



As mulheres e a velhice: respeito ou preconceito

Projeto: "O envelhecimento
e o género numa perspetiva interseccional"



AGRADECIMENTOS:

Ana Borges, Ana Maria Pessoa, Ana Zanatti, Augusta Gerardo, Conceição Raimundo, Deolinda Mendes, Diana Andringa, Elisabete Macedo, Georgina Benrós de Mello, Graça Marques Pinto, Graciete Dias, Guida Vieira, Helena Ferreira, Idalina Rodrigues, Irene Pimentel, Isabel do Carmo, Jo Bernardo, Lena Gal, Lígia Évora, Maria Antónia Palla, Maria da Conceição Santos, Maria Etelvina Sá, Maria José Petrucci, Margarida Simões, Natividade Monteiro, Nazaré Robalo, Olímpia Pereira, São José Lapa, Teresa Almeida, Virginia Baptista.



FICHA TÉCNICA

Título: As mulheres e a velhice: respeito ou preconceito

Projeto: "O envelhecimento e o género numa perspetiva interseccional"

Financiado pela CIG - Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género

Equipa editorial: Manuela Tavares, Rafaela Nunes, Teresa Sales

Design Gráfico: Luís Miguel Castro:

Impressão Gráfica:

Depósito Legal: ??????

Edição: UMAR - União de Mulheres Alternativa e Resposta

Rua da Cozinha Económica, Bloco D, Espaços 30M e N

1300-149 Lisboa Tel. 21 887 005

Email: umar.sede@sapo.pt

Tiragem: 300 exemplares

Data:



Índice

Introdução 4

Estudo- Resultados 9
*“O envelhecimento e o género
numa perspectiva interseccional”*

Dados das mulheres 17
intervenientes no Estudo

A Velhice é uma questão de corpo 21

Reflexões finais 29

Bibliografia 35

Anexo 37





Introdução

A discriminação sobre as pessoas mais velhas é uma evidência na sociedade ocidental, que privilegia o avanço tecnológico considerado um dos principais valores das sociedades modernas e industrializadas, sendo que este progresso parece estar destinado aos jovens. Em contrapartida, o conhecimento, as experiências de vida e saberes adquiridos ao longo dos tempos, pelos mais velhos, são desvalorizados.

Segundo Irene Pimentel “As civilizações mudam. Em algumas, os velhos e velhas eram solicitados/as para transmitirem a sua sabedoria e experiência; mas na nossa sociedade ocidental, em vez do dito antigo de que a idade é um posto, existe a falsa noção de que ser jovem é um posto.”

Apesar das legislações quer nacional, quer internacional, combaterem a discriminação com base na idade, o Idadismo, continua enraizado na nossa sociedade, que caracteriza as pessoas mais velhas como pouco produtivas, frágeis e incapazes.

Segundo Sibila Marques e “de acordo com o módulo “Idadismo” do European Social Survey, de 2009, a discriminação em relação à idade é a principal forma de discriminação sentida pelos portugueses (17%), atingindo valores superiores à discriminação em igualdade de género (13%) ou à etnia (11%)”.¹

¹. Sibila Marques (2011), “Discriminação da Terceira Idade”, Fundação Francisco Manuel dos Santos, pg. 19.

"As civilizações mudam. Em algumas, os velhos e velhas eram solicitados/ as para transmitirem a sua sabedoria e experiência; mas na nossa sociedade ocidental, em vez do dito antigo de que a idade é um posto, existe a falsa noção de que ser jovem é um posto."

Irene Pimentel



No Idadismo, esta estereotipia é reforçada no caso das mulheres; elas acumulam um conjunto de fatores que as deixam numa situação de maior vulnerabilidade e risco social: escolaridade mais baixa do que a dos homens, maior risco de pobreza, menor número de anos de vida saudável. Porém têm maior esperança de vida; vivem mais tempo sozinhas, muitas por terem ficado viúvas. Este preconceito cruza-se com a interseccionalidade e torna-os consideravelmente mais graves. Em Portugal, em virtude da maior longevidade das mulheres, há mais mulheres idosas do que homens, sobretudo em idades mais avançadas. "A esperança de vida à nascença em 2018, rondava os 81 anos (78 para os homens e 83,5 para as mulheres)."²

Relativamente às mulheres mais velhas, elas confrontam-se com o culto da beleza e da vitalidade presente na sociedade contemporânea de raízes patriarcais. Basta vermos a quantidade de tratamentos e cirurgias de rejuvenescimento oferecidas pela publicidade, para a qual tudo o que faz lembrar velhice é descartado.

É neste contexto, que surgiu o projeto "O envelhecimento e o género numa perspetiva interseccional", desenvolvido pela UMAR, com o apoio financeiro da Pequena Subvenção da CIG, sobre o preconceito da idade, que atinge sobretudo as mulheres mais velhas. Neste projeto procurou-se aprofundar o que significa envelhecer para as mulheres de diversas regiões do país, classes sociais, origens étnico-raciais, orientação e identidade sexual diferentes, bem como mulheres com deficiência. O trabalho desenvolveu-se em duas fases

² Segundo o Relatório "como envelhecem os portugueses" envelhecimento, saúde e idadismo (Maria João Guardado Moreira, out 2020, Fundação Francisco Manuel dos Santos), pg. 10.

A relação com a morte, a despersonalização das mulheres institucionalizadas, a infantilização, o preconceito com o amor sénior, são temas em destaque.

(da intervenção inicial de Teresa Salles) na sessão com Lídia Jorge, sobre o seu último livro "Misericórdia"



diferentes: construção de um guião para recolher depoimentos junto de trinta mulheres com mais de 60 anos, bem como organização de três tertúlias temáticas sobre os preconceitos que nos pareceram mais evidentes.

A 1ª tertúlia, contou com a participação da investigadora Paula Godinho e a sua dissertação "As matriarcas do MST do Ceará", onde o conhecimento e os saberes das mulheres acumulado ao longo de gerações é respeitado e valorizado. Completamente em contraciclo com as sociedades ocidentais, patriarcais e sobretudo digitais, nas quais a memória e os conhecimentos adquiridos ao longo de uma longa vida são descartáveis. No debate que se seguiu falou-se da importância da preservação da memória coletiva para a construção de um futuro mais digno e respeitador dos direitos humanos.

A propósito do último livro de Lídia Jorge "Misericórdia", estivemos à Conversa com a autora, na 2ª tertúlia efetuada. "Misericórdia" relata o último ano de vida de uma mulher residente num Lar. A relação com a morte, a despersonalização das mulheres institucionalizadas, a infantilização, o preconceito com o amor sénior, a preservação da memória são temas em destaque. Contudo, durante o debate as questões equacionadas resvalaram para o preço dos lares e sua eficiência.

Partindo de uma frase da investigadora Helena Ferreira: “Já fui alvo de discriminação em função da idade – idadismo, em várias situações: em contexto de lojas, de concertos, e piadas machistas relativamente à menopausa, de consultas médicas, etc, Está presente, de uma forma macro e micro, por toda a sociedade, incluindo nas pessoas mais velhas, porque, culturalmente foi construído deste modo. Basta pensar nas vezes que dizemos “é da idade”, relativamente a um esquecimento ou lapso”, realizou-se a última tertúlia deste projeto.

Assim, a 3ª tertúlia sobre “A discriminação das mulheres na velhice”, realizou-se na Biblioteca Especializada Ana de Castro Osório, da Biblioteca de Belém, ao contrário das duas primeiras, que tiveram lugar no Centro de Cultura e Intervenção Feminista da UMAR. Esta palestra teve como participantes a historiadora Irene Pimentel e a médica Isabel do Carmo, onde as discriminações se cruzaram com dados estatísticos sobre o envelhecimento das mulheres.

