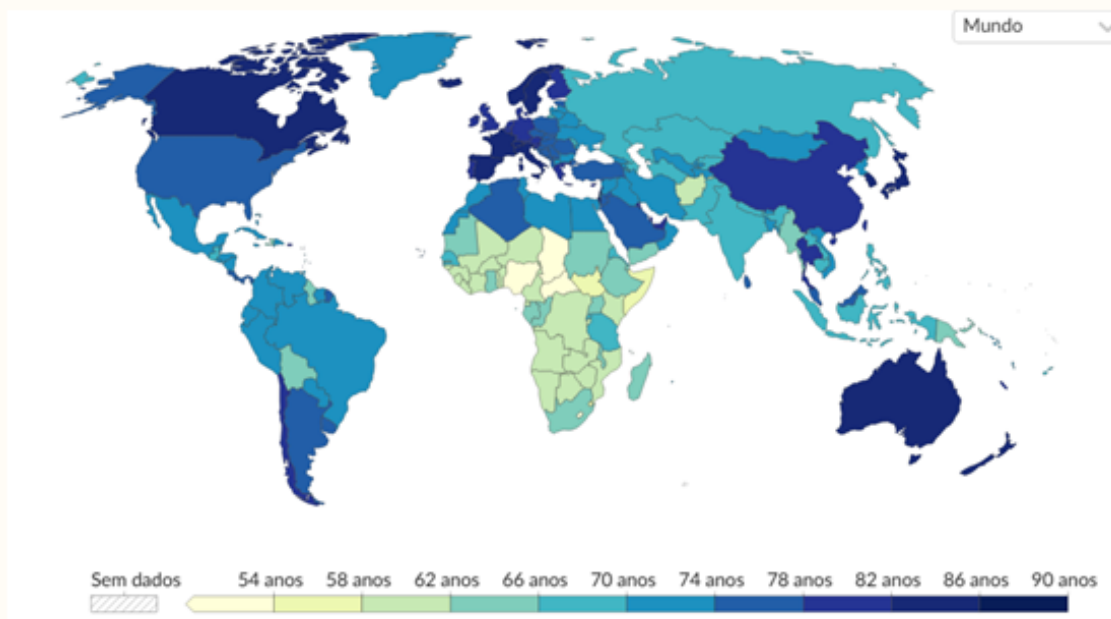
Os gráficos a seguir apresentam as estimativas de esperança de vida para a população em 1940, quando já se possuía dados para todo o mundo, e as expectativas para 2021, demonstrando as diferenças entre países e o avanço em quantidade de anos.

Figura 4 – Expectativa de vida, ano de 1940



Fonte: ONU WPP 2022. [Ourworldindata.org/life-expectance](https://ourworldindata.org/life-expectance)

Figura 5 – Expectativa de vida, ano de 2021



Fonte: ONU WPP 2022. [Ourworldindata.org/life-expectance](https://ourworldindata.org/life-expectance)

A TRANSIÇÃO DEMOGRÁFICA NO BRASIL

A partir de 1940 o Brasil iniciou seu processo de Transição Demográfica, quando mortalidade e a natalidade começaram a apresentar queda. Mesmo com a inicial queda nas taxas de mortalidade, as taxas de fecundidade ainda eram altas, com cerca de 6 filhos por mulher. Nos anos de 1960 e 70 as taxas de natalidade reduziram um pouco mais, assim como as taxas de mortalidade, de maneira que a Taxa de Fecundidade Total atingiu 5,8 filhos por mulher. E somente a partir de 1970 os indicadores de natalidade, fecundidade e mortalidade apresentam importantes reduções, a exemplo do número médio de filhos por mulher, que passou para 4,4 na mesma época (Nunes, 2021).

O Brasil passou pela primeira fase da Transição Demográfica entre 1950 e 1960 com a queda nas taxas de mortalidade combinadas com altas taxas de natalidade e de fecundidade fazendo com que as taxas de crescimento populacional fossem as maiores da história, apresentando respectivamente 3,1% e 2,9% ao ano, em média. Na segunda fase, iniciada entre as décadas de 1960 e 70, as taxas de natalidade e fecundidade começaram a apresentar queda e o processo de envelhecimento populacional foi iniciado. A partir de 1970 os indicadores de natalidade, fecundidade e mortalidade apresentaram forte declínio, que continuou nos anos 1980, de modo que a taxa de crescimento anual atingiu 2,5% nos anos 1970 e 1980 (Vasconcelos; Gomes, 2012).

A transição demográfica no Brasil tem sido muito mais acelerada do que nos países desenvolvidos, não se diferenciando, entretanto, do que vem se passando em outros países latino-americanos e asiáticos. Avançando alguns anos numa comparação entre os anos de 2003 e 2023 é possível observar essa aceleração no processo quem vem ocorrendo no Brasil.

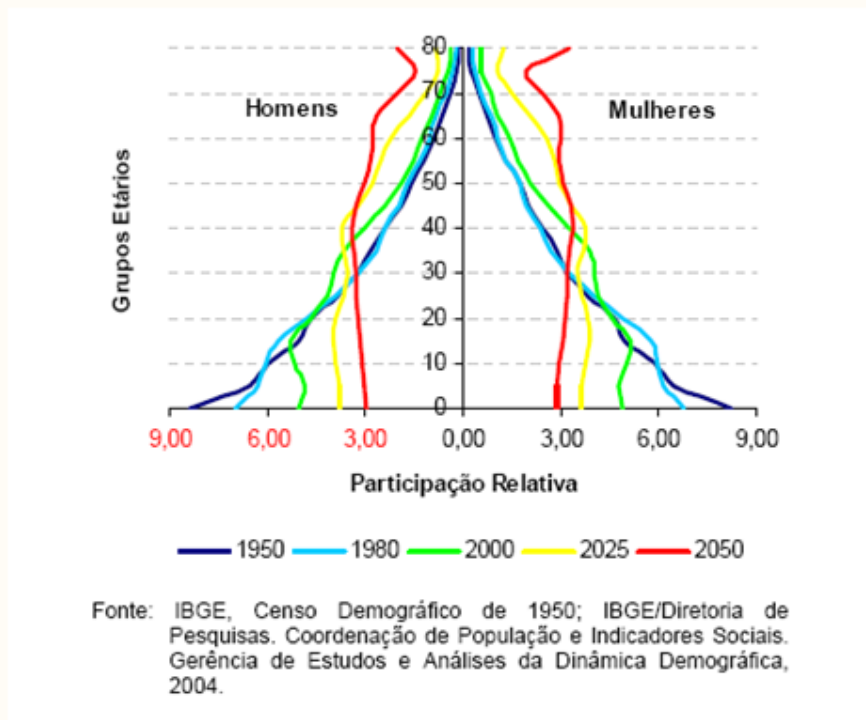
A taxa de fecundidade total em 2003 era de 2,02 filhos por mulher e caiu para abaixo do nível de reposição, para 1,62 filhos por mulher em 2023. A mortalidade infantil caiu de 24,7 mortes por mil nascimentos para 10,3 por mil. E a expectativa de vida ao nascer que era de 70,7 anos passou para 76,2 anos. A expectativa de vida aos 65 anos era de 15,3 anos em 2003 e subiu para 17,2 anos em 2023, o que significa que uma pessoa que tenha chegado aos 65 anos em 2023 tem a expectativa média de viver até os 82 anos.

Quanto aos percentuais por idade, a porcentagem de jovens de 0 a 14 anos era de 28,2% da população total em 2003 e caiu para 20% em 2023. A porcentagem de pessoas em idade ativa (15-59 anos) era de 63,1% e subiu para 64,9%. A porcentagem de pessoas idosas (de 60 anos e mais de idade) era de 8,7% e passou para 15,1%.

Um indicador dessa mudança é fornecido pelas pirâmides populacionais que visualizam a estrutura demográfica de uma população. A largura representando o tamanho da população de uma determinada idade; mulheres à direita e homens à esquerda. A camada inferior representando o número de recém-nascidos e, acima dela, é apresentado o número de coortes mais velhas.

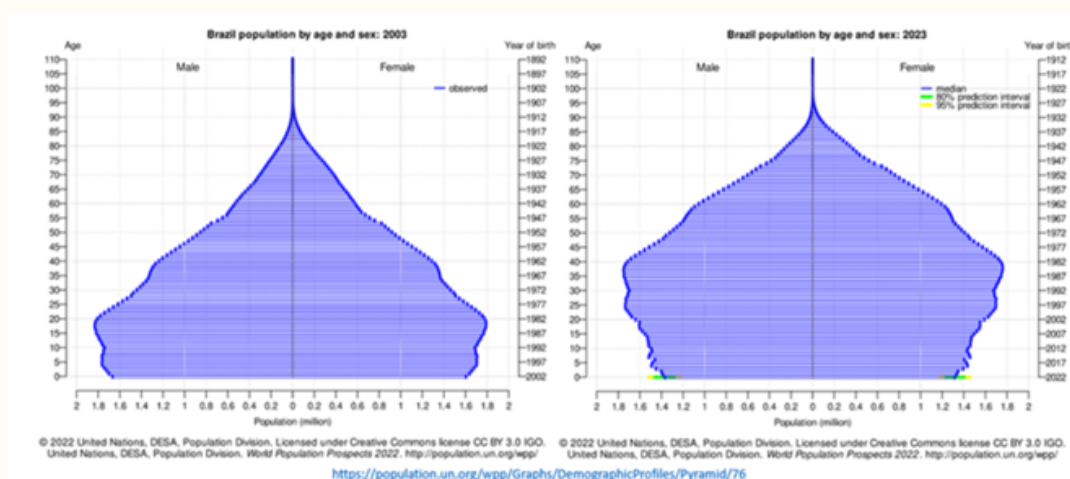
No Brasil, observa-se um estreitamento da base da pirâmide e um alargamento da parte superior, assim como observado para o mundo como um todo, indicando o envelhecimento populacional vivenciado. O Brasil encontra-se em um ponto de inflexão na história da população global. Entre 1950 e os dias atuais, foi o alargamento de toda a pirâmide – aumento do número de crianças – o responsável pelo aumento da população mundial. E agora é vivenciado um alargamento da base, mas de um "enchimento" da população acima da base, com o número de pessoas em idade ativa e pessoas idosas aumentando substancialmente.

Figura 8 – Pirâmides etárias, Brasil, 1950-2050



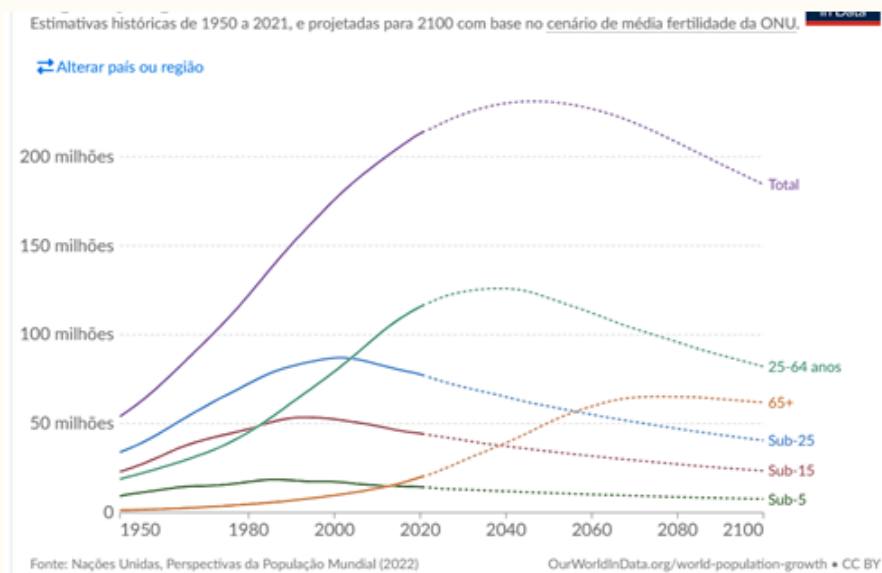
A mudança da estrutura etária fica evidente na Figura abaixo que mostra as pirâmides populacionais de 2003 e 2023. Foi possível observar que a base da pirâmide se estreitou no período e houve um aumento dos grupos adultos em idade de trabalho e uma mudança lenta no topo da pirâmide, representando que ainda há uma alta disponibilidade de força de trabalho e que o envelhecimento populacional deve ficar mais acentuado na segunda metade do atual século.

Figura 9 – Pirâmides etárias, Brasil em 2003 e 2023



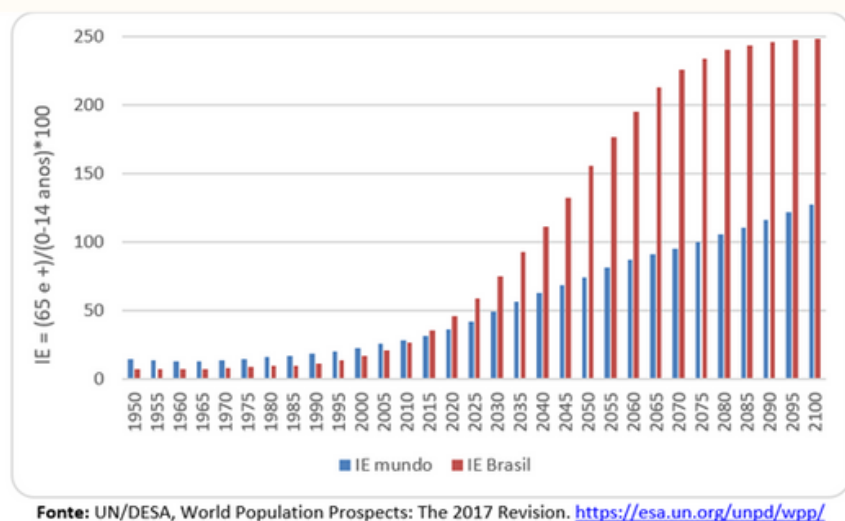
Ainda, foi observada uma mudança significativa em 2018, o número de pessoas com mais de 64 anos superou o número de crianças com menos de 5 anos. Foi a primeira vez na história que isso aconteceu no mundo como um todo. Ainda que países como os Estados Unidos já tenham experimentado em anos anteriores, o Brasil vivenciou nesse ano.

Figura 10 – População por faixa etária, Brasil



Acompanhando as questões de envelhecimento populacional é comumente utilizado o Índice de Envelhecimento (IE) que mede a relação entre a população idosa e a população jovem de 0 a 14 anos de idade. A linha que divide a população adulta da população idosa varia historicamente, no espaço e no tempo, pois há diversos critérios para definir a linha base do envelhecimento. O gráfico abaixo mostra o Índice de Envelhecimento para o mundo, entre 1950 e 2100, e para o Brasil, para a categoria de pessoas idosas de 65 anos e mais. Observa-se o crescimento significativo na proporção de pessoas idosas a cada 100 jovens de 0 a 14 anos na população, passando de uma ampla minoria na estrutura etária mundial em meados do século passado para a estimativa de 250 pessoas idosas a cada 100 jovens.

Figura 11 – Índice de Envelhecimento (IE), Brasil e mundo: 1950 - 2100



No entanto, a realidade observada no Brasil quando observados os estados e regiões ou grupos sociais se situam em momentos e fases diferentes da transição demográfica. No Norte e no Nordeste Setentrional encontram-se mais atrasados nos seus respectivos momentos da transição demográfica com altos níveis de fecundidade e, conseqüentemente, estruturas etárias ainda mais jovens. Já no Rio de Janeiro, São Paulo e Extremo Sul são regiões que se encontram em estágios mais avançados na transição demográfica. Na Figura abaixo é possível observar as diferenças nos percentuais de pessoas com 65 anos ou mais.

Figura 12 – Percentual da população brasileira com 65 anos ou mais.



Fonte: IBGE, Censo Demográfico 1991/2000; e Censo Demográfico 2010: características da população e dos domicílios: resultados do universo. In: IBGE. Sidra: sistema IBGE de recuperação automática. Rio de Janeiro, 2011. Disponível em: <<http://www.sidra.ibge.gov.br/bda/tabela/listabl.asp?c=1378&z=cd&o=5>>.

ENVELHECIMENTO E O IMPACTO NAS POLÍTICAS PÚBLICAS

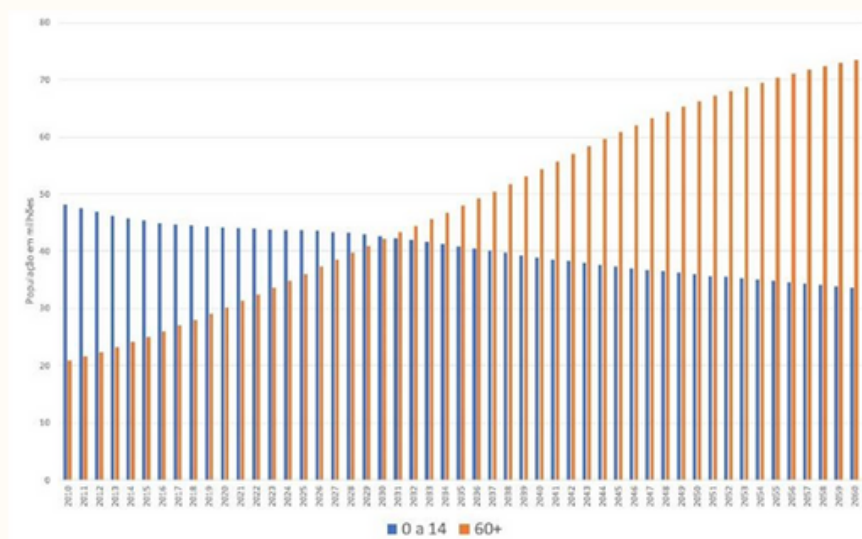
Aliado ao seu tamanho continental, o Brasil possui marcada desigualdade regional, embora tenha reduzido as desigualdades a partir da base, retirando parte da população brasileira localizada abaixo da linha de pobreza, a grande concentração de renda no topo se manteve estável.

Para o Brasil, questões populacionais não são fenômenos independentes do tipo de organização social existente. Guimarães (2021), em análise realizada, sugere que há uma relação entre o nível de renda e pobreza, associados ao padrão de desigualdade social e espacial, e à dinâmica demográfica do país. Em que pese o fato de haver uma relação entre pobreza, desigualdade e o “pace” da transição demográfica no Brasil, o que se tem é uma heterogeneidade regional expressiva no Brasil, o que parece criar dois grandes blocos (Norte/Nordeste do país; e Sul/Sudeste), que parecem caminhar em sentidos opostos, expressos tanto nos indicadores demográficos da transição quanto nos indicadores econômicos.

A transição demográfica proporciona oportunidades para o desenvolvimento de políticas que permitam o acesso à educação, à saúde e ao emprego e que superem os desafios do país. Do ponto de vista das mudanças na estrutura etária, três fenômenos devem ser considerados como importantes para a formulação das políticas públicas no Brasil:

- A redução do peso relativo da população jovem, a estimativa é que a proporção de pessoas idosas ultrapassará a de jovens no país em 2050;
- O aumento da população de idosos na população (envelhecimento populacional);
- O aumento na proporção da população em idade ativa (PIA) até 2030 e de seu volume até 2060.

Figura 13 – População jovem e idosa no Brasil, 2010 - 2060.

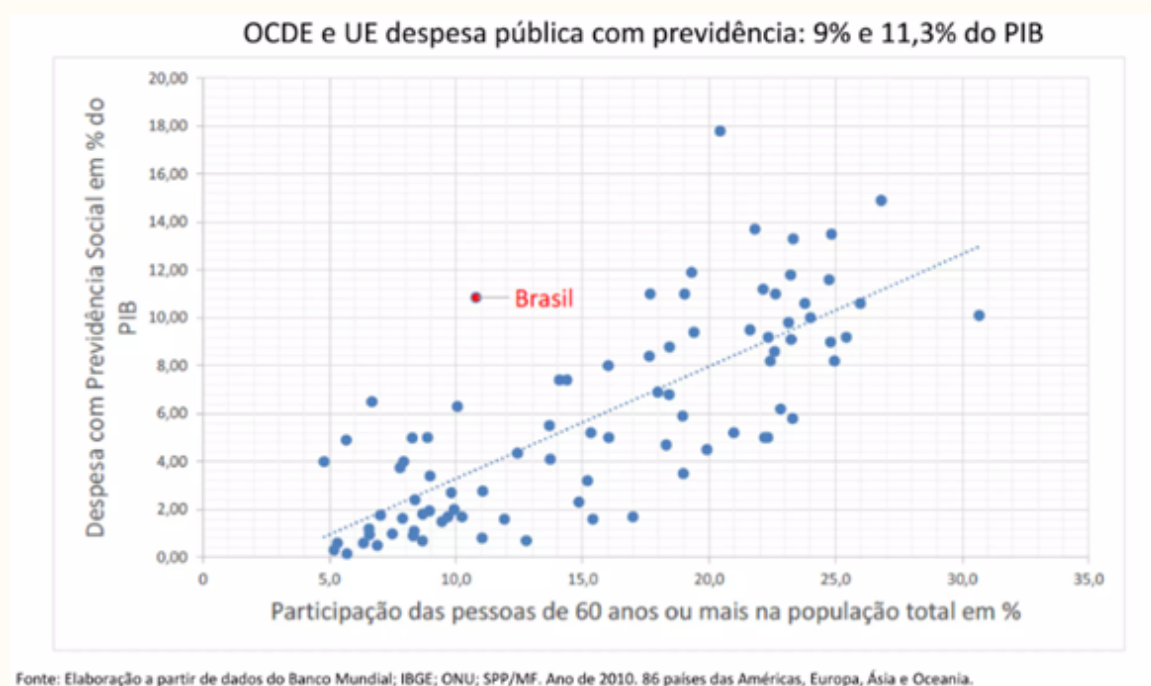


Fonte: IBGE/Diretoria de Pesquisas. Coordenação de População e Indicadores Sociais. Gerência de Estudos e Análises da Dinâmica Demográfica.

Esse envelhecimento da população brasileira gera alguns desafios para políticas públicas, em especial às relacionados ao RGPS – Regime Geral de Previdência Social. Estima-se que a população brasileira começou a passar por esse processo por volta de 1970, quando a fecundidade começou a diminuir conjuntamente com a mortalidade. A nova estrutura envelhecida traz desafios para as políticas públicas do país. Como o RGPS tem a incumbência de garantir aos seus segurados os benefícios relativos à cobertura dos eventos de doença, invalidez, morte, idade avançada e reclusão; à proteção à maternidade, especialmente à gestante; à proteção do trabalhador em situação de desemprego involuntário; ao salário-família para os dependentes dos segurados de baixa renda; e à pensão por morte do segurado, terá que se adaptar de acordo com a nova massa de seus beneficiários e contribuintes.

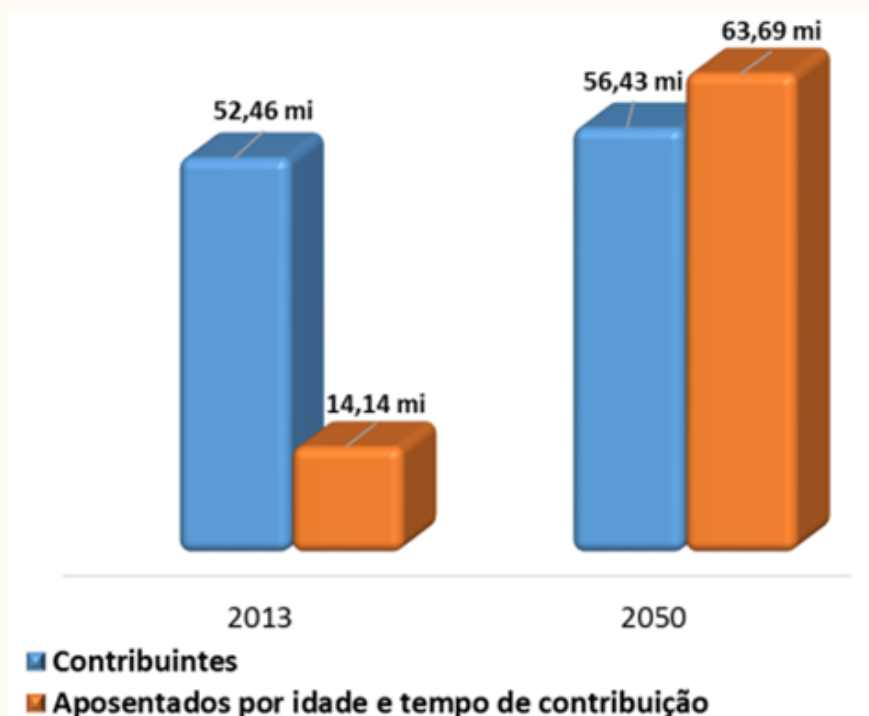
Como a quantidade de pessoas ativas por pessoa idosa reduzirá significativamente ao longo do tempo, isso influenciará as projeções de despesas que culminarão na necessidade de mudanças nas regras de acesso e manutenção de benefícios previdenciários. A Figura a seguir apresenta uma relação significativa entre as despesas com Previdência no Brasil, apesar do baixo percentual de população acima de 60 anos, frente aos demais países.

Figura 14 – Gasto Previdenciário versus Participação de Pessoas com 60 anos ou mais na População Total.



Ainda, segundo IBGE, em 2020, aproximadamente 75% dos segurados do INSS tinham 60 anos ou mais, e considerando o crescimento na expectativa de vida, a estimativa é que o número de aposentados por idade e tempo de contribuição ultrapasse a quantidade de contribuintes (Figura 15).

Figura 15 – Estimativa futura de benefícios e de contribuintes.



Fonte: Boletim Estatístico da Previdência Social dez/2015.

Assim, no que diz respeito ao RGPS, o grande desafio com o envelhecimento populacional e com o aumento da sobrevida está em equilibrar suas despesas frente à redução da população em idade economicamente ativa.

Para além das questões de despesas e relacionadas à previdência, temas bastante explorados nos estudos que relacionam a transição demográfica e a manutenção desses, outros desafios são impostos em função da mudança da estrutura etária no país que também exigem um tratamento e olhar estruturado em termos de políticas públicas para garantir o envelhecimento saudável das pessoas idosas, tais como: o Estado conseguir dar a importância devida às pessoas com mais de 60 anos, a implementação de novos centros de acolhimento para pessoas com 60 anos ou mais, com infraestrutura adequada para um bom atendimento, a revisão das questões de mobilidade e o espaço urbano, o combate à violência contra a pessoa idosa e o entendimento da importância e a valorização do papel do cuidador.

REFERÊNCIAS

- CORTEZ, Antônio Carlos Leal et al. Aspectos gerais sobre a transição demográfica e epidemiológica da população brasileira. *Enfermagem Brasil*, v. 18, n. 5, 2019.
- NUNES, Josiele de Paula et al. Transição demográfica e transição epidemiológica no Brasil: uma análise sobre os perfis de estrutura etária e de mortalidade nas unidades federativas no País em 2015. 2021.
- THOMPSON, W. S. Population. *American Journal of Sociology*, v. 34, p. 959-975, 1929. Disponível em: <https://u.demog.berkeley.edu/~jrw/Biblio/Eprints/%20T-V/thompson.1929.AJS.population.pdf>. Acesso em: 19/09/2023.
- CASTIGLIONI, A. H. Transição urbana e demográfica no Brasil: características, percursos e tendências. *Ateliê Geográfico, Goiânia*, v. 14, n. 1, p. 6-26, 2020. DOI: 10.5216/ag.v14i1.59464. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/atelie/article/view/59464>. Acesso em: 19 set. 2023.
- GUIMARÃES, Raphael Mendonça; ANDRADE, Flávia Cristina Drumond. O paradoxo de Simpson: um estudo de caso demográfico sobre dinâmica da população, pobreza e desigualdade. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, p. 4453-4469, 2021.
- VASCONCELOS, A. M. N.; GOMES, M. M. F. Transição demográfica: a experiência brasileira. *Revista do Sistema Único de Saúde do Brasil, Brasília, DF*, v. 21, n. 4, p. 539- 548, 2012.
- IBGE. Prévia da População dos Municípios com base nos dados do Censo Demográfico 2022 coletados até 25/12/2022, divulgação em 28 de dezembro de 2022. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/22827-censo-demografico-2022.html?edicao=35938&t=resultados>

Interseccionalidade e Envelhecimento

Qual a importância desse discurso na atualidade?

Polliana Teixeira da Silva¹

Isabelle Patrícia F S Chariglione²

¹Psicóloga. Doutoranda pelo Programa de pós-graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Escolar da Universidade de Brasília (PGPDE / UnB).

² Psicóloga. Dra. Professora no Programa de Pós-graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Escolar da Universidade de Brasília (PGPDE / UnB).

3.4

As viagens transcontinentais traçadas no período colonial marcaram o Oceano Atlântico como o locus das opressões cruzadas, visto que este representa o palco da trágica história da escravidão nas Américas (Akotirene, 2019). Isso porque, entre os séculos XV e XVI, a Europa Ocidental se destacou pela emergência de ideais embrionários de igualdade, liberdade e universalidade, ao mesmo tempo em que expandia suas fronteiras através da colonização e escravidão na África e nas Américas (Nascimento, 2021).

Emerge, então, toda uma discussão acerca dos mais diversos âmbitos da colonização no Brasil. Aqui, destaca-se a ideia de colonialidade do ser, desenvolvida por Maldonado-Torres (2007), cujo pressuposto seria “não apenas dominar fisicamente os descendentes de africanos, mas também ideologicamente, a partir da destruição de todos os elementos que os constituíam enquanto seres humanos” (Da Silva, 2023, p. 38). A partir deste processo, o homem branco assume o papel de ser humano universal, e todos os segmentos identitários que desviam deste padrão são alocados como “o outro”: pessoas negras, com deficiência, do gênero feminino, da comunidade LGBTQIA+ e demais camadas sociais dissidentes.

Assim, é possível assumir que diferentes parcelas da população são afetadas de maneiras distintas, especialmente no que se refere às realidades presentes em um país de dimensões continentais. Portanto, faz-se fulcral investigar como as relações de poder se relacionam com os marcadores sociais de diferença de raça, gênero, orientação sexual, geração, entre outros; e como esse diálogo se faz presente no desenvolvimento humano e social. A essa empreitada foi dado o nome de interseccionalidade – uma ferramenta ancestral elaborada por mulheres negras ativistas e intelectuais, que almejavam compreender as esferas humanas para além de lógicas homogeneizadoras (Akotirene, 2019; Collins & Bilge, 2021).

O termo “interseccionalidade” foi cunhado em 1990 por Kimberlé Crenshaw; contudo, este conceito já permeava a sociedade norte-americana muito antes, entre as décadas de 1960 e 1970, em movimentos sociais liderados por mulheres negras dos Estados Unidos da América (Akotirene, 2019).

A sua nomeação e institucionalização aparece no fim do século XX em busca de uma maior aceitação no meio acadêmico, representando um afastamento dos movimentos sociais para adentrar os limites formais da academia – ainda que ambas as esferas permaneçam intimamente relacionadas entre si.

Após mais de 30 anos desde a institucionalização deste termo, pode-se dizer que, atualmente, a interseccionalidade é definida como a investigação do modo como as relações de poder influenciam as relações sociais em sociedades diversas (Collins & Bilge, 2021). É, então, uma ferramenta que valoriza a experiência de vida dos sujeitos, bem como o conhecimento corporificado que advém das diversas maneiras de ser e estar no mundo. Pretende-se, a partir desta recente abordagem, resgatar o protagonismo de populações historicamente alocadas à margem da sociedade ocidental, atuando em prol de uma responsabilidade social.

Partindo deste conceito e do seu esforço para analisar as diferentes estruturas de opressão e discriminação, vale referenciar o ensaio de Lorde (2019), no qual a autora afirma que não existe uma hierarquia de opressão, haja vista que toda e qualquer prática discriminatória advém dos mesmos ideais de superioridade que justificaram a escravidão, guerras, estruturas excludentes e demais mazelas da sociedade. Gonzalez (2020) aponta que muitas das opressões instauradas no Ocidente partem da crença de que supostas diferenças biológicas embasam ideologias de dominação. E qual a relação entre estes aspectos e o processo de envelhecimento humano?

Já se sabe que o envelhecimento humano é um fenômeno mundial presente na maioria dos países desenvolvidos ou em desenvolvimento, fruto da conjugação entre queda de taxas de mortalidade, decréscimo de taxas de natalidade, maior acesso aos serviços de saúde e demais fatores (Ottoni, 2020). A partir dessa constatação, a comunidade científica passou a se debruçar sobre este processo, a fim de compreender suas especificidades e sair do âmbito meramente biológico e individual, encarando o envelhecimento enquanto um acontecimento, também, social e político (Albuquerque et al., 2011).

Durante os primeiros 50 anos de investigação sistematizada sobre o envelhecimento, pode-se dizer que esse fenômeno foi encarado pela gerontologia como o caminho contrário ao desenvolvimento (Neri, 2012). Todavia, atualmente, tal processo se apresenta de maneira distinta: uma fase do ciclo vital constituída por perdas e ganhos concorrentes (Neri, 2006; Neri, 2011). Neste sentido, chamam a atenção alguns trabalhos como os de Laslett (1996) e Camarano e Fernandes (2013), que apontam a velhice como “idade do preenchimento”; isto é, o momento ideal para novas aspirações e realizações. Mas, cabe o questionamento: quem tem direito a vivenciar tais oportunidades de autorrealização? De quais pessoas idosas estamos falando?

Falar sobre a dimensão da interseccionalidade no envelhecimento é entender que o envelhecer não é um processo homogêneo e varia a depender do contexto histórico, social, político, econômico e cultural em que determinadas pessoas se inserem e, conseqüentemente, envelhecem. Isto é, para além do envelhecer em si, devem ser considerados outros múltiplos fatores na compreensão dessa vivência, tais como raça, gênero, orientação sexual, entre outros (Da Silva, 2023).

Assim, não cabe afirmar que a velhice é um momento de contentamento para todas as pessoas. Na verdade, já são expressivos os trabalhos que indicam as disparidades vividas nesta etapa de vida por pessoas de segmentos identitários distintos.

No que se refere ao diálogo entre envelhecimento e negritude no Brasil, Akotirene (2019) diz que “a velhice é como a raça é vivida; e classe-raça cruza gerações, envelhecendo mulheres negras antes do tempo” (p. 18). Neste estudo, a autora discorre sobre a seguridade social garantida às mulheres brancas, uma vez que os dados apontam para um maior acesso à educação e ao emprego formal por essa camada, o que pode garantir a aposentadoria e a permanência destas na posição de patroas. Enquanto isso, destaca-se que o racismo estrutural opera para manter mulheres negras fora do mercado formal de trabalho e, por consequência, dos direitos previdenciários, gerando implicações diretas nas vivências da velhice.

Seguindo essa mesma linha, o artigo de Rabelo et al. (2018) aborda algumas questões emergentes no processo de envelhecimento quando este é vivenciado por pessoas negras. De acordo com os autores, elementos como iniquidades em saúde, demandas familiares e violência atravessam majoritariamente corpos negros ao longo de toda a vida, impactando negativamente a maneira como o envelhecimento é experimentado por essa camada social. Já no âmbito do envelhecimento feminino, pesquisas como as de Silva e Menandro (2014) e Silva et al. (2020) demonstram que mulheres idosas brasileiras ancoram seus entendimentos acerca da velhice principalmente por suas limitações e aspectos negativos, tanto físicos, quanto psicológicos e sociais. Em suma, essas mulheres definiram o envelhecimento como um momento de doenças, cansaço, tristeza, medo, sofrimento, abandono, desrespeito, etc.

