

**UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO  
ESCOLA DE COMUNICAÇÕES E ARTES**

**BEATRIZ SANTOS HERMINIO**

**ONDE MORA A VELHICE: UM PODCAST SOBRE OS FATORES QUE ESTÃO  
POR TRÁS DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL DE UMA POPULAÇÃO**



**SÃO PAULO**

**2025**

**UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO  
ESCOLA DE COMUNICAÇÕES E ARTES**

**BEATRIZ SANTOS HERMINIO**

**ONDE MORA A VELHICE**

**Um podcast sobre os fatores que estão por trás do envelhecimento saudável de uma  
população**

**Trabalho de conclusão de curso de graduação em  
Comunicação Social, com Habilitação em  
Jornalismo, apresentado ao Departamento de  
Jornalismo e Editoração.**

**Orientação: Prof. Dr. Luciano Victor Barros Maluly**

**SÃO PAULO - SP  
2025**

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço aos meus pais, Luiza e Ivo, por todo o apoio que sempre me deram. À minha irmã, Letícia, pela companhia de uma vida toda.

À minha avó, Ana Maria, que sempre enxerga o melhor em mim. Agradeço também àqueles que não estão mais aqui para ouvir este trabalho, mas que não saíram dos meus pensamentos enquanto produzia este programa e foram minha motivação para seguir com este tema: Gaudêncio, Ilda Nair, Maria Otília e Fernando.

Obrigada a todos os amigos que fiz na ECA. Vocês seguem preenchendo meus dias com mais amor e carinho do que eu poderia imaginar. Aos amigos do Anglo, que guardo com carinho em meu coração e que me acompanham há tanto tempo, não importa a distância. Crescer com vocês é especial.

Agradeço a todas as pessoas que participaram deste trabalho e especialmente àquelas que confiaram em mim para contar um pouco das suas histórias. Quase 60 minutos de episódios ainda foram pouco para relatar tudo o que eu ouvi. Agradeço ao Luciano Maluly, meu orientador, pelas contribuições criativas e direcionamentos ao longo do caminho.

E agradeço também ao Gabriel, que ouviu incansavelmente não apenas as minhas ideias, mas também estes dois episódios que aqui apresento.

## RESUMO

O envelhecimento é um processo natural da vida. Para envelhecer, basta estar vivo. Chegar à terceira idade, no entanto, não é condição garantida. E, para aqueles que têm a chance de fazê-lo, essa é uma fase da vida marcada por mudanças físicas, possíveis limitações e a necessidade de se adaptar a uma nova forma de estar no mundo. Este trabalho, apresentado na forma de dois episódios de um podcast jornalístico, traz um panorama da terceira idade e do envelhecimento no Brasil. Por meio de entrevistas com idosos e funcionários de instituições para idosos em São Paulo, bem como especialistas no tema, o trabalho busca analisar quais fatores moldam o envelhecimento saudável e como a forma com que lidamos com a população idosa hoje reflete o amparo da terceira idade em um cenário de envelhecimento populacional. Os episódios têm como foco apresentar os fatores que influenciam a longevidade saudável, sendo um deles o acesso a direitos fundamentais desde o início da vida.

**Palavras-chave:** Terceira idade. Envelhecimento. Longevidade. Saúde. Podcast.

## ABSTRACT

Aging is a natural part of life. To age, you just need to be alive. Reaching old age, however, is not a guaranteed condition. And for those who have the chance to do so, this is a phase of life marked by physical changes, possible limitations, and the need to adapt to a new way of being in the world. This work, presented in the form of two episodes of a journalistic podcast, provides an overview of old age and aging in Brazil. Through interviews with elderly people and employees of institutions for the elderly in São Paulo, as well as experts on the subject, the work seeks to analyze what factors shape healthy aging and how the way we deal with the elderly population today reflects the support for the elderly in a scenario of population aging. The episodes focus on presenting the factors that influence healthy longevity, one of which is access to fundamental rights from the beginning of life.

**Keywords:** Elderly. Aging. Longevity. Health. Podcast.

## **LISTA DE SIGLAS**

CAEI - Centro de Acolhida Especial de Idosos

ILPI - Instituição de Longa Permanência para Idosos

NCI - Núcleo de Convivência para Idosos

Smads - Secretaria Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social da cidade de São Paulo

USP - Universidade de São Paulo

## **SUMÁRIO**

### **1. INTRODUÇÃO**

### **2. OBJETIVO**

### **3. METODOLOGIA**

### **4. ENTREVISTADOS**

### **5. EPISÓDIOS**

#### **a. EPISÓDIO 1**

#### **b. EPISÓDIO 2**

### **6. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

### **7. REFERÊNCIAS**

### **8. APÊNDICE**

#### **a. IMAGENS**

#### **b. ROTEIROS**

## 1. INTRODUÇÃO

O Brasil está envelhecendo. Dados de 2024 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) mostram que, de 2000 a 2024, a proporção de idosos na população brasileira quase duplicou, subindo de 8,7% (15,2 milhões) para 16,1% (32 milhões). Em São Paulo, o crescimento foi de 4,4% da população em 1950 para 16,2% em 2022, o que equivale a 7,31 milhões de pessoas, segundo dados de julho de 2022 do Sistema Estadual de Análise de Dados (Seade).

E o crescimento é acelerado. Segundo projeção do IBGE, o número de idosos vai ultrapassar o total de crianças entre zero e 14 anos no Brasil em 2030, marcando o envelhecimento acelerado da população. A projeção é que, em 2050, o país tenha cerca de 68 milhões de pessoas com 60 anos ou mais. Em 2070, serão 75,3 milhões de idosos, e o número de pessoas acima dos 80 anos de idade pode aumentar em cinco vezes.

Para fins de estatística e análise da população, o IBGE considera idosa a pessoa com 65 anos ou mais. Já a lei brasileira e a Organização Mundial da Saúde (OMS) consideram que, no Brasil, pessoas com 60 anos ou mais são idosas.

Junto ao crescimento da população idosa, a longevidade também tem aumentado. No Brasil, a expectativa de vida é de 77 anos, segundo dados de 2021 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Na década de 1960, ela correspondia a 52 anos.

É nesse contexto que o envelhecimento ativo surge em oposição a ideia de pessoas idosas enquanto “destinatárias passivas dos serviços sociais e de saúde”. “Envelhecimento ativo”, assim, pode ser definido como a otimização de oportunidades de acesso à saúde, participação social, segurança e educação pela terceira idade, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS).

Envelhecer de forma ativa envolve a participação contínua em âmbitos sociais, econômicos, culturais, espirituais e civis – não diz respeito somente à presença no mercado de trabalho ou a estar fisicamente ativo. Seu objetivo é “aumentar a expectativa de uma vida saudável e a qualidade de vida para todas as pessoas que estão envelhecendo, inclusive as que são frágeis, fisicamente incapacitadas e que requerem cuidados”.

Esse trabalho explora, por meio de um podcast, quais são os fatores que determinam quem envelhece bem hoje e qual é a longevidade que buscamos para o futuro. Uma das inspirações para o tema foi o documentário “Quantos dias. Quantas noites”, dirigido por Cacau Rhoden.

## **2. OBJETIVO**

O objetivo geral: explorar, em dois episódios de um podcast jornalístico, os fatores sociais que impactam a qualidade de vida e influenciam o envelhecimento saudável das pessoas na cidade de São Paulo.