Foram três tertúlias cujas participações deram uma contribuição muito válida para o desocultar do idadismo de género, ainda pouco falado. Para uma melhor elucidação daquilo que foi dito nestas sessões, poderá aceder-se ao portal do Centro de Documentação e Arquivo Feminista Elina Guimarães, da UMAR.

Ao mesmo tempo que decorriam as tertúlias, registámos os testemunhos de 30 mulheres, bem como a sua reflexão sobre as discriminações de que são alvo no seu processo de envelhecimento.

Na publicação “As mulheres e a velhice respeito ou preconceito”, apresentamos o resultado deste trabalho, assim como um capítulo sobre o corpo destacando algumas frases de mulheres, enquadradas por desenhos de Luís Miguel Castro.

Sabemos que mulheres maduras levam vidas multidimensionais, mas nem sempre isso se reflete no conteúdo visual que vemos diariamente. É hora de desafiar os estereótipos visuais limitativos e prejudiciais das mulheres mais velhas e expandir a sua representação visual – mostrando suas vidas reais e ativas, exigindo respeito pelas suas rugas e pela memória que transportam consigo, a fim de inspirar mais mulheres à ação.



**O estudo
- resultados
"O envelhecimento
e o género
numa perspectiva
interseccional"**

UMA componente fundamental do projeto “Envelhecimento e Género numa perspetiva interseccional” baseou-se na recolha de testemunhos, que permitiu cruzar as questões de género no envelhecimento com diversas profissões, orientações sexuais e regiões de origem das mulheres envolvidas. Foram recolhidos 30 testemunhos de diversas regiões: Braga, Funchal, Porto, Setúbal, Lisboa e Viseu. Em termos profissionais conseguiu-se abranger auxiliares de educação, professoras, investigadoras, operárias/dirigentes sindicais, artistas, jornalistas, técnicas administrativas e superiores.

Refletindo sobre as seguintes frases, notamos diferentes respostas consoante as origens de classe, e que se cruzam com a deficiência, a escolaridade e o corpo.

“Há pessoas otimistas que vêm beleza na sabedoria e na maturidade que as experiências da vida lhes trouxeram. Para estas, é uma felicidade chegarem a velhas”. (Natividade Monteiro, 75 anos, Investigadora)

“Há famílias que têm vergonha das suas mulheres mais velhas, sobretudo se elas não obedecerem ao padrão social estabelecido, que é profundamente machista”. (Guida Vieira, 72 anos, Dirigente Sindical)

“Chamam-me nomes e dizem A velha é aleijada, vai para um lar. Isto aqui, não é para ti. A mulher é um bicho. A mulher está metida em casa, não se dá com ninguém. Ela está metida em casa porque ninguém quer saber dela”. (Augusta Gerardo, auxiliar de educação aposentada, 73 anos, deficiente motora).

As discriminações sentidas por estas mulheres surgem não só pela idade mas também porque esta se cruza com as condições sociais de vida e deficiência, com a forma como os corpos são vistos e, ainda, os níveis de escolaridade. Também as mulheres de diferentes origens étnico-raciais cruzam o Idadismo de Género com a supremacia racial com que são confrontadas.

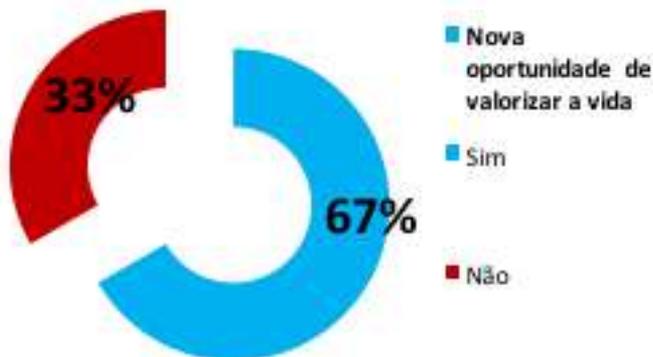
“Vivenciamos a ditadura da estética, da juventude e da beleza aliada a padrões de imagem, sobretudo extraídos e valorizados no mundo ocidental. Padrões esses, que refietem uma supremacia racial, uma ideologia que acredita na falsa superioridade do homem branco (neste caso, mulher) e baseada em políticas de discriminação, racismo e opressão de povos que não partilham dos mesmos aspetos fenotípicos e que, por isso, são considerados diferentes. As mulheres negras sofrem duplamente com esses estereótipos, pelo facto de serem mulheres, negras e não jovens” (Lígia Évora, 69 anos, Psicóloga).

Em relação às discriminações relativas à idade por parte de mulheres lésbicas e trans as ativistas envolvidas no estudo referem que: “Existe uma imagem estereotipada, de mulheres brancas, cisgénero e heterossexuais, de uma classe socioeconómica confortável, invisibilizando todas as que não encaixam neste formato. (... e somos tantas!...)”. (Olimpia Pereira, 60 anos, antropóloga). Aqui, cruzam-se as questões da idade, com as de classe, orientação sexual e identidade de género.

Dos 40 contactos¹ realizados a mulheres para participarem neste estudo, apenas 30 aceitaram. A maior parte destas mulheres pertence a uma classe

1. Destes contactos fazia parte Eduarda Santos (transgénero) que faleceu sem poder responder ao questionário. A escolha das 40 pessoas a entrevistar recaiu numa opção que privilegiava: Profissionais de saúde; Trabalhadoras e utentes em lares; Movimento sindical com enfoque na velhice; Mulheres feministas; Investigadoras Sociais; Comunidades Imigrantes, convidados LGBT.

social que tem condições económicas para valorizar o envelhecimento numa base cultural de valorização pessoal. É esta perspetiva que surge clara no seguinte gráfico: 67% das mulheres pensam que o envelhecimento é “uma nova oportunidade de valorizar a vida” e 33% têm uma perspetiva menos positiva.



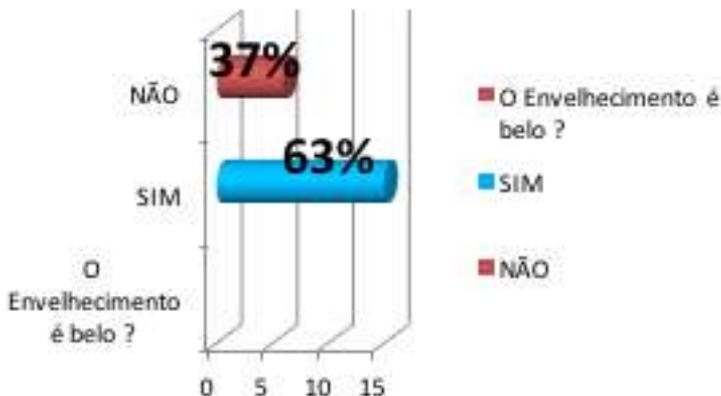
Barbara Ehrenreich, em 2010, no seu livro *Smile or Die, How Positive Thinking Fooled America and the World* afirma que desconfia de um padrão que encontra entre as mulheres mais velhas, ansiosas por transmitir os seus segredos para envelhecer bem e que se proclamam felizes como celibatárias.

No guião construído ² tivemos como referências as opiniões de algumas feministas como Lynne Segal que coloca em causa a ideia de outras feministas que proclamam “Ageing is Admirable!” Ela afirma “Esta retórica pode ser útil, mas é necessário afirmar que todo o tipo de isolamento é cruel, em especial, se alguém é discriminado pela sua etnicidade, sexualidade, género ou idade”. (Lynne Segal, 2013, *Out of Time*, London, Verso, p.66).