Em sua dissertação, cujo foco principal foi investigar as representações sociais construídas por mulheres negras idosas sobre aspectos de envelhecimento e raça, Da Silva (2023) também identificou que, quando as participantes eram indagadas sobre o envelhecimento em si, as representações sociais se circunscreviam em torno da palavra “não”. Em outras palavras, essas mulheres entrevistadas identificaram que atingiram a velhice quando passaram a não-poder, não-conseguir, não-estar, não-participar, entre outros.

Agora, dentro dos estudos sobre envelhecimento da comunidade LGBTQIA+, Gaspari (2022) defende que determinantes sociais como corporalidade, gênero e sexualidade, quando analisados sob o prisma de idade e geração, assumem outros significados, que variam desde a valorização e aceitação das pessoas que fazem parte da comunidade LGBTQIA+, até a acusação e estigmatização destas. Nesse mesmo caminho, o trabalho de Salgado et al. (2017) identificou nos discursos dos participantes a percepção de que a velhice LGBT é dificultada pelo preconceito enraizado na sociedade.

Neste escopo, em seu trabalho sobre as percepções do envelhecimento de pessoas transgêneros e cisgêneros no Brasil, Sousa, Martinez e Chariglione (2023) também encontraram o “não” como termo textual proeminente nos discursos dos participantes quando eles se referiam ao envelhecimento de pessoas transgêneros. Em outras palavras, ficou em evidência a relação não-pessoa e não-envelhecer quando o assunto é envelhecimento de pessoas transgêneros no Brasil.

Frente a esse breve panorama exposto, compreende-se que as relações de poder se circunscrevem na subjetivação e na trajetória de vida dos seres humanos, especialmente em um país marcado pela diversidade. Desta forma, não cabe mais perpetuar a ideia de que envelhecer é um fenômeno universal e homogêneo, visto que o próprio avançar da idade configura como um determinante social de diferença e, somado a outros, pode ter desdobramentos na maneira como se chega até a velhice.

Conforme abordado anteriormente, é com base na valorização da experiência e do conhecimento corporificado que a interseccionalidade se apresenta. E, ao se tratar especificamente sobre camadas sociais afetadas por opressões majoritariamente fundamentadas por diferenças biológicas; isto é, por uma suposta superioridade “natural” de um grupo em relação ao outro, é de extrema importância a análise de marcadores sociais como precursores de experiências únicas. Em suma, transitar pelo mundo em um corpo negro, feminino, transgênero e/ou praticando uma orientação sexual que foge da heteronormatividade implica na vivência de outras experiências. Envelhecer, bem como todas as outras etapas de vida, não é um processo igual para todos.

Frente a isso, é compreensível reforçar a relevância de ampliar as pesquisas que versem sobre o envelhecimento, abarcando o seu caráter multifacetado e englobando tanto suas limitações, quanto suas potencialidades. Isso porque a ausência de determinados debates serve, muitas vezes, para omitir a ocorrência de uma série de violências cotidianas, atrasando o desenvolvimento social de uma nação e prejudicando diariamente a existência de um quantitativo expressivo de seres humanos – ferindo princípios básicos da Declaração Universal dos Direitos Humanos e, até mesmo, da própria Constituição Federal de 1988. Portanto, acrescentar a dimensão da interseccionalidade na análise do envelhecimento é, antes de mais nada, pensar em uma ciência que contemple as mais variadas realidades presentes em solo nacional.

Referências

- Akotirene, C. (2019). Interseccionalidade. São Paulo: Jandaíra.
- Albuquerque, F. J. B.; Gouveia, C. N. N. A.; Rodrigues, C. F. F.; Martins, C. R.; & Neves, M. T. S. (2011). Avaliação do bem-estar subjetivo de idosos no ambiente rural. Em Falcão, D. V. S.; & Araújo, L. F. (2ª Ed.). Psicologia do Envelhecimento: relações sociais, bem-estar subjetivo e atuação profissional em contextos diferenciados (p. 67-84). Campinas: Alínea.
- Camarano, A. A.; & Fernandes, D. (2013). Envelhecimento populacional, perda da capacidade laborativa e políticas públicas brasileiras entre 1992 e 2011. Texto para Discussão, 1890, Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA), Brasília.
- Collins, P. H.; & Bilge, S. (2021). Interseccionalidade. São Paulo: Boitempo.

- Da Silva, P. T. (2023). Deus é uma mulher preta?: as representações sociais construídas por mulheres negras idosas do Distrito Federal sobre seus envelhecimentos (Dissertação de Mestrado). Universidade de Brasília, Brasília.
- Gaspari, A. (2022). 'Bichas velhas': pedagogias da(s) masculinidade(s) e da "velhitude". Artes de educar, Dossiê Temático, p. 199-218.
- Gonzalez, L. (2020). Por um feminismo afro-latino-americano. Rio de Janeiro: Zahar.
- Laslett, P. (1996). What is old age? Variation over time and between cultures. International studies in demography: health and mortality among the elderly, issues for assessment. New York: Oxford University Press.
- Lorde, A. (2019). Não existe hierarquia de opressão. Em Hollanda, H. B. (Org.). Pensamento Feminista: conceitos fundamentais (p. 235-238). Rio de Janeiro: Bazar do Tempo.
- Maldonado-Torres, N. (2007). Sobre la decolonialidad del ser: contribuciones al desarrollo de um concepto. Em: Castro-Gomez, S.; & Grosfoguel, R. (Orgs.). El giro decolonial: reflexiones para una diversidad epistémica mas allá del capitalismo global (p. 127-167). Bogotá: Siglo del Hombre Editores.
- Nascimento, B. (2021). Uma história feita por mãos negras. Rio de Janeiro: Zahar.
- Neri, A. L. (2006). O legado de Paul B. Baltes à Psicologia do Desenvolvimento e do Envelhecimento. Temas em Psicologia, 14(1), pp. 17-34.
- Neri, A. L. (2011). Uma Psicologia positiva para o envelhecimento. Em Falcão, D. V. S.; & Araújo, L. F. (2ª Ed.), Psicologia do Envelhecimento: relações sociais, bem-estar subjetivo e atuação profissional em contextos diferenciados (p. 9- 10). Campinas: Alínea.
- Neri, A. L. (2012). Paradigmas contemporâneos sobre o desenvolvimento humano em Psicologia e em Sociologia. Em Neri, A. L. (5ª Ed.). Desenvolvimento e Envelhecimento: Perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas (p. 11-34). Campinas: Papirus.
- Otoni, M. A. M. (2020). Envelhecimento populacional e morbidade de idosos no Brasil: uma avaliação do impacto de indicadores socioeconômicos à luz das peculiaridades regionais (Tese de Doutorado). Universidade Estadual de Montes Claros, Minas Gerais.
- Rabelo, D. F.; Silva, J.; Rocha, N. M. F. D.; Gomes, H. V.; & Araújo, L. F. (2018). Racismo e envelhecimento da população negra. Revista Kairós-Gerontologia, 21(3), pp. 193-215.
- Salgado, A. G. A. T.; Araújo, L. F.; Santos, J. V. O.; Jesus, L. A.; Fonseca, L. K. S.; & Sampaio, D. S. (2017). Velhice LGBT: uma análise das representações sociais entre idosos brasileiros. Ciências Psicológicas, 11(2), p. 155-163.
- Silva, S. P. C.; & Menandro, M. C. S. (2014). As representações sociais da saúde e de seus cuidados para homens e mulheres idosos. Saúde Soc., 23(2), p. 626-640.
- Silva, H. G.; Nogueira, J. M.; Junior, E. B. S.; Coutinho, D. T. R.; & Freitas, M. C. (2020). Representações sociais de mulheres idosas sobre o envelhecimento. Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro, 10, pp. 1-8.
- Sousa, X. R. R.; Martinez, G. F.; & Chariglione, I. P. F. S. (2023). Análise comparativa da percepção dos processos de envelhecimento entre pessoas transgêneros e cisgêneros do Brasil. Revista Brasileira de Estudos da Homocultura, 6(20), p. 393-410.

NARRATIVAS COMO RESISTÊNCIA:

Afetividade, Vínculo e Interseccionalidade em um Coletivo de Mulheres Idosas

Flávia Mendes de Sena¹
Loyde Cardoso²

¹ Educadora Social pela Secretaria de Estado de Desenvolvimento Social (SEDES). Mestranda em Políticas Públicas para a Infância e Juventude pela Universidade de Brasília/UnB.

² Educadora Social pela Secretaria de Estado de Desenvolvimento Social (SEDES). Doutoranda em Literatura e Práticas Sociais da Universidade de Brasília (PósLit / UnB).

3.5

Resumo

Este artigo tem como objetivo analisar o documentário *Condão: capacidade, faculdade, poder*, desenvolvido no contexto do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos, que faz parte da proteção social básica do Sistema Único de Assistência Social (SUAS). O documentário traz narrativas de três idosas do coletivo Super Vida do Centro de Convivência Gama Sul, as quais expõem suas memórias, trazendo questões relacionadas a gênero, envelhecimento, raça, relações afetivas, trabalho, vivências de vulnerabilidade, bem como saberes constituídos como práticas de resistência política e social em contextos de vulnerabilidades diversas. A análise pontua sobre a importância da constituição de espaços coletivos, bem como da garantia de acesso a esses espaços, em que é possível efetuar trocas afetivas positivas, funcionando, cotidianamente, como espaços de resistência política ante cenários de desigualdades sociais, situações de isolamento e preconceitos.

Palavras-chaves: Idosas, Interseccionalidade, Serviço de Convivência, Resistência política.

1. APRESENTAÇÃO

Todo mundo sempre tem uma história para contar sentado na calçada, tomando um café ou na fila de um supermercado. Mais do que relatos pessoais, essas narrativas são carregadas de historicidade, memória social, resistência e superação. A oralidade foi uma estratégia escolhida pela equipe do Centro de Convivência Gama Sul (CECON) para dialogar com o coletivo Super Vida, composto, em sua maioria, por mulheres idosas. Três mulheres negras do grupo foram chamadas para contar suas vivências de infância, as relações afetivas com a família e com seus parceiros, os desafios do mundo do trabalho, da maternidade e as percepções raciais que permearam todas essas fases de suas vidas. As narrativas foram filmadas e virou o documentário intitulado *Condão: capacidade*,

faculdade, poder, organizado em três atos: Raízes, Trajetórias e Pele. No primeiro ato, foram reunidos relatos sobre a infância, aspectos de ancestralidade, vínculos maternos e relacionamento familiar; no segundo ato, elas contam sobre os desafios com estudos, trabalho, casamento, filhos e relações afetivas; no último ato, elas falam sobre como foi/é viver na pele de uma mulher negra e suas concepções sobre as questões raciais e o universo feminino.

O coletivo Super Vida é produto das ações desenvolvidas para a execução do Serviço de Convivência previsto na Política Nacional de Assistência Social (PNAS). O público-alvo desse serviço são pessoas em situação de vulnerabilidade social decorrente da pobreza e da privação e/ou da fragilização de vínculos afetivos. O entendimento de que a vulnerabilidade social não tem apenas o viés material ao qual se destinam as seguranças de renda e acolhida previstas no Sistema Único de Assistência Social (SUAS), mas também se configura enquanto vulnerabilidades relacionais e de pertencimento, representa significativo avanço no campo da Assistência Social e da Proteção Social Básica. Nesse contexto, a segurança de convívio aparece como uma das seguranças afiançadas pelo SUAS:

A segurança da vivência familiar ou a segurança do convívio [...] supõe a não aceitação de situações de reclusão, de situações de perda das relações. [...] A dimensão societária da vida desenvolve potencialidades, subjetividades coletivas, construções culturais, políticas e, sobretudo, os processos civilizatórios. As barreiras relacionais criadas por questões individuais, grupais, sociais por discriminação ou múltiplas inaceitações ou intolerâncias estão no campo do convívio humano. A dimensão multicultural, intergeracional, interterritoriais, intersubjetivas, entre outras, devem ser ressaltadas na perspectiva do direito ao convívio (Brasil, 2004, p. 26).

A segurança de convívio deve ser ofertada por meio de ações, cuidados e serviços que fortaleçam os vínculos pessoais, familiares, comunitários, mediante a oferta de experiências socioeducativas, lúdicas, socioculturais, desenvolvidas em rede de núcleos socioeducativos e de convivência para os diversos ciclos de vida, suas características e necessidades, no âmbito do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos (SCFV), visando priorizar o sujeito de direitos enquanto sujeito histórico com toda sua complexidade.

Pretendemos aqui, por meio da análise dos relatos registrados no documentário e da autodefinição das mulheres negras, traçar um debate aproximando a potência narrativa das questões sociais e políticas determinadas pelos marcadores de classe, raça, gênero e ciclo etário. Pretendemos ainda dialogar com a qualidade dos vínculos afetivos, familiares e sociais vivenciados por essas mulheres, posto que os objetivos do SCFV se propõem a fortalecer tais vínculos.

2. O PODER DA FALA

Três critérios foram estabelecidos para a escolha dos personagens do documentário: ser mulher, ser negra e ser idosa. Além desses recortes, já havia em comum entre elas o fato de estarem compondo um coletivo de usuárias da assistência social. O entrecruzamento das categorias classe, raça, gênero e ciclo etário se fazem presentes então desde a concepção do documentário que irá compor o nosso principal objeto de análise.

Essas mulheres idosas, negras, com histórico de fragilização de vínculos relacionais, moradoras vivas de histórias, memórias, potências e resistências, trazem, por meio de suas falas, como as avenidas identitárias se cruzam na sociedade. Muito embora tais questões possam não ser problematizadas em suas vidas de forma conceitual, elas as atravessam enquanto vivência e, à medida que são postas em palavras, ocupam um lugar de centralidade, permitindo diversas reflexões sobre o poder da voz, sobre a importância da constituição de vínculos comunitários e a importância dos espaços coletivos de trocas.

Esses eixos distintos de poder (gênero, raça, classe e ciclo etário) operam para construir uma realidade de múltiplas exclusões para essas mulheres, deixando marcas profundas de um sistema opressor. O conceito de interseccionalidade foi cunhado pela primeira vez pela estadunidense Kimberlé Crenshaw, que o define como a interação entre dois ou mais eixos de subordinação:

A interseccionalidade é uma conceituação do problema que busca capturar as consequências estruturais e dinâmicas da interação entre dois ou mais eixos da subordinação. Ela trata especificamente da forma pela qual o racismo, o patriarcalismo, a opressão de classe e outros sistemas discriminatórios criam desigualdades básicas que estruturam as posições relativas de mulheres, raças, etnias, classes e outras. Além disso, a interseccionalidade trata da forma como ações e políticas específicas geram opressões que fluem ao longo de tais eixos, constituindo aspectos dinâmicos ou ativos do desempoderamento (Crenshaw, 2002, p 177).

A discriminação contra mulheres negras opera em várias camadas e se constitui no imaginário de uma sociedade supostamente democrática. A análise das vivências dessas mulheres negras e idosas, expostas por meio das narrativas do documentário *Condão: capacidade, faculdade, poder*, exige considerar a inter-relação das opressões que as acometem, tão bem expressadas em suas falas.

Um exemplo do poder da fala é o de Sojourner Truth, uma mulher negra, ex-escravizada e idosa, que, em 1851, durante a Convenção dos Direitos das Mulheres de Ohio, proferiu seu famoso discurso “E eu não sou uma mulher?”. Naquela ocasião, Truth colocou em questão a universalização do termo “mulher”, ela havia trabalhado como um homem, seus braços

eram fortes como os de um homem e aguentou chicotadas como qualquer homem escravizado e nunca havia em sua vida recebido os cuidados e a proteção que eram destinados às mulheres brancas. Os filhos que teve como qualquer mulher os tem – foram vendidos contra a sua vontade e levados para longe dela, de modo que o exercício de sua maternidade não estava sob seu controle. Assim sendo, ela não era uma mulher?

Bem, minha gente, quando existe tamanha algazarra é que alguma coisa deve estar fora da ordem. Penso que espremidos entre os negros do sul e as mulheres do norte, todos eles falando sobre direitos, os homens brancos, muito em breve, ficarão em apuros. Mas em torno de que é toda essa falação? Aquele homem ali diz que é preciso ajudar as mulheres a subir numa carruagem, é preciso carregar elas quando atravessam um lamaçal e elas devem ocupar sempre os melhores lugares. Nunca ninguém me ajuda a subir numa carruagem, a passar por cima da lama ou me cede o melhor lugar! E não sou uma mulher? Olhem para mim! Olhem para meu braço! Eu capinei, eu plantei, juntei palha nos celeiros e homem nenhum conseguiu me superar! E não sou uma mulher? Eu consegui trabalhar e comer tanto quanto um homem – quando tinha o que comer – e também aguentei as chicotadas! E não sou uma mulher? Pari cinco filhos e a maioria deles foi vendida como escravos. Quando manifestei minha dor de mãe, ninguém, a não ser Jesus, me ouviu! E não sou uma mulher? E daí eles falam sobre aquela coisa que tem na cabeça, como é mesmo que chamam? (uma pessoa da plateia murmura: “intelecto”). É isto aí, meu bem. O que é que isto tem a ver com os direitos das mulheres ou os direitos dos negros? Se minha caneca não está cheia nem pela metade e se sua caneca está quase toda cheia, não seria mesquinho de sua parte não completar minha medida? Então aquele homenzinho vestido de preto diz que as mulheres não podem ter tantos direitos quanto os homens porque Cristo não era mulher! Mas de onde é que vem seu Cristo? De onde foi que Cristo veio? De Deus e de uma mulher! O homem não teve nada a ver com Ele. Se a primeira mulher que Deus criou foi suficientemente forte para sozinha, virar o mundo de cabeça para baixo, então todas as mulheres, juntas, conseguirão mudar a situação e pôr novamente o mundo de cabeça para cima! E agora elas estão pedindo para fazer isto. É melhor que os homens não se metam. Obrigada por me ouvir e agora a velha Sojourner não tem muito mais coisas para dizer (Truth apud Ribeiro, 2017, p. 20-21)

A velha Sojourner trouxe à tona a questão do lugar ocupado pela mulher negra, que, estando sujeita às mesmas violências e à carga de trabalho que era infligida sobre o homem negro, não era contemplada ou mesmo considerada na luta pelos direitos daqueles homens, que, como conta Karla Akotirene (2019), conquistaram o direito ao sufrágio omitindo qualquer referência a essas mulheres. Diante das mulheres brancas, as mulheres negras não usufruíam sequer do direito que se supunha biológico e premissa de feminilidade, qual seja a maternagem obrigatória, uma vez que seus filhos eram vendidos. Com esse discurso, Truth articula raça, gênero e classe ao questionar o não-lugar da mulher negra frente aos seus parceiros homem-negro e mulher-branca.

Anos depois, em 1967, em seu discurso “Keeping the Thing Going While Things Are Stirring”, Truth também articula o etarismo somado às demais opressões, denunciando a infantilização da mulher negra: “Eu quero que você considere que sou uma criança de alguém e, eu tenho idade suficiente para ser mãe de todo mundo aqui” (Truth apud Akotirene, 2019, p. 18). Akotirene, ao refletir sobre as palavras de Truth, nota como raça impõe à mulher negra a experiência de burro de carga da patroa e do marido.

Assim sendo, em suas palavras: “independentemente da idade, o racismo infantiliza as mulheres negras. Velhice é como a raça é vivida; e classe-raça cruza gerações, envelhecendo mulheres negras antes do tempo” (Akotirene, 2019, p. 18). Essas mulheres, que viveram uma vida de submissões às patroas brancas e aos maridos, em empregos fora do mercado de trabalho formal, estando sujeitas a fazer o que marido e patroa/patrão querem, reivindicam a todo tempo sua autonomia e capacidade crítica a despeito do não-lugar a que são relegadas.

Nas palavras de Neuza Souza, “uma das formas de exercer autonomia é possuir um discurso sobre si mesmo. Discurso que se faz muito mais significativo quanto mais fundamentado no conhecimento concreto da realidade” (Souza, 2019, p. 25). Através de seus discursos, Truth se colocava em um mundo que constantemente a negava, pois suas falas eram recorrentemente interrompidas por pessoas que negavam sua humanidade. Na mesma medida em que ela reivindicava esse lugar no mundo, ela organizava outros lugares ao seu redor, a partir de sua experiência e que, não fossem as vozes de muitas mulheres negras que somam coro à dela, não seriam compreendidos como espaços em que as avenidas do cisheteropatriarcado capitalista se cruzam.

Para Bel Hooks, o ato de “erguer a voz” não é um mero gesto de palavras vazias: é uma expressão de nossa transição de objeto para sujeito – a voz liberta (Hooks, 2019, p. 38-39). Para as mulheres negras, é autotransformador, na medida que corporifica e consoma o que estava contido em ciclos de silenciamentos. Configura-se ainda como ato político, desvelando estruturas sociais de violações de direitos e ecoando para que outras mulheres também se encorajem a falar. A linguagem se configura então como um lugar de luta, resistência e liberdade: um ato de coragem.

Quando nos desafiamos a falar com uma voz libertadora, ameaçamos até aqueles que podem, a princípio, afirmar que querem ouvir nossas palavras. No ato de superar nosso medo da fala, de sermos vistas como ameaçadoras, no processo de aprendizagem de falar como sujeitas, participamos da luta global para acabar com a dominação. Quando acabamos com nosso silêncio, quando falamos com uma voz libertadora, nossas palavras nos conectam com qualquer pessoa que viva em silêncio em qualquer lugar (Hooks, 2019b, p. 55).

Semelhantemente, Lélia González (2020c) também chama atenção para o processo de subjetivação implícito ao ato de erguer a voz, que tem o poder de tornar o infans (aquele que não fala por si) em sujeito suposto saber. Collins (2019), por sua vez, reafirma que, quando as mulheres negras se autodefinem, elas rechaçam o pressuposto de que aqueles em posição de autoridade para interpretar suas realidades têm o direito de fazê-lo, tornando-se elas mesmas sujeitas. Assim como Sojourner, nossas três personagens, ao erguerem suas vozes, desconstroem uma série de perspectivas e exigências alienadas sobre elas mesmas, à medida que resgatam suas histórias e se recriam em suas potencialidades (Souza, 2019, p. 25).

A voz então foi o principal instrumento escolhido pela equipe do SCFV para dialogar com as mulheres desse coletivo. Essas vozes trazem, por meio de narrativas, cotidianos, memórias pessoais, memórias coletivas e a inegável sabedoria de reconhecer que o pertencimento é um elemento histórico e se faz coletivamente.

3. COTIDIANO COMO HISTÓRIA E MEMÓRIA

De acordo com o historiador haitiano Michel-Rolph Trouillot (2016, p. 53), a história, como processo social, envolve pessoas em três posições distintas: como agentes ou ocupantes de posições estruturais, assim como classe e status; como atores, em constante contato com o contexto, relacionados às particularidades históricas; e como sujeitos, ou seja, como vozes conscientes de sua vocalidade. Ser sujeito no e do processo histórico implica assumir a consequência e a consciência de suas vontades em primeira pessoa (ou, pelo menos, que essa primeira pessoa seja parafraseada). Inegavelmente, ser sujeito é ter voz. Obviamente, como bem explica o historiador haitiano, as pessoas nem sempre são sujeitos constantemente confrontando a história, mas a faculdade pela qual elas agem para se tornarem sujeitos é sempre parte de sua condição. Esse atributo subjetivo é que torna os seres humanos duplamente, ou melhor, plenamente históricos, porque os torna capazes não só de participar ativamente do processo sócio-histórico, como de construir narrativas sobre ele. Às mulheres negras foi e ainda é negada essa plenitude, quando a historiografia hegemônica relega a produção de fontes aos poderosos, quando não reconhece que outros corpos (e não só os corpos de homens brancos) podem produzir história e quando não considera que a oralidade pode ser fonte de saber, além da escrita.

O que está silenciado não pode ser escrito, não pode ser ouvido e, consequentemente, não pode ser lembrado na história. O sujeito silenciado não atua como sujeito, mas como objeto passivo num cenário que determina não apenas quem será lembrado, mas também quem será esquecido. Assim, o ato de falar se constitui também como ato histórico, “se tornando tanto uma forma de se engajar em uma autotransformação ativa quanto um rito de passagem quando alguém deixa de ser objeto e se transforma em sujeito. Apenas como sujeitos é que nós podemos falar” (Hooks, 2019, p. 45) e produzir memórias.

A história clássica foi contada por homens, narrando mais atos de guerras e conquistas do que vivências cotidianas. Em seu artigo “Memórias de gênero: reflexões sobre a história oral de mulheres”, Salvatici (2005) nos conta um pouco sobre a história oral e sua aproximação com o movimento feminista, mudando, significativamente, o jeito de fazer história. A partir do final dos anos de 1960, a história oral e a história de mulheres mostraram similitudes em seus propósitos e objetivos. Sobre essa aproximação, Salvatici (2005) traz à memória a declaração de Sherna Berger Gluck, dirigente do Programa de História Oral da Universidade da Califórnia, em 1977:

Recusando-se a serem deixadas historicamente sem voz por mais tempo, as mulheres estão criando uma nova história – usando nossas próprias vozes e experiências. Estamos contestando o conceito tradicional de história, aquilo que é “historicamente importante”, e estamos afirmando que nossa vida cotidiana é história. Usando uma tradição oral, tão antiga quanto a memória humana, estamos reconstruindo nosso próprio passado (Gluck, 1977, apud Salvatici, 2005, p. 30).

Nessa perspectiva, as histórias cotidianas das três personagens do documentário aqui analisado puderam ganhar espaço e denunciar as estruturas sociais impostas, pois suas narrativas carregam em si a história das opressões e a forma como elas se manifestam nas microrrelações e nos vínculos familiares, afetivos e comunitários. É possível perceber não apenas as marcas das opressões, mas também as estratégias e as ferramentas desenvolvidas pelas mulheres para superar as situações que lhes eram impostas, criando resistências que também mudariam o curso da história. O termo cotidiano refere-se àquilo que não é pontual ou isolado, mas recorrente e constante, diluído no dia a dia, dentro das casas, na rua, nos espaços de trabalho e de descanso. As memórias cotidianas revelam dinâmicas e vivências que, se não ouvidas, passam despercebidas. Kilomba (2019) chama de racismo cotidiano as microviolências que se somam ao dia a dia de pessoas negras, para além daquilo que chamamos de racismo estrutural ou institucional, porque se passam no seio dos relacionamentos mais íntimos e mesmo nas interações mais banais que, de acordo com a autora, não constituem um ataque único ou um evento discreto, mas uma “constelação de experiências de vida” (Kilomba, 2019, p.60.). O empoderamento pela

fala, pelo protagonismo de memórias cotidianas que, inevitavelmente, dialoga com a escuta, pois ambas se complementam e, em conjunto, formam uma rede de conexões, onde a identificação se torna possível. As vozes se tornam plurais, porque as narrativas contadas inspiram as narrativas antes silenciadas e abrem a possibilidade de quebrar outros silêncios, evidenciando um modo comum de resistir. O conjunto de memórias produzido pelos relatos pode ser percebido também como um modo de sentir e pensar, dando foco não apenas ao que é dito, mas também sobre como é dito e por quem é dito, levando em consideração tanto memórias individuais como coletivas e gerando vários questionamentos sobre o que molda a memória:

Isso significa que a atenção passou a ser dada menos ao que é dito, e mais ao modo como as histórias são narradas. Como as histórias são lembradas ou esquecidas? Será possível aprender mais sobre o modo como a divisão de gênero molda a memória e o esquecimento? Como memórias de mulheres alteram a hierarquia de significações historiográficas? (Salvatici, 2005, p. 32).

Pensar narrativas cotidianas e memórias de mulheres negras inclui pensar em uma história não contada, em que a intenção é o apagamento histórico de pessoas, de saberes e de emoções, engendrado pelo esquecimento. Apagar um passado significa apagar raízes, pertencimento e consciência de si. A memória dialoga então com essa consciência que é pessoal e coletiva. Lélia González fala sobre a dialética existente entre esses conceitos, vinculando-os a um contexto racial:

Como consciência a gente entende o lugar do desconhecimento, do encobrimento, da alienação, do esquecimento e até do saber. É por aí que o discurso ideológico se faz presente. Já a memória, a gente considera como o não saber que conhece, esse lugar de inscrições que restituem uma história que não foi escrita, o lugar da emergência da verdade, dessa verdade que se estrutura como ficção. Consciência exclui o que memória inclui (González, 2020c, p. 78).

Retomando Trouillot, as presenças e ausências no processo histórico não são neutras, e tampouco naturais,

São criadas. Como tais, não são meras presenças ou ausências, mas sim menções ou silêncios de vários tipos e níveis. Ao dizer silêncio, refiro-me a um processo ativo e transitório: “silencia-se” um fato ou uma pessoa como um silenciador silencia uma arma de fogo. A prática de silenciamento exige engajamento. Menções e silêncios são, portanto, ativos, contrapontos dialéticos dos quais a história é a síntese (Trouillot, 2016, p. 88).

Grada Kilomba (2019), em seu livro *Memórias da Plantação*, coloca em perspectiva como os processos de ataque à subjetividade de pessoas negras são fundamentados no supremacismo branco, na medida em que aquelas são sempre consideradas o outro destas: o outro exótico, o outro perigoso, o outro que não pode falar por si. Segundo a autora, o racismo impede que os indivíduos vivam plenamente sua subjetividade, porque incide sobre as esferas constitutivas do sujeito: individual, social e política. Assim sendo, pensar a realidade implica uma mudança de perspectiva que reconheça mulheres negras como sujeitas do processo histórico, que se emancipam do status de simples indivíduos e passam a se apresentar nas diferentes esferas da sua intersubjetividade e, além disso, podem determinar e anunciar os tópicos e demandas que lhe são importantes.

Nesse sentido, optar por uma abordagem que considere a memória de mulheres negras e idosas é um recurso subversivo e de resistência às tentativas de apagamento, silenciamento e objetificação de um discurso social pautado em uma consciência cisheteropatriarcal capitalista que também reverbera sobre a Assistência Social e os serviços oferecidos a essas mulheres. Esse “não saber que conhece”, capaz de restituir essa história não escrita é capaz também de dar novos sentidos ao trabalho realizado nos Centros de Convivência, principalmente quando uma das concepções de vínculo se reporta ao sentido de igualdade e à perspectiva de relações horizontais de ensino-aprendizagem (Brasil, 2013), em que as conviventes não são só receptáculo de algum conteúdo, mas produtoras e protagonistas de saberes. Saberes que, por vezes, podem se constituir como os mais radicais e subversivos nessa ordem social engajada em princípios machistas, sexistas e etaristas.

4. AFETOS, TRABALHO, PELE

Ao ouvir essas mulheres, pudemos perceber com mais acuidade como elas experienciam as dinâmicas de opressão presentes na intersecção das categorias gênero, raça, classe e idade, que compõem uma matriz de múltiplos expedientes biopolíticos que cercam suas vivências diárias e para as quais elas tiveram que desenvolver estratégias de resistência e mobilização. A análise do documentário nos fez perceber como os afetos, as relações de trabalho e a cor da pele das personagens perpassam todos os espaços de suas vivências, desde as raízes, ligadas à ancestralidade, à infância e às relações com os pais, passando por suas trajetórias e pelo fenótipo mais característico, a pele. Assim, optamos por ter esses três elementos como referência na análise: os afetos, as relações com o trabalho e a condição racial, não perdendo de vista a questão de gênero e ciclo etário.

A começar pelo afeto, que se coloca como algo inerente à convivência: a capacidade de se deixar afetar e de também afetar o outro. Esses afetos aparecem nas narrativas sobre a maternidade, nas relações sociais e de trabalho, nas relações familiares, na relação com a própria imagem e na relação com o próprio SCFV. Ao falar sobre uma política que tem o vínculo como objeto e como objetivo, é irrefutável falar em afetos.

Afetar e ser afetado são efeitos inerentes aos encontros entre as pessoas. Esses encontros podem favorecer a expansão da vida, o sentimento de valorização, estimular a ação para mudanças; ou podem gerar subordinação, desqualificação, redução de vida, desumanização. Assim, sentimento e capacidade para agir são, nessa matriz de pensamento, inseparáveis. Poder-se-ia dizer que sentimentos de valorização e de potência estão para fortalecimento de vínculos, assim como os sentimentos de subordinação e impotência estão para o isolamento social e fragilização de vínculos (Brasil, 2017, p. 22).

Em um dos cadernos normativos, o vínculo é apresentado como afeto, como experiência do sentimento de justiça e como experiência do sentimento de igualdade. Para experimentar o afeto, a justiça e a igualdade, é imperativo reconhecer, nas relações de proteção social, que profissionais e usuários são sujeitos históricos, de conhecimentos e de direitos. A convivência se coloca como elemento identitário e político capaz de influir nas escolhas, no sentimento de pertencimento e no autorreconhecimento.

Essa conjugação conceitual, que delineia a convivência numa medida que permita traçar seus limites no escopo da Política de Assistência Social, é sintetizada por Sposati (2012) quando sintetiza: convivência é forma e vínculo é resultado. Assim, é possível reconhecer que o conjunto de elementos combinados nesta narrativa também fala da produção de ligações entre sujeitos de direito, capazes de afetar e ser afetados nos encontros, produtores e produzidos pelo contexto em que vivem, capazes de escolha e decisões coletivas pelas quais se corresponsabilizam, que participam e combinam objetivos comuns e, assim, aprendem a participar, sentindo-se pertencentes a um lugar, ou seja, capazes de identificar/reconhecer e afirmar o valor/qualidade dos vínculos constituídos em sua trajetória (Brasil, 2017, p. 30).

É importante ressaltar que o documentário traz memórias afetivas de uma vida inteira: afetos da infância, afetos das relações familiares, maternas, profissionais, marcando um ato de entrega e confiança que só foi possível porque foi construído um vínculo afetivo com o próprio SCFV. Os vínculos constituídos nesse espaço tornaram possível o compartilhar de afetos constituídos em outras esferas. Para muitas das idosas do SCFV, a vinculação ao grupo se constitui como o principal espaço de convivência comunitária, no qual as relações extrapolam o espaço institucional, alimentando amizades que se perpetuam. O primeiro afeto a ser pontuado aqui é a amizade, que se constitui como importante ferramenta de superação de adversidades.

Eu pensava que quando ficasse mais velha que eu ia sentir isso, aquilo... não! Quando eu encontro minhas colegas, eu ligo muito pra minhas colegas, e as colegas ligam pra mim, manda mensagem [...] aí as meninas diz assim: Amélia, tu tá do mesmo jeito. Sou mesmo pau pra toda obra! É, bora, vamo embora! Me chamou eu vou! Ainda tomo minha cervejinha [risos] (Maria Amélia).

Por isso que hoje eu valorizo muito a minha filha, porque ela me ajudou demais (Zita).

Na primeira fala, dentro do contexto do documentário, é possível perceber como a rede de amizades é um elemento fundamental para a senhora Maria Amélia lidar com os processos de envelhecimento e solidão. Já a fala da Zita sobre o apoio da filha, dentro do contexto narrativo, mostra como o elo entre as duas foi um elemento fundamental para que ela conseguisse lidar com a dinâmica de sobrecarga de ter que cuidar dos filhos e precisar trabalhar fora.