Objetivos específicos:

- 1) Entrevistar especialistas para compreender as questões sobre envelhecimento saudável.
- 2) Relatar histórias de vida, in loco, com pessoas da faixa etária dos 60+.
- 3) Revelar dados obtidos por meio de pesquisas sobre envelhecimento saudável.
- 4) Trazer possíveis soluções por meio de fatores sociais que impactam a qualidade de vida e influenciam o envelhecimento.

## **3. METODOLOGIA**

Em primeiro lugar, recolhi o material teórico que me daria embasamento para entender conceitos associados à longevidade. Ao ler a bibliografia escolhida, entendi quais seriam as melhores abordagens para os dois primeiros episódios, que dão o tom do projeto. Eles trabalham com o diagnóstico da questão – o envelhecimento – e como “envelhecer bem” depende das condições que nos são apresentadas.

Então, parti para a busca de fontes para as entrevistas que realizei. Foram feitas entrevistas tanto com pesquisadores do tema quanto com funcionários de centros e instituições para idosos, bem como idosos atendidos por elas. No caso dos pesquisadores, realizei as entrevistas de forma remota. Já nas instituições públicas, acessadas por meio da assessoria de imprensa da Smads, e no centro-dia, fiz a visita e as entrevistas no local.

Com as entrevistas feitas e transcritas, elaborei o roteiro dos episódios, que decidi que seriam dois, com base na quantidade de material recolhido na apuração. Então, gravei as locuções e editei o programa.

Com o trabalho feito, produzi a arte e desenvolvi um site para expor o podcast.

## **4. ENTREVISTADOS**

Na fase de apuração deste trabalho, foram ouvidas, no total, 16 pessoas.

### **Entrevistados que entraram no podcast**

A seguir, estão listadas as pessoas cujos depoimentos foram incorporados aos episódios do podcast. Elas contribuíram diretamente para a construção narrativa.

1. **Adriana Félix** - assistente social do NCI Vovó Maria José
2. **Atanailton de Jesus Duarte** - morador do CAEI Morada São João
3. **Ernestina Clotilde Augusta das Graças Gonçalves** - frequentadora do NCI Vovó Maria José
4. **Flávia Naomi Yano** - proprietária do Naomi Centro-dia para idosos
5. **Jorge Felix** - professor de Gerontologia da USP, pesquisador e especialista em envelhecimento populacional
6. **Karla Giacomini** - médica geriatra, coordenadora geral da frente nacional de fortalecimento as ILPIs
7. **Maria Gírlene Alves dos Santos** - frequentadora do NCI Vovó Maria José
8. **Martílio** - morador do CAEI Morada São João
9. **Mikael Oliveira Pontes** - orientador socioeducativo do CAEI Morada São João
10. **Rosineide Gervasoni** - gerente de serviços do NCI Vovó Maria José
11. **Teresa Mendes dos Santos** - frequentadora do NCI Vovó Maria José

#### **Entrevistados que não entraram no podcast**

As pessoas listadas abaixo foram entrevistadas durante o processo de apuração e pesquisa. Embora seus áudios não tenham sido utilizados na versão final dos episódios, suas falas e informações ajudaram a fundamentar o conteúdo, enriquecer a compreensão do tema e orientar decisões editoriais.

1. **Cléa Klouri** - diretora da Silver Makers e sócia-fundadora do Data8
2. **Edmundo José de Sousa** - metalúrgico
3. **Vanessa Mutchnik** - proprietária do Centro-dia Pasárgada
4. **Julia Rocha** - estudante de Relações Públicas
5. **Giovanna Freire** - estudante de odontologia



## **5. EPISÓDIOS**

Como trabalho, foram produzidos dois episódios do podcast.

### **a. Episódio 1 – Os velhos são os outros**

O primeiro episódio introduz o envelhecimento como fenômeno populacional e as razões por trás dele. É o episódio do “diagnóstico”; ele aponta que estamos envelhecendo, e nem todos chegam à velhice nas mesmas condições. Apresenta as projeções demográficas, traz o olhar de um especialista em envelhecimento populacional e conta com depoimentos de idosos acolhidos no CAEI Morada São João para trazer uma das faces da terceira idade atualmente.

### **b. Episódio 2 – Envelhecer é coletivo**

O segundo episódio fala das duas faces da longevidade. De um lado, o cuidado e a importância do trabalho das instituições para idosos e, do outro, a autonomia na terceira idade. Ele mostra que a ideia de envelhecer bem é relativa e depende de muitos fatores, como vínculos sociais, acesso a serviços, políticas públicas e condições socioeconômicas. Traz uma reflexão sobre o que significa viver muito e viver bem. Para isso, conta com falas de uma especialista, de uma proprietária de um centro-dia para idosos e funcionárias e frequentadoras do NCI Vovó Maria José.

Inicialmente, a ideia era que houvesse um terceiro episódio para explorar a visão de pessoas mais jovens sobre o envelhecimento e as preocupações de outras gerações sobre o futuro. Mas a preferência foi por construir dois episódios sólidos e que conversassem entre si. Existem muitas vertentes possíveis no tema, e o segundo episódio deixa isso em aberto. Algumas das que eu gostaria de abordar neste trabalho, mas não o fiz, são: a visão de jovens sobre envelhecer; políticas públicas e cidades pensadas para a população idosa; a contribuição da genética para a longevidade; entre outros. Cada um desses temas, e muitos outros, poderiam ser foco de episódios futuros desse projeto.

## **6. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O trabalho mostra que o Brasil está envelhecendo e que ainda existem pontos de carência na forma com que lidamos com a terceira idade e com o acesso a direitos fundamentais em geral, o que impacta diretamente a qualidade de vida na velhice. Não é uma

questão de dar amparo somente à terceira idade, mas avaliar a qualidade desse envelhecimento muito antes de a velhice chegar.

Além disso, o trabalho aponta, por meio das entrevistas, que a ideia que temos de um envelhecimento ativo está ancorada na individualização da responsabilidade sobre os desafios associados à velhice, e, com isso, a percepção de que uma pessoa que depende de cuidados na terceira idade teria falhado em seu projeto de longevidade.

Um dos destaques que aponto neste trabalho são as instituições em que as entrevistas foram realizadas. Tanto o CAEI quanto o NCI são equipamentos da rede pública e não possuem equivalentes na rede privada. Esse é um dos motivos pelos quais eles não eram minha escolha inicial neste trabalho, já que, inicialmente, eu gostaria de traçar um comparativo entre serviços públicos e privados, e, para isso, queria escolher serviços similares. No entanto, com as dificuldades de realizar entrevistas na rede privada e conforme solicitava autorização da Smads para fazer as gravações, acabei conhecendo esses serviços. Com as entrevistas feitas, eu gostei do material colhido e vi uma oportunidade de explorar serviços menos óbvios que atendem a terceira idade, inclusive aqueles que funcionam como uma rede de suporte, como é o caso do NCI, e que não funcionam como uma residência, que é o caso do CAEI e das ILPIs.

No trabalho, ainda dou espaço para as ILPIs e os centros-dia, que são serviços muito presentes no país, afinal, são oferecidos também na rede privada. Como apurei, em maio de 2025, eram 649 ILPIs na rede privada frente a 20 na rede pública na cidade de São Paulo.

Questões como desigualdade social e ausência do Estado na oferta de cuidado e de garantia de direitos básicos são algumas das questões mais abordadas nos dois episódios. Mas não são os únicos fatores que estão por trás do envelhecimento saudável de uma população, como pretende abordar este podcast enquanto um projeto que se estende para além destes dois episódios.