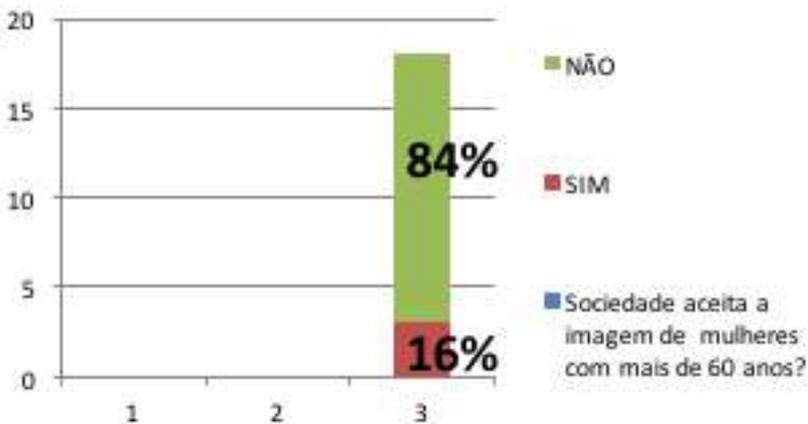
2. Guião de questões apresentadas:

1. Para si como entende o envelhecimento? É belo? Ou é solidão?
2. O que significa para si o processo de envelhecimento.
3. [Sendo figura pública] Como lida com a sua imagem e como se sente vista pelas outras pessoas. Como perceciona a imagem das mulheres de mais de 60 anos nos media (comunicação social e publicidade)?
4. Considera que existe algum preconceito em relação à idade e ao género? Se sim, como vivencia o preconceito relativo à idade e ao género?
5. Considera que já foi alvo de discriminação e de que forma se interliga com o processo de envelhecimento.
6. O que pensa que deve melhorar nas políticas públicas?
7. Gostaria de acrescentar alguma informação relativo ao seu processo de envelhecimento ou ao processo de envelhecimento em geral?

Deste modo, a primeira questão colocada foi “Se o envelhecimento era belo”. O gráfico seguinte é elucidativo. 63% das mulheres responderam que SIM e 37% NÃO.



Em relação à aceitação por parte da sociedade de mulheres com mais de 60 anos o gráfico seguinte elucida que a esmagadora maioria das mulheres envolvidas no estudo considera que não existe aceitação tal como exemplifica a jornalista Diana Andringa “Numa altura em que a Direção da RTP2 era maioritariamente feminina, ouvi referirem-se a nós como “o grupo das menopáusicas”. Não me recordo de algum dia ter ouvido falar de um grupo de “andropáusicos”.



Ana Borges afirma “Acima dos 60 é uma batalha constante que, provavelmente, algumas não estão já para a travarem por demasiado desgastante e dolorosa: são os cabelos brancos, são as rugas, é o corpo que se dilata, sinais que só tornam os homens mais atraentes”. (Ana Borges, 64 anos, Técnica Superior da Administração Pública).

Esta falta de aceitação social de mulheres com mais de 60 anos torna-se mais evidente nos media como afirma Deolinda Mendes “ Considero que as mulheres de mais de 60 anos não estão representadas nos media e muito menos na publicidade. As rugas não ficam bem. A experiência adquirida e o saber acumulado não pesam no prato da balança. São raros os casos de jornalistas visibilizadas em idade mais avançada. São substituídas por carinhas bonitas que ficam bem no ecrã”. (Deolinda Mendes, 65 anos, Professora).

Sobre os preconceitos em relação ao Género e à Idade, do gráfico seguinte concluímos:



A não valorização da experiência pessoal constitui para 50% das mulheres algo muito sentido, pois representa a desvalorização de saberes adquiridos durante uma vida. “As pessoas velhas são descartáveis, não se valoriza os seus conhecimentos e experiência de vida. Relativamente ao género, existe menorização das mulheres, fazendo com que continuem a recair nas mulheres mais velhas, as maiores responsabilidades e a maioria das tarefas domésticas, das tarefas do dia-a-dia.” (Etelvina Sá, 72 anos, Jurista)

As discriminações em relação ao corpo são também sentidas por 33% das mulheres que colaboraram no estudo. “São as mulheres que reportam um maior horror ao envelhecimento, o que está associado às transformações no seu corpo, na fertilidade. Vive-se numa atmosfera de valorização da

juventude, velocidade, fascinação e quando envelhecemos dizem-nos que devemos permanecer neste registo”. (Lynne Segal, Out of Time, London, Verso, 2013)

17% das mulheres que têm opiniões sobre o que acontece na sociedade também sentem que essas opiniões não são valorizadas e tidas como ultrapassadas.

Em relação a sentirem-se ou não discriminadas 52% dizem que já sofreram situações de discriminações na velhice e 48% afirma que não. Esta foi uma surpresa, dado que em questões anteriores, as mulheres envolvidas demonstravam grande consciência sobre a existência de Idadismo de Género. Por exemplo, Ana Borges afirma “Ainda não senti muito, talvez porque possa ainda desvalorizar/ignorar esses gestos”. Como dizem os/as especialistas em Idadismo - há uma tendência a normalizar as discriminações, numa sociedade profundamente preconceituosa em relação à idade.



Os cálculos percentuais apresentados não se situam em conclusões de perfil quantitativo que possam ser generalizadas, dado que não foram feitos com base numa amostra representativa, mas apenas em relação às 30 mulheres que concordaram participar neste estudo.

Dados das mulheres intervenientes no estudo

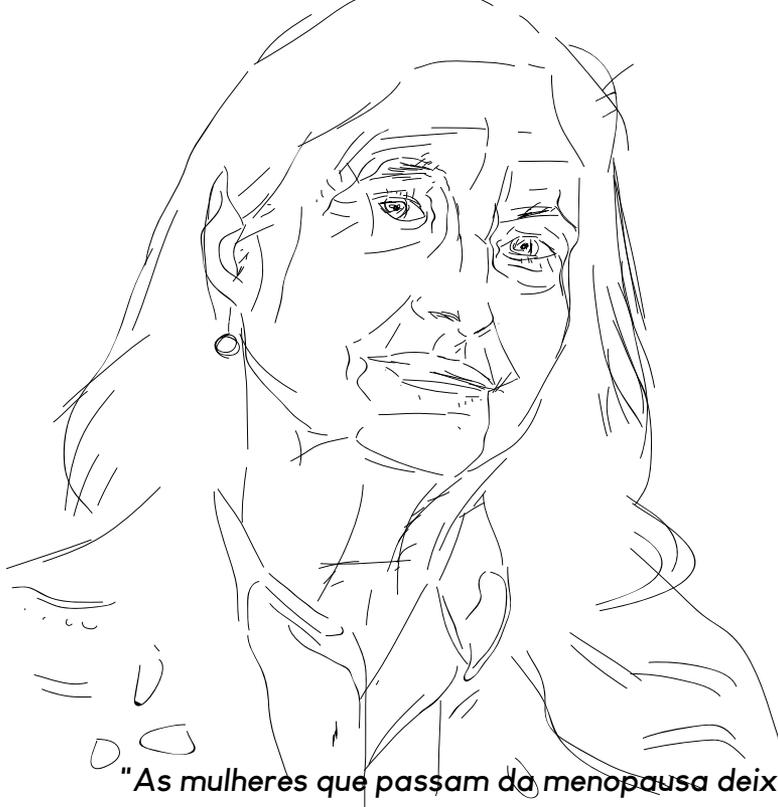
Contactos Idade Profissão

Ana Borges	64 anos	Técnica Sup. Adm. Pública
Lígia Ferreira	69 anos	Psicóloga
Lena Gal	65 anos	Artista Plástica
Helena Ferreira	53 anos	Investigadora Un. Aveiro
Graça Marques Pinto	72 anos	Professora (Viseu)
Isabel do Carmo	82 anos	Médica
Irene Pimentel	72 anos	Historiadora
Jo Bernardo	56 anos	Ativista Trans
São José Lapa	71 anos	Artista, encenadora
Maria Antónia Palla	90 anos	Jornalista, escritora,
M. Nazaré Robalo	75 anos	Guia-Interprete
Virgínia Baptista	64 anos	Professora Secundário
Deolinda Mendes	65 anos	Professora (Braga)
Etelvina Sá	72 anos	Jurista (Braga)