Cabe ressaltar que o isolamento social e a solidão são sintomas muito fortes do idadismo e do racismo em nossa sociedade adultocêntrica e neoliberal. Pessoas idosas podem sentir-se isoladas dentro do próprio seio familiar, relegadas ao quarto ou ao quintal da casa. Suas limitações e restrições causadas pelo envelhecimento podem levar, muitas vezes, os familiares a limitar e restringir ainda mais os relacionamentos e a comunicação destas pessoas (Brasil, 2013). Nesse sentido, a procura pelo Serviço de Convivência é em si uma estratégia contra o isolamento. Ali ocorre a criação e o fortalecimento de vínculos, a ressignificação da identidade social e a ampliação do sentimento de pertencimento.

Outras narrativas no documentário mostram como as relações são construídas e afetadas de maneiras diferentes para mulheres brancas e para mulheres negras. Os afetos são moldados a partir da cor da pele e do gênero. Quando se trata de afetividade de mulheres negras, essa é permeada por diversos fatores sociais advindos de uma história marcada pelo racismo:

Nossas dificuldades coletivas com a arte e o ato de amar começaram a partir do contexto escravocrata. Isso não deveria nos surpreender, já que nossos ancestrais testemunharam seus filhos sendo vendidos; seus amantes, companheiros, amigos apanhando sem razão. Pessoas que viveram em extrema pobreza e foram obrigadas a se separar de suas famílias e comunidades, não poderiam ter saído desse contexto entendendo essa coisa que a gente chama de amor. Elas sabiam, por experiência própria, que na condição de escravas seria difícil experimentar ou manter uma relação de amor (Hooks, 2000, p. 2).

O imaginário sociocultural brasileiro é fomentado por uma idealização racista e sexista dessas mulheres, o que foi denunciado por Lélia González em toda sua obra e evidenciado através da famosa expressão tão criticada pela autora: “branca para casar, mulata para fornicar, negra para trabalhar”. Essa expressão revela os lugares destinados às mulheres negras, lugares que não passam pela questão do afeto, somente pelo sexo, pelo trabalho e pela solidão.

Logo, permitir-se e lutar por suas relações familiares, amorosas e com seus amigos e amigas é um ato revolucionário contra toda uma ordem de coisas. As três personagens do documentário tiveram parceiros abusivos, que pouco ou nada ajudaram, criaram filhos sem apoio e pouco conheceram sobre o amor conjugal. Dentre as falas de nossas entrevistadas, algumas se destacam como demonstração dessa realidade:

Eu não casei. Tive seis filhos sem casar, né. Mas eu amo meus filhos, amei toda a vida. Era igual uma leoa, lutava por esses meninos e lutei daqui, lutei dali até que criei todos, né. Aí depois dos meus cinquenta e cinco anos eu me casei com uma pessoa maravilhosa. Ele disse: eu não quero saber do seu passado, quero saber do que vai passar daqui pra frente. E aí nós se casamos padre e civil. Aí depois que eu casei com ele foi que eu vim conhecer o amor (Maria Amélia).

Minha mãe sempre falava assim: olha, quando vocês casar, que o marido seja o que for, cês continua casada se tiver filho, porque os filho não tem culpa do homem que vocês escolheu. Aí eu sempre ficava pensando: eu tenho a minha filha, vou ter que suportar esse homem (Zita).

Aí eu me casei, ainda tava fazendo o segundo grau. Meu marido me tirou do colégio, engravidei e dificultou mais (Maria de Lourdes).

Os relatos sobre as relações afetivas com seus parceiros mostram que os vínculos se constituíram mais como um pesar do que como um apoio nas histórias de vida. E mesmo nas relações pessoais e íntimas, as mulheres estavam subjugadas à sua condição racial e à sua condição feminina. Maria Amélia narra como conheceu o amor somente aos cinquenta e cinco anos e como seus filhos tiveram uma paternidade ausente. Zita narra sobre a condição feminina de permanecer casada mesmo dentro de uma relação que não lhe supre, não lhe satisfaz e não colabora com seu crescimento pessoal e, dentro desses cenários, se faz necessário criar ferramentas de sobrevivência e de resistência para conseguir criar os filhos e para conseguir se manter ativa. Maria de Lourdes fala sobre como o casamento atrapalhou sua vida profissional, como foi impedida de continuar os estudos e limitada a exercer apenas a maternidade. Mesmo com todas essas tentativas de silenciamentos, essas mulheres conseguiram seguir suas carreiras, erguer suas famílias e persistir seu caminho em busca de voz, vínculos e afetos positivos.

Pensar essas vivências sob uma ótica interseccional é perceber como os desafios enfrentados pelas mulheres negras perpassam todos os seus vínculos e todos os espaços por elas ocupados, onde papéis estereotipados lhes são sempre atribuídos. Como parte desse estado de coisas, temos que, dentre as representações essencialistas destinadas às mulheres negras, a mulata, a doméstica e a mãe preta são observadas como estereótipos que naturalizam preconceitos e violências no âmbito doméstico e do trabalho, porque indicam que o lugar natural dessas mulheres é na cozinha das casas das patroas brancas, com o cuidado dos filhos das patroas e à mercê dos assédios dos patrões:

Vale observar que a expressão popular mencionada anteriormente – “Branca para casar, mulata para fornicar, negra para trabalhar” – tornou-se uma síntese privilegiada de como a mulher negra é vista na sociedade brasileira: como um corpo que trabalha, e que é superexplorado economicamente, ela é uma faxineira, cozinheira, lavadeira etc. que faz o “trabalho pesado” das famílias de que é empregada; como um corpo que gera prazer e que é superexplorado sexualmente, ela é a mulata dos desfiles de Carnaval para turistas, de filmes pornográficos etc., cuja sensualidade é incluída na categoria do “erótico-exótico” (González, 2020b, p. 69).

Não à toa, nossas três personagens têm o histórico do trabalho doméstico e informal, tendo que trabalhar desde cedo (desde a infância) em casas de família:

Eu tinha muita vontade ajudar os meus pais. Aí quando eu peguei uma cidadezinha maior, de quinze anos, minhas tias foi lá e me buscou pra mim trabalhar em casa de família (Zita).

E assim eu fui arranjando emprego assim de babá até aprender a fazer alguma coisa. Porque nós não tínhamos quase nada, então eu não sabia cozinhar direito, a não ser arroz, feijão e mandioca e fritar um ovo. Trabalhei em casa que o patrão batia na porta do meu quarto três horas da madrugada, sabe? E querendo entrar pra me fazer mal né? Estupro, esse tipo de coisa. Então passei muito por isso. Pedi muito pra ir embora do emprego. [...] Meu marido me tirou do colégio, engravidei e dificultou ainda mais. Quando surgiu essa vaga no hospital, que é onde eu fiquei até aposentar, eu tava trabalhando e estudando à noite. Eu só passei no concurso, não entrei pela janela, ninguém foi meu padrinho, ninguém passou mãozinha na minha cabeça, ninguém ajudou nada pra mim. E passei no concurso e passei com nota boa. (Maria de Lourdes).

Importa observar que as relações de trabalho em um espaço de gênero estão quase sempre associadas ao cuidar. Não existe vínculo relacional que não exija algum nível de cuidado, seja o cuidado da escuta, da acolhida ou até mesmo cuidados mais dispendiosos, que exigem esforços permanentes de dedicação, como cuidar de um enfermo ou de uma pessoa com alto grau de dependência para realização de tarefas cotidianas. Esse cuidar, ainda que se configure como parte tão genuína das relações, possui concepções sociais arraigadas de preconceitos e desigualdades. O tema ganhou foco de estudo e discussão nas pesquisas sobre relações de gênero. Isso porque, culturalmente, nas sociedades ocidentais, o ato de cuidar passou a ser visto como um fazer próprio do universo feminino. Às mulheres foram destinados o cuidado com os filhos, o cuidado com a alimentação da família, o cuidado com a casa e com a manutenção diária da rotina como lavar as roupas, levar os filhos à escola, agendar consultas médicas, entre outros. O cuidar se transformou então em um elemento político de organização social com os desdobramentos que acabam por corroborar para uma sociedade desigual. As mulheres pretas se encontram em situações ainda mais servis e de subordinação. Beatriz Nascimento nos fala sobre essa estrutura de dominação e a herança do sistema escravocrata.

A mulher negra, elemento no qual se cristaliza mais a estrutura de dominação, como negra e como mulher, se vê, deste modo, ocupando os espaços e os papéis que lhe foram atribuídos desde a escravidão. A “herança escravocrata” sofre uma continuidade no que diz respeito à mulher negra. Seu papel como trabalhadora, a grosso modo, não muda muito. As sobrevivências patriarcais na sociedade brasileira fazem com que ela seja recrutada e assuma empregos domésticos, em menor grau na indústria de transformação, nas áreas urbanas e que permaneça como trabalhadora nas rurais. Podemos acrescentar, no entanto, ao que expusemos acima que a estas sobrevivências ou resíduos do escravagismo, se superpõem os mecanismos atuais de manutenção de privilégios por parte do grupo dominante. Mecanismos que são essencialmente ideológicos e que ao se debruçarem sobre as condições objetivas da sociedade têm efeitos discriminatórios. Se a mulher negra hoje permanece ocupando empregos similares aos que ocupava na sociedade colonial, é tanto devido ao fato de ser uma mulher de raça negra, como por terem sido escravos seus antepassados (Nascimento, 2018[1975], p. 82).

Esses mecanismos ideológicos obrigam mulheres a trabalharem por miseráveis salários para sustentar os filhos e em exaustivas jornadas de trabalho que começam ainda em tenra idade. Para além das péssimas condições de trabalho, são muitas vezes submetidas a assédios e humilhações, como nos narra Lourdes no documentário. As possibilidades de ascensão social exigem esforços. Como é elucidado por González (2020c), a mulher negra passa por um tríplice processo de discriminação (enquanto raça, classe e gênero), que se substancializa em seu lugar na força de trabalho como doméstica, que historicamente – e fixado no mito da democracia racial – retoma o lugar da mucama, aquela que era explorada sexualmente pelos senhores brancos. A interpelação e o assédio do patrão no meio da noite, como vemos no relato de Lourdes, é mais um mecanismo de subjugação contra essas trabalhadoras.

O mercado de trabalho, mesmo quando não se refere aos ambientes semicoloniais do trabalho doméstico, guarda um tratamento discriminatório às mulheres negras, como parte das relações cotidianas estabelecidas pelo racismo e referenciadas por Grada Kilomba (2019, p. 92) como políticas da pele, políticas do cabelo e políticas espaciais – que consistem no constante estranhamento sobre a negritude, quando os traços fenotípicos são exotizados e banalizados e mesmo a presença e o pertencimento de pessoas negras a determinados lugares são constantemente questionados. González (2020a) ressalta que apesar da abertura de novas oportunidades de trabalho nos setores burocráticos de nível mais baixo, que se feminizaram (prestação de serviços em escritórios, bancos, hospitais...), a questão racial intercepta determinadas mulheres e as impede de acessarem plenamente esses lugares, pois, além de tais atividades exigirem um nível de escolaridade que a grande maioria das mulheres negras não possui, a questão da aparência se instaura como mais um mecanismo de discriminação. Uma vez que o contato com o público exige “educação” e “boa aparência”, e esses atributos, em uma sociedade branca, pertencem à branquitude e não aos outros racializados. A autora observa que, mesmo quando essas mulheres atingem um nível maior de escolaridade, apesar de sua capacitação, ainda se mantém uma seleção racial.

O acesso ao trabalho, tão buscado como elemento estruturante financeiro e como marcador de autonomia, se apresenta como mais um espaço desafiador, onde várias facetas do racismo se mostram. A pele e o cabelo, dois fenótipos fortes na construção da identidade negra, carregam a predominância simbólica dos conflitos raciais. Gomes (s.d.) nos fala como cabelo e pele “possibilitam a construção social, cultural, política e ideológica de uma expressão criada no seio da comunidade negra: a beleza negra”. Assim sendo, são os principais alvos do apagamento da cultura e identidade negras. Ao entrar no mundo do trabalho, Lourdes teve a sensação de que precisava se “adequar” e foi orientada pelas amigas que alisasse o cabelo:

Quando eu comecei a trabalhar no hospital, as colegas: ah por que você não alisa o cabelo ou usa uma peruca? Aí, a primeira vez que eu fui alisar o cabelo, derrubou meu cabelo todo, porque era virgem, [...] não quis mais crescer. E eu fiquei: como é que eu vou para o meu trabalho? Eu trabalho num lugar público, é pra receber pessoa (Maria de Lourdes).

A tentativa de alisamento estava associada aos afetos, ao sentimento de pertença e aceitação, e, assim, ela decidiu fazer o processo no cabelo e conta que nunca mais seu cabelo cresceu, impossibilitando-a de fazer os penteados de tranças que ela gostava. Até hoje Lourdes usa turbantes ou perucas porque o cabelo não voltou a crescer.

O cabelo do negro na sociedade brasileira expressa o conflito racial vivido por negros e brancos em nosso país. É um conflito coletivo do qual todos participamos. Considerando a construção histórica do racismo brasileiro, no caso dos negros o que difere é que a esse segmento étnico/racial foi relegado estar no pólo daquele que sofre o processo de dominação política, econômica e cultural e ao branco estar no pólo dominante. Essa separação rígida não é aceita passivamente pelos negros. Por isso, práticas políticas são construídas, práticas culturais são reinventadas. O cabelo do negro, visto como “ruim”, é expressão do racismo e da desigualdade racial que recai sobre esse sujeito. Ver o cabelo do negro como “ruim” e do branco como “bom” expressa um conflito. Por isso, mudar o cabelo pode significar a tentativa do negro de sair do lugar da inferioridade ou a introjeção deste. Pode ainda representar um sentimento de autonomia, expresso nas formas ousadas e criativas de usar o cabelo (Gomes, s.d., p. 3).

Estamos falando de uma zona de conflito que perpassa todos os fenótipos associados aos negros. Um conflito histórico que estrutura a sociedade. Daí voltamos à importância do falar, para que se entenda que há algo capilar nesses processos. Lourdes conta que nem sempre soube nomear de racismo todas as violências que sofreu na vida, mas hoje, por meio da escuta, das trocas, da observação, dos debates ampliados sobre o tema, ela nomeia com mais facilidade: “ *Agora que eu entendi o que é racismo, eu vejo que não é só comigo né. É com várias pessoas ... ainda hoje é mais sutil, mas eu sei que agora é racismo* ” (Maria de Lourdes).

Quando questionada sobre como foi viver sob a pele de uma mulher negra, ela responde: “ *Difícil! Difícil, né? Mas eu acho que eu passei por isso e superei porque muitas coisas eu não levava em consideração* ” (*idem*), evidenciando parte das estratégias desenvolvidas como ferramenta de resistência.

5. CONCLUSÃO

Se as vivências negras são marcadas pela sobreposição de marcadores de desigualdades, se a interseccionalidade se coloca como via de entrecruzamento de vulnerabilidades e violências impostas, a sobreposição de vozes se coloca como resistência. Queremos realizar uma ode às vozes de mulheres negras, escritas ou faladas, mas que deixam memória e história, as vozes capazes de recontar o que está posto estruturalmente. González, em seu texto “A mulher negra na sociedade brasileira: uma abordagem político-econômica”, exalta os diferentes modos de resistência, mas, em especial, e que queremos aqui destacar, é a referência que a autora faz à luta das mulheres anônimas:

Mas sobretudo a mulher negra anônima sustentáculo econômico, afetivo e moral de sua família é quem, a nosso ver, desempenha o papel mais importante. Exatamente porque com sua força e corajosa capacidade de luta pela sobrevivência nos transmite a nós, suas irmãs mais afortunadas, o ímpeto de não nos recusarmos à luta pelo nosso povo. Mais ainda porque, como na dialética do senhor e do escravo de Hegel, apesar da pobreza, da solidão quanto a um companheiro, da aparente submissão, é ela a portadora da chama da libertação, justamente porque não tem nada a perder (González, 2020a, p. 64).

Essas mulheres anônimas ganham voz e legitimidade na coletividade. O espaço individual não dá conta das questões estruturais históricas arraigadas na sociedade. Assim, é importante destacar a importância dos espaços coletivos. Os espaços coletivos se escasseiam para o ciclo etário maior de sessenta anos. A maioria não está mais no mercado de trabalho, não está no espaço escolar, a família muitas vezes não consegue garantir presença constante, e as mulheres idosas, que carregam uma enorme bagagem emocional, cultural, histórica e política, ficam, muitas vezes, sem espaços de trocas. As cidades, em geral, destinam poucos espaços às pessoas idosas, reforçando a carência das trocas.

As vivências territoriais, geminadas nas cidades, nos coletivos, nos espaços de políticas públicas que visam a convivência e os vínculos, nos espaços de trocas, geram não somente experiências individuais, mas também memórias coletivas. Embora engendradas nos indivíduos, embora alicerçadas em vivências pessoais, pertencem simultaneamente ao todo, ao grupo. Isso porque criam referenciais de pertencimento, constituem saberes coletivos, bem como modos compartilhados de resistir, concernir e deixar-se ser, enquanto escrita, elo entre a ancestralidade e a alteridade. Encerramos com o poema da Claudia Martins, artista negra local, que inspirou o nome do documentário:

Condão

*Quando escrevo, não imponho limites:
Me derramo, me desvelo
A poesia então num ato de cerzir
Emenda minha existência com a dela
Siamesas, gêmeas,
Filhas da mesma cepa,
De tantos pais e mães.
Quando escrevo não me envergonho
Das minhas vulnerabilidades
A poesia pulsa, lateja
E como sangria corrente
Devasta-me do cerne à cerviz.
Recomposta das feridas cicatrizadas
Sou matéria, obra-prima, raiz
Indecisa,
Não sei ao certo se crio
ou se sou mera cria dela.
Caminhante erma, de estradas e cirros,
Faço da poesia o meu condão:
É aqui que me dispo
Sendo o que sou, me revelo.*

REFERÊNCIAS

AKOTIRENE, Carla. Interseccionalidade. Pólen Produção Editorial LTDA, 2019. Disponível em: [https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/1154/o/Interseccionalidade_\(Feminismos_Plurais\)_-_Carla_Akotirene.pdf?1599239359](https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/1154/o/Interseccionalidade_(Feminismos_Plurais)_-_Carla_Akotirene.pdf?1599239359). Acesso em: 23 ago. 2023.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Assistência Social. Concepção de Convivência e Fortalecimento de Vínculos. Brasília: MDS, 2013.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Política Nacional de Assistência Social PNAS/2004 Norma Operacional Básica NOB/SUAS. Brasília: Secretaria Nacional de Assistência Social, 2005.

CRENSHAW, Kimberly. Documento para o encontro de especialistas em aspectos da discriminação racial relativos ao gênero. Revista Estudos Feministas, v. 10, n. 1, p. 175, 2002.

COLLINS, Patricia Hill. Pensamento feminista negro: conhecimento, consciência e a política do empoderamento. São Paulo: Boitempo editorial, 2019.

CONDÃO: capacidade, faculdade, poder. Roteiro, produção e edição de Flávia Mendes de Sena. Documentário. Vídeo. Brasília: 2022. Disponível em <[REFERÊNCIAS](#)

AKOTIRENE, Carla. Interseccionalidade. Pólen Produção Editorial LTDA, 2019. Disponível em: [https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/1154/o/Interseccionalidade_\(Feminismos_Plurais\)_-_Carla_Akotirene.pdf?1599239359](https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/1154/o/Interseccionalidade_(Feminismos_Plurais)_-_Carla_Akotirene.pdf?1599239359). Acesso em: 23 ago. 2023.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Assistência Social. Concepção de Convivência e Fortalecimento de Vínculos. Brasília: MDS, 2013.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Política Nacional de Assistência Social PNAS/2004 Norma Operacional Básica NOB/SUAS. Brasília: Secretaria Nacional de Assistência Social, 2005.

CRENSHAW, Kimberly. Documento para o encontro de especialistas em aspectos da discriminação racial relativos ao gênero. Revista Estudos Feministas, v. 10, n. 1, p. 175, 2002. >. Acesso em: 20 ago. 2023. Acesso em 20 ago. 2023.

FREITAS, Urânia Flores da Cruz. Neoliberalismo de resistência e espaço vivido: as possibilidades para ação pública e para hegemonia. Revista de Políticas Públicas, [S. l.], v. 26, n. 2, p. 616-635, 2023. DOI: 10.18764/2178-2865.v26n2p616-635. Disponível em: <https://periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/rppublica/article/view/20644>. Acesso em: 20 ago. 2023.

GONZÁLEZ, Lélia. A mulher negra na sociedade brasileira: Uma abordagem político-econômica. In: RIOS, Flavia; LIMA, Márcia (orgs.). Por um feminismo afro-latino-americano: ensaios, intervenções e diálogos. Rio de Janeiro: Editora Zahar, 2020a, p.49-64.

_____, Lélia. O apoio brasileiro à causa da Namíbia: Dificuldades e possibilidades. In: RIOS, Flavia; LIMA, Márcia (orgs.). Por um feminismo afro-latino-americano: ensaios, intervenções e diálogos. Rio de Janeiro: Editora Zahar, 2020b, p. 65-74.

_____, Lélia. Racismo e sexismo na cultura brasileira. In: RIOS, Flavia; LIMA, Márcia (orgs.). Por um feminismo afro-latino-americano: ensaios, intervenções e diálogos. Rio de Janeiro: Editora Zahar, 2020c, p. 75-93.

CAVALCANTE, Aldenora Teófilo Vieira Santos. Enegrecendo a pauta: mulheres negras, afeto e resistência na podesfera brasileira. Dissertação de mestrado em Ciências da Comunicação. Portugal: Universidade do Porto, 2021.

HOOKS, bel. (2015). Mulheres negras: moldando a teoria feminista. Revista Brasileira de Ciência Política, v. 16. p. 193-210.

_____, bel. (1981). Não sou eu uma mulher. Mulheres negras e feminismo. 1 ed. Tradução: _____ Plataforma Gueto. 2014. Disponível em: https://plataformagueto.files.wordpress.com/2014/12/nc3a3o-sou-eu-uma-mulher_traduzido.pdf. Acesso em: 20 ago. 2023.

_____, bel. Erguer a voz: pensar como feminista, pensar como negra. São Paulo: Elefante, 2019b.

_____, bel. Vivendo de amor. In: Werneck, J. O livro da saúde das mulheres negras: nossos passos vêm de longe. Rio de Janeiro: Pallas: Criola, 2000, p.197.

KILOMBA, Grada. Memórias da Plantação - Episódios de racismo cotidiano. Rio de Janeiro: Cobogó, 2019.

MARTINS, Cláudia. Condão. Poema publicado em blog. Disponível em: < REFERÊNCIAS

- AKOTIRENE, Carla. Interseccionalidade. Pólen Produção Editorial LTDA, 2019. Disponível em: [https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/1154/o/Interseccionalidade_\(Feminismos_Plurais\)_-_Carla_Akotirene.pdf?1599239359](https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/1154/o/Interseccionalidade_(Feminismos_Plurais)_-_Carla_Akotirene.pdf?1599239359). Acesso em: 23 ago. 2023.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Assistência Social. Concepção de Convivência e Fortalecimento de Vínculos. Brasília: MDS, 2013.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Política Nacional de Assistência Social PNAS/2004 Norma Operacional Básica NOB/SUAS. Brasília: Secretaria Nacional de Assistência Social, 2005.

CRENSHAW, Kimberly. Documento para o encontro de especialistas em aspectos da discriminação racial relativos ao gênero. Revista Estudos Feministas, v. 10, n. 1, p. 175, 2002. >. Acesso em: 20 ago. 2023.

NASCIMENTO, Maria Beatriz. Beatriz Nascimento, Quilombola e Intelectual. Possibilidades nos dias da destruição. São Paulo: Editora Filhos da África, 2018.

_NASCIMENTO, Sofia de Lima. Pretas memórias: as mulheres diaspóricas negras e seus cachimbos. 2020. 34 f. Trabalho de Conclusão de Curso (graduação em Arqueologia) - Campus de Laranjeiras, Universidade Federal de Sergipe, Laranjeiras, 2020.

Werneck, Jurema (2010). Nossos passos vêm de longe! Movimentos de mulheres negras e estratégias políticas contra o sexismo e o racismo. Revista da Apbn, Rio de Janeiro, 1(1). 8-17.

FARGE, Arlette. Lugares para a memória. Tradução Fernando Scheibe. Belo Horizonte: Editora Autêntica, 2011.

GOMES, Nilma Lino. Corpo e cabelo como símbolos da identidade negra. S.d. Disponível em: <http://titosena.faed.udesc.br/Arquivos/Artigos_textos_sociologia/Negra.pdf> Acesso em 20 ago. 2023.

SALVATICI, Silvia. Memórias de gênero: reflexões sobre a história oral de mulheres. In: História oral: Revista da Associação Brasileira de História Oral, v.8, n.1, jan-jun, 2005.

SOUZA, Neuza Santos. Tornar-se negro ou As vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social. São Paulo: Editora LeBooks, 2019.

RIBEIRO, Djamil. O que é lugar de fala? Belo Horizonte: Letramento: Justificando, 2017.

TROUILLOT, Michel-Rolph. Silenciando o passado: poder e a produção da história. Tradução de Sebastião Nascimento. – Curitiba: huya, 2016. Disponível em: <https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5663280/mod_resource/content/1/Trouillot%2C%20Silenciando%20o%20Passado%20-%20completo.pdf> Acesso em: 25 ago. 2023.

ZACCHI, Lara Lucena. Rememorar, contar, resistir: vínculos, afetos e resistências nas memórias de mulheres sobre a luta contra a ditadura brasileira. IV Seminário Internacional História do tempo presente. UDESC, Florianópolis, 2021. Disponível em: <REFERÊNCIAS

AKOTIRENE, Carla. Interseccionalidade. Pólen Produção Editorial LTDA, 2019. Disponível em: [https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/1154/o/Interseccionalidade\(Feminismos_Plurais\)_-_Carla_Akotirene.pdf?1599239359](https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/1154/o/Interseccionalidade_(Feminismos_Plurais)_-_Carla_Akotirene.pdf?1599239359). Acesso em: 23 ago. 2023.

RASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Assistência Social. Concepção de Convivência e Fortalecimento de Vínculos. Brasília: MDS, 2013.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Política Nacional de Assistência Social PNAS/2004 Norma Operacional Básica NOB/SUAS. Brasília: Secretaria Nacional de Assistência Social, 2005.

CRENSHAW, Kimberly. Documento para o encontro de especialistas em aspectos da discriminação racial relativos ao gênero. Revista Estudos Feministas, v. 10, n. 1, p. 175, 2002. > Acesso em: 20 ago. 2023.

O preconceito contra a pessoa idosa tem nome: idadismo.

Vamos falar sobre isso?

Leides Barroso Azevedo Moura¹

Maria Weila Coêlho Almeida²

Patrícia Araújo Bezerra³

¹ Enfermeira e pesquisadora. Professora Associada do Departamento de Enfermagem e do Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento, Sociedade e Cooperação Internacional da Universidade de Brasília (CEAM / UnB).

² Assistente Social e pesquisadora. Doutoranda em Desenvolvimento, Sociedade e Cooperação Internacional da Universidade de Brasília (CEAM / UnB)

³ Enfermeira e pesquisadora no Laboratório de Inovação Tecnológica em Saúde (LAIS/UFRN) e Educational Advisor na TUDelft Universiteit.

3.6

A população urbana do Brasil é notavelmente diversa, e os processos de envelhecimento expõem as disparidades no acesso à "igualdade de oportunidades" ao longo da vida. A determinação social da saúde e da doença impacta de forma desproporcional todas as fases da vida, inclusive a velhice. A conquista do envelhecimento saudável e participativo, em um país de dimensões continentais como o Brasil, é uma realidade inacessível para muitos. Portanto, a garantia dos direitos das pessoas idosas emergiu rapidamente como uma prioridade necessária e crucial na agenda política.

Contudo, esse direito fundamental de envelhecer com dignidade está sob constante ameaça devido ao idadismo, uma forma prevalente de preconceito que permeia nossa sociedade e é uma injustiça social. O idadismo está profundamente enraizado em nossas vidas diárias, influenciando nossas ações e omissões desde a infância nas relações interpessoais por se basear numa imagem equivocada da categoria social "velhice".

Os estudos sobre o idadismo têm demonstrado que o preconceito baseado na idade deixa marcas significativas que afetam todas as esferas da vida social. Portanto, torna-se cada vez mais urgente aprofundar nossa compreensão de como essa violência se manifesta no cotidiano das pessoas e das instituições. O idadismo se expressa nas políticas e legislações estatais, que frequentemente perpetuam o preconceito. Desde tenra idade, somos imersos em sistemas sociais que promovem estereótipos relacionados à idade, gênero, raça e classe social, afetando nossas relações familiares, interpessoais e geracionais e (re)produzem preconceitos.

Os preconceitos dependem das relações de poder e atuam nas emoções primárias e secundárias. Neste sentido, as atitudes idadistas explícitas, ou seja, aquelas motivadas por processo cognitivo de maneira consciente, negam a velhice como fase da vida. E as atitudes idadistas implícitas, aquelas motivadas por processo cognitivo com pouco ou nenhum controle consciente, ocorrem de maneira automática de maneira que pessoas de todas as idades agem preconceituosamente.

Ao longo da vida, o aprendizado equivocado sobre a velhice tende a se consolidar, frequentemente sem ser reconhecido como prejudicial, violador da dignidade e gerador de impactos negativos tanto pessoais quanto coletivos. Utilizando a metáfora da árvore, o preconceito (caule) está alicerçado nas crenças e valores que constroem os estereótipos (raízes) e ao mesmo tempo os comportamentos (folhas, flores e frutos: atitude discriminatória implícitas e explícitas). Como resultado, crianças, jovens e pessoas idosas frequentemente sofrem a subestimação de seu papel como agentes sociais, produtores culturais e dotados de autonomia em suas respectivas fases de vida.

Estudos conduzidos por pesquisadores como Butler (1963), Palmore (2001) e Levy (2022) identificaram que as narrativas sobre a velhice e o envelhecimento são frequentemente permeadas por concepções equivocadas e estereotipadas, resultando em preconceitos que se manifestam em atitudes discriminatórias. As atitudes idadistas, assim como as racistas e sexistas, têm aspectos tanto pessoais quanto influências institucionais e contribuem para a diminuição das percepções sobre as capacidades, potencialidades e agência das pessoas. Neste sentido, o preconceito baseado na idade tem componente cognitivo, afetivo e comportamental.

É fundamental entender que o idadismo não é um problema limitado ao Brasil, mas sim uma questão global que afeta uma em cada duas pessoas em todo o mundo. A transformação dos valores relacionados ao envelhecimento requer um esforço conjunto do Estado, da sociedade, das famílias e dos indivíduos de todas as idades. O Relatório das Nações Unidas sobre idadismo (OMS, 2021) destaca que esse problema ainda não é amplamente reconhecido como estrutural, representando um desafio tanto em âmbito local, quanto global que precisa ser enfrentado. É importante salientar que o idadismo sistêmico está associado a diversas formas de violência contra pessoas idosas e é uma das causas que impede uma priorização do tema na agenda política global (Mikton et al., 2022).

Em um estudo recente, pesquisadores como Ruben Ng & Nicole Indran (2023) analisaram 1.937 vídeos publicados em mídias sociais, assistidos por mais de 5 bilhões de pessoas. Eles identificaram que 1 em cada 2 vídeos continha conteúdo negativo sobre pessoas idosas, baseado em valores e crenças equivocados, encontros negativos com adultos mais velhos e questões relacionadas a conflitos geracionais com jovens. No entanto, outro estudo realizado por Ruben (2023) encontrou uma perspectiva diferente ao analisar a autoimagem relacionada ao envelhecimento em 1.382 vídeos de pessoas com mais de 100 mil seguidores no TikTok, todas com 60 anos ou mais. Esse estudo apontou uma tendência maior em perceber os aspectos positivos do envelhecimento em vez dos negativos em cultura não eurocêntrica.

Os resultados da pesquisa podem indicar tanto uma melhoria na percepção do envelhecimento, refletindo uma mudança positiva na percepção social sobre esse processo natural da vida, quanto representar uma lógica econômica conforme descrita pela teoria da decisão racional dos influenciadores. Isso pode estar relacionado à prática de "vender" uma imagem corporal positiva, como um meio para alcançar facilidades e expandir a base de seguidores.

Com isso, ambas as pesquisas revelam que o idadismo é marcado por “prescrições” e “descrições” generalizadas da velhice, que podem ser negativas e/ou positivas. Neste ano, o Estatuto da Pessoa Idosa completa 20 anos, e seus 118 artigos estabelecem o papel essencial do Estado como condutor das garantias de direitos da pessoa idosa. O Art. 8 assegura que o envelhecimento é um “direito personalíssimo e sua proteção um direito social”. Isso significa que o direito à vida, à igualdade, à dignidade chega à fase da velhice sob a máxima do artigo 8, na lógica dos direitos fundamentais.

O Art. 22, por sua vez, prevê a inclusão de conteúdos voltados ao processo de envelhecimento, ao respeito e valorização da pessoa idosa nos currículos dos diversos níveis de ensino formal, assegurando o debate sobre o tema com vistas a dirimir o preconceito social. A produção de conhecimento auxilia no reconhecimento de que esta fase da vida deve ser vivida com dignidade.

Nos moldes em que a sociedade brasileira se estrutura, assentada historicamente sob uma violência produtora de profundos abismos, como afirmou Darcy Ribeiro (1995), ter a clareza da dificuldade que é a concretização da vida digna à pessoa idosa é um importante passo no caminho.

O surgimento desta nação de pessoas idosas adiciona, assim, uma camada de complexidade ao já difícil processo civilizatório brasileiro. Como afirmou Darcy Ribeiro (1995), uma sociedade historicamente míope à fragmentação social e racial, além de cristalizada em um modus operandi que aparta, isola, cria grupos, castas e guetos, sem dúvidas nenhuma terá (e tem) dificuldade em lidar com os mais velhos. À luz do que Ribeiro aponta, há de se pensar, portanto, sobre essa camada na miopia social brasileira que é a fragmentação etária.

Os 20 anos do Estatuto da Pessoa Idosa e a garantia de suas máximas, entre eles o previsto no Art. 10 que é assegurar a liberdade, o respeito e a dignidade da pessoa idosa, exige reconhecer com lucidez essas complexidades do caminho. Atuar politicamente para reorientar a caminhada de forma a fazer brotar uma inquietação sobre os idadismos existentes é urgente para que finalmente se enxergue que a velhice pertence a todos.

O dever político é obrigação. O agir social é para ontem. Um país que possui o presidente mais velho a ocupar a cadeira do Executivo federal de todos os tempos precisa olhar com seriedade para o problema social do idadismo. A minimização do humano idoso, o isolamento para um lugar subalterno, o quartinho do fundo da casa, a desvalorização no trabalho, as residências precárias e “lares” que parecem mais um lugar para morrer do que para viver precisam acabar. Esse tempo já era, essas práticas precisam ser encaradas como o são: obsoletas. A indignação precisa existir para que se concretize o previsto no Estatuto da Pessoa Idosa.

Os passos seguros para a mudança, portanto, estão previstos no Estatuto e em outras leis nacionais. No entanto, mais do que isso, é necessário atingir o coração das pessoas e das instituições a fim de fortalecer as ações de enfrentamento ao idadismo.