## 7. REFERÊNCIAS

**AGÊNCIA BRASIL.** País tem 300,8 mil pessoas em situação de rua; mais de 80 mil em SP. *Agência Brasil*, 12 jul. 2024. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/direitos-humanos/noticia/2024-07/pais-tem-3008-mil-pessoas-em-situacao-de-rua-mais-de-80-mil-em-sp>. Acesso em: 16 de abril de 2025.

**BIBLIOTECA IBGE.** Informativo mensal: estatísticas sociais. [S. l.]: IBGE, [2023?]. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2102020>. Acesso em: 15 de maio de 2025.

**DEBERT, Guita Grin.** A reinvenção da velhice: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento. São Paulo: Edusp; Fapesp, 2012.

**FELIX, Jorge.** A economia da longevidade: o envelhecimento populacional muito além da previdência. São Paulo: Editora 106 Ideias, 2019.

**FUNDAÇÃO SEADE.** Envelhecimento demográfico avança no território paulista. *Seade Informa*, jul. 2022. Disponível em: <https://informa.seade.gov.br/wp-content/uploads/sites/8/2022/07/Seade-informa-envelhecimen-to-demografico-avanca-territorio-paulista.pdf>. Acesso em: 2 maio 2024.

**G1.** População em situação de rua na cidade de SP sobe 24% em seis meses e chega a 80 mil, diz estudo. *G1*, 12 jul. 2024. Disponível em: <https://g1.globo.com/sp/sao-paulo/noticia/2024/07/12/populacao-em-situacao-de-rua-na-cidade-de-sp-sobe-24percent-em-seis-meses-e-chega-a-80-mil-diz-estudo.ghtml>. Acesso em: 16 de abril de 2025.

**INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE).** Projeções da população: população por sexo e idade simples, Brasil e Unidades da Federação: 2000–2070. Rio de Janeiro: IBGE, 2024. Disponível em: <https://ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/9109-projecao-da-populacao.html>. Acesso em: 22 abr. 2025.

**INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE).** Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira 2023. Rio de Janeiro: IBGE, 2023. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/saude/9221-sintese-de-indicadores-sociais.html>. Acesso em: 15 de maio de 2025.

**INSTITUTO CIDADES SUSTENTÁVEIS.** Mapa da desigualdade entre as capitais. [S. l.]: Instituto Cidades Sustentáveis, [2023?]. Disponível em: <https://institutocidadessustentaveis.shinyapps.io/mapadesigualdadecapitais/>. Acesso em: 22 abr. 2025.

**MARIA FARINHA FILMES.** Quantos dias. Quantas noites. Direção: Cacau Rhoden. São Paulo: Maria Farinha Filmes, 2023. (Documentário).

**NATIONAL INSTITUTE ON AGING (EUA).** Loneliness linked to dementia risk in large-scale analysis. *National Institute on Aging*, 3 out. 2023. Disponível em: <https://www.nia.nih.gov/news/loneliness-linked-dementia-risk-large-scale-analysis>. Acesso em: 14 de maio de 2025.

**ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS).** Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Tradução: Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento\\_ativo.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf). Acesso em: 2 maio 2024.

**ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS).** Life expectancy at birth (years) – SDG Indicator. [S. l.]: WHO, 2024. Disponível em: <https://apps.who.int/gho/data/view.main.SDG2016LEXREGv?lang=en>. Acesso em: 15 de maio de 2025.

**REDE OBPOP RUA.** Cidadania, assistência e saúde. Projeto Observatório Brasileiro de Políticas Públicas com a População em Situação de Rua, UFMG. Disponível em: [https://obpoprua.direito.ufmg.br/cidadania\\_assistencia\\_saude.html](https://obpoprua.direito.ufmg.br/cidadania_assistencia_saude.html). Acesso em: 16 de abril de 2025.

**SÃO PAULO (Município).** Secretaria Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social. Perfil dos acolhidos (regulares e pernoites). Power BI, 2025. Disponível em: <https://app.powerbi.com/view?r=eyJrIjoiMmRhYzFIOTItYWVhbnRlYWNmMS00NGE1LTg4Y2ItZmU5OTZmNTM0MTIjIiwidCI6ImYzOTlkZjIjLWZkMGMtNDgyOS1hMDAzLWM3NzBhMWw0YTA2MyJ9>. Acesso em: 13 maio 2025.

**VIDA SAUDÁVEL EINSTEIN.** O que é demência? *Hospital Israelita Albert Einstein*, 2023. Disponível em: <https://vidasaudavel.einstein.br/o-que-e-demencia/>. Acesso em: 14 de maio de 2025.

**WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO).** Relatório nacional de demência no Brasil. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2023. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/relatorio\\_nacional\\_demencia\\_brasil.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/relatorio_nacional_demencia_brasil.pdf). Acesso em: 14 de maio de 2025.

## **8. APÊNDICE**

### **a. IMAGENS**



Imagem 1 - Arte de capa para o podcast. Créditos: Beatriz Herminio

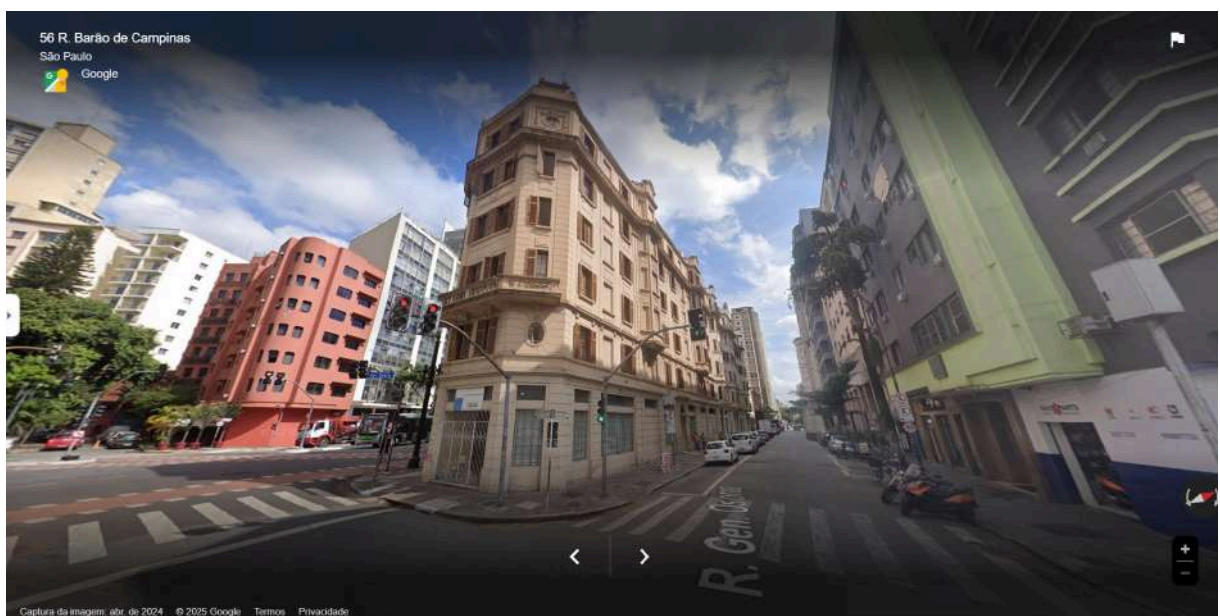




Imagem 2 - Fachada do edifício Oscar Souza Pinto, onde funciona o CAEI Morada São João. Créditos: Google Earth. Captura da imagem: abril de 2024. © 2025 Google.