Contactos Idade Profissão

Natividade Monteiro	75 anos	Investigadora
Georgina de Mello	69 anos	Ex - Diretora Geral da CPLP
Conceição Raimundo	74 anos	Empregada de escritório
Olímpia Pereira	59 anos	Antropóloga
M José Petrucci	74 anos	Func. Administrativa
Idalina Rodrigues	70 anos	Médica
Guida Simões	80 anos	Func. administrativa
Diana Andringa	75 anos	Jornalista
Augusta Gerardo	73 anos	Auxiliar de Educação
Conceição Santos	82 anos	Diretora Serviços Min. da Justiça (Porto)
Ana Zanatti	73 anos	Atriz, jornalista e escritora
Ana Pessoa	65 anos	Prof. Universitária (Setúbal)
Guida Vieira	72 anos	Dirigente Sindical (Madeira)
Elisabete Macedo	69 anos	Médica (Braga)
Graciete Dias	75 anos	Psicóloga social
Teresa Almeida	75 anos	Documentalista

*A velhice
é uma questão
de corpo*



"As mulheres que passam da menopausa deixam de estar de acordo com o modelo desejável. Os média seguem um estereótipo e é como se a partir de certa idade, as mulheres não sejam bem mulheres, mas uns seres mais ou menos neutros. Se são usadas na publicidade é para significarem exatamente que aquele produto é bom para aquela idade. **A imagem do homem mantém-se sexuada. A partir de certa idade, a mulher passa a figurar como alguém que pode ser avó, sábia, mas que deixou de ser desejável.**"

Isabel do Carmo, 82 anos, médica.



"Fui a Cabo Verde há pouco tempo. Fomos dar um passeio onde havia uma cachoeira. Levava o meu fato de banho debaixo da roupa. No grupo seguiam pessoas da minha idade e outras mais jovens. Quando chegámos uma das mais jovens foi para a água em biquíni.

Eu pensei «vou também». Retirei os meus calções e lá fui. Quando saí da água perguntei a uma das pessoas da minha idade: «porque é que não foi tomar banho?».

Ela respondeu:
"não me sinto confortável com as minhas peles"

Idalina Rodrigues, 70 anos,
médica



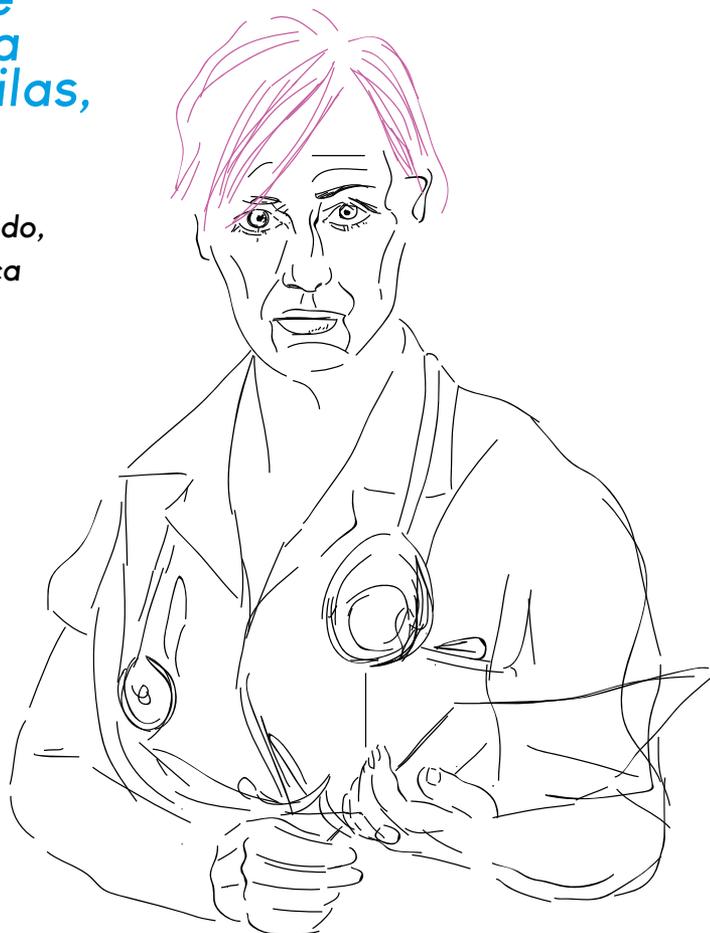
"Ainda há quem me chame velha e ache que já devia estar sentada no sofá, sobretudo quando manifesto as minhas opiniões, ou por exemplo quando tiro uma foto em fato de banho e a torno pública"

Guida Vieira, 72 anos, dirigente sindical



"Lido muito bem com a minha imagem e foi nesta idade mais avançada que comecei a ser mais irreverente a pintar o cabelo de azul, rosa choque, lilas, etc".

Elisabete Macedo,
69 anos, médica





"Reconheço beleza
no envelhecimento,
numa estética
que parte das
experiências vividas
e que transparece
no corpo: **amo
cada ruga
do meu
rosto, cada
estria no
meu ventre,
cada cabelo
branco.**

Evidências,
testemunhos,
condecorações
do meu percurso,
da minha história
pessoal, de tudo
o que já vivi e de
como sobrevivi"

Olimpia Pereira,
59 anos, Antropóloga.

"Em regra geral, a sociedade vê o envelhecimento como solidão, a decadência do corpo, a perda da beleza da juventude".

Virgínia Baptista, 64 anos, Professora



Reflexões finais



relação do Idadismo com o Gênero continua a ser uma temática silenciada por falta de investigação nesta área e por uma certa naturalização desse tipo de discriminação, como verificámos no pequeno estudo que realizámos. Foram envolvidas 30 mulheres que aceitaram colaborar a partir de um conjunto mais alargado de 40, às quais dirigimos convites, procurando diversificar em termos profissionais, de regiões de origem, opção e identidade sexual e classe social.

Segundo a investigadora Carmen Délia Sánchez Salgado da Universidade de Puerto Rico, as mulheres são discriminadas por preconceitos sexistas e gerofóbicos, não só por serem mulheres, mas também por serem velhas.¹ Se há 20 anos começaram a existir estudos deste tipo na área do trabalho social com características interdisciplinares, os primeiros textos feministas datam das décadas de 1960 e 1970. Contudo, não produziram reflexões aprofundadas e notou-se diferenças consideráveis entre as feministas..

Para algumas, a velhice representava um tempo em que as mulheres eram finalmente livres, na ilusão de que possamos envelhecer sem idade.² Para outras, como Lyne Segal, existe uma perspetiva crítica face a essas ideias: “Como que se procura esconder que o envelhecimento provoca cenários de dependência, doença mental, mais a mais perante políticas neoliberais, que não apoiam as pessoas idosas, dando-lhes recursos para que elas possam viver melhor.”³

1. Salgado, Carmen Délia Sanchez, “Mulher Idosa: a feminização da velhice”, Estudo Interdisciplinar Envelhecimento, Porto Alegre, vol.4. pp.7-19, 2002.