Nesse sentido, é possível indicar alguns caminhos. As políticas voltadas para a infância e juventude, por exemplo, devem operar em articulação com as políticas destinadas às pessoas idosas. É essencial que essas políticas se comuniquem de forma eficaz, visando fortalecer o combate e prevenir o idadismo por meio da promoção de práticas intergeracionais.

Essas práticas, que envolvem a interação e o entendimento entre diferentes faixas etárias, não apenas auxiliam na quebra de estigmas relacionados à idade, mas também promovem uma compreensão mais profunda e respeitosa entre as gerações, criando um circuito virtuoso intercultural e que atravessa gerações, promovendo vínculo e ressignificando o olhar sobre os mais velhos

Ao trabalharem juntas, as políticas para a infância, juventude e pessoa idosa podem criar uma sociedade mais inclusiva e equitativa fomentando uma interação positiva entre pessoas de todas as idades, propiciando a promoção de uma amigabilidade intergeracional crítica que suscita a cidadania entre diferentes gerações e fomenta as bases de uma sociedade do cuidado.

Produzir ações e políticas públicas que coloquem as pessoas de todas as idades juntas nos espaços públicos da cidade, escolas, instituições de longa permanência, mercado de trabalho, nas academias ao ar livre ou espaços criativos e de lazer é um caminho para a construção de redes de solidariedade, na qual as pessoas se juntam, se cuidam e se protegem. A base destas ações é a própria educação intergeracional.

Estudos como o de Ferreira (2020) mostram que uma dimensão fundamental nas relações intergeracionais é a dimensão educacional. O Relatório Global sobre o idadismo de 2021 ressalta que a escola é uma instituição imprescindível onde o idadismo está apenas começando a ser reconhecido. O dossiê sobre “A multidimensionalidade das velhices: perspectivas do envelhecimento nas agendas do século XXI” realça que as “condições objetivas e subjetivas de vida, a moradia, o bairro e a cidade, o urbano e o rural, os programas serviços, as redes de proteção e cuidado, velhices e interseccionalidade, o ambiente e a ambiência, são escalas de debate importantes nas análises dos determinantes sociais do envelhecimento (Moura et al, pg. 2). As atitudes e práticas idadistas são graves violações dos direitos humanos das pessoas idosas. Ao abordar e discutir o idadismo, aumenta-se a reflexão coletiva sobre questões importantes acerca do tema. Isso contribui para advertir o Estado e a sociedade sobre os desafios enfrentados pelas pessoas idosas.

Dessa forma, deve-se fomentar mudanças atitudinais, estimular o diálogo, promover a efetivação dos direitos das pessoas idosas a uma vida digna livre de violências, influenciando políticas públicas a criar uma sociedade mais justa e inclusiva, em que pessoas de todas as idades sejam respeitadas e valorizadas.

A diversidade da nossa sociedade deve ser comemorada. O Brasil plural como o reconhecemos só o é porque há um grupo muito diversificado de pessoas, entre elas os mais velhos. São elas e eles que fazem parte com primazia da contação das histórias, da rememoração das memórias e, com isso, dão consistência as ações do hoje e do amanhã.

Com tudo isso, não há como aceitar o idadismo. A diferença no acesso às oportunidades de vida não pode ser geradora de iniquidades sociais. Envelhecer é para todos. Envelhecer saudável com ampla garantia de direitos sociais, afetivos, legais e éticos precisa ser para todos. A superação dos estereótipos relacionados à velhice, que frequentemente negam às pessoas o direito de desenvolverem projetos de vida e novas subjetividades como cidadãos precisa ser conquistada.

Referência Bibliográfica

BRASIL, Lei nº 1074/2003. Estatuto da Pessoa Idosa. Brasília: DF, Outubro de 2003.

BUTLER, R. N. (1963) The life review: an interpretation of reminiscence in the aged. *Psychiatry*, 26, 65–76.

FERREIRA, Fernando Ilídio. A educação intergeracional face ao discurso político do envelhecimento ativo. *Eccos -Revista Científica*, São Paulo, n. 56, p.1-21, e12820, jan./mar. 2021. Disponível em:<https://doi.org/10.5585/eccos.n56.12820>.

LEVY, Becca. Quebrando o código da idade: como suas crenças sobre o envelhecimento determinam quanto tempo e bem você vive. P. 304. Editora: William Morrow, 2022.

MIKTON, Christopher, LAURA Campo-Tena, YONGJIE Yon, MARIE Beaulieu, YUSRA Ribhi Shavar. "Factors Shaping the Global Political Priority of Addressing Elder Abuse: A Qualitative Policy Analysis." *The Lancet. Healthy Longevity* 3.8 (2022): E531-539.

PALMORE, E. (2001). The ageism survey: First findings. *The Gerontologist*, 41(5), 572–575. Organização Pan-Americana da Saúde. Relatório mundial sobre o idadismo. Washington, D.C.; 2022. Licença: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

MOURA, Leides Barroso Azevedo. BONICENHA, Rodrigo Cardoso; OLAYA, Eucaris; BARROSO, Áurea Eleotério Soares. Apresentação do Dossiê. *PerCursos*, Florianópolis, v. 24, p. e0100, 2023. DOI: 10.5965/19847246242023e0100. Disponível em: <https://periodicos.udesc.br/index.php/percursos/article/view/23725>.

RIBEIRO, Darcy. O Povo brasileiro: a formação e o sentido do Brasil. São Paulo, Companhia das letras, 1995. (p.193-204).

WHO. Global report on ageism. World Health Organization, Geneva 2021.

ATIVIDADE FÍSICA E EXERCÍCIO FÍSICO:

Direito legal ao acesso e políticas públicas

Fabiana Medeiros de Almeida Silva ¹

Maria da Glória David Silva Costa ²

Marisete Peralta Safons ³

¹ Professora do Instituto Politécnico de Castelo Branco - Portugal

² Especialista em fisiologia do exercício. Mestranda do Programa de Pós-graduação em Educação Física - (PPGEF) da Universidade de Brasília.

³ Professora da Faculdade de Educação Física -UnB. Coordenadora do Grupo de Estudos e Pesquisas sobre Atividade Física para Idosos (GEPAFI), Membro do Grupo de Trabalho Envelhecimento Saudável e Participativo

3.7

Manter-se vivo por muitos anos é um desejo de praticamente todas as pessoas, mas essa aspiração só se torna plena quando os anos adicionais de vida vêm acompanhados de qualidade e significado. Na atualidade, a longevidade é um verdadeiro desafio para toda a população mundial, preocupando pesquisadores, gestores de saúde e os próprios indivíduos que estão envelhecendo ao redor do planeta.

Portanto, este capítulo pretende apresentar os desafios a serem enfrentados durante a velhice e propor soluções baseadas na busca por um estilo de vida ativo e saudável.

Entendendo o envelhecimento humano

Enquanto do nascimento à idade adulta observa-se um processo de desenvolvimento, a velhice caracteriza-se por um desgaste do corpo, ou das células, sendo as suas causas ainda desconhecidas (Freitas et al. 2006). Assim, durante a velhice, o ser humano fica mais suscetível às doenças e, principalmente, à incapacidade funcional para as atividades de vida diária, afetando diretamente a sua saúde e qualidade de vida (Moraes et al., 2010).

Compreende-se, portanto, que o envelhecimento é um processo natural da vida marcado por mudanças biopsicossociais que caracterizam o envelhecimento normativo, sendo classificado em: primário - comum a todas as pessoas, pois envolve fatores genéticos; e secundário - variável entre indivíduos, pois é resultado de fatores cronológicos, geográficos e culturais (Freitas et al. 2006).

Isso demonstra que existe uma grande heterogeneidade entre pessoas idosas, devido a maior ou menor influência dos fatores extrínsecos, que são determinantes para a saúde e qualidade de vida, como o estilo de vida, as condições de vida e os aspectos econômicos, culturais e ambientais.

Já está devidamente documentado na literatura que para se garantir uma maior longevidade e qualidade de vida, entre pessoas idosas, devem ser evitadas as patologias crônicas e mantida a funcionalidade global. Esta é definida como a capacidade de gerir a própria vida de forma autônoma e cuidar de si próprio de maneira independente, o que significa realizar suas atividades de vida diária sem auxílio (Predebon et al., 2021).

Estudos demonstram que o nível insuficiente de atividade física pode aumentar o risco de declínio funcional, levando o indivíduo à fragilidade. Ao mesmo tempo, a fragilidade resulta em fraqueza muscular, fadiga e perda de peso involuntária, que culminam com a redução das práticas de atividades físicas pelas pessoas idosas (Cesari et al. 2017).

Essa realidade faz com que a habilidade e o desempenho físico para realizar tarefas diárias tornem-se limitadas. Tarefas que são consideradas simples e desempenhadas sem grande dispêndio de energia por jovens e adultos, como por exemplo, levantar de uma cadeira ou subir um lance de escadas, podem se tornar tarefas de desgaste máximo para algumas pessoas idosas consideradas frágeis.

Neste sentido, a prática de atividades físicas tem sido um importante meio no alcance desse objetivo. Vale ressaltar, dessa forma, a importância em priorizar-se nessa faixa etária, o desenvolvimento de atividades que desenvolvam a capacidade aeróbica, flexibilidade, equilíbrio, resistência e força muscular de acordo com as peculiaridades dessa população, de modo a proporcionar uma série de benefícios específicos à saúde biopsicossocial do idoso.

Atividade física, exercício físico e comportamento sedentário

Parece óbvio conceituar atividade física, exercício físico e comportamento sedentário, mas é comum encontrar confusão e não distinção desses termos entre leigos e até mesmo entre profissionais da saúde.

De acordo Caspersen (1985) atividade física é todo movimento humano executado pela musculatura esquelética que proporciona gasto energético superior ao de repouso ($> 1,5$ METs). Um (1) MET equivale ao gasto médio de um adulto sentado em repouso por metro quadrado de superfície corporal e corresponde a $3,5 \text{ ml/kg/min}$ de oxigênio (Katch, Katch. V & McArdle, 2003). A partir do MET é possível classificar as atividades em: leves, de $1,6$ a $2,9$ METs - ficar em pé e realizar atividades de vida diária; moderadas, de 3 a 6 METs - classificadas em 4 domínios: lazer, ocupacionais, deslocamento e domésticas; e vigorosas, acima de 6 METs - exercícios físicos e esportes (Tudor-Locke et al. 2011).

O exercício físico é uma subcategoria da atividade física, que se caracteriza por ser planejado, estruturado e repetitivo, com objetivo de desenvolver aptidão física (Caspersen et al. 1985). A aptidão física, por sua vez, é a capacidade de realizar esforços físicos sem fadiga excessiva, garantindo a sobrevivência de pessoas em boas condições orgânicas no meio ambiente em que vivem, sendo necessário para o seu alcance melhorar ou manter componentes como força e resistência muscular, resistência aeróbia, flexibilidade e composição corporal (Brasil 1995).

Por outro lado, as atividades que correspondem ao gasto energético inferior a $1,6$ METs são chamadas de atividades sedentárias e a exposição excessiva a elas é conhecida como comportamento sedentário. Assim, são classificadas como atividades do comportamento sedentário aquelas que são realizadas normalmente na posição sentada, como assistir à televisão, utilizar o computador, jogar videogame, falar ao telefone ou conversar com os amigos (Owen et al., 2010).

Sendo assim, o comportamento sedentário pode ocorrer em diferentes locais e momentos, como no trabalho, em atividades domésticas, no tempo livre e no deslocamento. Perante esses dois aspectos, sabemos que a tecnologia rouba o espaço da prática de atividade física/exercício físico, o que conseqüentemente poderá ocasionar o surgimento de doenças da população em geral, até mesmo da população idosa, que tem se tornado cada vez mais tecnológica.

Benefícios do exercício físico para a saúde da pessoa idosa

A relação entre exercício físico e saúde está bem documentada na literatura. Em pessoas idosas, a prática regular de exercícios físicos proporciona benefícios para os seguintes desfechos de saúde: diminui a mortalidade por todas as causas, especialmente, por doenças cardiovasculares; diminui a incidência de hipertensão, de alguns tipos de cânceres e do diabetes tipo 2; melhora a saúde mental (redução dos sintomas de ansiedade e depressão), a saúde cognitiva e o sono; previne quedas e o declínio da capacidade funcional (World Health Organization, 2021).

Em meio a tantos benefícios do exercício físico para pessoas idosas, é destaque a manutenção da capacidade funcional, responsável por promover o desenvolvimento e a manutenção dos sistemas fisiológicos, evitando seu rápido declínio.

Nesse sentido, o exercício físico representa a abordagem mais importante para minimizar a perda de força e massa muscular decorrente da idade, conhecida como sarcopenia, a qual representa um importante problema de saúde pública por estar intimamente ligada a uma condição de fragilidade, e, portanto, de incapacidade (Cruz-Jentoft et al., 2010).

A sarcopenia é descrita como uma síndrome geriátrica e tem como consequência a diminuição global e progressiva da massa e força muscular comprometendo a funcionalidade da pessoa idosa (Cruz-Jentoft et al. 2010).

As pessoas idosas que praticam exercício físico regularmente também estão mais protegidas das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) e conseqüentemente das incapacidades físicas. Isso porque esse tipo de doença afeta negativamente a autonomia e a independência das pessoas idosas; que, por si só, torna o indivíduo vulnerável, contribuindo para o aparecimento de incapacidades que acometem à saúde, sendo ainda mais potencializadas ao adotar um estilo de vida inadequado (Brasil 2006).

A prática regular de exercícios físicos pode prevenir também as quedas, que representam um grave problema de saúde pública, dada a frequência com que ocorre e suas conseqüências, como as fraturas de fêmur e de quadril, podendo gerar custos sociais e econômicos para as pessoas idosas, seus cuidadores e os serviços de saúde (Brasil 2006).

A maioria dos óbitos por quedas ocorre com pessoas idosas de idade mais avançada, o que pode estar relacionado às alterações fisiológicas resultantes do avanço da idade, caracterizadas pela diminuição da massa óssea e muscular e aumento do tecido adiposo, processos que podem comprometer o funcionamento do sistema musculoesquelético.

Da mesma forma, é observada maior ocorrência dos óbitos por quedas entre pessoas idosas do sexo feminino, sendo as possíveis causas a menor quantidade de massa magra e de força muscular em relação as do sexo masculino, e a maior perda de massa óssea devido à redução do estrógeno, fatores esses associados à fragilidade e ao risco de fratura.

Diretrizes sobre atividade física, exercícios físicos e comportamento sedentário

O documento publicado em 2020 pela OMS, “Diretrizes da OMS sobre atividade física e comportamento sedentário” apresenta diversas recomendações sobre atividade física em diferentes populações.

Como orientação às pessoas idosas, o documento traz que devem realizar pelo menos 150 a 300 minutos de atividade física aeróbica de moderada intensidade, ou pelo menos 75 a 150 minutos de atividade física aeróbica de vigorosa intensidade; ou uma combinação equivalente de atividades físicas de moderada e vigorosa intensidade ao longo da semana para benefícios substanciais à saúde.

Para benefícios adicionais à saúde, devem realizar: (a) atividades de fortalecimento muscular de moderada ou maior intensidade que envolvam os principais grupos musculares em dois ou mais dias da semana; (b) atividades físicas multicomponentes que enfatizem o equilíbrio funcional e o treinamento de força com moderada ou maior intensidade, em 3 ou mais dias da semana, para aumentar a capacidade funcional e prevenir quedas.

Do mesmo modo, as pessoas idosas podem aumentar a atividade física aeróbica de moderada intensidade para mais de 300 minutos; ou fazer mais de 150 minutos de atividade física aeróbica de vigorosa intensidade; ou uma combinação equivalente de atividades físicas de moderada e vigorosa intensidade ao longo da semana para benefícios adicionais à saúde.

Além da prática regular de atividade física, o documento destaca que as pessoas idosas devem limitar a quantidade do tempo em comportamento sedentário, a fim de proporcionar benefícios para a saúde. Isso significa, substituir o tempo sedentário por atividades físicas de qualquer intensidade, mesmo aquelas consideradas as mais leves como levantar-se e caminhar pela casa. Uma estratégia que pode auxiliar a reduzir os efeitos deletérios de altos níveis de comportamento sedentário na saúde é buscar realizar mais atividades físicas de moderada a vigorosa intensidade do que os níveis recomendados.

Em conclusão: (a) fazer alguma atividade física é melhor do que nenhuma; (b) deve-se começar realizando pequenas quantidades de atividade física e aumentar gradualmente em relação à frequência, intensidade e duração ao longo do tempo; (c) as pessoas idosas devem ser fisicamente ativas na medida que suas capacidades funcionais permitirem e ajustar o nível de esforço para atividades físicas relativas aos seus níveis de aptidão.

Direito legal e políticas públicas de qualidade voltadas para a prática regular de atividades físicas e exercícios físicos

Na sociedade atual, percebe-se um estilo de vida cada vez menos ativo devido às facilidades oferecidas, como, por exemplo, em relação aos transportes, além de um maior acesso às tecnologias, o que leva a população a permanecer sentada por muitas horas aumentando os níveis de sedentarismo.

A OMS publicou no ano de 2020 o documento: “Diretrizes da OMS sobre atividade física e comportamento sedentário” (https://ws.santabarbara.sp.gov.br/instar/esportes/downloads/guia_AF_OMS.pdf), nele é possível observar a associação entre comportamento sedentário e respostas associadas à saúde, e recomendações de quantidade de atividade física para diferentes populações baseadas em evidências científicas.

Sabendo que o sedentarismo é fator primário para o desenvolvimento de diversas doenças, tais como doenças cardíacas, câncer e diabetes tipo 2 (World Health Organization, 2021), e sendo ele um fator de risco modificável, o governo vêm adotando estratégias para incentivar um estilo de vida mais ativo com a adoção da prática de atividades físicas.

Dentre essas estratégias, destaca-se a elaboração, em 2021, do Guia da Atividade Física para a População Brasileira, (https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf). Nesse documento são expostas recomendações e informações para diferentes públicos, tais como pessoas com deficiência, adultos ou pessoas idosas, além do incentivo a prática de atividades físicas.

Com o aumento da expectativa de vida, tem se observado um crescente interesse em traçar estratégias capazes de diminuir ou retardar os efeitos deletérios do envelhecimento, e o exercício físico aparece como grande aliado na melhora da qualidade de vida das pessoas longevas (Brasil 2021).

Na política nacional de saúde da pessoa idosa – PNSPI (PORTARIA Nº 2.528 DE 19 DE OUTUBRO DE 2006), observa-se, dentre as diretrizes, a promoção de um envelhecimento ativo e saudável, e tem por finalidade: “recuperar, manter e promover a autonomia e a independência dos indivíduos idosos, direcionando medidas coletivas e individuais de saúde para esse fim”.

Ainda de acordo com a PNSPI, “preservar a autonomia e a independência funcional das pessoas idosas deve ser a meta em todos os níveis de atenção”, dessa forma, estabelece parcerias com o intuito de implementar programas de atividades físicas para esse público.

Outro documento que subsidia a prática regular de atividade/exercício físico para essa população é o Pacto pela vida, publicado por meio da portaria nº 399, de fevereiro de 2006, contido na série: Pactos pela saúde. Este documento discorre sobre seis prioridades pactuadas entre as três esferas de governo, que apresentam impacto sobre a situação de saúde da população brasileira, entre elas, a saúde do idoso.

Tem como diretriz a promoção do envelhecimento ativo e saudável e como ação estratégica a elaboração da Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa e do Manual de Atenção Básica à Saúde da Pessoa Idosa, ambos os documentos versam também sobre a importância da atividade física no envelhecimento.

A política Nacional da Pessoa Idosa em 1994 já destacava a importância da atividade física e do incentivo à criação de programas de lazer e esportes que estimulassem a participação da pessoa idosa na comunidade e colaborassem com a melhoria da qualidade de vida, e em 2003 o Estatuto da pessoa idosa (EPI) fortaleceu esse compromisso.

De acordo com o EPI, é dever da família, da comunidade, da sociedade e do poder público assegurar à pessoa idosa, com absoluta prioridade, a efetivação, dentre outros direitos, ao esporte e ao lazer, ficando responsáveis as instituições de educação superior ofertar programas de extensão, presenciais ou à distância. Além disso, centros de convivência e secretarias municipais de esporte e lazer e unidades básicas de saúde realizam ações de promoção a um envelhecimento ativo.

Programas públicos, como o Programa Academia da Saúde, o Esporte e Lazer na Cidade, além de instituições do sistema S (SESC, SESI, SEST/SENAT e SENAC) oferecem programas de atividade física para a população em geral, facilitando o acesso da pessoa idosa a tais atividades.

As diretrizes para o cuidado das pessoas idosas no SUS (2014) destaca a importância de ações para promoção, prevenção, proteção, diagnóstico e reabilitação por meio das práticas de atividade física. Destaca, também, as academias de saúde como espaços essenciais de promoção à saúde e inclusão da pessoa idosa, o que confirma a importância da oferta desses espaços intergeracionais, que possibilitam melhorias necessárias, como fortalecimento muscular, equilíbrio e controle de marcha.

O Programa Academia da Saúde, lançado em 2011 (Portaria de origem GM/MSn.º 2.681, de 7 de novembro de 2013), tem como objetivo: “promoção da saúde, à produção do cuidado e dos modos de vida saudáveis da população, por meio de espaços físicos dotados de equipamentos, estrutura e profissionais qualificados”.

No Guia de Atenção à Reabilitação da Pessoa Idosa (2021) fica clara a importância desses espaços. O documento esclarece que a atuação de profissionais capacitados nesses locais pode retardar a perda da funcionalidade decorrente do processo do envelhecimento.

Diante do exposto, percebe-se que diferentes políticas têm sido criadas para incentivar a adesão à prática de atividades físicas e exercícios físicos, e, além disso, são diversos os estudos e documentos que comprovam os efeitos benéficos de um estilo de vida ativo. No entanto, globalmente, observa-se um estilo de vida sedentário, comprometendo a manutenção de uma boa saúde e boa qualidade de vida em diferentes fases da vida, mas, principalmente no envelhecimento.

REFERÊNCIAS

BRASIL, Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. Guia de Atividade Física para a População Brasileira. 2021.

BRASIL, Ministério da Saúde, Ministério da Educação e do Desporto. Orientações básicas sobre atividade física e saúde para profissionais das áreas de Educação e Saúde. Brasília, 1995.

BRASIL, Ministério da Saúde. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Brasília: Ministério da Saúde, 2006, p.192.

CASPERSEN, Carl J.; POWELL, Kenneth E.; CHRISTENSON, Gregory M. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. Public health reports, v. 100, n. 2, p. 126, 1985.

CESARI, Matteo et al. Geriatric syndromes: How to treat. Virulence, v. 8, n. 5, p. 577-585, 2017.

CRUZ-JENTOFT, Alfonso J. et al. Sarcopenia: European consensus on definition and diagnosis: Report of the European Working Group on Sarcopenia in Older People. Age and ageing, v. 39, n. 4, p. 412-423, 2010.

DE MORAES, Edgar Nunes; DE MORAES, Flávia Lanna; LIMA, S. D. P. P. Características biológicas e psicológicas do envelhecimento. Rev Med Minas Gerais, v. 20, n. 1, p. 67-73, 2010.

FREITAS, Elizabete Viana de et al. Tratado de geriatria e gerontologia. In: Tratado de geriatria e gerontologia, p. 1665-1665, 2006.

KATCH, Frank., KATCH, Victor. & McARDLE, William. (2003). Fisiologia do Exercício – Energia, Nutrição e Desempenho Humano (5ª Edição). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.

OWEN, Neville et al. Too much sitting: the population-health science of sedentary behavior. Exercise and sport sciences reviews, v. 38, n. 3, p. 105, 2010.

PREDEBON, Mariane Lurdes et al. Global functionality and associated factors in the older adults followed by Home Care in Primary Health Care. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 29, p. e3476, 2021.

TUDOR-LOCKE, Catrine et al. Assigning metabolic equivalent values to the 2002 census occupational classification system. Journal of Physical Activity and Health, v. 8, n. 4, p. 581-586, 2011.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Diretrizes da OMS para atividade física e comportamento sedentário: num piscar de olhos. 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION.. Global recommendations on physical activity for health. World Health Organization, 2010.

Cidade Amiga da Pessoa Idosa e de todas as idades

¹ Fisioterapeuta. Mestra em Desenvolvimento, Sociedade e Cooperação Internacional da Universidade de Brasília (CEAM / UnB)

Tatiana Frade Maciel ¹

3.8

As cidades “acolhem” atualmente mais da metade (55%) da população mundial e espera-se que alcance 70% até 2050 (ONU, 2019). É nessa espacialidade que uma nova constituição demográfica se firma, a crescente longevidade no meio urbano. Uma mistura desafiadora, que apesar de complexa é ao mesmo tempo uma das maiores conquistas da humanidade (Hoof & Marston, 2021). Portanto, as cidades devem procurar formas de se tornarem protagonistas na criação de ambientes promotores do envelhecimento ativo, saudável, participativo e significativo, sendo avaliados e administrados localmente em suas particularidades sociodemográficas.

Cada território passou e passa pelo processo de urbanização populacional de modo particular, podendo ocorrer de forma organizada e paulatina, ou desordenada e repentinamente (ONU, 2019). A forma como o espaço habitado passa por esta metamorfose influenciará diretamente a qualidade de vida (Caiaffa et al., 2008) e a interação das pessoas com o ambiente, especialmente as pessoas idosas, parte mais suscetível da população a sofrer influência do meio quando este é hostil (Annear et al., 2014; Yen et al., 2009).

O envelhecimento vai além do processo natural e irreversível da senescência¹ comum a muitos, mas não a todos. Este percurso subiste do fato de que este destino inevitável é vivido de maneira variável segundo o contexto social ao longo de toda a vida do indivíduo (Beauvoir, 2018/1970, p.14).

Uma cidade amiga da pessoa idosa é “aquela que estimula o envelhecimento ativo ao otimizar oportunidades para saúde, participação, segurança” (OMS, 2007, p.72) e educação continuada (Da Silva Manguiera & De Arruda Santiago, 2021), aumentando ou mantendo a qualidade de vida, à medida que as pessoas envelhecem. O guia da Cidade Amiga da Pessoa Idosa é baseado na teoria do Envelhecimento Ativo, também difundido pela OMS, em 2002. Seu plano teve origem em uma pesquisa com grupos focais formados por pessoas idosas, cuidadores e prestadores de serviços de 35 cidades de todas as regiões do mundo. Com esses dados estruturou-se um plano formado por oito grandes eixos da vida urbana: 1) espaços abertos e prédios; 2) transportes; 3) moradia; 4) participação social; 5) respeito e inclusão social;

6) participação cívica e emprego; 7) comunicação e informação; e 8) apoio comunitário e serviços de saúde. O seu objetivo é tornar cada cidade um lugar de convivência mais fácil, mais confortável e seguro para os mais vividos e, em consequência, para toda a população. A percepção que as pessoas idosas possuem do meio urbano pode ser determinante nas suas relações com a cidade. Uma pessoa idosa que se sente insegura para sair às ruas, pode restringir sua participação social e sofrer os impactos na redução de sua rede social e ampliar o risco de isolamento social (Yen; Michael; Perdue, 2009). Este medo pode estar associado à segurança pública, como o receio de ser assaltado ou violentado nas ruas, ou ao temor de ter uma queda e sofrer uma fratura óssea, ou ainda, à evitação de passar por constrangimento no comércio, transporte público ou vizinhança pelo preconceito etário. Portanto, uma cidade amiga perpassa pela estrutura física e aparato social para a inclusão e cidadania da pessoa idosa no território em que se vive.

Para discutir, compreender e desenvolver Cidades Amigas da Pessoa Idosa é necessário envolver muitos atores, desde agentes políticos, planejadores e formuladores de políticas públicas, até comerciantes, associações e movimentos sociais, ONG's, líderes comunitários e os próprios moradores. Todos somos desafiados a compreender nossos territórios, combater o preconceito etário e exigir novas estruturas de planejamento urbano e social. Só assim poderemos buscar soluções para uma sociedade cheia de inequidades e um envelhecimento plural ou heterogêneo.

Assim, por exemplo, comunidades sem saneamento básico, com calçadas precárias e com transporte público não adaptado devem priorizar estruturas físicas para não inibir e limitar a mobilidade de pessoas idosas com restrição locomotora. Além disso, praticar bons comportamentos nutricionais é mais fácil quando há hortas comunitárias, mercearias e sacolões a curtas distâncias para um deslocamento a pé. Receber cuidados médicos domiciliares e gratuitos são mais oportunos para o acompanhamento preventivo e curativo de pessoas idosas acamadas ou com restrição de mobilidade em comunidades mais carentes. Logo, saber direcionar ações efetivas depende da correta caracterização da comunidade em que a pessoa idosa habita. Ou ainda, os governos precisam ter a habilidade de tecer alianças locais e inovar por meio de articulações em rede para mediar políticas públicas, com racionalidade financeira, mas sem deixar de prover recursos importantes para a continuidade de projetos já existentes (Golant, 2014).

Saliento que uma conformação única para a abordagem e planejamento de uma Cidade Amiga da Pessoa Idosa não é eficaz devido à vasta diversidade de ambientes comunitários e heterogeneidade da população de adultos mais velhos. As pessoas idosas não possuem apenas uma senescência biológica variada, ou diferentes origens socioeconômicas e culturais, mas também diferem em termos de habilidades, necessidades e preferências (Cerdeira & Bernier, 2013). Parte do problema são as políticas públicas homogeneizantes que tendem a abordar as pessoas idosas como

um grupo homogêneo, inerte e estereotipado como dependente e com múltiplas incapacidades funcionais; fruto de uma visão ageísta² que não atende às reais capacidades e necessidades desta parcela da população (Maciel & Moura, 2020; Who, 2021). Além disso, existe o questionamento se a cidade é de fato feita para pessoas ou apenas direcionadas para os interesses dos fluxos econômicos e políticos globais que revelam as penumbras da urbanização (SASSEN, 2016) que transcendem o alerta da CEPAL (2018) para a América Latina e Caribe acerca dos riscos do envelhecimento populacional em uma região caracterizada pela desigualdade e pobreza multidimensional. Risco este que se torna maior quando o fator idade é acrescido de outras causas de discriminação, ou que tendem a estar mais expostos à invisibilidade ou violação de seus direitos (CEPAL, 2018).

O Distrito Federal, assim como todos os outros territórios brasileiros, possui regiões que diferem entre si originando assimetrias. As assimetrias regionais normalmente traduzem-se, em diferentes níveis de desenvolvimento econômico e social, que podem induzir a processos de vulnerabilidade locais levando a aplicação de políticas de desenvolvimento regionais incoerentes, com consequências preocupantes para a coesão social e territorial (Moura et al., 2020; Moraes & Fernandes, 2011).

Maciel e Moura (2022) avaliaram a percepção de moradores 60+ em 4 regiões administrativas do Distrito Federal e analisaram a influência de determinantes sociais na classificação da cidade dentro dos oito eixos descritos no guia da OMS – Cidade Amiga da Pessoa Idosa (2007). No estudo, mais de 50% dos participantes classificaram a capital brasileira como não amiga da pessoa idosa. Isso aponta para um possível descontentamento da população idosa com o planejamento urbano e aparatos sociais em seus territórios. A pesquisa demonstrou que apesar da visão global negativa sobre a amigabilidade da cidade, há particularidades entre as regiões centrais e periféricas que devem ser levadas em consideração na criação de políticas e ações públicas. As regiões sociodemograficamente mais privilegiadas apontaram queixas relacionadas a má conservação da estrutura física da cidade, como calçamentos e acessibilidade. Já as regiões periféricas de menor renda per capita, sofrem com a violência e o medo de assaltos.

Os determinantes sociais referem-se às condições em que as pessoas nascem, crescem, aprendem, vivem, trabalham e envelhecem, assim como as forças sociais que moldam essas condições (Buss & Pellegrini Filho, 2007; Goldman & Faleiros, 2008; Nedel & Bastos, 2020). Eles incluem indicadores socioeconômicos (como renda familiar, emprego, educação), fatores ambientais (como moradia, acesso a transporte, privação da vizinhança) e sociais, e os contextos comunitários (como a segurança do bairro) (Marmot et al., 2008). Ao pensarmos no planejamento e construção de soluções amigas para todas as idades, devemos voltar o olhar para todo esse contexto e acrescentar um novo determinante, o combate ao preconceito etário.

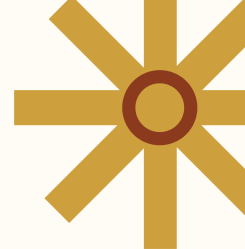
O preconceito etário está presente quando ignoramos, silenciemos, avaliamos ou denegrimos diretamente uma pessoa ou um grupo de pessoas meramente por sua idade. O crescente envelhecimento demográfico e o formato das atuais políticas públicas brasileiras colocam o preconceito etário como tema obrigatório na agenda de todos os interessados em promover uma cidadania ampla e uma sociedade amiga para todas as idades (Goldani, 2010).

No sentido de identificar e combater estas manifestações e preconceitos contra as pessoas idosas, a conscientização da existência do ageismo é a primeira ferramenta para a construção de uma cidade amiga. A premissa é eliminar o conceito de grupo homogêneo, insistentemente caracterizado de forma pejorativa, reduzido às doenças e incapacidades, mascarados de sentimentos de desprezo ou infantilização por atitudes paternalistas, e dar espaço para o respeito da diversidade de velhices. Mostrando que a pessoa idosa sai de casa, frequenta o teatro, cinema, bares, shows, academias, jogos de futebol, comércio de rua, usam o ônibus, metrô, dirigem. E o direito de usufruir a cidade é de todos.