Imagem 3 - Interior de um quarto do CAEI Morada São João. Créditos: Reprodução. Disponível em: <https://acolhidamorasaojoao.blogspot.com/>



Imagem 4 - Espaço de convivência do Naomi Centro-dia. Local onde acontecia o bingo gravado para o episódio 2. Créditos: Reprodução. Disponível em: [www.naomicentrodia.com.br/quem-somos](http://www.naomicentrodia.com.br/quem-somos)

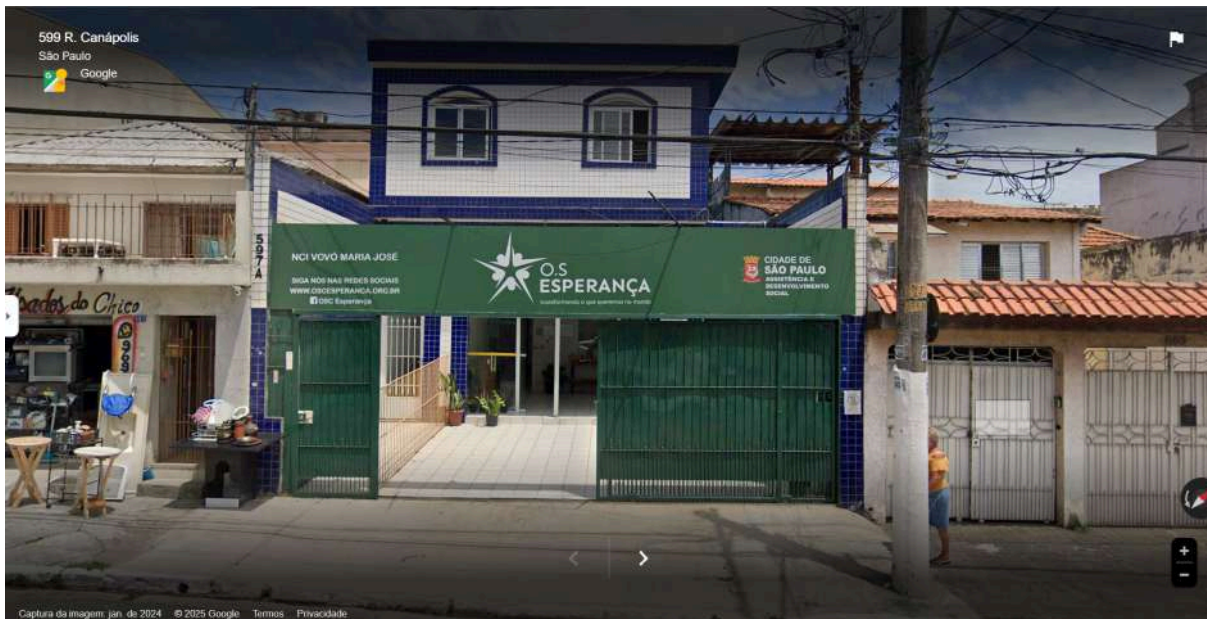


Imagem 5 - Fachada do NCI Vovó Maria José, na zona Norte de São Paulo. Créditos: Google Earth. Captura da imagem: janeiro de 2024. © 2025 Google.

## **b. ROTEIROS**

### **EPISÓDIO 1 - Os velhos são os outros**

#### **TEC - Chill - Disco Ultralounge**

#### **SON - Atanailton (5:16 - 5:41)**

“Eu tô envelhecendo já. Eu pra mim no dia que Deus quiser me levar eu tô pronto. Eu não tenho medo de envelhecer não. Porque o envelhecimento é pra todos nós. Eu pra mim, eu não esquento minha cabeça por esse negócio não.”

#### **LOC**

- + No centro de São Paulo, no bairro dos Campos Elíseos, a Morada São João funciona em um prédio da primeira metade do século 20.
- + Inaugurado em 1929, o edifício Oscar Souza Pinto funcionou como um prédio residencial de frente para o largo do arouche na república até 1953.

- + A partir daí, passou a abrigar o Hotel Atlântico até 98.
- + No ano 2000, o prédio foi tombado e, anos depois, locado para a prefeitura.
- + Neste edifício onde um dia funcionou um hotel com 60 suítes, vivem hoje 210 pessoas.
- + O local é um centro de acolhida especial para idosos e está em funcionamento desde 2011.

#### **SON - Atanailton (2:21 - 2:36)**

“Eu trabalhava em um restaurante. A patroa vendeu o restaurante. Eu não tinha lugar pra morar. Não queria morar em casa de parente. Aí procurei assistência social. Ali na 9 de julho.”

#### **LOC**

- + Esse é o Atanailton Duarte. Antes de completar 60 anos, ele passou por diversas moradas na cidade de São Paulo até chegar à Avenida São João.

#### **SON - Atanailton (0:07 - 0:40 + 1:43 - 2:21)**

“Eu tô com 64, vou fazer 65 dia 12 de agosto desse ano agora. Eu vim pra aqui em 2022. Aqui, essa casa, é uma mãe. Aqui, a gente tem cinco refeições. Tem o café, tem o almoço, tem o café três horas, o almoço, a janta, cinco horas, e nove horas tem o chá.”

“Eu sou baiano. Eu sou do interior da Bahia. Mutuípe. *Você veio pra São Paulo quando?* Ah, faz muitos anos. Eu tô com 40 anos aqui já, em São Paulo. Perdi minha mãe. Tenho minhas quatro irmãs. Uma mora aqui na Tamandaré. Uma no Rio de Janeiro. Uma aqui na Aparecida do Norte. A outra mora em Salvador. Perdi minha mãe com 103 anos. Meu pai morreu novo, com 51 anos. Meu irmão caçula com 18. E eu moro aqui.”

#### **LOC**

- + O atendimento nos centros de acolhida especial para idosos é feito por encaminhamento de serviços de assistência social.
- + A maioria dos atendidos procura assistência por estar em situação de rua, mas há também casos de dificuldade financeira, conflitos familiares e situação de abandono.
- + Acessam esses centros para idosos pessoas acima dos 60 anos, e não existe um limite de idade ou de tempo que se pode morar nesses lugares.



- + Hoje, os mais velhos na São João têm cerca de 90 anos.
- + O Martílio é um deles.

#### **SON - Martílio (0:49 - 1:10)**

**“*Quantos anos o senhor tem?*** Estou chegando cem. Até somar, que eu nem lembro mais, mas eu nasci em 1935... 21 de agosto de 1931.”

#### **LOC**

- + A fala pode ser um pouco difícil de entender por áudio, então vou contar o que ouvi em uma conversa que tivemos numa sala no segundo andar da Morada São João.
- + Eu digo que ele tem cerca de 90 anos porque ele mesmo ficou um pouco confuso com as datas, mas me contou que chegou na Morada São João três anos depois da sua inauguração em 2011.

#### **SON - Martílio (17:09 - 17:18)**

**“*Onde que o senhor nasceu?*** Eu nasci no Ipirá, Bahia. Mas a minha vida foi mais viajando pelo mundo. Aqui os filhos nasceram aqui.”