2. Gloria Stein “Existe uma inesperada liberdade que surge com o envelhecer” (Doing Sixty and Seventy, S. Francisco, Elders Academy, 2006).
Germaine Greer : “Ser indesejada é ser livre”. Contesta as mulheres de média idade que pateticamente querem agradar aos homens e negar o envelhecimento. (The Change, 1991).

3. Lynne Segal, 2013, p.35 (tradução livre)

Pegando nas respostas das 30 mulheres envolvida, apesar da maioria considerar que o envelhecimento tem a sua beleza, existem as que afirmam, como a médica Isabel do Carmo:

“O envelhecimento pode ser as duas coisas. Se a pessoa se reformar e estiver autônoma e independente corresponde a uma grande liberdade, sem horários nem obrigações. O inverso disto é a pessoa envelhecida ter pouca reforma e estar condicionada em tudo: alimentação, compras, espetáculos. Pessoa mais velha, com família pouco presente, com falta de autonomia e pouco dinheiro, é uma enorme solidão e é certo que será uma depressão”.

Também a professora e investigadora Ana Pessoa afirma.

“O envelhecimento traz perdas mas também ganhos; não me incomodaram as primeiras manifestações de envelhecimento; receio as perdas de concentração ou de esquecimento que neste momento vejo na mãe de 90 anos. Como já não tenho qualquer crença religiosa, recusarei a vida a partir do momento em que não possa ter o discernimento sobre a forma de a conduzir”.

O estudo confirma a ideia de que as condições sócio económicas determinam a forma de viver a velhice, mais a mais numa sociedade que não está preparada para ter políticas públicas neste campo, que não sejam os lares e muitos de duvidosa qualidade e a preços inoportáveis para a maioria das famílias. A jurista Etelvina Sá de Braga afirma:

“Há, em minha opinião, um oceano de lacunas a preencher, começando pela melhoria do sistema de pensões, para eliminar a pobreza dos/as mais velhos/as, passando pelas condições de habitação e o apoio domiciliário para evitar o “depósito” em lares, até a incentivos ao envelhecimento ativo, em atividades regulares de exercício físico, mental e lúdicas, adequadas a cada tipologia de necessidades”.

Existe no estudo respostas muito lúcidas como a seguinte “Em relação às pessoas mais velhas devem começar por tratá-las como pessoas que são, e não como idosas, que normalmente vão para lares à espera da morte, ou ficam sozinhas em casa sem a assistência necessária para se sentirem felizes nas suas casas, quando já não conseguem sair sozinhas. Deviam ser criadas, casas comuns de repouso, com todas as valências, onde quem já não consegue ter autonomia para viver só, mas ainda consegue fazer outras coisas que gosta, o possa continuar a fazer em comunidade. Deviam ser pagas reformas decentes a toda a gente para que a pobreza não continue a dominar entre as pessoas mais velhas, sobretudo as mulheres”. (Guida Vieira, 72 anos, Dirigente Sindical)..

A falta de respostas públicas de valorização das pessoas mais velhas, em especial das mulheres, também se evidenciou neste estudo, através de testemunhos deste tipo:

“ Há áreas em que as/os seniores podem continuar a dar um contributo importante, e o mundo precisa desse contributo. Mas não é o que acontece neste tipo de sociedade onde nos inserimos”. (Margarida Freire, 80 a, Funcionária Administrativa).

Também a professora Graça Pinto de Viseu afirma: “O idadismo é uma realidade que penaliza sobretudo as mulheres, já que acentua as discriminações que se prendem com o género, no trabalho, na família ou na vida social. Às mulheres com mais de sessenta anos é, por norma, atribuído o papel de cuidadoras e garante dos afetos familiares, sendo que raramente é considerada a sua capacidade de intervir no plano social”.

Um dos aspetos mais penalizadores para as mulheres é a não valorização dos seus saberes, das suas experiências de vida e também a desvalorização das suas opiniões tidas como ultrapassadas.

Outro aspeto fundamental é a questão do corpo, porque é sobre ele que mais se evidencia as consequências do envelhecimento. Sendo o corpo uma construção histórica e cultural, como nos indica Judith Butler⁴, as raízes patriarcais da sociedade induzem ao modelo feminino da beleza como forma de afirmação social das mulheres. A investigadora Helena Ferreira que colaborou no nosso estudo afirma:

“A nossa cultura anula as mulheres mais velhas porque o ideal de beleza normalizado implica juventude. E a juventude está supervalorizada e é associada a inúmeras conotações positivas, contrariamente à velhice, que é associada ao declínio acentuado das capacidades, e caracterizada por perdas significativas e irreversíveis. À medida que envelhecemos, e esse processo se torna visível no nosso corpo, com rugas e cabelos brancos, passamos a ser vistas como feias, fracas, assexuais, ignorantes, etc.”

Duas médicas, Isabel do Carmo e Idalina Rodrigues referem-se à sexualidade das mulheres que a partir da menopausa passam a ser encaradas como corpos pouco desejáveis e assexuados. “Enquanto que, a imagem do homem se mantém sexuada, a partir de certa idade, a mulher passa a figurar como alguém que pode ser avó, sábia, mas que deixou de ser desejável”. (Isabel do Carmo, 82 a, Médica).

Também Idalina Rodrigues afirma que as mulheres adquirem grande maturidade cognitiva e sexual e por isso não se entende como se considera que a partir dos 60 anos, as mulheres terminam sexualmente a sua vida.

4. Butler J. (2008), Problemas de Género, feminismo e subversão da identidade, Rio de Janeiro, Civilização Brasileira.

“Porquê? Porque a sociedade patriarcal associa a sexualidade ao ato sexual em si e, [ao prazer masculino]”.

Se quisermos registar algumas ideias saídas deste estudo podemos falar das seguintes:

1. O Idadismo de Género existe e é preciso desconstruir um conjunto de estereótipos que estão na base de preconceitos em relação à idade das mulheres.
2. As condições económicas e sociais influenciam a forma como se vive o processo de envelhecimento, em especial das mulheres, pelas reformas e pensões exíguas e mais baixas do que as dos homens.
3. Existem formas diferentes de encarar o envelhecimento⁵ como um novo período de valorização da vida ou um tempo de maiores dependências e de solidão. “Uma oportunidade de valorizar cada vez mais a riqueza da vida em cada momento, de valorizar o essencial e desligar-me do supérfluo e de saber guardar a capacidade de me encantar, de acreditar e de não desistir de lutar pelas causas em que acredito”. Ana Zanatti, 73 a, Atriz, Jornalista e Escritora
4. Os media desvalorizam as mulheres com mais de 60 anos, assim como a publicidade e as redes sociais.
5. A falta de valorização das experiências das mulheres e das suas opiniões agrava-se com a imagem que é transmitida - de avós sem vida própria.
6. O corpo é a principal preocupação no processo de envelhecimento. As mulheres passam a ser assexuadas a partir de certa idade e os homens não.
7. Existe por parte de muitas mulheres que participaram no estudo uma perspetiva emancipatória de encarar o envelhecimento, o que é muito positivo,

Acerca desta perspetiva emancipatória, queremos destacar o depoimento da jornalista Maria Antónia Palla:

“Envelhecer pode ser dramático ou representar apenas uma nova fase da vida. Não é o aparecimento de alguma ruga na pele da face que nos envelhece. Nem quando surgem os cabelos brancos. A escritora Maria Lamas, por exemplo, foi mais bonita quando envelheceu do que quando era nova. O importante é conservar o espírito jovem, continuar a cuidar bem de si e saber aceitar as limitações físicas que começam a aparecer”.