REFERÊNCIAS

- Anneer, M., Keeling, S., Wilkinson, T., Cushman, G., Gidlow, B., & Hopkins, H. (2014). Environmental influences on healthy and active ageing: A systematic review. *Ageing and Society*, 34(4), 590–622. <https://doi.org/10.1017/S0144686X1200116X>
- Azevedo Moura, L. B., de Souza Cruz, R. C., Araújo Bezerra, P., Valadares Borges, G., & Nogales Vasconcelos, A. M. (2020). A pessoa idosa na área metropolitana de Brasília: oportunidades e desafios. In *Território e sociedade*. <https://doi.org/10.4000/books.irdeditions.35984>
- Beauvoir, S. (n.d.). A velhice. 148, 148–162.
- Buss, P. M., & Pellegrini Filho, A. (2007). A saúde e seus determinantes sociais. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 17(1), 77–93. <https://doi.org/10.1590/s0103-73312007000100006>
- Caiaffa, W. T., Ferreira, F. R., Ferreira, A. D., Oliveira, C. D. L., Camargos, V. P., & Proietti, F. A. (2008). Urban health: “The city is a strange lady, smiling today, devouring you tomorrow.” *Ciência & Saúde Coletiva*, 13(6), 1785–1796. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232008000600013>
- CEPAL. (2018). Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: perspectiva regional y de derechos humanos. In *Libros de la CEPAL*. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44369/1/S1800629_es.pdf
- Cerda, M., & Bernier, N. F. (2013). Age-Friendly Communities in Ontario: Multi-Level Governance, Coordination Challenges and Policy Implications. Institute for Research on Public Policy. Retrieved <https://irpp.org/wp-content/uploads/assets/research/faces-of-aging/age-friendly-communities/Nicole-Report-Nov-4-5-2013.pdf>
- Da Silva Manguiera, R. T., & De Arruda Santiago, Z. M. (2021). Práticas de letramentos narradas por idosos. *Educação Em Revista*, 22(1). <https://doi.org/10.36311/2236-5192.2021.v22n1.p67>

- Golant, S. M. (2014). Age-friendly communities: Are we expecting too much? Institute for Research on Public
- Goldani, A. M. (2010). Desafios do “preconceito etário” no Brasil. *Educação & Sociedade*, 31(111). <https://doi.org/10.1590/s0101-73302010000200007>
- Goldman, S. N., & Faleiros, V. de P. (2008). 13. Determinantes do envelhecimento ativo. *Envelhecimento e Saúde Da Pessoa Idosa*, 317–323.
- Maciel, T. F., & Moura, L. B. de A. (2020). Cidade Amiga da pessoa idosa: uma utopia para a Brasília metropolitana na década do COVID-19. 50–63. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.3953318>
- Marmot, M., Friel, S., Bell, R., Houweling, T. A., & Taylor, S. (2008). Closing the gap in a generation: health equity through action on the social determinants of health. *The Lancet*, 372(9650). [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(08\)61690-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(08)61690-6)
- Morais, A., & Fernandes, P. (2011). Assimetrias regionais na região Norte de Portugal: uma análise de clusters. In *Actas do 17o Congresso da APDR e 5o Congresso de Gestão e Conservação da Natureza Congresso Internaional da APDRAECR*.
- Nedel, F. B., & Bastos, J. L. (2020). Para onde seguir com a pesquisa em determinantes sociais da saúde? *Revista de Saúde Pública*, 54(15).
- OMS. (2007). Guia Global das Cidades Amigas das Pessoas Idosas. In versão portuguesa de Global age-friendly cities: a guide. Tradução: Fundação Calouste Gulbenkian. http://whqlibdoc.who.int/publications/2007/9789899556867_por.pdf
- ONU. (2019). World Urbanization Prospects 2018: Highlights. In *World Urbanization Prospects 2018: Highlights*. <https://doi.org/10.18356/6255ead2-en>
- van Hoof, J., & Marston, H. R. (2021). Age-Friendly Cities and Communities: State of the Art and Future Perspectives. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph18041644>
- WHO. (2021). Global report on Ageism. In *Global Campaign to Combat Ageism*. http://www.who.int/about/licensing/copyright_form/index.html%0Ahttp://www.who.int/about/licensing/
- Yen, I. H., Michael, Y., & Perdue, L. (2009). Neighborhood Environment in Studies of Health of Older Adults: A systematic Review. *American Journal of Preventive Medicine*, 37(5), 455–463. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2009.06.022.Neighborhood>



Entrevistas com Celebidades

Atividade de entrevista e interação intergeracional com uma pessoa idosa. As celebridades são: pessoas com deficiência, mulheres negras, LGBTQIAP+, atletas, povos tradicionais, produtor cultural, cuidador, liderança ou coordenação de um coletivo no tema do envelhecimento na cidade, estudantes de graduação ou pós-graduação, docentes e técnicos. Ao compartilhar, podemos ouvir a história de vida de pessoas idosas e suas diversidades.

Obs: As fotos foram cedidas pelas pessoas idosas, de seus arquivos pessoais.



Entrevistada: Vanir Alves Costa, 70 anos

Por Vinicius Vieira da Silva



1) Características sociodemográficas

Vanir, 69 anos nascida no Pará, criada em Minas Gerais e desde 1966 moradora de Brasília, considera-se brasiliense, terra que proclama gostar muito de morar. Sua chegada a Brasília vem de modo repentino com a proposta de emprego para o Pai, que traz toda sua família para se aventurar no Cerrado.

Estudou e ingressou na carreira pública na Secretaria de Educação, além de se formar como técnica de enfermagem, profissão a qual tem muito orgulho e paixão, hoje aposentada há mais de 10 anos, sempre se viu como uma mulher ativa e sempre atuou como cuidadora, função que exerce até hoje com sua mãe, que necessita de cuidados mais atentos por conta de sua fase da vida.

2) Quais palavras lhe vêm à mente quando pensa na “velhice”?

“PREOCUPAÇÃO”, relata sentir-se aflita com a chegada dessa fase da vida, não só em relação a sua pessoa, mas em relação aos outros, se diz angustiada com o futuro das gerações e com as gerações atuais que segundo ela “pouco se preocupam ou olham para os mais velhos com cuidado e respeito”.

3) Como você percebe a sua vida de interação social com outras pessoas?

Relata ter uma boa relação social no seu meio de convívio e tem boas amizades, sente-se discriminada em alguns grupos sociais pelo viés do idadismo, mas de maneira geral relata boa relação e interação social.



4) Sofreu algum preconceito pela sua idade?

Diz ter sofrido vários episódios como, por exemplo, em transporte público, onde vê o quão difícil é para pessoas idosas, uma vez que, segundo ela, não respeitam os assentos preferenciais, não praticam a solidariedade em relação a ceder o assento para uma pessoa mais velha e até mesmo a questão dos motoristas pararem longe do local de destino.

Outro relato trazido e a esse percebe-se que mexeu mais com seu íntimo foi em uma academia:

“Comecei a realizar aulas de dança em uma academia perto de casa, gostava muito, e me fazia bem, mas com o tempo percebi que havia um certo incomodo das pessoas em estar participando dessas aulas coletivas. O professor não me abordou, mas uma das alunas abordou-me dizendo que havia aulas específicas para minha idade, fiquei muito chateada e não quis mais voltar”.

5) Algum conselho para os jovens? Uma palavra para as novas gerações?

Não hesitou em falar da palavra AMOR e trouxe a seguinte reflexão: “Pensem que um dia irão envelhecer, se coloquem no lugar do outro”.

6) O que você faz atualmente? O que você pensa dessa fase da vida como pessoa idosa?

Atualmente, além de exercer a função de cuidadora de sua mãe, o papel de avó, e como matriarca da família nos cuidados de todos sempre que possível, participa ativamente do grupo do Sesc - Ceilândia, no dos Mais Vividos, onde participa de oficinas como a de teatro que orgulhosamente relatou estar ensaiando para uma apresentação teatral. Caminha nas horas vagas, poetisa também quando lhe vem os momentos de devaneio.



7) Gostaria de compartilhar algum projeto de vida? Plano para o futuro?

Relata a vontade de escrever um livro sobre sua vida, em que possa contar sua trajetória, desafios e luta que permeia até os dias atuais. Contou sobre seu sonho:

“Desde pequena sempre quis aprender a dançar ballet”.

E que ainda quer voltar a realizar as oficinas de ballet que participou a partir de um projeto do Sesc, mas que infelizmente acabou.

8) O que mais gostaria de nos contar?

Finaliza a entrevista muito certa do que se comprometeu desde o início das nossas conversas, de não só trazer um relato, mas uma militância no sentido de conscientizar as gerações sobre a pessoa idosa. E reafirma que tudo que disse na entrevista possa ser usado e divulgado para conscientizar as gerações.

Traz as seguintes palavras em seu discurso:

“NÃO DESISTIR NUNCA”

“TER DETERMINAÇÃO”

“FORÇA DE VONTADE”

“ACHAR QUE SEMPRE É CAPAZ”





Entrevistada:

Neuza Araújo Pereira,

65 anos

Por Ana Caroline Laurentino
Araújo



1) Características sociodemográficas

Neuza Araújo Pereira, 65 anos. Reside em Brasília, Distrito Federal, há mais de 30 anos. É natural de Esperantina, Piauí. Exerce a profissão de costureira, devido à deficiência auditiva que adquiriu durante a vida, sempre trabalhou com costura de forma autônoma. Aposentou-se há 4 meses. Assinou o termo de autorização para utilização de imagem para fins de pesquisa.

2) Quais palavras lhe vêm à mente quando pensa na “velhice”?

“A velhice é como sinal de experiência, vida vivida. Eu nunca tive medo da velhice, eu sou feliz! Continuo fazendo serviços extras em casa, faço tudo dentro de casa... Eu levo a minha vida normalmente, sem nenhum obstáculo. Até agora eu não tive medo, eu não tive nenhum preconceito.”

3) Como você percebe a sua vida de interação social com outras pessoas?

“Eu sofri muito preconceito devido à deficiência, muitas pessoas não conseguiram me entender, portanto, eu tive dificuldade nesse sentido. Mas eu nunca me deixei abater, continuei lutando, da melhor forma possível. Estudei ainda, consegui fazer o segundo grau. Procuro sempre aprender coisas novas. E não me importa o que as pessoas pensam ou acham de mim, o que importa é eu me sentir bem comigo mesma. Na profissão de costureira, eu fiz muitas amizades, as pessoas têm muito respeito por mim.”

Atualmente no local onde estou morando, todos têm muito respeito por mim, tem admiração e carinho, tenho vizinhos maravilhosos que estão sempre próximos a mim, tentando ajudar... Portanto, eu acho assim, que a gente atrai as coisas boas para a gente, com as atitudes da gente, conforme a gente age com as pessoas, a gente atrai as pessoas boas para a gente.”

4) Sofreu algum preconceito pela sua idade?

“Até o momento, não, nunca ninguém me desrespeitou ou me destratou. Até o momento, não!”

5) Algum conselho para os jovens? Uma palavra para as novas gerações?

“Eu aconselho a sempre permanecer, estudar, trabalhar e sempre ser positivo em seus sonhos. Continuar buscando os seus sonhos e nunca desistir... Viver! Viver a vida e, acima de tudo, respeitar os pais, porque à medida que você respeita os seus pais, o bem vem para você. Eu acredito que a prosperidade vem através disto, de respeitar, amar e, então, tudo de bom vem para você. Então, jovens, cuidem da natureza, dos animais, e acima de tudo, busquem a Deus, pois sem Deus não somos nada, faça dEle o seu refúgio.”

6) O que você faz atualmente? O que você pensa dessa fase da vida como pessoa idosa?

“Sou frequentadora assídua da igreja, sempre participei da igreja e eu tenho um grupo de idosos que me faz muito bem. Nos reunimos e fazemos muitas coisas boas para nós mesmos. Mesmo aposentada eu ainda continuo fazendo meus serviços em casa, serviços de costura e tudo que aparece de novidade eu quero fazer. Muitas vezes eu não realizo, mas eu sempre tenho vontade de aprender mais. Eu penso que a gente tem que continuar vivendo normalmente, de acordo com o que a vida nos oferece, até onde tiver as forças. Cuidar da saúde, da alimentação. Eu, inclusive, não uso remédio e medicação nenhuma, pois eu nunca precisei, mas eu me preocupo muito com a alimentação, acredito que tudo que a gente come reflete na nossa vida e na nossa saúde.”

7) Gostaria de compartilhar algum projeto de vida? Plano para o futuro?

“Não... (risos).”

8) O que mais gostaria de nos contar?

“Uma coisa maravilhosa que aconteceu na minha vida, já idosa, foi a chegada de um neto! Trouxe muita alegria (choro), uma alegria assim, que preenche o tempo da gente e faz com que a gente... parece que a gente vive mais e melhor. Então, sempre que eu estou junto dele, é maravilhoso, é as risadas, a gente acaba virando uma criança também! (...) Eu não falei antes, mas eu sofri muito preconceito devido a deficiência auditiva e por isso me dediquei a trabalhar em casa sozinha, que foi meu meio de vida. Recebi um aparelho de audição recentemente, e foi maravilhoso... eu já tinha usado dois e não tinha dado certo. Esse realmente funcionou para mim. Eu sempre precisava dos meus filhos, para sair comigo, para resolver as coisas... agora não. Agora eu vou sozinha, eu escuto as pessoas novamente, resolvo minhas coisas sozinha. Então foi muito bom, foi maravilhoso isso!”



Entrevistada:

Elda Evelina
Vieira,

71 anos

Por Sandra Regina Gomes



1) Características sociodemográficas

Meu nome é Elda Evelina Vieira, tenho 71 anos. Nasci em Araguari (MG), em 1951. Completo 72 anos no corrente ano – 2023. Moro em Brasília desde 1959. Esta cidade ainda não oficialmente inaugurada, o que ocorreu em Abril de 1960. Profissionalmente, passei por algumas experiências. Posso considerar como minha carreira a de bancária. Em 1971 passei no Concurso do Banco do Brasil, em 6º lugar.

Tomei posse na Agência Central, agência principal do Banco do Brasil, em 19-11-1971, em Brasília. Em 1972, considerada minha classificação e a qualidade do trabalho, fui chamada para uma entrevista em um Departamento recém transferido do Rio de Janeiro para a Capital. Fui admitida nesse novo trabalho, onde fui Secretária do Chefe de Departamento e, nesta função, assumi várias atividades como: secretária, datilógrafa, telefonista, operadora de Telex e outras atividades.

Cheguei a prestar serviços em duas agências do interior, por circunstâncias que não vêm ao caso fazer comentários a respeito.. Voltando à Capital – Brasília, trabalhei em alguns Departamentos e, em 1977, fui convidada para prestar serviços no Gabinete da Presidência do Banco do Brasil, onde fiquei até início dos anos 80. Eu me envolvo com muita dedicação e carinho ao trabalho que está sob minha responsabilidade. Procuro exercer minhas funções da melhor forma possível. Sempre tive e mantenho esse perfil.

Estou na condição de aposentada desde fevereiro de 1996, pelo INSS. Em consequência de um acidente de trabalho, ocorrido em maio de 1993, fiquei sem condições de prestar serviços. Desde então, não presto qualquer função remunerada.

Passado algum tempo na recuperação de algumas funções, eu me coloquei em atividades que sempre me deram prazer – escrever, pintar, desenhar e similares. Tenho uma personalidade inquieta, se posso dizer assim. Gosto de estar sempre ativa e assim me mantenho até o momento atual. Escrever, pintar, desenhar, tenho 34 livros publicados, várias artes em várias técnicas – aquarela, acrílico s/tela, óleo s/tela, caneta nanquim e outras.

Já contemplei reedições de alguns dos livros por solicitação de amigos, inclusive. Os livros, basicamente apresentam temas com reflexões filosóficas e, também, abordagem de como vejo a vida e o mundo em que vivemos. Um livro em especial teve sua publicação em segunda edição por solicitação de um primo que me incentivou muito para proporcionar oportunidades para novos leitores.

Meus livros são divulgados no meu site – eldaevelina.com –, para livre leitura. Meus livros não estão à venda, eu gosto de presentear. Por certo meu incentivo surgiu do meu pai. Fui alfabetizada por ele quando tinha 4 ou 5 anos. Provavelmente para abrir o interesse e ler a Bíblia, pelo menos eu tenho esta impressão.

2) Quais palavras lhe vêm à mente quando pensa na “velhice”?

No meu entender, “velhice” é muito mais psicológica do que física, é como eu vejo. Por exemplo, meu avô paterno faleceu com 98 anos e eu era muito conectada com ele. Eu nunca o vi como um velho, ele tinha uma capacidade mental/intelectual incrível. Era muito inteligente, uma pessoa que teve de trabalhar muito cedo pela vida e com uma história linda. Descobri que eu era a única neta que conhecia boa parte da vida dele. A velhice não bem relacionada com a idade, ela é mais psicológica. Sentir-se velho é não se aceitar com idade avançada.

Tem gente que se acha velho, sem condições de fazer ou de realizar algo. A expressão que relaciono com velhice é desencanto pela vida. Quando as pessoas se sentem como não ter o que oferecer, que a vida não tem sentido, geralmente se sentem velhas. Acredito que quando uma pessoa se encanta com um neto, tem um objetivo na vida para concretizar algo, um sonho que seja, a pessoa não se sente velha, então não poderíamos identificar como velhice.



3) Como você percebe sua vida de interação social com outras pessoas?

Por vezes posso parecer intrometida. Eu sou franca, não sou grosseira, eu gosto de encarar a verdade. Então quando vejo que não posso, ou não devo falar a verdade, fico em silêncio. Gosto de expressar o que eu sinto – a emoção. Eu me sinto muito verdadeira, não quero me enganar e nem enganar alguém.

Minha interação com as pessoas é bem legal, sou bem amigável, inclusive no trabalho. Procurei sempre ter uma relação de colegas, mesmo quando estivermos em níveis hierárquicos diferentes. Atualmente tenho poucos amigos e sei que posso contar com eles, mesmo aqueles que estão distantes fisicamente.

4) Sofreu algum preconceito com a sua idade?

Por ser uma pessoa idosa... não me lembro de ter sofrido esse preconceito. Sofri, se posso dizer assim, por ser mulher. Com relação ao ambiente de trabalho. Quando tomei posse no Banco do Brasil, em novembro de 1971, havia muito poucas mulheres. Foi o segundo concurso em que se admitiu mulheres para o ingresso na Empresa.

Em alguns setores onde trabalhei eu fui a única mulher. Consegui me colocar profissionalmente, fazer-me respeitar, não por oposição, mas sim por ter um diálogo franco e sincero e não vazio. Creio que muitos problemas enfrentados por algumas mulheres se deu por se sentirem diminuídas e se recolhiam e não se deixando expressar.

Eu me coloquei como alguém que se sentia à vontade para expressar o que pensava, valorizando a minha capacidade e coragem de seguir em frente. Creio que devo isso à minha mãe que mantinha sua autoconfiança no meio familiar.





5) Você teria algum exemplo de preconceito etário em relação à pessoa idosa?

Já observei em algumas famílias, nem tanto atualmente, a forma como algumas crianças e jovens não respeitam os idosos. Na realidade, a elas são de certa forma “impostos” alguns conceitos nesse sentido – idosos são limitados, têm dificuldade em se expressar, de andar. As pessoas fazem tantas observações sobre a incapacidade das pessoas idosas em realizar algo, que as crianças, inclusive netos, acabem absorvendo esses conceitos, reproduzindo o preconceito.

6) Algum conselho para os jovens? Uma palavra para as novas gerações?

Creio que teria mais conselhos para os idosos do que para os jovens. Por exemplo, eu tenho netas e elas me respeitam muito, mas eu não impus coisa alguma. Eu me apresento para elas como realmente eu sou, não me apresento diferente da realidade. Eu, para os idosos, diria para eles se respeitarem e sentirem o valor que têm. Às vezes eles sofrem pressão por serem pessoas velhas, como se não fizessem mais parte do tempo em que estão vivendo.

Eles deveriam reconhecer seus próprios valores. Os filhos aprenderem com a convivência. São exemplos de vida. Não só na questão do respeito, de ser uma pessoa verdadeira, honesta, correta, meiga e acolhedora. Creio que esse “perfil” cria um ambiente de respeito e admiração. Parte da própria pessoa a forma como ela se apresenta, para que o outro a respeite e acolha.

7) O que você faz hoje? O que pensa dessa fase da vida como pessoa idosa?

Eu continuo escrevendo e recentemente publiquei mais um “Reflexões da Alma V”. Ao todo, até o momento, são 34 livros.

Além dos livros, continuo a pintar e desenhar. Também faço palestras. Sou uma pessoa inquieta. Minhas artes e livros, como também a abordagem que fiz em minhas palestras, estão divulgadas nos meus sites, como também no Youtube.

Nas artes meus instrumentos são, caneta nanquim, aquarela, lápis de cor, acrílico, óleo, recursos digitais no computador ou no iPad.



Minha conexão maior é com a escrita. Minha origem religiosa, creio que posso dizer assim, é Presbiteriana. Meu pai era pregador, meu avô foi missionário pelo interior de Goiás e Minas Gerais. Trago em mim essa história que está muito forte dentro de mim. Não sou preconceituosa em relação a outros seguimentos religiosos ou filosóficos. Sou muito aberta e o que tiver de aprender, eu vou aprender.

8) O que você pensa sobre esta fase da vida, como pessoa idosa?

Sou idosa sim, com 71 anos de idade, não me vejo velha, no conceito que observamos na percepção de algumas pessoas. Não que eu não queira “encarar” a velhice. Eu acolho a idade avançada, mesmo com o termo velhice, com muito carinho. Eu ainda estou no mundo em que vivemos e ainda em atividade. Como posso reclamar?

Talvez o que me incomoda é o termo velhice, pela forma como as pessoas olham para essa palavra. A pessoa chega na “velhice” quando desiste de viver de forma saudável, ativa, produtiva.

Tenho vários textos no meu site em que abordo o tema “velhice” (ser velho, ser idoso, idadismo, ageismo). Eu interpreto a velhice como uma forma de me perceber com 71 anos, depois de ter vindo a mundo e ao mesmo tempo perceber o quanto eu aprendi e o quanto me enriquecer esse caminhar.

Então, eu não tenho problema com a velhice, só ganhei com ela. Estar nessa idade, com as oportunidades que tive de aprender, de conviver, então só tenho a agradecer por ela. Importante mostrar àqueles com os quais vivemos como somos ativos. Meus filhos não têm preconceito de eu ter 71 anos. Não corro o risco deles terem uma percepção diferente, talvez por eu ter me dado valor. Tenho dois filhos, um casal, uma filha com 48 anos e um filho com 47 anos. Tenho quatro netas – 25 anos, 19 anos, 15 anos e 13 anos.



9) Gostaria de compartilhar algum projeto de vida? Plano para o futuro?

Quero continuar escrevendo, curtindo e amando a vida. Eu gosto muito de ter atividades diferentes e minha proposta é continuar fazendo o que gosto. Vou continuar escrevendo, publicando, tentando aprender uma atividade nova, ver a vida com “outros olhos”.

10) O que mais gostaria de nos contar?

Eu já falei muito. Se de interesse, poderá encontrar mais em outros textos que eu escrevi sobre o tema. Deixe-me pensar o que eu poderia dizer para as pessoas que não se aceitam idosas, nessa fase da velhice. Hummm... Eu diria a elas que não devem se entregar ao preconceito que o outro sente. Deveria, sim, defender-se interiormente. Deve continuar sendo uma pessoa vigorosa.



Entrevistado:

Jaile de
Assis
Ricardo,
69 anos

Por Vanessa Rodrigues Dunk
Gomes

Entrevista com Celebridade - O produtor cultural de Taguatinga



O nome dele é Jaile de Assis Ricardo, tem 69 anos, nasceu no dia 03 de dezembro de 1953 na cidade de Patrocínio, Minas Gerais, mora em Brasília desde 1969, é divorciado, tem 3 filhos sendo que o caçula tem 15 anos. Após a formatura do ensino médio começou a trabalhar como comerciante e produtor cultural, ele sempre quis unir a música, gastronomia e diversão em um só local e desde 1975 ele possui um estabelecimento comercial. Atualmente reside na cidade de Taguatinga perto do seu local de trabalho o “Bar do Kareka” localizado em uma praça da CNF – Taguatinga Norte. Jaile é mais conhecido por seu apelido Kareka que surgiu no ensino médio em uma festa de calouro em que o trote era raspar a cabeça dos estudantes e desde então este se tornou o seu apelido e o nome do seu local de trabalho. Ele até disse que já tem todas as condições legais para se aposentar, mas prefere continuar trabalhando, “ainda estou nos desafios da vida... ainda prefiro essa vida de desafios e de projetos que eu acho bacana, independente de qualquer coisa, eu acho que pessoas que aposentam muito novas é até um desperdício, de repente tem e acumulou tanto conhecimento e competência e aposenta e deixa de continuar contribuindo com as coisas boas da vida”. O que não é uma rotina fácil, Kareka contou que trabalha de terça a domingo cerca de 15 horas por dia, pois precisa gerenciar e executar as várias atividades no bar. Como ele mesmo disse, “faço tudo”, ele é o cozinheiro, garçom, cuida das questões administrativas do bar, da decoração, faz a faxina, se necessário, faz toda a agenda de shows, seleciona as bandas que vão tocar, faz divulgação da programação e muito mais. O bar possui 4 pessoas fixas que trabalham com ele e a depender do evento é necessário contratar mais algumas, chegando no máximo até 8 pessoas.

Quando questionado sobre as palavras que vêm à mente quando o assunto é velhice, a resposta foi surpreendente, pois Kareka revelou “ainda não pensei nisso não”. Percebi neste momento um leve estranhamento com a pergunta, as expressões do rosto se modificaram sutilmente.



Ele relatou que trabalha bastante (cerca de 15 horas por dia), joga bola, pedala, procura ser bem presente na vida do seu filho, como ele disse “você sabe que envelheceu, mas eu não me sinto assim tão... (neste momento breve pausa reflexiva seguido de um gaguejar) referente a idade de 69 anos, eu acho que eu ainda estou com 45 por ai, pelo gás do dia a dia”.

Já no questionamento sobre a interação social com outras pessoas, o tom de voz e a expressão corporal foram diferentes, percebeu-se animado e foi logo comentando “olha eu acho interessante até porque nesta coisa de produção cultural, você lida com pessoas da minha idade, mas também lida com jovens que nos procuram, uma oportunidade... de 20 anos, 25, 30, então você acaba se relacionando com várias tribos e isso é gratificante e rejuvenescedor, talvez, porque você convive com estas pessoas e quando você vai produzir ou agendar uma galera mais nova, você tá sempre tentando adequar aquele dia para esse público. Então, eu me sinto um privilegiado por estar interagindo com essa galera toda.”

Sobre a pergunta do preconceito pela idade, Kareka falou de forma mais direta que em nenhum momento sentiu este tipo de preconceito porque ele não se incomoda com certas falas, além de nunca ter se sentindo discriminado por ter quase 70 anos. Neste momento exemplificou dizendo que algumas pessoas o chamam de você, outras de senhor e que isso não o incomoda. Neste momento fez uma breve pausa para ver se ele se recordava de alguma outra situação, mas não fez nenhum outro comentário.

Seguimos a entrevista e quando pedi um conselho para jovens, alguma mensagem para as novas gerações, ele deu um breve sorriso, disse que conselho é difícil se dar, mas falou que é importante os jovens terem foco, serem competentes, comprometidos. “Eu sempre digo, as pessoas que têm mais foco, que têm mais comprometimento elas vão ter a melhor oportunidade e também vão poder contribuir com mais benefícios para a comunidade em que vive ou o mundo.” E pensando nas bandas que o procuram para tocar em seu bar, Kareka comentou que o importante é a originalidade: “eu vejo muitas bandas que fazem um trabalho super bacana e eu sempre digo: dá uma ousada, faz alguma coisa diferente porque se não der certo, você volta a fazer do jeito que era.”



Neste momento ele citou um exemplo de uma pessoa que sempre pedia uma data para tocar em seu bar e que o rapaz sentado à mesa de um bar era uma pessoa, mas quando subiu no palco era uma pessoa totalmente diferente, foi ousado e ele conta que foi uma experiência muito interessante para ele.

Ao ser questionado sobre o que ele pensa dessa fase da vida como pessoa idosa, ele gaguejou um pouco no início dizendo que “eu penso nela como, da mesma maneira que eu tinha há 30 anos atrás, com o mesmo gás e com a mesma dedicação, o que eu faço hoje é um trabalho normal que eu fazia há 30 anos, que é de terça a domingo, você tem agenda pra fazer, bar para decorar, a parte administrativa, várias coisas para fazer ao mesmo tempo. E a gente tem uma agenda sempre lotada e temos uma relação muito saudável com a classe musical porque além de muito tempo, tem credibilidade entre as partes, então eu me sinto tranquilo e bem”.

Sobre os projetos de vida e planos para o futuro, Kareka comentou que têm alguns projetos antigos que não sabe se serão concretizados, mas compartilhou a ideia de fazer um documentário sobre os negros na Amazônia. Neste momento ele começou a contar com riqueza de detalhes que morou por 10 anos em Rondônia, trabalhou na Eletronorte e lá descobriu que a primeira mão de obra negra que veio para o Brasil foi para trabalhar na Estrada de Ferro Madeira Mamoré por meio do tratado de Petrópolis feito entre Brasil e Bolívia. Ele contou que neste período que passou lá teve a ideia de fazer esse documentário cuja trilha sonora terá a música de Milton Nascimento que se chama Trem da Amazônia e que o convidado especial seria o ator Morgan Freeman, neste momento ele falou “coisa de sonho” e riu. O documentário começou a ser desenhado ainda na época que morava em Rondônia e que teria como título “Nobreza Negra”.

Kareka também compartilhou a ideia de fazer o festival de música em Taguatinga, de fazer outro festival de música no clube Nova Flórida (na cidade de Alexânia) sendo este uma releitura do festival de Woodstock, o local foi escolhido por se assemelhar ao local que ocorreu o Woodstock. Por fim revelou o projeto de fazer um livro “A história de gole em gole”. Ele comentou que este é um projeto coletivo que “vai contar o lado bom da noite de Taguatinga,

cada um que tiver uma história interessante e boa, ele vai escrever pra gente e a gente vai selecionar e colocar neste livro, então é uma edição coletiva”. Neste momento ele relatou que é para contar as histórias relacionadas aos bares, “porque bar antigamente era uma coisa marginalizada, marginalizada assim, era local de bebum... e hoje não, é um local de socializar, de troca de ideias, de socialização, de interação, no nosso caso aqui de divulgar a arte”. E sobre o bar do Kareka, ele contou: “eu até brinco que aqui é um bar que tem de tudo e de todos, você encontra pessoas humildes, mas encontra intelectuais, no entanto, quem por aqui já passou, além dos famosos locais... já passou muitos famosos como o Nasi, Luis Melodia, Jorge Mautner, a Hope Clayburn, que é uma saxofonista americana famosa que tocou com Prince e James Brown.” Ainda completou: “eu acho que é um bar assim de amigos, de gente feliz, no entanto, que a gente tem pouquíssimo problema em relação a violência ou a bagunça.”

Kareka contou sobre esses planos demonstrando muito entusiasmo e com muita riqueza de detalhes, falou sorrindo que se conseguir fazer qualquer um desses planos para ele seria ótimo. No fechamento da entrevista ao indagar se ele gostaria de contar mais alguma coisa, ele respondeu de forma simples que não e disse: “vivo intensamente e vivo de uma maneira bem descontraída, bem tranquila, valorizo muito o ser humano e cidadão, família, meus amigos”.

Ainda complementou dizendo que acha que é o desafio que o mantém mais jovem. Deixei o espaço aberto novamente caso ele quisesse tecer mais algum comentário, ele disse que estava tranquilo. Mas neste momento eu me recordei de uma homenagem que ele recebeu e perguntei se ele poderia contar como foi. Neste momento, de forma bem humilde, disse que recebeu no ano de 2006 o título de Cidadão Honorário de Brasília, que foi conduzido pela deputada Erika Kokay e foi um reconhecimento pelo espaço e pelo trabalho cultural que desenvolve no seu bar, relatou que antes da Lei do Silêncio ele fazia a Semana de Arte e Cultura de Taguatinga na praça da CNF, em frente ao seu bar.

Comentou sobre as diversas programações que ele faz no seu bar, disse que possui o Verão Cultural, a Semana de Arte, o Luau da Educação em homenagem aos professores, a Semana da Arte negra, entre outras.



Relatou também que em 2021 recebeu a Medalha da Ordem do Mérito Legislativo no grau Oficial, sendo homenageado pelo título de Produtor Cultural e Comerciante, no qual foi escolhido pelo deputado Reginaldo Veras. Esta é uma honraria concedida pelo poder legislativo do Distrito Federal a personalidades, civis e militares que se destacam por suas ações em prol da cidade.

A entrevista ocorreu de forma muito tranquila, mas percebeu-se em alguns momentos certa estranheza no entrevistado quando o assunto era a velhice, se já havia sofrido preconceito em razão da sua idade e o pensar a vida como sendo uma pessoa idosa. Outro ponto interessante a ser incluído é em relação à discriminação, o entrevistado disse não se incomodar quando alguém o chama de senhor.

Acredito que a entrevista pode ter contribuído no sentido de iniciar um movimento de autorreflexão sobre a potência de vida de uma pessoa idosa, sendo ele uma pessoa idosa capaz de trabalhar bastante, sobretudo em um período noturno, ter uma vida socialmente agitada, praticar diversas atividades físicas e assim desmistificar estereótipos de que não é possível ter tal vida na velhice. Para mim, certamente foi isso que aconteceu, reconheci em seu contexto e estilo de vida potências na velhice, sonhos e planos que ainda o movimentam.



Entrevistada: Denise Ferreira da Costa, 67 anos

Por Angela Raquel de Araujo
Danquimaia



1. Características sociodemográficas

A entrevistada está com 66 anos de idade, nasceu no Rio de Janeiro e veio para Brasília em 1980 em decorrência do desempenho de sua função profissional como Agente Administrativo da AGU – Advocacia Geral da União, onde permanece trabalhando na ativa até o momento.

2. Quais palavras lhe vêm à mente quando pensa na “velhice”?

Para a entrevistada, vem primeiramente a palavra “Ressignificar” e ela busca outras palavras com sentido próximo, citando “Redimensionar” ou então cita, no popular, a “Virada de chave”. Seu olhar para a velhice foi extremamente influenciado pela pós-graduação que está cursando, o mestrado nessa idade foi um desabrochar, em especial para as questões sociais. Cita que já olhava para o próximo em função da enfermidade do pai o qual ela acompanhou de perto por 4 anos até o seu falecimento, mas que também agora agrega um outro tipo de olhar, um olhar de ajuda e ao mesmo tempo e principalmente de orientação.

3. Como você percebe a sua vida de interação social com outras pessoas?

Ela inicia resumindo como “melhor”, diz que melhorou muito, recordando de um fato que a marcou da mãe que começou a ter problemas de bursite nos ombros. Depois do casamento da filha da entrevistada, a mãe teve que fazer cirurgia e colocou pinos de titânio, sendo muito sacrificante e sofrido para Denise.

Nessa situação a entrevistada lembra que só “andava correndo”, com pressa e quem dirigia era ela e numa ocasião teve que deixar a mãe numa consulta, mas na correria - vez que estavam buzinando para ela - acabou por deixar a mãe descer na frente do local. No entanto, foi um grande sacrifício para a sua mãe e Denise só ficou sabendo depois que pessoas tiveram que ampará-la. Naquela ocasião a mãe dela chamou-a à atenção pedindo que não fizesse mais aquilo ou a deixasse daquele jeito e que ela precisava ter paciência com as pessoas mais velhas.



O fato ocorreu em 2008 e 10 anos depois ocorreu a doença do pai. Nesta ocasião ela olhou de outra forma e assumiu os cuidados com a paciência necessária por 4 anos e hoje assume os cuidados com a mãe, sendo essa chamada em 2008 o que a despertou para o olhar para idoso. Lembra também da irmã que reside no Rio de Janeiro, mas quando vem para Brasília participa ativamente dos cuidados da mãe também. Recorda-se sempre do pai como um homem sábio com quem ela gostava de conviver, uma pessoa que acalmava e ensinava, mesmo no estágio da doença que exigia mais cuidados. A entrevistada entende que desde que começou a cursar Direito aprendeu a não julgar: “Quem somos nós para julgar? Meu pai até colocava que eu era ingênua demais por acreditar nas pessoas”.

4. Sofreu algum preconceito pela sua idade?

Quanto ao preconceito de raça, por ser negra, sempre lembrava do pai que dizia que deveria se impor, onde estivesse, por isso nunca sentiu muito este tipo de preconceito. No entanto, quanto à idade, sofreu quando cursou Direito. Ela e uma colega que tinham quase a mesma idade ficavam animadas nas aulas e levavam questionamentos para os professores, assuntos que já faziam parte do seu dia a dia profissional. Então soube pela colega que havia pessoas que reclamavam e percebeu que isso estava relacionado ao fato de serem mais velhas.