#### **LOC**

- + Nascido na cidade de Ipirá, na Bahia, ele diz que trabalhou a vida toda como motorista, e que a vida foi mais viajando pelo mundo.
- + Na conversa, ele até está olhando pra mim, mas diz que não enxerga nada. Mesmo assim, sai e anda sozinho por aí no dia a dia.
- + Diz que o filho reclama, pede pra ele ficar em casa, afinal, o pessoal cuida tão bem dele.
- + Mas ele fala “eu vou cuidar da minha vida, vou andar... e questiona.. (?) vou ficar sem sair?”

#### **SON - Martílio (3:12 - 3:25)**

“E aqui era hotel, antigamente, se vinha uns cantor, vinha uns cantor para aqui, a gente hospedava quem não tinha carreta. Então, vocês que são todos novinhos, não sabem dessas coisas, não.”

#### **LOC**

- + Ele conta sobre quando o prédio era um hotel por onde passavam choferes e cantores.
- + E que, aquilo que os moradores do centro de acolhida chamam de apartamentos, eram quartos de hotel décadas atrás.
- + Para ele, esse é o tipo de história que essa geração de hoje não conhece.

### **TEC - Confused state**

- + Tanto o Atanailton quanto o Martílio vivem na Década do Envelhecimento Saudável, declarada pela ONU.
- + A Organização das Nações Unidas sugere que o período de 2021 a 2030 seja de colaboração global para melhorar a vida dos idosos, de suas famílias e das comunidades em que vivem.
- + Essa é uma parcela da população que cresce em ritmo acelerado no Brasil.
- + O IBGE aponta que, de 2000 a 2024, a proporção de idosos na população brasileira quase duplicou.
- + Em números totais, ela foi de cerca de 15 milhões para 32 milhões de idosos.
- + O IBGE também projeta que serão 75,3 milhões de idosos em 2070. Até lá, o número de pessoas acima dos 80 anos de idade pode saltar em cinco vezes.
- + Meu nome é Beatriz Herminio e este é o primeiro episódio do Onde Mora a Velhice, um podcast sobre os fatores que estão por trás do envelhecimento saudável de uma população.

### **TEC - vinheta do podcast**

### **LOC**

- + No critério da Organização Mundial da Saúde, são consideradas idosas pessoas acima dos 65 anos nos países desenvolvidos. E nos países em desenvolvimento, como o Brasil, são idosos aqueles que têm 60 anos ou mais.
- + Segundo projeção do IBGE, o número de idosos vai ultrapassar o total de crianças entre zero e 14 anos no Brasil em 2030, marcando o envelhecimento acelerado da população. Teremos mais idosos do que crianças.
- + Professor de gerontologia na USP e autor do livro *Economia da longevidade: O envelhecimento populacional muito além da previdência*, Jorge Félix explica alguns fatores determinantes para essa situação de envelhecimento populacional.

- + Afinal, (?) o envelhecimento da população brasileira é uma realidade hoje, ou estamos falando de futuro?

**SON - Jorge Felix (0:23 - 0:42)**

“A preocupação com o envelhecimento já é uma realidade dos nossos dias, nós já estamos vivendo esse processo. O mundo inteiro está envelhecendo, o que diferencia o Brasil é o ritmo desse envelhecimento. O Brasil está envelhecendo muito rapidamente.”

**LOC**

- + O envelhecimento da população é determinado por dois índices: a taxa de fecundidade e a expectativa de vida. A taxa de fecundidade do país mede o número de filhos por mulher, que atualmente é de 1,57.

**SON - Jorge Felix (1:12 - 2:14)**

“É uma taxa considerada muito baixa, uma taxa de países europeus. O ideal para a reposição da população são 2,1 filhos por mulher, e isso acontece com o comitante ao mesmo tempo, e o aumento da expectativa de vida. Então nós temos aí uma expectativa de vida crescente, isso é muito bom, mostra que nós estamos atendendo a população principalmente na questão da saúde. Então quando você tem a queda na taxa de fecundidade e o aumento da expectativa de vida, você tem um envelhecimento da população, e isso já se dá, o Brasil tem aí 33 milhões de idosos hoje, já são 16 por cento da população.”

**LOC**

- + Mas o envelhecimento não atinge o país de forma igual.
- + Hoje, as regiões sul e sudeste mostram sinais claros de envelhecimento populacional, com uma pirâmide etária estreita na base e larga no topo, isto é, com menos jovens. Já no norte do país, a pirâmide tem base larga e topo estreito. Isso indica uma população mais jovem, com uma proporção menor de idosos e com altas taxas de natalidade, ou seja, com muitos nascimentos por ano.
- + A expectativa de vida também não é a mesma. Hoje, se vive até os 77 anos no Brasil.
- + Mas a idade média em que as pessoas morrem varia. Em Belo Horizonte, Minas Gerais, a média de idade ao morrer é de 72 anos, a maior entre as cidades. Já em Boa

Vista, em Roraima, essa média cai para 57 anos. Os dados foram divulgados em 2024 pelo Mapa da Desigualdade.

#### **SON - Jorge Felix (3:27 - 4:25)**

“Então, o fator que explica essa diferença, sobretudo, é o serviço de saúde. Você pode perceber, se nós pensarmos no mapa do Brasil, onde você tem ainda um sistema único de saúde, o SUS, menos avançado, com mais carências, com mais subfinanciamento por parte de todos os níveis de governo, as prefeituras, o governo estadual, o governo federal, você imediatamente tem uma taxa de fecundidade às vezes maior, você tem uma taxa de mortalidade infantil maior, você tem uma menor expectativa de vida. E isso desenha um quadro de muita desigualdade quando a gente fala de envelhecimento da população.”

#### **LOC**

- + Na cidade de São Paulo, algo bem parecido acontece. O mapa da desigualdade estima que, na capital paulista, exista uma diferença de 24 anos na expectativa de vida entre moradores da periferia e de um bairro nobre.
- + No Alto de Pinheiros, vive-se em média 82 anos, e no distrito Anhanguera, essa média é de 58 anos de idade.

#### **SON - Jorge Felix (5:35 - 6:08)**

“E isso se deve à oferta de saúde. Mas também cruza as outras desigualdades. A desigualdade étnica e racial, a desigualdade de renda. Então, a única desigualdade que se manifesta paradoxalmente oposta é a de gênero, porque a mulher vive mais do que o homem em todas as situações.”

#### **LOC**

- + As mulheres vivem mais que os homens em todo o mundo. No Brasil, são quase 80 anos de expectativa de vida para as mulheres e 73 para os homens.

#### **SON - Jorge Felix (6:08 - 6:53)**

“Isso se deve muito mais pela exposição à violência. Tanto a violência urbana, como a violência do trânsito, como violências, vamos dizer assim, provocadas. O homem compra mais risco nas suas atividades e isso acaba refletindo na expectativa de vida bastante desigual entre homens e mulheres.”

## **LOC**

- + Olhando para os dados internacionais, vemos que o sul da Europa é a região mais velha do mundo, com 22 por cento da população sendo idosa, enquanto a África Subsaariana é a região mais jovem. Os dados são da organização internacional Population Reference Bureau, ou Escritório de Referência Populacional, em tradução livre.
- + A instituição aponta que, no Japão, 29 por cento da população tem 65 anos ou mais. Essa é a segunda população mais velha do mundo. Ela fica atrás somente de Mônaco, com 36 por cento da população composta por idosos.
- + Nesse cenário, uma máxima repetida por especialistas em envelhecimento e longevidade é a de que o Brasil envelheceu antes de ficar rico, e esse seria o nosso problema.
- + A ideia é que países ricos não precisam mais se preocupar com a garantia de acesso à educação ou à saúde universal, porque eles já têm esse caminho trilhado.
- + Mas, para Jorge, essa questão não é definidora da situação internacional.