De toda esta reflexão surge a necessidade de aprofundar as Políticas Públicas que precisam de ser implementadas nesta área com recolha de opinião também junto dos decisores políticos. Torna-se importante, alargar o debate sobre Idadismo e Género através de seminários e tertúlias em vários locais do país.

Bibliografia

- BEAUVOIR, SIMONE (1970). *La Vieillesse*. Paris: Gallimard.
- GREER, GERMAINE (1993). *The Change: Women, Aging and the Menopause*. New York: Ballantine Books.
- JORGE, LÍDIA (2022). *Misericórdia (Segunda Edição)*. Lisboa: Dom Quixote.
- LISPECTOR, CLARICE (2006). *Laços de Família*. Lisboa: Cotovia.
- MARQUES, SIBILA (2011). *Discriminação da Terceira Idade*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- MOREIRA, MARIA JOÃO GUARDADO (2020). *Como Envelhecem os Portugueses: Envelhecimento, Saúde, Idadismo*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- SALGADO, CARMEN DÉLIA SANCHEZ, (2000) “Mulher idosa: a feminização da velhice”, *Estudo Interdisciplinar Envelhecimento*, Porto Alegre, vol. 4, pp 7-19.
- SEGAL, LYNNE (2013). *Out of Time: The Pleasures and the Perils of Ageing*. London & New York: Verso.
- STEINEM, GLORIA (2006). *Doing Sixty and Seventy*. San Francisco: Elders Academy Press.
- VELOZO, ANA LUÍZA; BARCELONA GIADA; MOURELO, MARIOLA; BENTO, DANI & BELLO, SARA M. (2023, janeiro). *Velhice ou Barbárie! Revirada Feminista*, Editorial N.10.

Anexo

Perguntas

PARA SI COMO
ENTENDE O
ENVELHECIMENTO?
É BELO?
OU É SOLIDÃO?

Respostas mais significativas

"Nem belo, nem solidão. Depende da pessoa e da sua circunstância. Pode ser terrivelmente solitário, pode ser tranquilo e pacificador, pode ser criativo" Diana Andringa, 75 a, Jornalista.

"O envelhecimento pode ser as duas coisas. Se a pessoa se reformar e estiver autônoma e independente corresponde a uma grande liberdade, sem horários nem obrigações. O inverso disto é a pessoa envelhecida ter pouca reforma e estar condicionada em tudo: alimentação, compras, espetáculos. Pessoa mais velha, com família pouco presente, com falta de autonomia e pouco dinheiro, é uma enorme solidão e é certo que será uma depressão" Isabel do Carmo, 82 a, Médica.

"Há pessoas otimizistas que vêm beleza na sabedoria e na maturidade que as experiências da vida lhes trouxeram. Para estas, é uma felicidade chegarem a velhas" Natividade Monteiro, 75 a, Investigadora.

"Reconheço beleza no envelhecimento, numa estética que parte das experiências vividas e que transparece no corpo: amo cada ruga do meu rosto, cada estria no meu ventre, cada cabelo branco " Evidências, testemunhos, condecorações do meu percurso, da minha história pessoal, de tudo o que já vivi e de como sobrevivi". Olimpia Pereira, 59 a, Antropóloga.

"Em regra, a sociedade vê o envelhecimento como solidão, a decadência do corpo, a perda da beleza da juventude. Tanto as mulheres como os homens, talvez elas sofram mais". Virgínia Baptista, 64 a, Professora.

"Não é belo quando a memória ou o ouvido começam a falhar, quando não posso correr para o autocarro" claro que tudo isto é natural, mas não é belo". Nazaré Robalo, 75 a, Guia- Interprete.

Perguntas

O QUE SIGNIFICA
PARA SI O PROCESSO
DE ENVELHECIMENTO?

Respostas mais significativas

"O envelhecimento traz perdas mas também ganhos; não me incomodaram as primeiras manifestações de envelhecimento; receio as perdas de concentração ou de esquecimento que neste momento vejo na mãe de 90 anos. Como já não tenho qualquer crença religiosa, recusarei a vida a partir do momento em que não possa ter o discernimento sobre a forma de a conduzir". Ana Pessoa, 65 a, Professora Universitária

"Morrer velho é uma grande honra. Quanto mais velho melhor. A beleza para mim está neste processo, se ele decorrer com toda a naturalidade, e todo o apoio que seja necessário, nas fases em que dele precisemos". Guida Vieira, 72 a, Dirigente Sindical.

"Uma oportunidade de valorizar cada vez mais a riqueza da vida em cada momento, de valorizar o essencial e desligar-me do supérfluo e de saber guardar a capacidade de me encantar, de acreditar e de não desistir de lutar pelas causas em que acredito". Ana Zanatti, 73 a, Atriz, Jornalista e Escritora

"Envelhecer pode ser dramático ou representar apenas uma nova fase da vida. Não é o aparecimento de alguma ruga na pele da face que nos envelhece. Nem quando surgem os cabelos brancos. A escritora Maria Lamas, por exemplo, foi mais bonita quando envelheceu do que quando era nova. O importante é conservar o espírito jovem, continuar a cuidar bem de si e saber aceitar as limitações físicas que começam a aparecer". Maria Antónia Palla, 90 a, Jornalista, Escritora.

Perguntas

O QUE SIGNIFICA PARA
SI O PROCESSO DE
ENVELHECIMENTO?

Respostas mais significativas

"Entendo o processo de envelhecimento como uma oportunidade de olhar em volta com redobrada atenção e aprofundar a capacidade reflexiva, por forma a potenciar o crescimento interior e a capacidade de agir". Graça Pinto, 72 anos, Professora.

"O envelhecimento, para além de ser um processo biológico, é algo que é construído social e culturalmente e essa construção, na sociedade ocidental patriarcal, não beneficia muito as mulheres, uma vez que as remete para a invisibilidade, para o esquecimento e para a insignificância". Helena Ferreira, 53 a, Investigadora.

"Relativamente ao processo de envelhecimento, trata-se de desenvolvimento biológico e social, onde [a mulher] acumula, muita experiência, uma maturação cognitiva e uma maturação sexual. Sobre isso, gostaria de referir que normalmente se encara a mulher a partir dos 60 anos, como alguém que sexualmente terminou a sua vida. Porque? Porque a sociedade patriarcal associa a sexualidade ao ato sexual em si e, [ao prazer masculino]". Idalina Rodrigues, 70 a, Médica.

Perguntas

COMO LIDA COM
A SUA IMAGEM E COMO
SE SENTE VISTA PELAS
OUTRAS PESSOAS.
COMO PERCECIONA
A IMAGEM
DAS MULHERES DE MAIS
DE 60 ANOS NOS MEDIA
(COMUNICAÇÃO
SOCIAL
E PUBLICIDADE)?

Respostas mais significativas

"Acima dos 60 é uma batalha constante que, provavelmente, algumas não estão já para a travarem por demasiado desgastante e dolorosa: são os cabelos brancos, são as rugas, é o corpo que se dilata, sinais que só tornam os homens mais atraentes". Ana Borges, 64 a, Técnica Superior da Administração Pública.