Inicialmente, começou a ficar mais calada, mas criou uma alternativa, falando com professores e colegas no fim da aula, “fazendo o meu social, e assim os professores e colegas ficaram meus chapinhas para passar a jurisprudência”. Num determinado momento teve que mudar de faculdade e não foi diferente quanto às atitudes preconceituosas com relação à idade.

Já no trabalho, nunca falaram diretamente para ela, mas Denise vê ocorrer comentários com outros colegas idosos do tipo: “pessoal tá bom para se aposentar”. Também citou ter sofrido preconceito por ser divorciada, lembrando que na década de 60 tinha essa diferença entre divorciada/separada, que não podia se relacionar, sair... e que o preconceito ainda é maior para a mulher, e diz isso não pelas leituras, mas pela vivência e percepção dos fatos. Ela diz que segue saindo, se relacionando, com todo respeito à individualidade de todas as pessoas, mas, sempre atenta quanto às questões de raça, idade, gênero, afirmando que isso ainda baliza muitas relações entre as pessoas.

5. Algum conselho para os jovens? Uma palavra para as novas gerações?

Não desistam, sejam mais ativos. Explica para não ser do tipo que “acha difícil e então desiste, param”. Lembra de si mesma, quando fez especialização em gestão pública era a mais velha da turma e a mais ativa. Chamava o grupo para sua casa, cozinava, organizava uma conversa boa e sadia, com música e que todos participavam. Lembra que os jovens têm muita coisa boa para dar. Mas assim como ensinava, também aprendeu muito, lembrando da rotina dela e de colegas que trabalhavam e tinham que estar cedo na aula, muito sem tempo de café da manhã e juntos organizavam um café coletivo e depois ela saía para o hospital para ficar com seu pai até o dia seguinte. “São essas coisas que ficam, o afeto”. E outro ponto, foi o acolhimento no curso do mestrado, onde não viu qualquer distinção pela sua idade entre os mais jovens.

6. O que você faz atualmente? O que você pensa dessa fase da vida como pessoa idosa?

“Eu só sei que eu estou feliz com tudo que eu disse que faço, feliz por fazer mestrado, feliz por aprender, por falar sempre, porque conhecimento sempre é bom”. Segundo a entrevistada, seu pai sempre falou que ela se casou muito bem com o conhecimento, “eu acho que nós podemos nos aposentar, conhecimento não se aposenta. Por isso que falo a palavra ressignificar, é um ciclo, é uma virada de página”.

De tudo que ouvia e conversa com a irmã, mirava no seu pai que estava sempre atualizado de tudo, lia jornal, via televisão e entendia de tudo. Ela e a irmã refletem sobre o quanto podem repassar para os outros com suas experiências e o quanto podem ajudar a refletir, a pensar no simples, a reduzir as reclamações da vida.



Numa situação, viu uma pessoa que morreu no hospital, viu faltar oxigênio para essa pessoa e se transportou para pessoas da Região Norte durante a pandemia. Nessa experiência reflete o quanto se reclama de certas coisas e o que aquele pessoal sofreu. “São pedacinhos de experiências que permitem fazer um apanhado e concluir que temos que viver de forma simples, tranquila, não complicarmos e ter paciência, porque é muito difícil procurar viver com mais qualidade de vida”. E com isso foi aprendendo a se desapegar das coisas materiais, deu mais valor às plantas, voltou à cozinha por prazer, aprendeu que não tem que fazer um “almoço especial”, mas que todo dia é especial.

7. Gostaria de compartilhar algum projeto de vida? Plano para o futuro?

A entrevistada pretende continuar a dar aula e orientar. Lembra que sempre perguntam se pretende tirar OAB, mas diz que não tem interesse, que não quer mais saber de tribunal. “Não quero ganhar dinheiro de qualquer maneira”.

8. O que mais gostaria de nos contar?

“Na área de pessoas idosas, tem muita coisa rica”. Participa de um grupo de vivência no Gama e há muita riqueza lá para ser captada, as pessoas têm muito a falar, a contribuir. Numa ocasião recente fez uma dinâmica com eles, deu flores para cada um e um cartão com frases que eles pegavam aleatoriamente, depois quem quisesse falar sobre o papel deveria ir para o centro da roda. Foi uma experiência boa, pois praticamente todos queriam falar e sentiam que o que estava escrito combinava com eles e com o momento que estavam vivendo. Descreveu como uma experiência incrível e quem quer trabalhar com idosos deve conhecer trabalhos assim, vivenciar de verdade.





Entrevistada:

**Maria
Madalena
Torres,**

60 anos

Por Isabella Sousa Tavares

Segundo Ana Maria Goldani (2010), ageísmo pode ser definido como um tipo de preconceito que se dá a partir da idade de indivíduos (pessoas idosas), que se torna mais importante do que as características e vivências pessoais destes. Dessa forma, oportunidades dos mais variados tipos são cerceadas, uma vez que a idade, especialmente no contexto do Brasil, pode ser vista como incapacitante, havendo escassez de políticas públicas para a melhoria da vida dos sujeitos mais velhos. Sendo visto de diferentes formas por diferentes culturas, o envelhecimento para o ocidente, permeado pela construção do Capitalismo, gera rupturas em inúmeros aspectos, dentre eles o familiar e o social (Rozendo, 2016).

A proposta da disciplina, segundo o programa de aprendizagem, é promover, por meio da contextualização e da integração de conhecimentos, discussões sobre o envelhecimento e longevidade através do embasamento teórico-conceitual acerca de questões socioculturais relacionadas à temática. A provocação da disciplina permite um deslocamento – necessário – para o lugar do envelhecimento e as demandas emergenciais relativas ao assunto. Como uma das formas de incorporar a bagagem teórica ao pensamento/atuação crítico, a primeira atividade foi designada aos estudantes.

Para a realização dessa atividade, foi realizada entrevista semiestruturada para a coleta de narrativas e registros fotográficos que objetivaram a compreensão de fatores experimentados pelo ser envelecente – celebridade. O uso do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o Termo de Autorização para Utilização de Imagem e Som de Voz foram solicitados e aplicados para a participação da entrevistada.

O material em áudio foi transcrito por meio de ferramenta “ditar”, disponível no Office 365, e encontra-se disponível para fins de consulta para a disciplina. As imagens produzidas durante a entrevista estão disponíveis no anexo.



Para apreender e expor as sensibilidades do processo da entrevista, optou-se pelo registro de “cena” (Sá, apud Straw, 2011), que permite a visualização das influências culturais e territoriais de forma ritmada e fluida.

A entrevista, desde a elaboração, contato, execução e reflexão, possibilitou a apreensão de aspectos sensíveis e da realidade material vivenciada por sujeitos de idade avançada. Para além das questões propostas pela disciplina, foi possível a compreensão do ageismo, velado/explicito e contra si próprio/interpessoal.

1) Características sociodemográficas

Nascida em 27 de abril de 1963, na cidade de Divinópolis (Goiás), a entrevistada informou residir no Distrito Federal desde 1971. Atualmente aposentada pela Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal (SEEDF), a entrevistada atua como educadora no CEPAFRE.

CENA 1: Com ar saudoso, braços cruzados frente ao corpo – provavelmente pelo início do processo de vinculação, M. retoma sua infância:

Lá na minha cidade o preconceito era muito grande em relação a nós. Meu pai, negro retinto Rui, eu negra e meus irmãos também, então o que acontecia lá quando a gente estudava... os professores têm um preconceito danado com a gente! A gente ia com as pernas tudo cheia de poeira, ela [professora] falava comigo “por que não passaram um óleo, uma banha”... banha mal tinha para fazer a comida e queriam que a gente passasse a banha nas canelas, mas era engraçado.

2) Quais palavras lhe vêm à mente quando pensa na “velhice”?

Ao ser questionada sobre palavras que remetem “velhice”, a entrevistada foi categórica e propôs três: solidão, doença e esperança.

CENA 2: M., mais confortável, estabelece contato visual com a entrevistadora e expõe sua experiência com o passar dos anos:

“Eu não tive filhos, não me casei... eu penso nisso, mas, assim, por outro lado as pessoas dizem que eu sou uma pessoa mais acompanhada do mundo [...]”

Esperança entrou como uma palavra no pretérito imperfeito do querer – queria: “[...] queria ter esperança, eu sei que isso não vai acontecer... que era de ver o povo alfabetizado. Isso aí me alegraria muito porque quando eu entrei na alfabetização com 22 anos eu pensava que quando eu tivesse 60 anos eu já estaria fazendo outras coisas que não teria mais essa temática [...]”

E, com a voz embargada pelo choro, arremata:

Então eu fico preocupada com doença, com solidão. Fico preocupada, mas também eu fico preocupada de morrer e não ter visto esse sonho... eu acho tão perverso o que acontece com os pobres [...] lá no Lago é tudo bonito, eu sempre falo: é tudo de bom para eles tudo de ruim para nós, e aí eu fico mais triste quando eu vejo a fome.

3) Como você percebe a sua vida de interação social com outras pessoas?



M. deu uma resposta curta: “eles me amam”.

CENA 3: Sendo instigada pela entrevistadora, M. emenda a resposta a um conselho baseado em suas vivências, ainda que permeado de estereótipos:

Se você se fechar porque envelheceu... olha é assim: quando você é jovem você tem 1000 pessoas atrás de você, você completa 50 anos já são menos, quando você envelhece são menos ainda. Mas você tem que preservar os antigos e estar aberto para novas amizades sempre, porque você cria um leque de pessoas ao seu redor. Tem uma menina chamada Nayara, bem jovem, está fazendo direito agora... ela luta para vir me visitar eu não tenho tempo para receber, ela é jovem, chega e fica rindo, brincando, não sei o quê, aí eu fico pensando ‘bom, acho que eu me dou muito bem com os jovens’. [...] Acho que permaneci com o espírito jovem.

4) Sofreu algum preconceito pela sua idade?

No primeiro momento M. diz atualmente não se afetar com os preconceitos que sofre. Mas ao fim da entrevista lembrou de episódios que classificou como importantes para a entrevista.

CENA 4: Graças a Deus acho que não. Porque eu sofri na juventude com preconceito, muito preconceito... mas agora eu acho... assim, talvez eu nem perceba isso entende? Às vezes a minha cabeça ficou tão livre, eu sempre falo “deixa as energias baixas para lá”, tenho outro foco na vida não quero ficar remoendo, remoendo, mexendo.

Mais à frente M. pontua:

No trânsito as pessoas são acostumadas a xingar a gente de velha “ô, velha cega”, “ô velha não sei o quê”, que aconteceu muito. Pode registrar aí: a gente já é xingada jovem “tinha que ser mulher, né, tinha que ser mulher” agora, se ficar velha “tinha que ser mulher velha” [...] todos os adjetivos, os piores possíveis.

5) Algum conselho para os jovens? Uma palavra para as novas gerações?



Embasada pela sua linha filosófica e pelo seu contexto de atuação, M. declara:

CENA 5: Do mesmo jeito eu aprendi muito com o Paulo Freire a questão do rigor metodológico na educação mas que ele também é acompanhado da amorosidade, do diálogo, da escuta sensível. A gente tem que ter e tem que ser um conjunto de coisas, porque se não for assim você não consegue lidar com o processo educativo. Se for só rigorosa, o coração endurece; se você é só afetuosa, você é massacrada... então você tem que saber aplicar... então eu procuro fazer o que o Paulo disse sobre ter mais de parcimônia... um equilíbrio.

6) O que você faz hoje? O que pensa dessa fase da vida como pessoa idosa? M. brinca:

CENA 6: Tranquila e risonha, entre um copo de água para limpar a garganta, M. diz rindo:

Esse mês completo 60 anos, vou virar realmente idosa e já planejei: no dia seguinte vou pegar aquela autorização do idoso pra botar no carro, entendeu?

7) Gostaria de compartilhar algum projeto de vida? Plano para o futuro?

Ao ser questionada sobre projetos de vida, M., que passou por diversos processos de adoecimento nos últimos 13 anos, responde:

CENA 7: M., com mais seriedade, responde a pergunta apontando para o quadro de Paulo Freire fixado na parede atrás de sua cadeira.

Paulo Freire tem a Pedagogia da Esperança, né, que é a releitura da Pedagogia do Oprimido que ele escreveu 22 anos depois, então lá ele fala que a gente tem que ter esperança, e que a esperança não é do verbo esperar, mas é do verbo `esperançar'. Seria muito incoerente da minha parte me considerar uma pessoa freireana ou ter feito a opção por esses princípios se não tivesse projeto de vida. E então o projeto de vida ele se constitui desde que você se levanta 'o que que eu vou fazer hoje', né? Eu me pergunto muito, 'eu vou fazer isso, isso', então é a Felicidade do que eu quero para o outro é a mesma Felicidade que o outro quer para ele.

[...] a gente tem que ter projeto de vida mesmo, porque assim não é fácil o envelhecimento... é muito duro.

8) O que mais gostaria de nos contar?

A entrevista foi finalizada com um convite para a participação da entrevistadora em um evento no CEPAFRE.

CENA 8: "[...] vão fazer a apresentação do livro, valeria a pena você estar aqui, até pra você ver... eles vão ficar muito felizes de ver você tão jovem já fazendo mestrado."





Entrevistado:

**Guilherme
Moreira
Martins
Aguiar,**

58 anos

Por Adriano de Sá Godoi



Características sociodemográficas:

Nome: Guilherme Moreira Martins Aguiar, idade: 58 anos, nasceu em Cafelândia (SP).

Há quanto tempo reside em Brasília?

Desde 1987. Há 36 anos.

Profissão: Professor.

O que você faz atualmente? Como é o seu trabalho?

Sou professor de Literatura em cursinhos pré-vestibulares e também dou aulas para turmas do Ensino Médio, principalmente para o terceiro ano. Eu gosto muito do que faço e acho que faço bem. Comecei a dar aulas entre o final de 1989 e 1990. Já são 34 anos.

Quais palavras lhe vêm à mente quando pensa na “velhice”?

Engraçado, tenho falado sobre isso com meu terapeuta. Sou muito dinâmico e penso muito sobre as limitações físicas. O que me preocupa são as limitações físicas. Algumas coisas já mexeram muito comigo. Por exemplo, aos 50 eu descobri que era hipertenso. Que era uma coisa já prevista porque é genético na minha família. Foi um susto. Pensei: estou ficando velho. Meu problema com a idade é isso: eu chegar numa certa idade com limitação. Eu gosto de dançar, eu vou à academia todo dia.

De resto, é uma coisa de espírito. Eu não tenho um espírito de, sei lá, de 58 anos, pelas coisas que eu gosto.



Por que você não se vê como uma pessoa de 58 anos?

De um modo geral, eu não estou no estereótipo que você pensa de uma pessoa de 58 anos, que quer ficar em casa vendo TV. Esse é o estereótipo, né? Não tô nesse estereótipo social.

Agora uma coisa muito engraçada, uma coisa de Brasil, falando de LGBTs. A gente não tem em Brasília, por exemplo, espaços para LGBTs de mais idade. Eu vou para espaços onde tem muita gente nova. Eu vou porque gosto e estou a fim. Mas você não tem espaços.

A gente esteve na França agora, eu e meu companheiro, e está cheio de bares em que a minha idade é a idade média. Aqui você não tem muito isso. Em Brasília, aliás, inexistente isso. Eu vou muito para as festas. Você vê um ou outro da minha idade, mas no geral é um público muito jovem. Sinto falta desse tipo de espaço, como festas, bares. Brasília é muito ruim de espaços LGBT. Estamos caminhando para a mesma situação da Europa, em termos de uma grande população idosa, e o que estamos fazendo?

Como você percebe a sua vida de interação social com outras pessoas? No trabalho, por exemplo.

No trabalho é tranquilo. A interação é boa.



Você trabalha com gente jovem, alunos de ensino médio. Como é a relação com eles?

Não sei se passo exatamente a noção da idade que tenho. Eu brinco muito com eles. Digo que o professor é velhinho, não sei o quê. Digo: essa barba aqui é branca mesmo, não é charme não. E eles sempre ficam muito assustados quando falo a idade que eu tenho. Eles acham muito. É a idade dos avós deles.

E com relação à sua orientação sexual?

Não saio falando para ninguém, mas também não escondo. No meu Instagram e no meu Facebook tem fotos minhas com o meu companheiro. Sou casado.

Não está escrito em lugar nenhum, mas estamos juntos o tempo todo. Estamos eu, ele e minha filha (nas fotos). Já fui casado com mulher também.

Foi casado por quanto tempo?

Fui casado por quase 20 anos. Tenho uma filha já com 30 anos. E hoje tenho um companheiro, com quem estou e moro junto há 12 anos. No ano em que o Bolsonaro ganhou, em 2018, com receio de perder direitos, a gente correu e se casou no civil. Não foi união estável. É quase a mesma coisa, mas por questão simbólica fizemos um casamento mesmo.

E em relação à família?

Tenho problemas com a minha família, mas por questões políticas. Eu realizei algumas rupturas entre a eleição do Bolsonaro e essa última eleição. Mas foi por conta própria. Eu que rompi com parte dos meus irmãos. Meus pais já faleceram.

Em relação à minha ex-mulher e minha filha, temos uma relação super boa. A gente é amigo. Ela também é amiga do meu companheiro.

E os amigos?



Tenho muitos amigos aqui em Brasília da minha faixa etária ou próximo. E também mais novos. Tem dois contextos. Tenho um grupo grande de amigos que são héteros. A gente faz muita coisa junto, faz reuniões e almoços em casa. E outro grupo menor, de gays, que vamos juntos a festas e baladas.

Já sofreu algum preconceito pela sua idade?

Já sofri de leve. No carnaval, por exemplo. Mas não era exatamente preconceito. Me olharam e falaram “Ah, o coroa”. Mas isso não incomoda. Não foi difícil. Foi mais um estranhamento sobre o que você estava fazendo naquele ambiente com todo mundo tão jovem.

E em outros ambientes, como em festas aqui em Brasília, você sente algo parecido ou já sentiu?

De modo geral, não. É engraçado, mas tem umas fases dentro da comunidade LGBT. Tem uma fase em que você sendo coroa te faz muito desejado. Ainda estou nesse espectro. A questão da barba branca... é fetiche também. Agora acho que tem uma virada pós 60. O cinquentão ainda é muito desejado. Eu não sei o sessentão.

Gostaria de compartilhar algum projeto de vida? Planos para o futuro?

Espero me aposentar, mas acho que ainda vai demorar porque eu também não consigo ficar parado. Eu sou elétrico. A minha ideia é quando eu me aposentar eu morar em Salvador e, de início, curtir um pouco a cidade. Morar de frente para a praia.

E assim, além das aulas para cursinho, eu dou aula para concurso e é online. Então tem algumas coisas que, mesmo me aposentando e não querendo ir mais para a sala de aula, eu consigo continuar fazendo. Porque esse parar de vez eu não sei se... No momento, não passa pela minha cabeça porque eu estou tendo disposição e eu curto isso. Também não quero ficar sem perspectiva.

Acho que é muito complicado quando pessoas, sobretudo que foram muito ativas, param de vez. Elas adoecem. Enquanto eu estiver dando conta, tá de boa.



Algum conselho para os jovens? Uma palavra para as novas gerações?

Acho complicado dar conselhos. Acho as novas gerações, dentro do nicho LGBT, muito bacana. Muito diferente da minha geração. Fui sair do armário já coroa, com mais de 40 anos. Essas gerações, não. Já saem do armário desde sempre e isso eu acho muito legal. Não têm problemas em serem afeminados, que eram questões difíceis para a minha geração. Tem uma coisa muito legal dessa nova geração porque eles trabalham com essa não binariedade. Acho esse viés e essa possibilidade muito bacana. Queria eu ter tido isso. Mas a minha geração levou muito porrada para eles chegarem aí.

Entrevistada:

Maria da Paz
de Souza,

65 anos

Por Beatriz Silva do Nascimento



O perfil da Entrevistada

Pessoa idosa cujo nome é Maria da Paz de Souza, tem 65 anos de idade, se autodeclara preta, nasceu na cidade de Santo Antônio Lopes no estado do Maranhão, está aposentada há 5 anos, mas ainda trabalha como cozinheira na Associação dos Idosos de Ceilândia, fundada pela sua mãe. Maria da Paz foi convidada pela entrevistadora, pois seu trabalho na Associação dos Idosos vai para além da sua função de cozinheira no local.

Maria da Paz trabalha no local desde a sua fundação, há aproximadamente 20 anos, ajudou sua mãe a fundar o local, conhece profundamente todas as pessoas idosas que frequentam ou frequentaram a Associação, sua relação com a grande maioria deles vai muito além de uma relação profissional. Maria da Paz é uma figura importante para o espaço, é muito amada e respeitada pelos participantes que frequentam o lugar, muitos deles a consideram como da família e lhe confiam aspectos de sua vida, principalmente aspectos relacionados às suas fragilidades e vulnerabilidades.

Ao entrar em contato com a entrevistada, esta foi muito solícita e receptiva à proposta de realização de uma entrevista. Ela solicitou que a entrevista fosse realizada em seu horário de almoço do trabalho. Vale ressaltar que no dia da entrevista a entrevistada aparentava tristeza e cansaço, a entrevistadora responsável percebendo esses aspectos sugeriu a remarcação da entrevista, mas a entrevistada preferiu que não houvesse a remarcação e disse: “a conversa neste momento será até boa, pois vai me ajudar a ‘espairecer’”.

A entrevista iniciou com a entrevistadora perguntando como foi sua infância e sua vida até chegar onde está. Dona Maria da Paz relatou que sua infância foi humilde e que é a filha mais velha de 4 filhas e, por isso, praticamente cuidou de todas as suas irmãs.

Desde nova sempre esteve envolvida com trabalhos de cuidado e manutenção do lar, ainda criança já cuidava da casa com sua mãe e também cuidava de suas irmãs, lavava, limpava, passava e assumia algumas responsabilidades com as irmãs, como banhá-las, dar comida e acompanhá-las na escola.



Estudou até o ensino médio, fez cursos profissionalizantes, teve namorados, saiu bastante para festas e já trabalhou com muitas áreas, desde a venda de joias, roupas, calçados, comidas, até a venda de artigos para casa. Trabalhou como auxiliar de serviços gerais e atualmente trabalha como cozinheira. Dona Maria da Paz relatou que nunca teve filhos e que também nunca pretendeu casar-se. Atualmente as atividades que mais lhe dão prazer são: cozinhar, cuidar das plantas e ficar em casa.

O que pensa sobre “velhice”

Quando questionada sobre o que vem à sua mente quando pensa na “velhice” a entrevistada relatou:

“Eu não me sinto velha, nem pessoa idosa. Porque eu nunca cheguei a me manifestar como uma pessoa idosa, porque tudo que uma pessoa mais jovem pode fazer, eu ainda consigo, mesmo com mais lentidão. Então na minha velhice eu não tenho muito o que reclamar dela não. Talvez quando eu não tiver apta e nem em condições de fazer as coisas, aí sim eu me sentirei ‘velha’”.

Na fala acima podemos perceber o entendimento da entrevistada sobre o que é ser pessoa idosa, para ela a pessoa idosa tem que ser incapaz de realizar algumas atividades diárias, comprometendo assim a sua autonomia e independência, o que sugere uma fala ageista. Sendo assim, a fala pode ser considerada um idadismo de natureza contra si própria e do tipo implícito; na qual a fala da entrevistada traz um conteúdo internalizado e que de forma inconsciente é usado contra si, podendo influenciar em como ela se percebe e enxerga possibilidades ou barreiras.

Como percebe sua interação social

Quando questionada sobre como ela percebe a sua vida de interação social com outras pessoas atualmente, relatou:

“O meu convívio social eu acredito que ele seja bom, porque eu interajo com quase todo mundo.

Têm mais de 20 anos que eu mexo com o pessoal daqui da Associação e eu me sinto amada por esse povo, por um bocado de gente. Então eu acho que meu convívio é muito bom”.

Vale ressaltar que o local ao qual a entrevistada se refere é um local frequentado e fundado pela sua família, e ao perguntar sobre sua interação social fora do espaço onde trabalha Dona Maria da Paz demonstrou dificuldade de identificar como ela se dá, depois de um tempo relatou que seu convívio se dá somente com as pessoas da Associação e que percebe mais forte as relações com as pessoas que não são seus familiares. Além disso, não interage com outras pessoas que não sejam da Associação, a não ser duas vizinhas da rua onde mora.

Situações de preconceito

Quando questionada se já sofreu algum preconceito pela sua idade e se já tinha percebido alguém lhe tratando diferente por ser pessoa idosa.

“Não, porque eu não tenho vergonha da minha idade, eu me sinto muito bem. E também porque primeiramente eu moro sozinha e geralmente quem trata mal assim é o próprio pessoal de casa e como eu moro sozinha ninguém faz isso comigo não”.

Na fala acima a entrevistada traz uma informação importante e que provavelmente ela percebeu em interações com outras pessoas idosas. Ela relata que os próprios familiares são os principais autores do preconceito com as pessoas idosas. Também é importante refletir a possibilidade da Dona Maria da Paz ter uma visão limitada sobre o que é o preconceito contra a pessoa idosa e em detrimento disso não consegue reconhecer que ele pode ser praticado por outras pessoas, espaços e instituições e de diferentes formas, inclusive formas mais veladas.

Um conselho para as novas gerações

Quando perguntado se a Dona Maria da Paz teria algum conselho para os jovens ou alguma palavra para as novas gerações, relatou:

“As nova geração têm mais é que estudar, se graduar e ter um bom emprego e ter uma boa educação também porque com esse trabalho pesado aqui que eu faço e que fiz durante a minha vida toda eles não dão conta não. E se ficar sem estudo e sem formação, eles vão fazer o quê? Então é estudar.”

Neste momento, foi percebido pela entrevistadora uma fala carregada de sentimentos, talvez sentimentos de arrependimento de não ter estudado mais e até mesmo se graduado, ou uma fala de cansaço/exaustão física sobre o trabalho que vem realizando atualmente como cozinheira e que tem sido um trabalho que requer bastante esforço físico. Além disso, também podemos perceber na fala um idadismo contra as pessoas mais jovens de que elas não dariam conta de trabalhar com algo que requer muito esforço físico assim como ela.

Perspectiva sobre sua fase de vida atual

Quando questionada sobre o que pensa dessa fase da vida como pessoa idosa:

“Minha vida em si, está até boa. Me sinto até realizada. Eu sou uma mulher sozinha, toda vida fui sozinha, trabalhei a minha vida toda, agora eu tenho uma casa, eu sou aposentada, tenho muitos colegas aqui na Associação. Então minha vida tá boa, estou com 65 anos, não sou diabética, não sou hipertensa, não sinto dores, não tenho essas doenças, eu me sinto uma pessoa bem e saudável.”

Neste momento Maria da Paz demonstrou muita satisfação com sua vida atual, para ela tudo já foi alcançado e demonstra se sentir bem em ter conquistado tudo com independência e autonomia. Mas se tudo já foi alcançado, o que atualmente move a vida dessa idosa?

Sobre projetos de vida

Quando questionada se gostaria de compartilhar algum projeto de vida ou se tem algum plano para o futuro Dona Maria da Paz relatou:

“Não tenho, vou só continuar do jeito que está mesmo, vou só seguindo a vida, seguindo o caminho, porque eu não tenho filho, então não tenho nem o que sonhar, tipo para fazer algumas coisas para deixar para alguém então vou só seguir o meu caminho.”

Percebe-se que a entrevistada associa projetos de vida da pessoa idosa ao fato de deixar algo para os filhos ou netos. Dessa forma, ela reproduz um ageísmo no qual limita as possibilidades de vida da pessoa idosa, limita os seus projetos a outras pessoas e não a si mesma.

Durante a fala, percebi que possivelmente a participante gostaria de ter alguém para dividir o lar, um companheiro. Além disso, no início da entrevista, quando ela fala dos estudos, é possível perceber o arrependimento de não ter estudado mais, o que leva a questionar o porquê voltar a estudar não está presente em seus projetos de vida.

Reflexões finais: Os direitos das pessoas idosas

Quando questionada se teria mais alguma coisa para contar sobre sua fase da vida, sobre envelhecer, sobre ser pessoa idosa, ela disse:

“Eu nunca nem pensei na velhice diretamente, você “me pegou” com essas perguntas, mas eu acredito que ser velho a gente só vai perdendo os nossos direitos. O pessoal põe muito no papel que a gente tem direito a isso, àquilo, mas só no papel, porque nem mesmo na saúde pública a gente não tem direito a nada. Nossa colega da Associação mesmo, foi pro hospital naquela hora da tarde, saiu de lá à noite e sem ter sido atendida, aí como que diz que nosso direito é garantido?”

Esta fala traz indignação da entrevistada em relação aos direitos da pessoa idosa, ela entende que pessoas idosas são sujeitos de direitos, mas sua visão é que esses direitos não estão sendo assegurados. Também é importante observar que no início da fala acima ela relata que nunca parou para pensar sobre envelhecer e talvez por isso ela tenha se distanciado do seu papel no envelhecimento, na sua responsabilidade no seu próprio envelhecimento e consequentemente na possibilidade de ser cidadã idosa mais ativa no controle social, na exigência e fiscalização dos direitos das pessoas idosas.



Entrevistada:

**Maria
Salete
Veras
Uessugue,**

65 anos

Por Paula Uessugue



Maria, 65 anos de idade, nascida em Parnaíba-PI, com 7 irmãos, veio para Brasília para a cidade satélite inicialmente chamada Núcleo Bandeirante, em seguida Taguatinga, até a chegada à cidade satélite do Gama. Sua mãe depois teve mais 6 filhos, sendo um total de 13 filhos e um falecido em 1979. Trabalha na secretaria de saúde como técnica administrativa, concursada há 46 anos. Quando completou 30 anos de contribuição, estava com 50 anos de idade e pela lei teria que ter 55 anos para aposentar, logo não aposentou.

Trabalha hoje no Hospital Regional do Gama-DF, na área administrativa, no setor conhecido como Cora (trabalha com inserção de exames, cirurgias e consultas). Apresenta o sentimento de utilidade, pois, ao inserir solicitações da saúde no sistema e o paciente conseguir realizar, sente-se muito bem prestando serviço à sociedade.

Sobre a velhice diz:

“Sinto incomodada com os preconceitos e hoje recebo críticas até se estaciono na vaga de direito meu, vago do idoso”, geralmente falam: deixa essa vaga para quem tem direito, não acredito que você está na vaga do idoso. Falam que aparento ser mais nova, não ser idosa”.



Tem boa interação social e não considera que passa por muitos preconceitos, mas alguns pontos começaram já com a percepção.

Treina crossfit há mais ou menos 10 anos na academia do filho. Como treina há algum tempo, relata que sente preconceito com relação a capacidade de fazer as coisas, pegar um peso. Só quem está próximo sabe e não diz nada, mas quem está por fora se incomoda com a agilidade e força, no início sempre oferecem ajuda, mas depois se surpreendem com a força e a agilidade no treino.

A palavra que gostaria de enviar para os jovens, relata:

“Fé, perseverança e não desista dos sonhos jamais”.

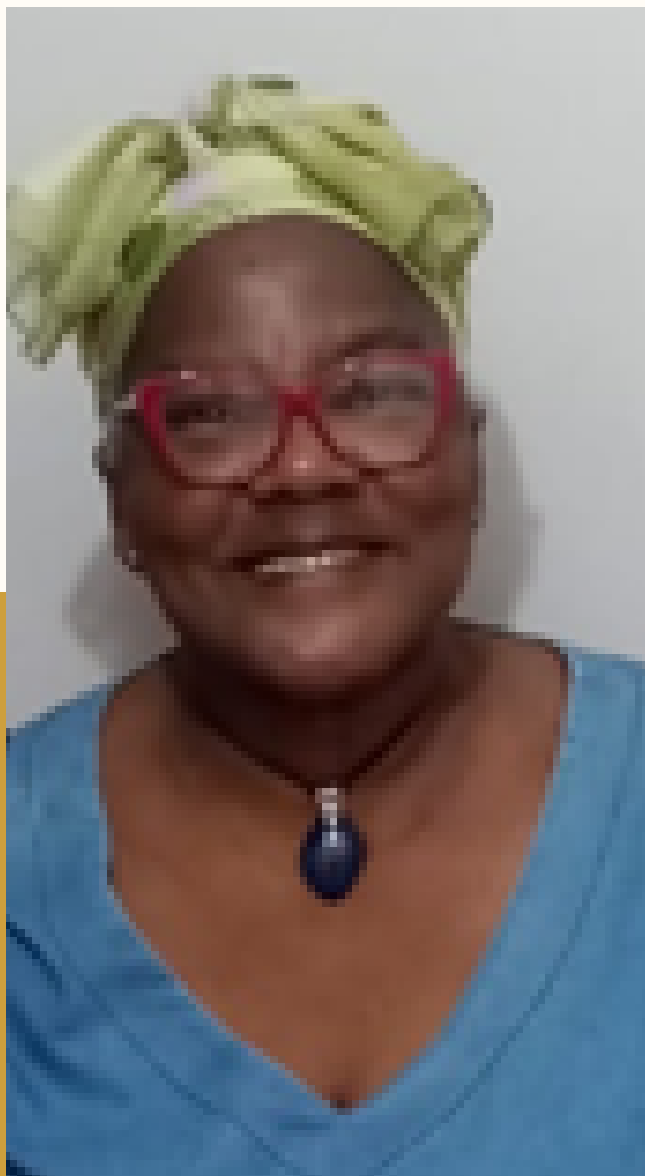
Atualmente trabalha 40 horas semanais e treina na academia de crossfit do filho e, há mais ou menos 10 anos, devido à academia do filho, tornou-se revendedora de uma marca conhecida em Brasília de roupa fitness.

“Mesmo não querendo aposentar, acredito que quando chegar a hora, obrigatória mesmo, pois não me vejo aposentada, mesmo sabendo que tenho muitos afazeres externos. Penso que após o serviço público se encerrar, continuarei com as vendas. Minha filha percebe o tanto que gosto de costurar, então quando aposentar de um serviço quero voltar essa atividade de costura, continuar treinando crossfit, continuar com as vendas na academia e programar viagem com meu esposo, filhos e família toda”.

Relata ainda, como fator importante para a entrevista:

“10 anos antes dos 60 anos, tentei entrar na academia, mas senti muito preconceito, pois vi que a atenção da professora era apenas para os alunos mais jovens e eu que estava ali pela primeira vez, não me senti acolhida e nem consegui realizar o exercício. Logo, fiquei pouco tempo naquela academia e nunca mais voltei. Só fiquei à vontade no treino quando realmente meu filho mais novo abriu uma academia e comecei a treinar lá e hoje treino com grupos de pessoas jovens, faço todos os treinos sem restrição, tenho uma boa saúde e controlo a alimentação”.