## **SON - Jorge Felix (8:03 - 9:14)**

“O modelo econômico que todo o planeta passou a viver depois, no finalzinho dos anos 70 e início dos anos 80, essa nova fase do liberalismo, eu chamo isso de capitalismo, de desconstrução, foi uma desconstrução de todo um ambiente econômico, um sistema econômico e financeiro que foi construído no pós-guerra. E que essa mentalidade do mundo que surgiu no pós-guerra, ela foi a base da construção do estado de bem-estar social, porque ela tinha como base a paz. E para você ter a paz e para você não eleger, sobretudo, líderes populistas, nacionalistas, de extrema direita, como foi o Hitler, que levou o mundo à guerra, você precisava atender as condições básicas da população. Ou seja, levar bem-estar social para a população.”

## **LOC**

- + O estado de bem-estar social tem como característica a oferta de serviços básicos à população pelo Estado, como saúde, educação, habitação e emprego. No pós-guerra, essa política se destacou na Grã-Bretanha, França, Alemanha e Itália.

## **SON: Jorge Felix (9:31 - 10:21)**

“Então, hoje você anda aqui, em Paris, você ainda vai ver uma imensa quantidade desses equipamentos, piscinas públicas, quase uns clubes, para o pessoal entender, uns mini-SESCs, parece um SESC, mas ele é pequenininho, e isso você tem aqui espalhado por muitos bairros ainda, por toda a França. Isso fazia parte dessa preocupação do estado, dessa responsabilidade do estado com o bem-estar de todas as pessoas, como eles diziam, do berço ao túmulo. Hoje você tem, o mundo inteiro vive sob um pensamento econômico que prega, que defende a redução do papel do estado.”

#### **LOC**

- + Essa redução do papel do Estado é a política de austeridade fiscal, que corta gastos públicos em nome da estabilidade financeira do Estado e redução de dívidas públicas.

#### **SON - Jorge Felix (10:29 - 11:48)**

“Então, isso reduziu imensamente a oferta de serviços de saúde, de benefícios de seguro-desemprego, cultura, educação, nem se fala. E agora, com as guerras que estão aí, a guerra na Ucrânia, a guerra na faixa de Gaza, você tem aí um movimento dos países europeus de reduzir ainda mais as verbas, os recursos que eles vão destinar à área social, para que eles façam um fundo de 800 bilhões de euros para a área de defesa, para armamento, para a indústria bélica. Então, o que hoje caracteriza esse processo de envelhecimento populacional é que todos os países estão enfrentando, claro que relativamente, os mesmos desafios. Nós não podemos ter ilusão, e isso seria analisar sem base científica, de que os países ricos, só por serem ricos, eles estão com os problemas do envelhecimento resolvido.”

#### **LOC**

- + O especialista explica que, com o fim do estado de bem-estar social, o estado passa a ser definido pelo que o Jorge e antropóloga e pesquisadora da Unicamp Guita Grin Debert chamam de “Estado fiador”.

#### **SON - Jorge Felix (21:46 - 22:49)**

O que é esse Estado? Olha, eu não consigo te dar saúde, educação, transporte subsidiado, cuidado a domicílio, eu não consigo oferecer instituições de longa permanência gratuita e de boa qualidade para você se mudar e viver a sua velhice nessas instituições,

enfim, eu não consigo te garantir Estado de bem-estar social. Então, eu, Estado, assumo o papel de fiador. Olha, você vai lá no mercado financeiro, pega um empréstimo e eu sou o seu fiador. Que é o caso mais evidente do empréstimo consignado. Por que as pessoas pegam empréstimo consignado? É pra todas esses fatores de causalidade que eu coloquei aqui, principalmente para a saúde dela mesma e principalmente para a transferência intergeracional. Para filhos e filhas, netos e netas.

#### **LOC**

- + A ausência de responsabilidade do Estado sobre o bem-estar leva à individualização do envelhecimento. Debert chama isso de reprivatização da velhice em seu livro “A Reinvenção da Velhice”, que ganhou o prêmio Jabuti de literatura no ano 2000.

#### **SON - Jorge Felix (26:24 - 26:47)**

“A professora Grita se referia justamente a essa responsabilização do indivíduo pelo seu envelhecimento e o Estado não teria mais responsabilidade sobre o seu bem-estar. Isso se dá por meio das políticas públicas, mas nós temos que analisar aí o que eu chamo do idosismo.”

#### **LOC**

- + O termo idosismo usado por Jorge tem como referência a palavra em inglês ageism, que pode ser traduzida como idadismo. Ambos são sinônimos de etarismo, um tipo de discriminação baseada na idade de alguém.

#### **SON - Jorge Felix (27:06 - 28:19)**

“Como destaca a professora Guita, você também responsabiliza o indivíduo se ele envelheceu em más condições. Ou seja, pela sua própria saúde, aí entra a beleza, entra a questão da imagem da pessoa, do que ela pensa, do que ela fala, entra todo um preconceito em relação à pessoa idosa, e até se exige dessa pessoa idosa que ela seja sábia. Mas só que isso tudo é responsabilidade sua, e isso vem muito, que eu colocando, isso vem muito num termo que é muito ouvido, que é dizer, fulano envelheceu mal, ou envelheceu mal, não soube envelhecer. Então, esses termos que são usados, ouvidos, constantemente, muito ouvidos, eles refletem exatamente essa reprivatização da velhice.”

#### **LOC**

- + O termo reprivatização é usado pela pesquisadora porque, nos séculos passados, a velhice era de responsabilidade individual. Sem apoio estatal e associados à incapacidade de trabalhar, idosos tinham a pobreza e a dependência como regra.

### **SON - Jorge Felix (28:46 - 30:16)**

“E era comum a gente ver aqui na Europa, em Londres, Paris, isso eu estou falando do século 19, idosos mendigos, idosos na rua, porque eles perdiam a capacidade de trabalho e não tinham a seguridade social. Depois vem a Segunda Guerra Mundial e vem o Estado de Bem-Estar Social, que eu sempre destaco isso para os meus alunos. Esse Estado de Bem-Estar Social foi construído em nome da paz. Quando você retira a responsabilidade do Estado sobre o bem-estar dos indivíduos, você cai no cada um por si. Então, o Estado teve um período de responsabilidade e construiu o Estado de bem-estar social. Depois dos anos 80, o Estado volta a privatizar a velhice. Por isso que ela chama de "reprivatização da velhice". E é isso que a gente tem observado e está vivendo.”

### **TEC - Confused State**

#### **LOC**

- + De volta ao centro, os moradores da São João têm autonomia na rotina. Alguns deles passeiam pela cidade, e têm aqueles que trabalham, no caso dos mais jovens.
- + Esses podem atuar em empresas privadas ou no Programa Operação Trabalho da prefeitura, o POT, encaminhados pela própria equipe técnica da morada.
- + O centro de acolhida especial de idosos é um dos serviços da Secretaria Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social de São Paulo voltados para a terceira idade. Ela conta com serviços de proteção básica e especial.
- + No nível básico, estão os Centros de Referência do Idoso, os Núcleos de Convivência e os Serviços de Alimentação Domiciliar. Já no nível especial, a secretaria atende os centros-dia, as instituições de longa permanência e os centros de acolhida especial.
- + Recebem a qualidade de especiais os serviços que exigem um cuidado intensivo e contínuo. Eles têm estruturas adaptadas e as equipes técnicas são especializadas.
- + No geral, a prefeitura oferta 158 serviços para idosos na cidade. Segundo o Censo 2022, são pouco mais de 2 milhões de idosos na capital, um número que representa mais de 17 e meio por cento da população.