"Quanto à imagem das mulheres de mais de 60 anos, creio notar uma certa preferência dos media por escolher e apresentar aquelas mulheres que têm projeção, e sucesso, esquecendo quiçá as mulheres comuns, que são a grande massa, talvez por razões de ordem comercial (?). Contudo, é sobre o esforço destas que as outras puderam construir suas próprias carreiras e até rotas de sucesso". Georgina de Mello, 62 a, ex- Diretora Geral da CPLP, Cabo Verde.

"A nossa Sociedade é dominada pela imagem e presença da juventude que se reflete nos meios de comunicação e na publicidade. Personalidades responsáveis afirmam que a nova geração é "a mais qualificada. A República, por exemplo, foi feita por intelectuais mas também por autodidatas, por gente iletrada, homens e mulheres de diversos ofícios que acreditaram ser possível mudar o País, mudar a Vida, no sentido da Liberdade, da Igualdade, da Justiça". Maria Antónia Palla, 90 a, Jornalista, Escritora.

" Considero que as mulheres de mais de 60 anos não estão representadas nos media e muito menos na publicidade. As rugas não ficam bem. A experiência adquirida e o saber acumulado não pesam no prato da balança. São raros os casos de jornalistas visibilizadas em idade mais avançada. São substituídas por carinhas bonitas que ficam bem no ecrã". Deolinda Mendes, 65 a, Professora.

Perguntas

COMO LIDA COM
A SUA IMAGEM E
COMO SE SENTE
VISTA PELAS OUTRAS
PESSOAS.
COMO PERCECIONA
A IMAGEM
DAS MULHERES DE MAIS
DE 60 ANOS
NOS MEDIA
(COMUNICAÇÃO
SOCIAL
E PUBLICIDADE)?NOS
MEDIA
(COMUNICAÇÃO
SOCIAL
E PUBLICIDADE)?

Respostas mais significativas

"Há famílias que têm vergonha das suas mulheres mais velhas, sobretudo se elas não obedecerem ao padrão social estabelecido, que é profundamente machista". Guida Vieira, 72 a, Dirigente Sindical.

"A nossa cultura anula as mulheres mais velhas porque o ideal de beleza normalizado implica juventude. E a juventude está supervalorizada e é associada a inúmeras conotações positivas, contrariamente à velhice, que é associada ao declínio acentuado das capacidades, e caracterizada por perdas significativas e irreversíveis. A medida que envelhecemos, e esse processo se torna visível no nosso corpo, com rugas e cabelos brancos, passamos a ser vistas como feias, fracas, assexuais, ignorantes, etc" Helena Ferreira, 53 a, Investigadora.

"As mulheres que passam da menopausa deixam de estar de acordo com o modelo desejável, apesar de todos os esforços. Digamos que os media seguem um estereotipo e é como se a partir de certa idade, as mulheres não sejam bem mulheres, mas uns seres mais ou menos neutros. Se são usadas na publicidade é para significarem exatamente que aquele produto é bom para aquela idade. Enquanto que, a imagem do homem se mantém sexuada, a partir de certa idade, a mulher passa a figurar como alguém que pode ser avó, sábia, mas que deixou de ser desejável* . Isabel do Carmo, 82 a, Médica.

"Num tempo em que o conceito do Belo está associado à juventude, a imagem de mulheres de mais de 60 anos são, geralmente, afastadas da comunicação social e, sobretudo, da publicidade. As mulheres desta idade são apenas chamadas para publicidade a medicamentos para as ditas "mazelas da velhice" ou para os papéis de avozinhas ternurentas que cozinham e enchem as mesas de Natal para satisfação da família". Natividade Monteiro, 75 a, Investigadora.

Perguntas

CONSIDERA QUE EXISTE ALGUM PRECONCEITO EM RELAÇÃO À IDADE E AO GÊNERO? SE SIM, COMO O VIVENCIA?

Respostas mais significativas

"Vivenciamos a ditadura da estética, da juventude e da beleza aliada a padrões de imagem, sobretudo extraídos e valorizados no mundo ocidental. Padrões esses, que reflectem uma supremacia racial, uma ideologia que acredita na falsa superioridade do homem branco (neste caso, mulher) e baseada em políticas de discriminação, racismo e opressão de povos que não partilham dos mesmos aspetos fenotípicos e que, por isso, são considerados diferentes. As mulheres negras sofrem duplamente com esses estereótipos, pelo facto de serem mulheres, negras e não jovens". Lígia Évora, 69 a, Psicóloga,

"Existe uma imagem estereotipada, de mulheres brancas, cisgénero e heterossexuais, de uma classe socioeconómica confortável, invisibilizando todas as que não encaixam neste formato. ("e somos tantas!...)" Olimpia Pereira, 59 a, Antropóloga.

"Quando eu tinha 30 anos, os jornais, a rádio e a RTP, enfim a sociedade, ainda venerava um pouco os mais velhos" e como país pequeno que passou de uma escala de poucos licenciados para N vezes mais, os mais jovens passaram a serem os atores principais. Assim, entrevistas, promoções de produções culturais tudo isso passou para os mais jovens. Dos mais velhos, aparecem quase sempre os mesmos (Rui de Carvalho e até à sua morte a Eunice). Bom melhorou, nos últimos 5 anos" São José Lapa, 71 a, atriz, encenadora

Perguntas

CONSIDERA QUE EXISTE ALGUM PRECONCEITO EM RELAÇÃO À IDADE E AO GÊNERO? SE SIM, COMO O VIVENCIA?

Respostas mais significativas

"Claro que sim. Existe preconceito quanto ao gênero em todas as idades, com o recorte da idade a tendência é para se acentuar as discriminações. Quando a minha mãe era ainda viva sendo ela, uma mulher que só tinha a 4 classe, em várias situações mesmo em contexto familiar a opinião dela era desvalorizada e outras vezes falavam dela como se ela não estivesse presente ou fosse incapaz de deitar sentido ao que estava a ser dito. O que na altura me deixava muito revoltada". Elisabete Macedo, 69 a, Médica

"O idadismo é uma realidade que penaliza sobretudo a mulher, já que acentua as discriminações que se prendem com o gênero, no trabalho, na família ou na vida social. A mulher com mais de sessenta anos é, por norma, cometido o papel de cuidadora e garante dos afetos familiares, sendo que raramente é considerada a sua capacidade de intervir no plano social". Graça Pinto, 72 anos, Professora.

"Durante a minha vida fui muitas vezes discriminada, por diversas razões, incluindo o físico. Ao contrário do que é mais normal com a idade fui-me libertando muito mais dessas discriminações. Ainda há quem me chame velha e ache que já devia estar sentada no sofá, sobretudo quando manifesto as minhas opiniões ou, por exemplo tiro uma foto em fato de banho e coloco pública ou quando digo que tenho direito a me sentir amada e a amar". Guida Vieira, 72 a, Dirigente Sindical.

Perguntas

CONSIDERA QUE EXISTE
ALGUM PRECONCEITO
EM RELAÇÃO À IDADE
E AO GÊNERO? SE SIM,
COMO O VIVENCIA?

Respostas mais significativas

"Sim, existe preconceito relativamente à idade. Os velhos são descartáveis, não se valoriza os seus conhecimentos e experiência de vida. Relativamente ao género, existe menorização das mulheres, fazendo com que continuem a recair nas mulheres mais velhas, as maiores responsabilidades e a maioria das tarefas domésticas, das tarefas do dia a dia." Etelvina Sá, 72 a, Jurista

"Com revolta. As civilizações mudam: em algumas, os velhos e velhas eram solicitado/as para transmitirem a sua sabedoria e experiência; mas na nossa, ocidental, em vez do antigo "a idade é um posto" existe a falsa noção de que «ser jovem é que é um posto». Irene Pimentel, 72 a, Historiadora

"Há áreas em que as/os seniores podem continuar a dar um contributo importante, e o mundo precisa desse contributo. Mas não é o que acontece neste tipo de sociedade onde nos inserimos". Margarida Freire, 80 a, Funcionária Administrativa

"Há um grande preconceito. E as pessoas interiorizam-no. À medida que a idade avança algumas/muitas pessoas abandonam o seu corpo, deixam de gostar dele, deixam de gostar de si, e vão interiorizando a imagem que a sociedade (reforçada pelos media) delas dá" Ana Borges, 64 a., Técnica Superior da Administração..