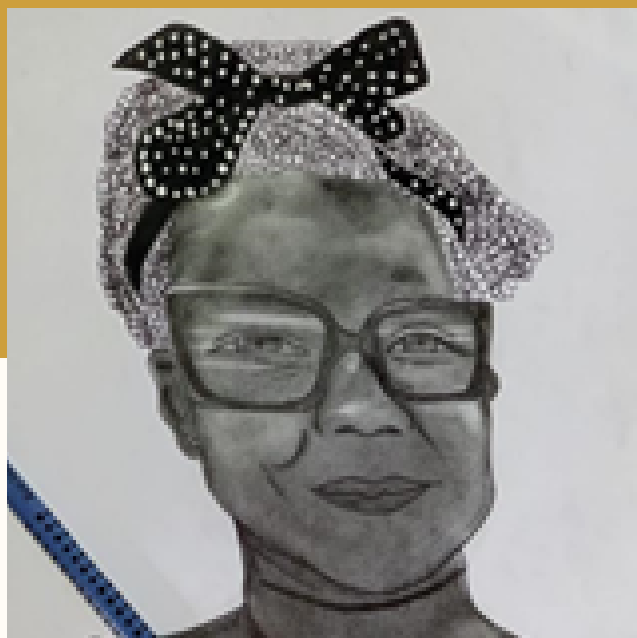


Entrevistada:

**Rosemari
da Silva,**

67 anos

Por Eliana Bohland



Breve Biografia da Entrevistada

Rosemari da Silva tem 67 anos, descende da comunidade do Quilombo do Paredão, localizado no município de Taquara, Rio Grande do Sul. Tem dois filhos, Rogério e Kelly Dandara, e três netos. Aposentada desde 2017, quando trabalhava como Agente Comunitária de Saúde. Atualmente vive em Porto Alegre e com alguma frequência vem à Brasília visitar sua filha, que desde 2022 trabalha e reside na capital federal.

As origens

A comunidade do Quilombo Paredão, localizada no Distrito da Fazenda Fialho, pertence ao município de Taquara, no Rio Grande do Sul, foi certificada como remanescente de quilombo pela Fundação Cultural Palmares, em 2020. Esta comunidade tem origem a partir do século XIX, quando os descendentes de trabalhadores negros chegaram à região, que tinha como principal produto econômico a farinha de mandioca comercializada por proprietários de pessoas escravizadas.

De acordo com o Instituto Nacional de Colonização e Reforma Agrária (Incra), o processo de reconhecimento, titulação e regularização fundiária das terras está em andamento.

Atualmente, a comunidade do Quilombo é formada por 89 famílias, que se dedicam à agricultura de subsistência, à pecuária e ao histórico cultivo da cana-de-açúcar.

Na década de 1950, um tio de Rosemari prestava serviço militar em Porto Alegre e indicou uma irmã para trabalhar como empregada doméstica na casa de um coronel. Outros militares também pediram indicações e, assim, as nove irmãs foram trabalhar em Porto Alegre, com idades entre doze e treze anos, entre elas, dona Idalina, a mãe de Rosemari.

Ao chegar em Porto Alegre, dona Idalina logo se encantou por um rapaz que trabalhava como camelô e, segundo ela, tinha muita "lábria". Pouco tempo depois, ficou grávida e Rosemari nasceu quando ela tinha dezesseis anos. O rapaz não assumiu a paternidade e dona Idalina enfrentou muitas dificuldades para criação da filha, porque morava na casa dos patrões, que no início aceitaram a condição de trazer a filha, mas logo depois a demitiram.

Por um período dona Idalina voltou para o Quilombo com a filha recém-nascida, mas logo retornaram para Porto Alegre. Nem sempre os patrões aceitavam a permanência da filha e dona Idalina decidiu levá-la para morar com uma tia no Quilombo. Durante a infância foram vários períodos alternados de permanência no Quilombo e retorno à Porto Alegre para morar com a mãe.

Rosemari gostava muito de viver na comunidade, da vida na “estância”, sentia-se livre, “tinha as cascatas, tomava banho nos riachos”, “tomava leite tirado na hora da vaca e tinha competição com as outras crianças de quem fazia o bigode de leite maior”, “trepas em árvore para comer fruta”, enfim, era “uma vida completamente diferente da vida na cidade, gostava de lá”. Até hoje considera que a melhor coisa que aconteceu na sua vida foi viver uma parte da infância no Quilombo.

Quando estava com nove anos, uma patroa de sua mãe sugeriu “internar” Rosemari num “orfanato” para “não ficar nesse vai e vem”. Ficou no internato por dois anos, não se adaptou, era completamente diferente da vida no Quilombo, “não tinha uma árvore”, chorava muito, fazia muita “arte”.

Acredita que foi no orfanato que pela primeira vez teve contato com a rejeição, preconceito, racismo. Antes disso, já havia vivenciado o racismo, na casa dos patrões, onde Rosemari e sua mãe só comiam depois da família fazer suas refeições, mas ela era mais nova e achava que era um hábito da cidade, muito diferente do Quilombo, onde todos se sentavam à mesa juntos para fazer as refeições.

Voltou para o Quilombo e aos quatorze anos volta para Porto Alegre para trabalhar como empregada doméstica. E assim foi trabalhando em diversas casas e não voltava para o Quilombo.

Aos dezesseis anos se envolve com um rapaz e relata que “igual a mãe”, se encantou porque ele era uma pessoa envolvente, que fazia juras românticas, prometia casar, construir uma casinha branca no morro para eles e pediu uma “prova de amor”.

Rosemari ficou grávida, nasceu Rogério, o rapaz não assumiu a paternidade e morreu quando o filho tinha seis anos. Aos doze anos Rogério diz para a mãe não ficar chateada, mas não queria ser como ela, sozinha, queria uma irmã. Rosemari diz para o filho que daria uma irmã quando ele tivesse dezoito anos e ajudasse a assumir a responsabilidade. E assim, cumpriu a promessa e quando seu filho tinha dezoito anos ficou grávida de sua filha caçula, Kelly Dandara.

Seu filho também ficou um período no Quilombo, até Rosemari conseguir ter sua casa e trazê-lo para morar com ela em Porto Alegre, mas manteve relação com o Quilombo, a cada trinta dias levava o filho para visitar a comunidade, sentia-se muito bem com essa convivência. Por nove anos fez um trabalho comunitário com as crianças do Quilombo e, com o tempo, foi diminuindo a frequência das visitas que, eventualmente, acontecem até hoje.

Aos vinte e um anos realizou seu sonho e voltou a estudar. Aos trinta e seis anos, teve contato com movimento de moradia, participou de uma ocupação, conquistou a casa em que reside até hoje.

P: Quais palavras lhe vêm à mente quando pensa na “velhice”?

R: Vou te confessar que é uma pergunta complicada... na maioria do meu tempo não penso na velhice, parece que não estou preocupada com a velhice. Para mim, a velhice está sendo uma novidade. Não esperava que fosse uma coisa tão enriquecedora, tudo que estou vendo, aprendendo, olhando de forma diferente do que quando era jovem, estou encantada. Acho que também entra a questão da minha religiosidade, sou muito positiva. Vejo muitas pessoas aqui do meu bairro, da minha comunidade, que estão muito negativas quanto ao futuro, com medo. Por isso que eu digo que estou numa outra dimensão.



P: Como você percebe a sua vida de interação social com outras pessoas?

R: Uma coisa que aprendi é sobre o respeito, muitas vezes, se não sei colocar a palavra certa, me calo e já estou respeitando, porque há muitas queixas e eu não posso chegar me queixando, não devo estar julgando. Sempre procuro ter uma palavra para amenizar o que a pessoa está sentindo. Então, me sinto privilegiada por isso, eu também sou velha, também tenho dificuldades. Um exemplo é que criei meus dois filhos junto comigo, nunca precisei colocar em creche, acompanhei todo desenvolvimento, acho isso muito enriquecedor, e agora, na idade que estou, meus filhos estão muito longe, moram em outros estados, mas foi tanta coisa boa, que eu sou incapaz de pensar que agora estou com 67 anos e estou sozinha. Não! Essa experiência me enriqueceu muito, para poder aceitar. Na minha velhice estou só agradecendo a Deus. A maneira de agradecer não é ficar só dizendo “obrigada meu Deus”, é eu colocando isso para fora, as pessoas precisam ouvir algo de mim, dessa minha alegria, da minha realização. Uma pessoa vizinha, da minha idade, está com um problema na perna e não consegue sair de casa, mas ela pode ter outras alegrias, faço com que ela olhe para outras situações piores do que a dela.

P: Sofreu algum preconceito pela sua idade?

R: Tem um ditado que diz “tu não te enxerga?”. Ainda não consegui enxergar isso. Deus me abençoe que eu não passe por isso. O que eu vi, relacionado a minha idade, foi com educação. Por exemplo, já aconteceu no ônibus da pessoa me dar o lugar, por causa da minha idade, levo isso pelo lado amoroso, educado. Já senti bastante o preconceito racial. Mas pela idade, não sei se não enxergo ou não quero enxergar. A única vez que senti algo sobre a velhice, foi quando tinha uns cinquenta e poucos anos, no ônibus, um rapaz me chamou de tia. Aí pensei “estou ficando velha”, porque aqui se considera tia uma pessoa mais velha. Foi só dessa vez, aí comecei a me preparar para a velhice.



P: Algum conselho para os jovens? Uma palavra para as novas gerações?

R: É bem complicado, para mim a experiência é individual. É a minha experiência, que foi e está sendo muito boa para mim e tenho que saber e aproveitar cada vez mais para ela se multiplicar, porque pode acontecer o inverso, se eu não ir alimentando positivamente. É complicado, porque um conselho baseado na minha vivência pode não caber dentro da tua forma, do teu coração, entendeu? Por causa da expectativa que a pessoa tem, por causa do passado dela. A única coisa que eu sei que vence tudo, todas dificuldades, é a força do amor. O amor tem todas as forças. Amar, respeitar. O que é amar? O primordial do amor é o respeito. Quem ama respeita. O que eu tenho para dizer aos jovens é sempre respeitar o teu próximo. E o próximo não é só o ser humano, é todo ser vivo, a vegetação, os animais, porque Deus não fez nada por acaso, tudo tem um porquê. Tenho uma comunicação muito boa com os jovens, através da igreja.

P: O que você faz atualmente? O que você pensa dessa fase da vida como pessoa idosa?

R: Estou passando por uma fase delicada, porque eu gostaria de fazer algum trabalho voluntário na igreja, ou na creche, também fui chamada há uns anos atrás para voltar a trabalhar como agente comunitária de saúde, já estava aposentada, mas não aceitei porque a minha expectativa é outra, mas ainda não estou fazendo. Aceitei a separação com a minha filha que mudou há dois anos, fico feliz por ela estar realizando seus sonhos, mas ainda estou andando numa estrada de adaptação, de aceitação, até chegar no fim, sei que quando ela terminar vai começar outra. Foram mais de trinta anos com a minha filha “na barra da minha saia”, então ainda está nesse desmame. A minha casa é grande e fico pensando “o que estou fazendo aqui sozinha?”. Quando sinto isso, vejo que tenho um espaço aqui dentro que tenho que preencher, me doando. Então estou nessa luta. Gosto muito de tocar violão e teclado e, depois que minha filha foi embora, não consigo mais, olho para eles e por mais positiva que eu seja, tem algumas coisas que não se consegue contornar, isso se chama ansiedade. Há uns dez anos atrás entendi que fui uma criança ansiosa e agora na velhice estou tentando conviver com a ansiedade, é difícil.

As vezes acordo com a mente à mil, pensando, e eu quero parar, organizar os pensamentos, mas daqui a pouco volta. A ansiedade faz isso, fica mais difícil organizar meus pensamentos e me adequar à minha realidade, minha filha mora longe, meu filho mora longe, tenho uma neta que mora nos Estados Unidos, já faz dois anos que casou e se tornou cidadã americana. Também tenho um neto que faz faculdade em Porto Alegre, perto de mim.

Estou num período que tento descobrir a forma de reagir de uma maneira positiva e creio que vou chegar nesse lugar que eu quero, de levantar voo e ficar sempre para cima, não pra baixo.

Para mim, uma das melhores terapias é a igreja. Ali tem muitas pessoas, homens e mulheres, que dão para mim o que eu preciso, porque eles recebem de mim o que eles precisam. Não estou dando para receber, mas já me sinto bem no meu falar, abraçar, olhar nos olhos, aquilo me faz bem. E quando eles falam que foi bom, para mim é melhor ainda. Tem essa troca, o ser humano precisa disso. Não precisa contar qual é problema, basta tratar bem, ter carinho, já me faz bem.

P: Gostaria de compartilhar algum projeto de vida? Plano para o futuro?

R: Tenho dois projetos no meu coração, que eu peço muito para o Criador: agora que meus filhos seguiram suas vidas, ainda tenho expectativa de um relacionamento. Vivi para meus filhos e não considero que abri mão de nada, porque também estava vivendo para mim, como mãe, como mulher e me considero rica por esse motivo. Mas eu tenho expectativas. Então eu falo para Deus, se for para somar, espero Ele me contemplar com essa expectativa, para dar um sentido maior, de companheirismo. Alguém que goste de ouvir e conversar.

A outra coisa que quero muito é fazer trabalho comunitário, dentro ou fora da igreja, isso está dentro de mim. Fiz nove anos de trabalho no Quilombo e foi demais, é uma realização, compartilhar com o ser humano e se as pessoas soubessem como isso é bom, como faz bem para a gente e para as pessoas. Claro que tem o quê ter para dar e eu creio que Deus tem me dado isso. Quero fazer um trabalho comunitário levando tudo de bom que Deus tiver e que eu possa levar, como Deus quiser me usar como uma ponte. E que esta pessoa do novo relacionamento também me acompanhe neste trabalho comunitário.

P: O que mais gostaria de nos contar?

R: Espero que eu tenha contribuído com as respostas e só para concluir o que eu quero dizer sobre a velhice é que para mim está sendo um presente maravilhoso. Outra coisa que eu não deixei em evidência é que a saúde é um presente. Sou uma pessoa bem saudável, tenho um pouquinho de elevação da pressão arterial, que é emocional e já deu para ver o quanto eu sou emotiva!

Para o futuro, o meu sonho é fazer o trabalho comunitário, não quero fazer trabalho remunerado, quero me doar.



Exposição Fotográfica: O cotidiano do envelhecer nas cidades

05

A fotografia é um importante dispositivo para trazermos outras formas de comunicação, pois permite a análise da trajetória de cada entrevistado e o olhar de cada pesquisador-aluno-entrevistador para que a transição das histórias, experiências, afetos, possam dialogar e constituir uma rede de saberes-fazeres em prol da vida. [...] devemos considerar que a imagem não representa a realidade plasmada em uma superfície amorfa, mas que é constituída e produzida pela realidade social, que é mediadora entre o sujeito que a produz e aquele a quem se destina, logo, neste texto a imagem é considerada como um artefato cultural.

Como artefato cultural, ainda que não seja o real, apresenta, representa ou reapresenta o mundo, tornando presente aquilo ou alguém que está ausente. A imagem, especialmente a fotografia, tem o poder de trazer de volta o ausente, o distante, de materializar aos olhos o que não está materialmente ao alcance das mãos.





Sandra Regina Gomes, 66 anos, junto com Luís Carlos Macedo Fonseca, 68 anos, e Lia Scholze, 74 anos, na 11ª Conferência Distrital de Saúde como Delegados no combate ao idadismo estrutural e individual, conclamando as pessoas idosas à participação em tudo que lhes diz respeito.



Helena Rodrigues é professora de catequese, avó muito dedicada e amorosa, aos seus 71 anos de idade. Trabalha na igreja São João Batista, em Gama-DF, como catequista para crianças e exerce o papel de avó com maestria. Nesta fotografia, está assistindo à apresentação da neta Ana Bella no Ballet Nobre. É chamada carinhosamente por todos os netos de "Nena".



A foto retrata Goretti Amaral, 62 anos, professora aposentada, em sua aula do programa Ginástica nas Quadras, que ocorre no Círculo Operário de Taguatinga às segundas, quartas e sextas-feiras de forma gratuita para a comunidade. Ela conta que gosta tanto das aulas que faz no horário de 9h e logo em seguida às 10h.



A foto retrata Ivaldo Cavalcante Alves, 67 anos, fotojornalista aposentado, em sua galeria chamada Olho de Águia. O espaço fica em Taguatinga Norte, funciona de terça à sábado, no qual o próprio Ivaldo gerencia e seleciona amostras de fotografia, filmes e eventos culturais para ocorrerem em seu espaço. Ivaldo continua fazendo seus registros fotográficos. Para saber mais da programação da galeria consulte o instagram [@galeria_olho_de_aguiaoficial2](https://www.instagram.com/galeria_olho_de_aguiaoficial2).



Luiz Otavio Baron Rodrigues, 63 anos, Presidente da Associação Eternamente Sou, em prol dos direitos das pessoas idosas LGBTQIAPN+, por meio de acolhimento e acompanhamento psicossocial proporcionando uma velhice digna, saudável e íntegra.

Eleito Delegado da 17ª Conferência Nacional de Saúde - 2023.



Josefa Barbosa, 79 anos, professora aposentada curtindo festa da família na escola dos netinhos.



Salete Uessugue, funcionária pública, aos 65 anos de idade. A fotografia mostra a superação com o treino que realiza há mais de 10 anos e mostra que houve superação para realizá-lo devido um tempo atrás se sentir desconfortável para realizá-lo em meio ao público. Hoje faz treino de CrossFit, três vezes por semana, onde “pega peso realmente da pesada”.



Essa fotografia foi tirada em uma Unidade Básica de Saúde localizada no Itapoã. Esta foi uma feira organizada pelo NASF (Núcleo Ampliado de Saúde da Família), a partir do grupo de Geração de Renda promovida na comunidade para a venda dos produtos confeccionados e espaço para compra e venda das pequenas empreendedoras, usuárias do serviço de saúde.



Dona Roseni, vizinha, 74 anos, conhecendo a Floresta Nacional de Brasília (Flona) e aproveitando para cuidar da saúde realizando uma caminhada ao ar livre.



Dona Francisca Pereira da Silva, 81 anos, rezadeira de Sergipe, benze Eliana Bohland, 63 anos, durante a Conferência Livre Nacional de Educação Popular em Saúde, realizada na Fiocruz Brasília, em 12 de maio de 2023. As pessoas idosas trazem forte relação com a ancestralidade e são guardiãs da preservação dos saberes populares.



Sempre foi um apaixonado por música e instrumentos. Quando teve como, ofertou aos filhos estudo do piano e do teclado. Mas a correria do trabalho diário fez a sua vontade de aprender a tocar um instrumento ser possível apenas depois da aposentadoria. Seu professor “o juvenzinho” tem uma “santa paciência”, enquanto isso, segue avançando e aprendo cada dia um pouco mais. Vai de Asa Branca, que todo mundo gosta!



A foto retrata o empresário e produtor cultural Jaile de Assis Ricardo, 69 anos, mais conhecido como Kareka, fazendo a abertura de seu estabelecimento comercial em um dia comum. O bar fica em Taguatinga e é muito conhecido por sua programação cultural diversificada, planejada com muito cuidado pelo próprio produtor cultural. Kareka conta que sempre quis ter um lugar que pudesse unir música, gastronomia e diversão.



A foto tirada no Parque Ecológico da Asa Sul retrata, à esquerda, Ana Maria Cardoso, 76 anos, benzedeira desde os 21. Ela está benzendo Maria Conceição, à direita. Ambas integram a Escola de Almas Benzedeiras de Brasília e atuam de forma voluntária benzendo as pessoas que as procuram. A Escola possui programação mensal de benzimento nas Unidades Básicas de Saúde de Taguatinga, Lago Norte, Riacho Fundo 1, Planaltina e no Parque Ecológico da Asa Sul. Para saber mais, consulte o Instagram @benzedeiras.brasilia.



A foto retrata Dona Maria de Fátima visitando uma igreja histórica durante uma viagem! A espiritualidade é algo importante para cuidarmos, independente do como ou onde. Para ela, a igreja Católica é um dos meios pelo qual ela se conecta com o Divino.



Dia 10 de maio de 2023, 13h30min., grupo de pessoas, maioria idosas, participam de um bingo na Paróquia Nossa Senhora de Lourdes, no bairro do Planalto Paulista, em São Paulo. Estas atividades, além do caráter beneficente, atraem as participantes, maioria mulheres, pela possibilidade de convívio em comunidade e momentos descontraídos.



A fotografia representa uma mulher idosa que durante toda a vida esteve segregada socialmente devido sua deficiência auditiva. No registro, ela usa o seu aparelho auditivo, que agora permite que ela esteja em meios sociais participando igualmente como os demais.



Esta fotografia representa um grupo de mulheres no qual dentre as participantes há pessoas idosas e funciona em um dispositivo comunitário, tendo como objetivo a promoção da saúde. No próprio grupo os vínculos são fortalecidos, amizades são feitas e a rede de apoio é construída. Nesta foto, elas estão praticando uma prática integrativa em saúde, que é a técnica de redução de estresse (TRE).



Joana Darc, 64 anos, passeando em um dos principais cartões postais de Brasília, a Catedral!



João Azevedo, 91 anos, parapléico desde o nascimento, afirma: "além de edifícios com rampas, é preciso rampas para acessar a mente das pessoas e educá-las que pessoas com deficiência são pessoas com suficiências."



Essa traz consigo a nutrição (afetiva, nutricional, histórica, crítica e cultural), um prato cheio de significados. Um momento que ao ser registrado trouxe a fala "não quero ser clichê", mas como? Tempero forte de uma longa história não dá para ser clichê.



Seidiro Uessugue e Salete Uessugue, casados há 45 anos e ambos com 65 anos, trabalham durante o ano todo, mas adoram viajar de férias e sempre com a família, filhos e netos. Gostam de curtir uma praia, cidade do interior, gostam de passear por todo o Brasil.



A coragem de se colocar, reinventar e aplicar uma fórmula para que os sujeitos tenham chances. O papel ocupacional que tem um novo significado com o passar dos tempos.



O xadrez tem muitos benefícios, esporte, lazer, ciência, arte. Como ele mesmo, que ensinou o neto a jogar, costumava dizer. No xadrez você declara guerra diversas vezes, e quando perde, é uma honra ter batalhado. O que antes era uma brincadeira, passou a ser parte da rotina, "ajuda a concentrar, porque meu raciocínio segue intacto, não é bom, só intacto". Segue daí uma risada de quem joga para se ocupar, brinca para se divertir, ensina a perder e a ganhar e, acima de tudo, o respeito e admiração de uma boa estratégia observada. E assim passam os dias e a rotina se firmando, tentando ser leve, mas não inútil, "pensar nunca é inútil".



Registros do envelhecer companheiro na cidade. Mãos dadas ao passar pela catraca do metrô e a frase de carinho que ainda toca em meus ouvidos - que são apaixonados pelo amor.



Nas tardes de sábado cerca de 200 homens e mulheres comparecem ao forró semanal promovido pela Associação de Idosos de Taguatinga no Centro de Convivência Mozart Parada, conhecido como Paradão. Embalados pelos ritmos do forró, de seresta e sertanejo clássico, eles buscam um par e tomam conta da pista de dança



Dona Maria, 80 anos, tomando seu banho de sol no quintal de sua chácara enquanto conversa com seu neto.

Sorriso que encanta.
**MULHER NEGRA, MÃE,
BATALHADORA.**



Olha ele lá, todo o dia, o dia todo! Sim, tem futebol na TV o tempo todo, se não é jogo, é resenha de jogos. Se não é brasileiro, tem jogo internacional, tem da primeira, da segunda, da terceira divisão... Qual time está jogando? "Nem sei, mas o jogo está bom, teve briga e expulsão!" Jogar mesmo, acho que nunca jogou, mas sempre foi vidrado nos jogos e nas elucubrações do futebol e dos placares possíveis. E assim, vai passando o tempo e já está na rotina, o futebol sempre preenche o espaço e se o neto, fanático por futebol, estiver perto, aí vira um debate sem fim.



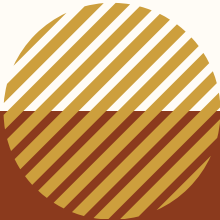
**Envelhecer é ter
garantia do direito de
acesso à qualquer
lugar!**



Que as imagens contribuam para promover uma Escola do Olhar sobre a presença das pessoas idosas na cidade!

(WELLER; BASSALO, 2011, P. 286) .

WELLER, W; BASSALO, L. M. B. Imagens: documentos de visões de mundo. Rev. Sociologias, vol. 13, n.º 28, Porto Alegre, set/dez. 2011. Disponível em Acesso em: 2 de junho de 2023.



Por meio da análise fílmica, os estudantes investigaram os conceitos de envelhecimento presentes nas obras cinematográficas. O objetivo era apresentar personagens interpretados por pessoas idosas em uma variedade de situações para promover a empatia e desconstruir estereótipos associados à idade. Ao examinar cuidadosamente os filmes, os estudantes puderam identificar nuances nas experiências dos personagens mais velhos, explorando suas vidas, desafios e triunfos de maneira autêntica. Essa abordagem permitiu não apenas uma compreensão mais profunda das complexidades do envelhecimento, mas também ajudou a desafiar as percepções preconcebidas e negativas que possam cercar as pessoas idosas na sociedade. Ao compartilhar essas descobertas, o objetivo é criar uma consciência mais ampla acerca do envelhecimento humano.



Aquarius (Brasil/ 2016)

Analísado por:

Sandra Regina Gomes



"Recordar é viver e sabemos como as histórias marcam as nossas vidas, não é mesmo? Foi assim também na vida da nossa personagem. A protagonista do filme é uma mulher de 65 anos, Clara, que conta a história vivida no apartamento que foi cenário de todas as fases de sua vida, com registros nas paredes e objetos que têm a marca do tempo e das recordações amorosas, familiares, encontros com amigos e as alegres brincadeiras entre as gerações.

Ela, jornalista aposentada, viúva, idosa, mora sozinha, com relações familiares e sociais fortes e significativas, demonstrando sentimentos de respeito, solidariedade e fraternidade para com os amigos, parentes e vizinhos.

No entanto, o filme discorre sobre a pressão imobiliária que tem sofrido desde que negou vender o apartamento a uma empresa que quer construir no mesmo terreno, na praia de Boa Viagem, em Recife, um novo empreendimento. Cabe destacar que todos os proprietários dos outros imóveis cederam e ela é a única moradora que resiste e deixa claro, a todo momento, que não pretende vendê-lo.

A protagonista sofre todo tipo de assédio e ameaça para que mude de ideia, identificado aqui, como uma violência contra uma cidadã idosa, transgredindo o Estatuto da Pessoa Idosa, Lei Federal n. 10.741, que versa no Art.10 - & 3ºi:

É dever de todos zelar pela dignidade da pessoa idosa, colocando-a a salvo de qualquer tratamento desumano, violento, aterrorizante, vexatório ou constrangedor.

A Lei assegura que infringir o direito ao respeito consiste na inviolabilidade da integridade física, psíquica e moral.

O filme apresenta outro tipo de violência sofrida por Clara, trata-se de idadismo, que é o processo de criar estereótipos ou discriminar uma pessoa pela idade. Aqui, em especial, uma idosa, conforme o Relatório Mundial sobre Idadismo, da OPAS ii:

O idadismo se refere a estereótipos (como pensamos), preconceitos (como nos sentimos) e discriminação (como agimos) direcionados às pessoas com base na idade que têm. O idadismo pode ser institucional, interpessoal ou contra si próprio. O idadismo institucional se refere às leis, regras, normas sociais, políticas e práticas institucionais que restringem injustamente as oportunidades e prejudicam sistematicamente indivíduos em função da idade deles.

Além disso, outra implicação para este cenário é a possibilidade que as pessoas idosas têm de escolher o local onde querem envelhecer, que pode ser permanecer na sua própria casa. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, nomeia-se esta solução de *aging in place*, e nas palavras de FONSECA iii encontramos importantes esclarecimentos:

Dentro do objetivo mais largo do *aging in place* – proporcionar às pessoas idosas condições ambientais efetivas para que envelhecer em casa e na comunidade seja “a opção natural” – algumas prioridades podem ser enunciadas: (i) a nível residencial, promover um ambiente amigável, onde as atividades indispensáveis à vida diária possam ser realizadas eficazmente pelo próprio ou com alguma ajuda externa; a habitação deve ter em conta que as necessidades das pessoas transformam-se à medida que elas envelhecem e que, se não a queremos transformada numa prisão, os espaços exteriores são tão importantes como a habitação em si mesma; (ii) a nível comunitário, assegurar a existência de um ambiente seguro, onde as pessoas possam circular e frequentar atividades instrumentais ou lúdicas; também os serviços e recursos indispensáveis à vida quotidiana (saúde, transportes, compras, etc.) deverão permitir a satisfação das necessidades individuais e a concretização de oportunidades de cariz social e económico; (iii) a nível institucional, criar ou reforçar serviços de apoio e redes de suporte aos idosos que permanecem em casa (e às respetivas famílias, quando necessário), bem como programas que estimulem a participação na vida social e comunitária, combatendo o isolamento e prevenindo a exclusão social; para que envelhecer em casa não seja sinónimo de “ver o tempo a passar”, a inclusão social das pessoas mais velhas deve, tanto quanto possível, contemplar a participação em funções úteis e socialmente reconhecidas.

A luta da protagonista para vencer um câncer de mama nos anos 80 é um exemplo de obstinação e determinação que se repete agora, numa nova empreitada, para derrotar a agressividade empresarial e extirpar este mal.

O filme termina com a seguinte frase de Clara aos seus derrotados agressores: “Eu sobrevivi a um câncer faz mais de 30 anos e hoje em dia eu resolvi uma coisa, prefiro dar um câncer em vez de ter um”.

Estatuto da Pessoa Idosa -
https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741.htm.

Relatório mundial sobre o idadismo. Washington, D.C.: Organização Pan-Americana da Saúde; 2022. Licença: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
<https://doi.org/10.37774/9789275724453>.

FONSECA, António Manuel Godinho da. “Aging in Place” – Envelhecer em casa e na comunidade. PerCursos, Florianópolis, v. 24, e0104, 2023.

Gran Torino (2008)

Analisado por:

Ana Caroline Laurentino Araújo

O filme retrata os estereótipos da nossa sociedade sobre a figura do jovem e da pessoa idosa. A estigmatização sobre o envelhecimento, a velhice e a intergeracionalidade. A convivência entre gerações, na contemporaneidade, vem carregada de preconceitos, o qual é retratado na relação do personagem principal (Walt) com os próprios netos e filhos. Em um contexto de desvalorização das potencialidades humanas, no qual a pessoa idosa é sinônimo de improdutividade e cada etapa da vida não dialoga entre si, torna a população idosa, mais excluída ainda (POLTRONIERI, et al., 2015).



O filme retrata a troca intergeracional, a partir de um cenário inesperado, em um choque cultural entre o Walt (americano, branco, veterano) e seus vizinhos (hmong, asiáticos, tradicionais). É possível observar a mudança na perspectiva e comportamento de Walt durante o filme. Pensamentos construídos durante muitos anos a partir de diversas memórias e desconstruídos a partir de um contato e de uma decisão, a qual gera grandes impactos, em sua vida e na família Hmong. A morte, a qual Walt planejou, teve um sentido e uma finalidade maior para ele, trazendo uma reflexão de senso de honra e nobreza.

Referência: POLTRONIERI, Cristiane de Fátima et al. Os desafios da construção da intergeracionalidade no tempo do capital. Rev. Kairós, p. 289-309, 2015.

Meet the Parents(2000)



Analísado por:

Roberta de Ávila e Silva Porto Nunes



"Entrando numa Fria" é uma comédia que retrata a jornada de Greg Focker, um homem mais jovem que precisa enfrentar os desafios de se encaixar em uma família rigorosa e tradicional. Embora o filme seja conhecido por seu humor e situações constrangedoras, é possível estabelecer uma conexão interessante entre essa história e a perspectiva do envelhecimento.

O envelhecimento, assim como a experiência de conhecer a família de sua parceira, pode ser um processo repleto de desafios, com novos contextos que exigirão estratégias de enfrentamentos às diferentes dinâmicas familiares.

Da mesma forma que Greg tenta impressionar seu sogro e ser aceito por ele, as pessoas idosas muitas vezes enfrentam a pressão social do idadismo, a qual precisam se manter ativas, saudáveis e independentes, para provar que são capazes e dignas de respeito. O filme aborda a luta de Greg para lidar com as expectativas impostas a ele, e essa é uma realidade que a maioria das pessoas idosas enfrenta diariamente na sociedade.

Além disso, assim como Greg precisa encontrar um equilíbrio entre ser autêntico e agradar aos outros, as pessoas idosas também passam por um processo identitário do envelhecimento e a representação social do envelhecer. Muitas vezes correspondem a estereótipos ou ideais de como devem se comportar, mas, assim como Greg, eles também podem vivenciar suas autenticidades e rever seus projetos de vida, propiciando bem estar em todas as idades.



O livro de Lima e Pereira (2004) pode nos ajudar a entender o debate por trás desses estereótipos e preconceitos presentes no filme. Eles explicam que os estereótipos são simplificações e generalizações que nossa mente faz para lidar com a complexidade do mundo ao nosso redor. Essas categorizações podem ser influenciadas por diversos fatores, como cultura, mídia e experiências pessoais.

Embora "Entrando numa Fria" seja uma comédia leve e divertida, ele nos lembra da importância de abordar a perspectiva do envelhecimento com empatia e compreensão. Assim como Greg enfrenta desafios em sua jornada para ser aceito por sua família, as pessoas idosas também enfrentam desafios emocionais, físicos e sociais à medida que envelhecem. É fundamental reconhecermos suas potencialidades e sua inclusão social, sem restringi-los a estereótipos ou expectativas limitantes.

Portanto, "Entrando numa Fria" retrata que o envelhecimento como um processo inevitável, que acarreta mudanças de papéis e nas dinâmicas familiares e novos desafios, que podem trazer aprendizado e empatia. Em suma, o filme evidencia o conceito de envelhecimento ativo, permitindo os protagonistas idosos terem uma qualidade de vida satisfatória.

Referencias Bibliográficas

Filme: Meet the Parents, 2000. Jay Roach. Nancy Tenenbaum, Jay Roach, Jane Rosenthal, Robert De Niro

LIMA, Marcus Eugênio Oliveira; PEREIRA, Marcos Emanuel. Esteriótipos, preconceito e discriminação: perspectivas teóricas e metodológicas. EDUFBA, 2004.

Analísado por:

Adriano de Sá Godoi

Em *Nossas Noites* (*Our Souls At Night*/ EUA/ 2017), Addie (Jane Fonda) decide convidar o vizinho Louis (Robert Redford) para dormir em sua casa.

Octogenários e viúvos, eles passam a dividir a mesma cama para vencer a insônia e espantar a solidão. A partir dessa proposta inusitada, surge um relacionamento que começa pela cumplicidade e companheirismo e depois evolui para amor e sexo.

Com essa premissa, o filme retrata a vivência de uma relação de afeto e sexo entre dois idosos de forma plena, na contramão do senso comum vigente. Em geral, o conceito de envelhecimento é abordado pela sociedade como uma fase de declínio da atividade sexual e, geralmente, assexuada. Esse tipo de percepção e preconceito são retratados no filme por meio do comportamento de vizinhos e conhecidos do casal, que reagem com espanto, comentários e discriminação à relação de afeto estabelecida pelos dois viúvos.

Para além da relação de amizade e sexual entre dois idosos, o longa-metragem toca de forma positiva em outro tema relacionado ao processo de envelhecimento, que é a relação intergeracional.