### **SON - Atanailton (3:27 - 4:13)**

“Eu gosto de fazer isso aqui, ó. Pintura. *Pintura?* É. Aqui mesmo teve um tempo aqui. Fizeram um grupo aqui. A gente foi fazer o curso ali na Bela Vista na Rua Abolição. Uma semana. Aí vieram um bucado de gente pra aqui. A gente foi pintar os quartos aqui. Porque a gente tava precisando. A gente deixou tudo zerado. Aí cada um recebeu seu diploma. Aí fizeram uma festinha Lá embaixo. Comes e bebes. Eu mesmo não participei. Eu só fiz Acho que eu tomei um copo de Coca-Cola. Aí peguei meu diploma Subi e guardei dentro do meu armário.”

### **LOC**

+ O Atanailton me contou um pouco sobre sua rotina.

### **SON - Atanailton (5:41 - 7:26)**

“Eu saio, vou passear. Vou lá, pego o ônibus aqui na avenida. Vou lá em Pinheiros. Dou um passeio ali no Largo da Batata. Converso com os colegas. Pego o ônibus, venho embora. Chego aqui, entro, lavo minhas mãos. Vou almoçar. Aí depois eu volto. Vou assistir um pouco de televisão. Depois eu saio. Vou dar uma passeada. Aí sempre (6:05) Quando eu acho uma pintura eu vou, eu faço. Essa minha patroa mesmo Eu trabalhei com ela há oito anos. Aí quem faz a faxina na casa dela sou eu. Eu não tenho vergonha de falar não. Ela sai, eu fico sozinho dentro de casa de Deus. Aí eu mando ela ligar a TV. Boto na música evangélica. E tô ali fazendo meu serviço e tô me desenvolvendo. Não é pra ficar com fome. Tem almoço aí. Bota no microondas. Coma. Se eu souber que você ficou com fome. Aí pronto. Aí quando ela chega de tarde. A casa dela tá brilhando. Que nem todas as mulheres que fazem o meu serviço que eu faço. Em casa de família. E por aí. Eu passei quatro dias na casa dela. Trabalhando. Seis horas eu tava acordado pra fazer a pintura. Eu só saí depois que eu deixei tudo pronto. Não levei ajudante nenhum. Eu fiquei com medo de eu levar E aquela pessoa Tá ali, mas eu é a hora que sai assim, rouba alguma coisa Quando ela chegar Tá faltando Algum objeto meu ali. Aí eu vou saber quem foi o meu ajudante.”

### **LOC**

+ Na São João, cada quarto tem entre 3 e 4 moradores, que são responsáveis por cuidar do banheiro, do quarto e das roupas.

**SON- Atanailton (4:20 - 4:48 + 1:11 - 1:33)**

“Sempre no quarto tem um bagunceiro. Que nem ontem mesmo Saiu um. Botava lá pra cima. Não deixava ninguém dormir. Abria a porta. Saia e fechava. Queria tomar cinco banhos na noite. Não podia. A gente querendo dormir não conseguia dormir. Aí como foi ontem Aí a menina Pegou e transferiu. O Valério botou ele lá no Terceiro andar. Aí ele começou a resmungar.”

“Eu, graças a Deus, não tenho o que dizer nada. Somos tudo ótimo. A comida é excelente. Tem gente que diz ah, eu não vou almoçar aqui hoje, que a comida aqui é ruim. Não. A gente tem que levantar a mão e agradecer a quem? A Deus, por essa refeição que a gente tem aqui. São muito boas.”

**LOC**

- + Além das refeições, o centro de acolhida oferece lavanderia, produtos de limpeza e higiene pessoal e roupa de cama. Assistência médica e outros atendimentos individuais também fazem parte do serviço, assim como atividades coletivas.
- + Essas atividades trabalham o convívio social e o desenvolvimento de aptidões. O Mikael Pontes, que é orientador socioeducativo da Morada São João, me explicou como isso funciona.

**SON - Mikael (2:47 - 3:37)**

“Atividade memorial, musicoterapia, tem profissionais também que são fonoaudiólogos, tem atividade da equipe de saúde que eles fazem, tipo novembro azul, outubro rosa, eles participam bastante. E cada último dia do mês tem aniversariantes. Eles, a equipe mesmo, a equipe não, a organização, oferta bolo, refrigerante para eles, sempre no último dia do mês. E semanalmente, no final de semana, se não me engano entre sexta e sábado, eles disponibilizam filme, cinema, que acontece essa atividade lá na cobertura.”

**LOC**

- + No total, são cinco andares e uma cobertura, que funciona como área de lazer.

**SON - Mikael (0:27 - 2:00)**

“E aqui são divididos em cinco andares. Do terceiro para cima é os idosos autônomos, que nem precisa tanto de auxílios dos profissionais. A questão é, quando passa mal ou tem algum problema grave de saúde, a gente aciona o SAMU, eles vêm até o equipamento e caminha esse idoso para um tal local de saúde. Aqui vocês podem verificar que no segundo andar são os idosos que têm que estar com mais atenção diariamente. Se vocês analisarem, a equipe de gerência, os técnicos, assistentes sociais, psicólogos e a equipe de enfermagem que fica instalada no segundo andar. Aqui no segundo andar alguns idosos utilizam fralda, efetuam a refeição que os profissionais trazem até o andar, porque não tem como descer.”

## **LOC**

- + As mulheres ficam no primeiro andar e são minoria no prédio. E eu questioneei o porquê disso.

## **SON - Mikael (6:17 - 6:34)**

“Aí vai com a gestão entre a prefeitura e as ONGs por aí, né? Porque não é só aqui que a demanda é menor entre mulheres. Outras ONGs, outros centros de acolhidas também. Acho que são perfeitos os centros de acolhidas. É, porque eu acho que é muitos homens que vivem em situação de rua mais do que mulheres.”

## **LOC**

- + Em junho de 2024, um levantamento mostrou que 85 por cento das pessoas em situação de rua no Brasil são homens e 69 por cento são negras. A maioria tem entre 18 e 59 anos de idade.
- + Observatório Brasileiro de Políticas Públicas com a População em Situação de Rua, da Universidade Federal de Minas Gerais.
- + Em São Paulo, o número de pessoas em situação de rua tem crescido. Em 2021, cerca de 4 mil e 700 idosos viviam nas ruas da cidade, de um total de 37 mil pessoas na mesma condição.
- + De lá pra cá, o número só aumentou. Em junho de 2024, já eram mais de 80 mil pessoas em situação de rua na cidade.
- + Com o acolhimento no centro, os idosos deixam de estar na rua, mas, muitas vezes, ainda não têm estrutura para retornar à família.
- + Para Mikael, a maior dificuldade em seu trabalho é lidar com a solidão.