Perguntas

CONSIDERA QUE
JÁ FOI ALVO DE
DISCRIMINAÇÃO
E DE QUE FORMA
SE INTERLIGA COM
O PROCESSO DE
ENVELHECIMENTO.

Respostas mais significativas

"Sim, as mulheres continuam ainda a ser mais vítimas desse preconceito do que os homens". Ana Zanatti, 73 a, Atriz, Jornalista e Escritora

"Numa altura em que a Direção da RTP2 era maioritariamente feminina, ouvi referirem-se-nos como "o grupo das menopáusicas". Não me recordo de algum dia ter ouvido falar de um grupo de "andropáusicos". Diana Andringa, 75 a, Jornalista

"É sempre difícil saber se se é discriminada devido ao envelhecimento, ou a ser mulher, ou devido a opções políticas, mas penso que velhice e fragilidade são consideradas sinónimas e discrimina-se quem é mais frágil. Mas, sim, já o fui. Não é preciso até ser velha, basta chegar aos 50 anos, para se ser descartada" Irene Pimentel, 72 a, Historiadora

"Eles (os médicos internos) não me disseram, mas vi pela cara deles que não estavam a confiar naquilo que eu estava a fazer. E eu disse-lhes isto: já tive mais casos nestas situações e a experiência vale mais do que qualquer coisa e isso é aquilo que eu vos posso dar, porque o resto está escrito nos livros". Idalina Rodrigues, 70 a, Médica

"Já fui alvo de discriminação por ser velha mas também fui quando nova. Neste, quando não pude concorrer a um lugar reservado apenas para homens ou no dia-a-dia nos transportes públicos e na rua, na escola. Hoje, na publicidade, na discriminação nos transportes públicos, nos locais de saúde, nas repartições públicas e privadas, nas viagens e lazer, nas salas de espetáculos, nos supermercados." Ana Pessoa, 65 a, Professora Universitária.

Perguntas

CONSIDERA QUE
JÁ FOI ALVO DE
DISCRIMINAÇÃO
E DE QUE FORMA
SE INTERLIGA COM
O PROCESSO DE
ENVELHECIMENTO?

Respostas mais significativas

"Ao longo de uma vida longa, é impossível uma mulher não sofrer discriminações. Não sou exceção. Por duas vezes, a minha natural rebeldia foi punida com despedimentos. Passei dificuldades, sobretudo a de pensar que teria de abandonar uma profissão que foi a minha grande paixão". Maria Antónia Palla, 90 a, Jornalista e Escritora.

"Já fui alvo de discriminação em função da idade "idadismo, em várias situações: em contexto de lojas, de concertos, de piadas machistas relativamente à menopausa, de consultas médicas, etc. Está presente, de uma forma macro e micro, por toda a sociedade, incluindo nas pessoas mais velhas, porque, culturalmente foi construído deste modo. Basta pensar nas vezes que dizemos "é da idade", relativamente a um esquecimento ou lapso". Helena Ferreira, 53 a, Investigadora.

"Em 2007, a meio de uma telenovela a jovem atriz C.M. quando estava a trocar de roupa, ambas na mesma sala agressiva e irritadíssima acerca de novos e velhos, resolveu de uma forma brutal e indelicadamente dizer: Já podia dar lugar a outra atriz." Em 2020 critiquei B.N. acerca do seu programa de humor (que de humor era escasso) "chamou-me Velha e em fim de carreira" São José Lapa, 71 anos, atriz e encenadora.

"Chamam-me nomes e dizem A velha é aleijada, vai para um lar. Isto aqui, não é para ti. A mulher é um bicho. A mulher está metida em casa, não se dá com ninguém. Ela está metida em casa porque ninguém quer saber dela." Augusta Gerardo, auxiliar de educação, 73 anos, deficiente motora.

Perguntas

O QUE PENSA QUE DEVE MELHORAR NAS POLÍTICAS PÚBLICAS?

Respostas mais significativas

"Há uma urgência em fazer chegar a quem governa (porque políticos somos todas/o e governantes são por nós eleitas/os), a necessidade de pensar e de impor que se aja sem medos, no sentido de pensar a sério e intervir na sociedade em que as pessoas velhas são uma parte (se bem que cada vez a maior parte) antes que os populismos deem cabo do que somos enquanto seres humanos que, nunca como hoje, tiveram uma tão longa esperança de vida, mesmo nos locais onde esse avanço é ainda muito frágil". Ana Pessoa, 65 a, Professora Universitária

"Há, em minha opinião, um oceano de lacunas a preencher, começando pela melhoria do sistema de pensões, para eliminar a pobreza dos/as mais velhos/as, passando pelas condições de habitação e o apoio domiciliário para evitar o "depósito" em lares, até a incentivos ao envelhecimento ativo, em atividades regulares de exercício físico, mental e lúdicas, adequadas a cada tipologia de necessidades". Etelvina Sá, 72 a, Jurista

"Preocupa-me a inexistência de medidas específicas para a população LGBT idosa". Jo Bernardo, 56 a, Ativista Trans

"O que devo mudar é as mentalidades inserir aqueles/as que vão envelhecendo em programas onde se sintam úteis e integrados nos seus saberes passados e desmistificar que quem tem mais de 60 já não se sinta válido para ter uma vida ativa desde que a saúde o permita" Lena Gal, 65 a, Artista Plástica

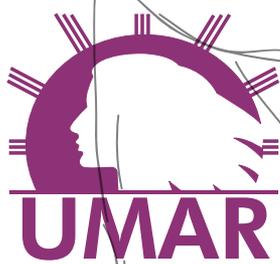
Perguntas

O QUE PENSA QUE DEVE MELHORAR NAS POLÍTICAS PÚBLICAS?

Respostas mais significativas

"A solução não pode passar por colocar as pessoas mais velhas num lar, a partir de uma certa idade. Considero que para quem quer deixar as suas casas e viver em comunidade deveria haver bairros ou aldeias comunitárias, onde as pessoas possam viver e conviver livremente. Nesses locais, deveriam existir centros de saúde, culturais, bibliotecas, comércio comunitário, assistentes sociais, médicos/as, psicólogos/as para apoiar os moradores".
Virgínia Baptista, 64 a, Professora.

"Em relação às pessoas mais velhas devem começar por tratá-las como pessoas que são, e não como idosas, que normalmente vão para lares à espera da morte, ou ficam sozinhas em casa sem a assistência necessária para se sentirem felizes nas suas casas, quando já não conseguem sair sozinhas. Deviam ser criadas, casas comuns de repouso, com todas as valências, onde quem já não consegue ter autonomia para viver só, mas ainda consegue fazer outras coisas que gosta, o possa continuar a fazer em comunidade. Deviam ser pagas reformas decentes a toda a gente para que a pobreza não continue a dominar entre as pessoas mais velhas, sobretudo as mulheres".
Guida Vieira, 72 a, Dirigente Sindical.



50



CIG

**COMISSÃO PARA A CIDADANIA
E A IGUALDADE DE GÉNERO**

Ministra Adjunta e dos Assuntos Parlamentares