Quando Addie tem de acolher em sua casa o neto Jamie, a presença da criança, inicialmente, ameaça abalar a relação entre o casal, mas acaba por reforçar o relacionamento. A convivência entre avós e netos é mostrada sob um prisma em que as diferentes gerações são afetadas positivamente pelas trocas intergeracionais. Ao retratar uma delicada relação entre duas pessoas idosas, o filme ajuda a suscitar reflexões e ampliar a nossa visão sobre temas centrais no processo de envelhecimento e na vida, como o amor e a sexualidade. O cinema, dessa forma, é instrumento que pode ajudar a ampliar a percepção crítica e reduzir estereótipos, preconceitos e a discriminação presentes na sociedade relacionados ao envelhecer.



Quatro vidas de um cachorro (2017)

Analisado por:

Angela Raquel de Araujo Danquimaiaes



A sinopse do filme introduz uma máxima: Todos têm um destino a ser cumprido. Depois de ganhar mais uma chance de viver, o cachorro Bailey tenta descobrir o seu. O filme acompanha a reencarnação do Bailey, com vidas após outras como um acumulado de experiências. Observa-se uma associação do envelhecimento com o declínio do corpo, seja para o cachorro, seja para os humanos da história. Em especial, para o cachorro, fica latente a redução da força e da vivacidade em fazer as atividades rotineiras (beber água, no caso da história associada a uma espécie de depressão que ele também adquiriu em função do desgosto pela vida que seu dono se acometeu), a brincar ou correr. Ao mesmo tempo, o filme associa também a uma fase de consolidação de conquistas e propósitos (como o nome original do filme, "À Dogs Purpose"). Nesta vertente, tanto o humano reencontra seu propósito de vida, casar e ter uma grande família, ainda que "emprestada" da sua ex-namorada de adolescência e atual noiva, como o cachorro que "fez um bom trabalho" como cadela policial ao promover o reencontro do seu dono e da ex-namorada na última vida contada na história. E, ainda, foi possível observar a manutenção de papéis sociais nas pessoas idosas retratadas na história.

Quatro vidas de um cachorro (2017)

Analisado por:

Beatriz Silva do Nascimento

O filme "Quatro Vidas de um Cachorro" descreve a história de um cachorro que morre e reencarna várias vezes na terra. Embora encontre novas pessoas e viva muitas aventuras, ele mantém sempre o sonho de reencontrar o seu primeiro dono, Ethan, seu maior amigo e o grande amor de sua vida. Conceito de Envelhecimento: O filme mostra que envelhecer se trata de uma fase da vida que existe a possibilidade de refazer-se, reviver e alcançar sonhos da juventude e também trilhar novos sonhos. Não há idade para casar-se, formar uma família, reencontrar um grande amor ou até mesmo adotar um cachorro. Mas, apesar das possibilidades, a pessoa idosa tem papel fundamental com o seu processo de envelhecimento, vale ressaltar que a família ou rede de apoio também podem fortalecer as condições objetivas para promover um envelhecimento saudável e participativo na sociedade. Por fim, o filme também aborda uma questão muito existencial e esse questionamento perpassa pelas várias fases da vida, mas no filme se torna muito evidente no envelhecimento do personagem principal que consegue responder à essa questão existencial ao reencontrar seus dois amores da vida, um cachorro e uma namorada da juventude.



Do Jeito que Elas Querem (2017)

Analizado por:

Paula Veras Uessugue Cardoso



Na Califórnia, 4 mulheres, amigas há mais de 40 anos, bem sucedidas, decidem ler no club do livro o romance “Cinquenta tons de cinza”. Após essa leitura, a vida muda completamente. 4 mulheres, cada uma com sua personalidade: a Sharon é separada há 18 anos e até o momento lamenta a separação e por seu ex-marido ter uma namorada, e jovem; a Diane gosta de expor sua trajetória amorosa; a Vivian, muito rica e independente; e Carol com um casamento cheio de amor e carinho e que esfriou sexualmente. Todas na mesma faixa etária e com enfrentamento de questões afetivas. Dinheiro não falta, mas precisam de coragem para lidar com os limites impostos, ou pelo vivido ou impostos pelos filhos, por acharem que estão numa idade avançada. Experiências diferentes, traumas, tabus, são relatados no clube do livro, gerando uma conexão e um despertar para um envelhecimento livre, feliz e sem preconceitos.

Qual conceito de envelhecimento foi encontrado no filme: Os mais velhos podem e devem fazer o que desejam, o envelhecer é amar e amor, é ser amado ou, quem sabe, descobrir um novo amor. Um belo exemplo citado no filme é o de que “namorar é igual andar de bicicleta”, ou seja, nunca se esquece. O filme deixa claro que todos têm direito de amar, ser amado, sem se preocupar com a idade e com quanto tempo resta.

Um senhor estagiário (2015)

Analisado por:

Renata Braz das Neves Cardoso

O filme escolhido para a proposta foi “Um senhor estagiário”. O enredo do filme conta a história de uma jovem mulher, empresária de sucesso, que discute o etarismo por meio da contratação de idosos para a função de estagiários. Um dos projetos da empresa de sucesso é contratar estagiários da terceira idade, mas não porque acredita que eles podem realmente colaborar, mas apenas para cumprir um papel social.

Os idosos são apresentados de forma estereotipada, como antiquados nos seus usos e costumes, e, principalmente, na falta de habilidade com as ferramentas tecnológicas e convivência social.



A jovem empresária enxerga o seu estagiário idoso como um estorvo, antiquado e ignora as habilidades e sugestões propostas por ele. Não apenas ela, mas também sua assistente tem atitudes ageístas e preconceituosas.

O filme apresenta discussão sobre a discriminação etária no mercado de trabalho, na vida pessoal, afetiva e sexual. Percebe-se também uma crítica à indústria cinematográfica, pois emprega uma maioria de pessoas, jovens e brancas.

É possível verificar as dimensões ageístas apresentadas por Butler, como o pensamento estereotipado que converge em atitudes estereotipadas. Além disso, vemos as microagressões que afetam o indivíduo idoso, como por exemplo desconsiderar as experiências laborais anteriores, a crítica ao uso de elementos analógicos, como uma pasta executiva, e a falta de habilidade nas redes sociais. Percebemos também infantilização (elderspeak) e o modelo de conteúdos de estereótipos.

Como ponto positivo vemos a troca geracional de experiências entre os colegas de trabalho e com a filha da empresária. Além disso, destaca-se seu novo relacionamento amoroso e a prática de atividade física.



Um senhor estagiário (2015)

Analísado por:

Vanessa Rodrigues Dunk Gomes



O filme conta a história de Ben Whittaker, interpretado por Robert de Niro, um viúvo aposentado de 70 anos que ingressa em um programa de estagiário em uma empresa que atua com vendas de roupas pela internet. Para o funcionário da empresa que teve a ideia de contratar pessoas idosas, sua perspectiva é justamente de aproveitar o conhecimento e expertise de vida delas para contribuir com o alcance de resultados para a empresa, além de oportunizar a troca de experiências com pessoas mais novas. Nesse sentido, o envelhecimento é visto como uma fase bem-sucedida e que possibilita a troca de conhecimento intergeracional. Já a CEO da empresa, Jules Ostin, interpretada por Anne Hathaway, não consegue encarar bem a ideia do programa de estagiário sênior, ela entende o envelhecimento como algo destoante da marca da sua empresa, considera as pessoas idosas lentas e sem possibilidade de contribuição para o seu trabalho, ou seja, reforça a ideia de um envelhecimento atribuído a algo sem valor na sociedade. Neste ponto, percebe-se que a CEO possui muitos estereótipos, preconceitos, agindo de forma discriminatória com o novo estagiário, ou seja, vemos um clássico processo de idadismo. De acordo com o relatório mundial sobre o idadismo (2022), este termo se refere a estereótipos, preconceitos e discriminação com base na idade, dirigidos a outras pessoas ou a si mesmo. Cabe destacar que alguns estudos utilizam o termo ageismo, o qual também se refere às formas de intolerância em razão da idade.





Observa-se também algumas situações de ageísmo dos próprios colegas de trabalho do personagem Ben, que vão desde o processo admissional, quando fazem algumas perguntas e comentários sobre seu histórico profissional, se ele se recorda de alguns fatos da sua vida, ou quando pedem para desconsiderar como ele se vê com 10 anos a mais de idade, até comentários relacionados à sexualidade. Um dos colegas afirma que ele não é tão velho como pensava, justamente por presenciar situações em que o personagem demonstra interesse afetivo por outra pessoa.

Para Ben o envelhecimento é uma fase que possui vários atravessamentos, ele tem tempo para fazer atividades de lazer, lida com a morte de perto, pois vai a vários funerais de amigos, se vê com muita disposição para fazer alguma atividade significativa para o seu dia a dia, além da necessidade de usufruir de sua sexualidade. Assim, ele encara o envelhecimento com suas múltiplas potencialidades, sem se limitar a fazer o que deseja e com intensas trocas sociais. Neste sentido, a percepção e a experiência do envelhecimento são importantes para se mensurar uma boa qualidade de vida, elucidando o desenvolvimento da autonomia e independência nesta fase da vida.

O filme conta com uma linguagem bem-humorada para abordar diversas temáticas do envelhecimento, como o amor, as trocas intergeracionais, sexualidade, ressignificação da vida e da aposentadoria, além de mostrar como o ageísmo está nas falas e atitudes das pessoas, sobretudo dos mais jovens.

Referência Bibliográfica

Relatório mundial sobre o idadismo. Washington, D.C.: Organização Pan-Americana da Saúde; 2022. Licença: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. <https://doi.org/10.37774/9789275724453>.



Aquarius (Brasil/ 2016)

Analisado por:

Vinicius Vieira da Silva



O filme traz questões bastante pertinentes e curiosas a serem observadas na perspectiva de se entender o processo do envelhecimento. Observo segundo a linha de pensamento de Rowe e Kahn um “envelhecimento bem-sucedido”, que segundo eles seria o processo de estar saudável e ativo, considerando-se as dimensões física, cognitiva e social.

Os temas que perpassam pelo envelhecer no filme retratam um processo de envelhecimento de protagonismo e tomada de decisão da pessoa idosa em sua trajetória de vida, em que ser e estar se protejam em um contexto social que por vezes tenta minimizar ou rebaixar a pessoa idosa à inutilidade, porém, a autonomia e a tomada de consciência crítica do envelhecer tornam essa jornada libertadora, mas não deixa de ser desafiadora.

Clara, a protagonista da história, a todo momento se reafirma enquanto uma mulher segura, bem decidida e que sabe o que quer, e que idade alguma irá impedi-la de fazer algo. Questões como sexo, sexualidade, vida noturna e a boemia de se viver, são tópicos trazidos no cotidiano de Clara demonstrando o quão peculiar e único é seu modo de envelhecer e lidar com as questões da vida, por alguns, vista de forma leve; por outras, a interpretação pode se modificar para uma vida mais intensa.

Sendo assim, fica demonstrado que o processo de envelhecer vivenciado por Clara, por vezes, demonstra despreocupação e sede de viver o agora, mas que traz certas responsabilidades e atitudes a serem tomadas por não deixar que o idadismo e ageismo façam parte do seu cotidiano. Finalizo com a seguinte frase dita por esta:

“Eu sou uma velinha com criança, tudo junto”



Peixe Grande e suas Histórias Maravilhosas (2003)

Analisado por:

**Susiane de Santana Moreira
Oliveira da Silva**

Em "Peixe Grande e suas Histórias Maravilhosas", o conceito de envelhecimento é explorado de maneira muito interessante e significativa. O filme retrata a vida de Edward Bloom, um homem idoso que passou a maior parte de sua vida contando histórias fantásticas e mágicas sobre suas aventuras. Para seu filho, Will, as histórias são exageradas e impossíveis de acreditar, o que gera um distanciamento entre os dois.

No entanto, à medida que o filme avança, Will começa a compreender que as histórias de seu pai eram uma forma de enfrentar a realidade da vida e torná-la mais emocionante. Ele percebe que seu pai estava tentando passar a mensagem de que a vida é cheia de aventuras e que devemos aproveitá-la o máximo. Edward, por sua vez, começa a entender que suas histórias eram uma forma de fugir do medo da morte e da fragilidade humana, e que talvez tenha perdido momentos importantes por causa disso.



O filme mostra que o envelhecimento não é apenas uma questão biológica, mas também uma questão de perspectiva. À medida que envelhecemos, podemos nos tornar mais sábios e experientes, mas também podemos nos tornar mais medrosos e isolados. O importante é manter uma atitude positiva em relação à vida, valorizando cada momento e compartilhando experiências com aqueles que amamos.



O Filho da Noiva (2001)

Analísado por:
Eliana Bohland

O filme trata da relação da família, pai e filho, com a mãe idosa que está com Doença de Alzheimer e vive numa clínica. Por um lado, o filho de quarenta e dois anos não aceita os esquecimentos da mãe e se afasta, quase não vai visitá-la. Por outro lado, o pai, apaixonado, depois de quarenta e quatro anos de união, quer casar para realizar um antigo desejo da esposa.



No início, o filho rejeita o desejo do pai, tem preconceito e acha que irá expor os pais a uma situação que pode ser vexatória, mas após sofrer um infarto, repensa a vida e busca resgatar a relação de conflitos que teve com a mãe no passado e respeitar a relação de amor e dedicação do pai com a mãe.

Transmite o sentimento e conflitos dos familiares em relação à pessoa que tem a Doença de Alzheimer, o desejo de resgatar questões do passado, quer seja para tratar de conflitos mal resolvidos ou para resgatar a relação de amor e troca que agora está em outro patamar, sem a mesma reciprocidade da pessoa amada, que sequer os reconhece.

O título do filme também identifica a centralidade do personagem Rafael (Ricardo Darín), seus conflitos, preconceitos e contradições ao acompanhar o envelhecimento dos pais.

São retratadas duas situações de envelhecimento: a senilidade da mãe que limita a interação da pessoa idosa com a família e a postura do pai que mantém sua autonomia, reafirma seu protagonismo para tomar decisões e construir suas perspectivas de vida para o futuro.

Em ambas as situações, demonstra o despreparo, a carga de preconceitos da família e da sociedade para lidar com a multiplicidade das formas de envelhecer.



Seminários

07

O trabalho pedagógico da disciplina Perspectivas em Envelhecimento e Longevidade foi desenvolvido por intermédio de metodologias ativas e marcado também pela realização de dois seminários nacionais e um seminário internacional organizados a partir dos eixos estruturantes da Política do Envelhecer Saudável, Participativo e Cidadão da Universidade de Brasília (PESPC-UnB), a fim de produzir, discutir, integrar, contextualizar e disponibilizar conhecimentos teóricos-conceituais relacionados à temática do envelhecimento, explorando oportunidades e desafios apresentados pela longevidade por intermédio de conceitos estruturantes para a linha de pesquisa Desenvolvimento, Sociedade e População.



Seminário Envelhecimento e Interseccionalidade

DISCIPLINA PERSPECTIVAS EM ENVELHECIMENTO E LONGEVIDADE CONVIDA:

SEMINÁRIO ENVELHECIMENTO E INTERSECCIONALIDADE

17 MAI, 2023
9H - 12H

LOCAL
AUDITÓRIO - CEAM/UnB.
Endereço: Pavilhão
Multiuso 1, Bloco A, 1º
andar, Sala A1 72/5

CONVIDADAS

DRA. ISABELLE CHARIGLIONE
PROFESSORA DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA DO DESENVOLVIMENTO E ESCOLAR (PGPDE).

DRA. MARÍLIA MIRANDA

DRA. LEIDES MOURA

DRA. GRASIELLE TAVARES

DRA. MARISETE SAFONS

MESTRA LOYDE CARDOSO
DOCTORANDA POSLIT-UNB
EDUCADORA SOCIAL DO CENTRO DE CONVIVÊNCIA
E FORTALECIMENTO DE VÍNCULOS GAMA SUL

perspectivas2023@gmail.com

UnB | CEAM
Centro de Estudos
Avançados Multidisciplinares
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM DESENVOLVIMENTO, SOCIEDADE E COOPERAÇÃO INTERNACIONAL



Seminário Ação Pública e Protagonismo da Pessoa Idosa





DISCIPLINA PERSPECTIVAS EM ENVELHECIMENTO E LONGEVIDADE CONVIDA:

SEMINÁRIO AÇÃO PÚBLICA E PROTAGONISMO DE PESSOAS IDOSAS NA CIDADE



31 MAI, 2023
9H - 12H

LOCAL 

AUDITÓRIO - CEAM/UnB.
Endereço: Pavilhão
Multiuso 1, Bloco A, 1º
andar, Sala A1 72/5

CONVIDADOS



DR. VICENTE FALEIROS
ASSISTENTE SOCIAL, DOUTOR EM SOCIOLOGIA E
PROFESSOR EMÉRITO DA UNB



JAIRO DE SOUZA
FÓRUM DISTRITAL DA SOCIEDADE CIVIL EM DEFESA DOS
DIREITOS DA PESSOA IDOSA



VICENTINA LOPES
FÓRUM DISTRITAL DA SOCIEDADE CIVIL EM DEFESA DOS
DIREITOS DA PESSOA IDOSA

FACILITADORAS



DRA. MARÍLIA MIRANDA



DRA. LEIDES MOURA



**DRA. GRASIELLE
TAVARES**



DRA. MARISETE SAFONS

✉ perspectivas2023@gmail.com



UnB | CEAM Centro de Estudos
Avançados Multidisciplinares

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM DESENVOLVIMENTO, SOCIEDADE E COOPERAÇÃO INTERNACIONAL





Seminário Virtual Internacional: Envelhecimento, *Aging in Place* e Amigabilidade Urbana

A DISCIPLINA PERSPECTIVAS EM ENVELHECIMENTO E LONGEVIDADE CONVIDA:

SEMINÁRIO INTERNACIONAL

**ENVELHECIMENTO, AGING IN PLACE
E AMIGABILIDADE URBANA**



Mestra Tatiana Maciel
DOCTORANDA EM ESTUDOS INTERDISCIPLINARES NAS CIÊNCIAS DA SAÚDE PELA UNIVERSIDADE DE LAS VEGAS



Profº Dr. António Fonseca
PROFESSOR DA UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA – FEP-UCP



Profa. Dra. Áurea Barroso
PEDAGOGA MESTRE EM GERONTOLOGIA E DOUTORA EM SERVIÇO SOCIAL PELA PUC

FACILITADORAS



DRA. MARÍLIA MIRANDA



DRA. LEIDES MOURA



DRA. GRASIELLE TAVARES



DRA. MARISETE SAFONS

**14/JUNHO
2023**

Horário: 9h às 12h

Virtual pela
plataforma Teams

UnB | CEAM Centro de Estudos Avançados Multidisciplinares
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM DESENVOLVIMENTO, SOCIEDADE E COOPERAÇÃO INTERNACIONAL

PPGDSCI





Caso deseje, assista o seminário internacional clicando no link

https://www.youtube.com/watch?v=V_zFDSyJxrk&t=8226s

CEAM Seminário Internacional - Envelhecimento, Aging in Place...
LONGEVIDADE CONVIDA:

COVID-19 vaccine • A COVID-19 vaccine is a vaccine intended to...

SEMINÁRIO INTERNACIONAL

ENVELHECIMENTO, AGING IN PLACE E AMIGABILIDADE URBANA

FACILITADORAS

DRA. MARÍLIA MIRANDA
DRA. LEIDES MOURA
DRA. CRASIELLE TAVARES

Mestra Tatiana Maciel
DOUTORANDA EM ESTUDOS INTERDISCIPLINARES NAS CIÊNCIAS DA SAÚDE PELA UNIVERSIDADE DE LAS VEGAS

Profª Dr. António Fonseca
PROFESSOR DA UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA - FEP-UCP

Profa. Dra. Áurea Barroso
PEDAGOGA MESTRE EM GERONTOLOGIA E DOUTORA EM SERVIÇO SOCIAL PELA PUC

Watch on YouTube

UnB | CEAM Centro de Estudos Avançados em Gerontologia e Longevidade
PPGDSCI

Piquenique Intergeracional

08

O momento não apenas marcou o encerramento da disciplina "Perspectivas em Envelhecimento e Longevidade", mas também representou um momento significativo para celebrar os aprendizados e as trocas mútuas entre os docentes, discentes e pessoas idosas que participaram desse evento singular e intergeracional.





Apresentados alguns depoimentos de pessoas idosas participantes desse momento de trocas intergeracionais.





Entre tantos presentes que recebi nesta vida, este encontro com a velhice está sendo um troféu para minha existência de 67 anos muito bem vividos, com altos e baixos, que me solidificaram nesta pessoa cada dia mais feliz, com esperança de nos dias futuros continuar realizando os meus sonhos.

Eu creio que são os projetos de Deus! Conhecer este projeto foi um prazer e participar do pequenique a convite da Eliana Bohland.

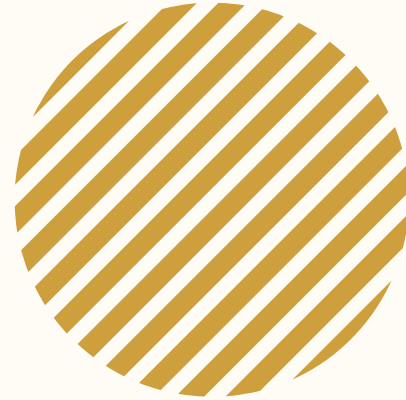
Estive presente num encontro deste grupo, que foi muito agradável, num lugar campestre, num dia lindíssimo, organizado por uma equipe alegre e nós estávamos seguras em fazer nossos testemunhos de experiência de vida, entre passado, presente e o que aguardamos para o futuro.

Seria maravilhoso se cada região do país tivesse um grupo como esse em suas Estratégias de Saúde da Família (ESF). Eu vejo o grupo como uma ótima terapia e ideal para as pessoas idosas, pois nesses encontros estamos recebendo ânimos e trocando experiências que a vida nos oferece a cada dia, até nossos últimos dias.

Devemos aprender e ensinar este conceito, que idade não tem definição e sim gratidão e amor e esse encontro me fez entender isso: o “verdadeiro pão de cada dia”.

Obrigada pela oportunidade, sou grata a Deus!

Rosemari da Silva, 67 anos.



Foi um prazer participar desse encontro/piquenique e encontrar pessoas tão engajadas num projeto para estimular que essa fase de grande parte da população seja vivida de maneira prazerosa, saudável e alegre. Tive a oportunidade de conversar e trocar experiências muito gratificantes. Os depoimentos dos alunos e professores foram enriquecedores.

Obrigada pela oportunidade.

Beatriz Barnech Giesteira, 75 anos.





“Viver por mais tempo é um desejo que todos nós temos e acima de tudo viver com qualidade, saúde e liberdade para aproveitar tudo de melhor que a vida pode nos proporcionar após os 60 anos.

A velhice não é doença e sim um processo normal do desenvolvimento que acarreta mudanças no nosso organismo, por isso temos que buscar da melhor forma a qualidade de vida. O exercício faz bem para o corpo e para a alma, alimentação saudável é fundamental para mantermos o corpo e a mente ativos.

O Brasil está envelhecendo mais rápido do que possamos imaginar. É muito importante que se comece a fortalecer as políticas públicas para a população 60+, como: prevenção à saúde, transporte público de qualidade, cursos de extensão para o público idoso, lazer, moradia, oportunidade de se manter por mais tempo no mercado de trabalho.”

Neusa G. da Silva, 69 anos



"Gostei muito. Foi um momento de aprendizado, de repensar a velhice. Me senti valorizada e gratificada por escutar histórias/experiências tão especiais.

Foi também um momento de esclarecimento sobre temáticas relacionadas ao envelhecimento. Adorei estar ali com pessoas amigas e compartilhar.

Quero ser convidada para outros momentos! Parabéns pela iniciativa e que as Universidades propiciem muitos momentos assim!"

Maria Leite Forte Gomes, 69 anos.



Foi uma ocasião especial na qual todos puderam refletir sobre as experiências compartilhadas ao longo do curso, proporcionando uma interação potencial entre diferentes gerações e enriquecendo o entendimento coletivo sobre o envelhecimento e a longevidade.



Depoimento dos Discentes Sobre a Disciplina Perspectivas em Envelhecimento e Longevidade

09

“ —

A disciplina foi um marco para novos posicionamentos a respeito do envelhecimento, ela com certeza clareou e desmitificou muita coisa sobre longevidade e outros temas tratados.

Beatriz Silva do Nascimento

“ —

Despertou questionamentos de posturas e atitudes e levou à reflexão e mudança de comportamento e comprometimento com a defesa dos direitos da pessoa idosa, além do aprofundamento teórico pertinente.

Ana Caroline Laurentino Araújo

“ —

Uma visão integrativa sobre a vivência e possibilidades de melhor qualidade de vida da pessoa idosa. A pessoa idosa tem muito que desfrutar da sua vida, com fé, otimismo e perseverança!

Paula Uessugue

“ —

A disciplina proporcionou reflexões de padrões e mudanças efetivas no meu cotidiano, na forma que vejo o mundo. Demorei um pouco para ressignificar o que, durante muito tempo, foi pauta da minha luta política. O aspecto geracional não chegava à velhice e, com os estudos, integrei a visão do enfrentamento ao ageismo.

Isabella Sousa Tavares

“ —

Conteúdos excelentes, metodologia bastante participativa e criativa, que proporcionam estímulo para a reflexão e engajamento nos temas abordados.

Eliana Bohland

“ —

A disciplina de "Perspectivas em Envelhecimento e Longevidade" aborda um tema extremamente relevante e atual, considerando o envelhecimento da população no Brasil e em muitos países ao redor do mundo. Nessa disciplina tivemos a oportunidade de explorar os diferentes aspectos do envelhecimento, incluindo as mudanças físicas, sociais, psicológicas e econômicas que ocorrem durante esse período da vida. Pudemos examinar as dimensões e desafios associados à longevidade, como a promoção de uma vida saudável na terceira idade, o cuidado adequado aos idosos, a prevenção de doenças relacionadas à idade e o impacto do envelhecimento na sociedade como um todo. Compreendendo os desafios e as oportunidades relacionadas ao envelhecimento em diversos campos, como saúde, assistência social, política, educação e pesquisa.

Susiane de Santana Moreira Oliveira da Silva

“ —

Percepções valiosas para repensar as relações sociais com respeito ao processo do envelhecimento e o compromisso com um trabalho voltado para a valorização da pessoa idosa. Além da descontração diária do autoageismo.

Roberta de Ávila e Silva Porto Nunes

“ —

As professoras, a metodologia aplicada, com bibliografia e atividades práticas propostas, possibilitaram o conhecimento e o despertar da consciência sobre o tema proposto: perspectivas em envelhecimento e longevidade. Nesse sentido, o aprendizado adquirido certamente terá reflexos nos âmbitos individual, interpessoal e social com relação à percepção, atenção, constante atuação para a redução do idadismo, tão presente na nossa sociedade.

Adriano de Sá Godoi

“ —

A disciplina oportunizou a ampliação do referencial teórico para o escopo do projeto de pesquisa. Além dos aspectos teóricos, apresentou diversas atividades e contextos práticos os quais são fundamentais para conhecer com profundidade as perspectivas de envelhecimento, que são plurais e em muito superam os apontamentos exclusivos que limitam apenas como uma questão de saúde pública.

Renata Braz das Neves Cardoso

“ —

A disciplina foi conduzida de uma forma leve, mas com conteúdos bem pertinentes e sendo abordados de forma consistente. Em alguns momentos senti a necessidade de aprofundar sobre determinado tema que conheci durante a disciplina. Os convidados que participaram dos seminários trouxeram temas bem relevantes, interessantes e foi um aprofundamento bem importante para mim que estou adentrando no universo do envelhecimento.

Vanessa Rodrigues Dunk Gomes

“ —

A disciplina nos sensibilizou para a valorização da pessoa idosa e a importância da participação cidadã. O foco nos direitos das pessoas idosas foi outro aspecto fundamental, com luz sobre as leis vigentes para o desenvolvimento de uma política pública humanizada.

Sandra Regina Gomes

“ —

A Disciplina veio de uma forma coerente, sistematizada e com uma ordem cronológica dos assuntos abordados, facilitando o aprendizado e ao mesmo tempo veio de forma leve e simples para a inserção de todos da turma a assuntos que para a grande maioria eram novos.

Vinicius Vieira da Silva



Discentes Pesquisadores e seus respectivos Temas

Discentes de mestrado e doutorado e seus objetos de pesquisa formam uma conexão vital no mundo acadêmico. Ao se dedicarem aos seus projetos de pesquisa exploram diversas áreas do conhecimento, metodologias específicas e buscam respostas para questões complexas. Esses objetos de pesquisa representam não apenas tópicos de estudo, mas também oportunidades para aprimorar habilidades analíticas e desenvolver uma compreensão mais profunda dos temas envolvidos. Nesse sentido, apresentamos os discentes da Disciplina Perspectivas em Envelhecimento e Longevidade que contribuíram para a construção coletiva deste E-book.

Veja a seguir os temas de pesquisas desenvolvidos pelos discentes da disciplina Perspectivas em Envelhecimento e Longevidade, bem como os tópicos de interesse para investigações futuras.





Ana Caroline Laurentino Araújo, 26 anos

Mestranda

Tema: Envelhecimento e dependência química: um olhar sobre a trajetória de projetos de vida da pessoa idosa.

Orientadora: Grasielle Silveira Tavares



Angela Raquel de Araujo Danquimaia, 40 anos

Mestranda

Tema: Qualidade da informação da população centenária e supercentenária do Brasil considerando os diferenciais de escolaridade.

Orientadora: Marília Miranda Forte Gomes

Coorientador: Cássio Maldonado Turra



Beatriz Silva do Nascimento, 26 anos

Mestranda

Tema: A corporeidade na pessoa idosa e projetos de vida

Orientadora: Grasielle Silveira Tavares



Isabella Sousa Tavares, 25 anos

Mestranda

Tema: Velhices femininas e troca intergeracional como possibilidade de criação de projetos de vida no Distrito Federal.

Orientadora: Grasielle Silveira Tavares



Paula Uessugue, 42 anos

Doutoranda

Tema: Analisar a Seletividade Alimentar do paciente com Transtorno do Espectro Autista e proporcionar por meio de um aplicativo possibilidades na melhora da aceitação alimentar e da qualidade de vida.

Orientadora: Marília Miranda Forte Gomes



Renata Braz das Neves Cardoso, 45 anos

Doutoranda

Tema: A governança nas Políticas de Segurança Pública de enfrentamento à violência contra a mulher idosa

Orientadora: Leides Barroso Azevedo Moura



Roberta de Ávila e Silva Porto Nunes, 46 anos

Mestranda

Tema: Violências e desigualdades nas velhices: proposta de enfrentamento no Distrito Federal

Orientadora: Leides Barroso Azevedo Moura

Coorientadora: Grasielle Silveira Tavares



Sandra Regina Gomes, 66 anos

Doutoranda

Tema: Mapeamento dos Centros Dia para pessoas idosas no Brasil e como estão funcionando.

Orientadora: Leides Barroso Azevedo Moura



Vanessa Rodrigues Dunk Gomes, 35 anos

Mestranda

Tema: Envelhecimento de pessoas com transtorno do espectro autista

Orientadora: Grasielle Silveira Tavares



Vinicius Vieira da Silva, 24 anos

Mestrando

Tema: Envelhecimento na População em Situação de Rua

Orientadora: Leides Barroso Azevedo Moura



Adriano de Sá Godoi, 51 anos

Pesquisador colaborador do Grupo de Pesquisa
Tema de interesse: Envelhecimento da população LGBTQIAP+



Antônio Renato S. dos Santos Montes Almeida, 33 anos

Pesquisador colaborador do Grupo de Pesquisa
Tema de interesse: Idadismo e conflitos intergeracionais



Eliana Bohland, 63 anos

Pesquisadora colaboradora do Grupo de Pesquisa
Tema de interesse: Participação social das pessoas idosas



Susiane de Santana Moreira, 42 anos

Pesquisadora colaboradora do Grupo de Pesquisa
Tema de interesse: Educação Profissional e Tecnológica e Educação de Jovens e Adultos (EJA)



Com alegria apresentamos
os discentes e os temas de
pesquisas desenvolvidos
pelos participantes do
Grupo de Pesquisa
Envelhecer Cidadão





Ana Beatriz Alves de Araújo, 23 anos

Discente de Iniciação científica

Tema: Promoção de cidadania e enfrentamento ao idadismo pelo Grupo de Trabalho "Envelhecimento Saudável e Participativo" (GTESP) da Universidade de Brasília.

Orientadora: Leides Barroso Azevedo Moura



Denise Ferreira da Costa, 66 anos

Mestranda

Tema: Mulheres Negras 60+: Histórias de vida na velhice.

Orientadora: Leides Barroso Azevedo Moura.



Fábio Cezar de Oliveira, 63 anos

Doutorando

Tema : Idadismo

Orientadora: Leides Barroso Azevedo Moura

Coorientadora: Patrícia Araújo Bezerra



Gabriel Corrêa Borges, 24 anos

Discente de Iniciação científica

Tema: Tecnologia Digital da Informação e Comunicação na promoção do Envelhecimento Saudável, Participativo e Cidadão

Orientadora: Leides Barroso Azevedo Moura



Leonardo Kazuo dos Santos Serikawa

Doutorando

Tema: Idadismo no setor público federal

Orientadora: Leides Barroso Azevedo Moura

Coorientadora: Luciane Ortega



Maria Weila Coêlho Almeida, 38 anos

Doutoranda

Tema: Isolamento Social entre Pessoas Idosas

Orientadora: Leides Barroso Azevedo Moura



Rosana Eulâmpio de Moraes, 47 anos

Mestranda

Tema: Educação Intergeracional ao longo da vida: conceitos teóricos e boas práticas

Orientadora: Leides Barroso Azevedo Moura

Coorientadora: Rebeca Carmo de Souza Cruz



Ricardo Ajax Dias Kosloski, 64 anos

Doutorando

Tema: Qualidade de software como elemento motivador do uso de serviços de e-Gov por pessoas idosas, a fim de melhorar a inclusão social desta população

Orientadora: Marília Miranda Forte Gomes

Coorientadora: Leides Barroso Azevedo Moura



Simone Bezerra Franco, 42 anos

Doutoranda

Tema: Letramento Digital e Interações Sociais: o papel da conexão online para pessoas idosas octogenárias

Orientadora: Leides Barroso Azevedo Moura

Coorientadora: Marília Miranda Forte Gomes



Tatiana Frade Maciel, 38 anos

Doutoranda

Tema: A influência do ambiente no isolamento social de pessoas com doença de parkinson



Nesta disciplina, pesquisadores e pesquisados trilham juntos o caminho em busca de dar voz e espaço aos significados do envelhecimento para aqueles que vivenciam esse processo. Abordamos o envelhecimento sem preconceitos ou estereótipos, buscando destacar e dar sentido às experiências e ações de cada indivíduo.

Acreditamos no poder transformador das pessoas idosas e, ao mesmo tempo em que aprendemos com elas, também compartilhamos nosso conhecimento com os futuros profissionais da área do envelhecimento, enfatizando a potência inerente a cada indivíduo, independentemente do tempo vivido. Embora os desafios sejam numerosos, compreendemos que são os pequenos passos que fazem o bom caminho.

Expressamos nossa gratidão a todos que participaram das atividades da disciplina Perspectivas em Envelhecimento e Longevidade, especialmente às pessoas idosas que generosamente compartilharam conosco suas histórias de vida. Seguimos adiante, firmes e comprometidos com essa jornada!

ISBN: 978-65-01-12200-7



9 786501 122007