### **SON - Mikael (8:02 - 12:08)**

“A solidão deles traz ódio, traz remorso, traz tristeza. Às vezes ele não quer te tratar mal, mas ele acaba te tratando mal pela solidão, pelo preenchimento que ele tem vazio desde o passado. Tipo, você deixar um filho ou um irmão para trás e eles não te aceitam. Mas eu acho que machuca, transmite ódio. Não tem o que dizer. Você se sentir sozinho ali num mundo que você não conhece ninguém. Você está protegido em cima da lei, mas você não conhece ninguém. Então, a solidão bate, ela machuca. E ela te traz a ignorância e o ódio. ***E aí isso afeta você?*** Não, não me afeta. Eu tento conversar com eles o máximo que eu posso, onde eu posso mostrar para eles que eles não estão sozinhos. Porque onde eu posso chegar nessa idade e querer procurar alguém para conversar comigo, não tem. Às vezes, a pessoa idosa, quando ela está com a idade avançada assim, e num sistema igual esse que eles estão vivendo, às vezes ele precisa só de um, nem cinco minutos, dois minutos de conversa já tranquiliza. Ainda mais as atividades que eles fazem aqui para ocupar a mente, para esquecer um pouco do mundo lá fora. Agora para mim, aqui, trabalhar com pessoas mais velhas que eu, para mim, isso daqui é uma lição, para mim, não errar. Não errar e me deparar como eles. Tudo que eles vão me falando, eu vou absorvendo. Por quê? Pode servir como uma lição para mim. Eu sou jovem, tenho 26 anos. Eles têm 80, 70, 60. Eles não estão falando por mal. Eles estão falando pelo meu bem. Então aqui eu levo como lição. Para mim, não errar e me deparar aqui.”

### **TEC - Candlepower**

#### **LOC**

- + Em 1910, uma pessoa nascida no Brasil tinha uma expectativa de vida de 34 anos de idade. No meio do século 20, esse número subiu para 52 anos. E, em 2025, a expectativa é de 77 anos de idade, segundo dados do IBGE.
- + O aumento da expectativa de vida no Brasil nos últimos anos reflete um país que vive mais. Mas será que, além de viver mais, a população tem vivido melhor?
- + Os desafios para uma longevidade saudável são tema do próximo episódio, que traz entrevistas em um Núcleo de Convivência para Idosos na zona norte de São Paulo.

### **TEC - vinheta do podcast**

- + Você ouviu o primeiro episódio do podcast Onde Mora a Velhice. Ele foi pensado e roteirizado por Beatriz Herminio como Trabalho de Conclusão do Curso de Jornalismo da Escola de Comunicações e Artes da USP.

- + O programa foi editado por Beatriz Herminio, e a vinheta é de Gabriel Guerra.

## **TEC - Groove Groove**

## **EPISÓDIO 2 - Envelhecer é coletivo**

## **TEC - Intractable**

## **LOC**

- + Acrescentar vida aos anos e não apenas anos à vida.
- + Para estudiosos do envelhecimento, é disso que se trata pensar a longevidade.
- + Em 1910, a expectativa de vida de um brasileiro era de 34 anos. Hoje, esse número é de 77 anos.
- + É fato que estamos vivendo mais. (?) Mas será que estamos vivendo bem?
- + Meu nome é Beatriz Herminio e este é o segundo episódio do Onde Mora a Velhice, um podcast sobre os fatores que estão por trás do envelhecimento saudável de uma população

## **TEC - vinheta do podcast**

## **LOC**

- + Um dos principais indicadores para avaliar a qualidade do envelhecimento é o tempo vivido com saúde e autonomia.
- + É o que se chama de *anos de vida saudável*.
- + Esse número é consideravelmente menor do que a expectativa de vida total.
- + De acordo com o IBGE, vivemos, em média, 77 anos. Mas esse dado varia dependendo da metodologia usada para o cálculo.
- + A OMS calcula que, em 2021, a expectativa de vida era de 72 anos no Brasil. Mas se vivia cerca de 62 anos com saúde considerada boa.
- + Ou seja: os últimos 10 a 15 anos de vida, para muitos brasileiros, costumam vir acompanhados de limitações, doenças crônicas ou dependência.

## TEC - Candlepower

### LOC

- + E o que significa ter uma vida autônoma?
- + Na velhice, isso inclui ser capaz de realizar atividades do dia a dia, como tomar banho, escovar os dentes e se vestir.
- + Segundo a Pesquisa Nacional de Saúde de 2019, mais de 3 milhões de pessoas com 60 anos ou mais tinham limitações para fazer essas tarefas básicas.
- + Mas o número salta para 7 milhões quando falamos de tarefas mais complexas, como cozinhar, fazer compras, controlar os remédios ou pegar transporte público.
- + Essas são chamadas *atividades instrumentais da vida diária* e exigem uma vida mais ativa na comunidade.
- + E existe um recorte importante nesses dados.
- + Entre idosos que vivem com até meio salário mínimo per capita, 1 em cada 4 tem limitações funcionais. Já entre aqueles com renda acima de 5 salários mínimos, o índice cai para 1 em cada 10.
- + Biologicamente, é natural que o corpo sofra um declínio das funções com o passar dos anos. Mas o acesso a hábitos saudáveis não é igual para todos.
- + A prática de exercícios físicos, por exemplo, é um fator decisivo para manter a autonomia.
- + E uma pesquisa do Datafolha mostrou que 53 por cento da população adulta brasileira pratica alguma atividade física.
- + Mas entre os que têm renda familiar mensal acima de 5 salários mínimos, esse índice sobe para 66 por cento.
- + Enquanto isso, entre os que vivem com renda familiar de até dois salários e meio, a taxa cai para 47 por cento.

## TEC - Candlepower

- + Mas quando a gente precisa de cuidado, (?) quem cuida da gente?
- + A médica geriatra Karla Giacomini é especialista em políticas de cuidados de idosos e consultora da OMS para políticas públicas e envelhecimento.

- + Karla, (?) do que estamos falando quando falamos em longevidade?

**SON - Karla Giacomini (0:40 - 1:05)**

“É muito importante a gente ter essa noção de que a longevidade é uma conquista da humanidade, né? E a gente pensa sempre em longevidade na forma de uma longevidade ativa, de uma longevidade saudável. E pela primeira vez a Organização Mundial de Saúde, quando definiu a década de envelhecimento saudável, incluiu também a possibilidade de oferecer cuidado.”

**LOC**

- + Ao estabelecer a Década de Envelhecimento Saudável, de 2021 a 2030, a OMS destacou o cuidado como uma de suas quatro áreas prioritárias.
- + A primeira envolve combater o preconceito de idade e mudar a forma como vemos o envelhecimento. O segundo pilar propõe que as comunidades fortaleçam as capacidades das pessoas idosas, promovendo participação e autonomia. O terceiro foca em garantir serviços de saúde integrados. E, por fim, o quarto: assegurar o acesso a cuidados de longo prazo para quem precisa.
- + Mas, afinal, (?) por que políticas de cuidado são importantes?

**SON - Karla Giacomini (1:05 - 1:36)**

“Por quê? Porque a gente aprendeu a entender que quem envelhece de forma ativa é legal, é bacana, e quem envelhece de forma demandando cuidado é como se fosse uma pessoa que falhou no seu projeto de longevidade. E, na maior parte das vezes, isso não é verdade. Porque o que garante uma longevidade saudável é o acesso a direitos fundamentais. Acesso a direito à educação, acesso a direito à saúde, acesso a direito a uma habitação saudável, a uma mobilidade urbana, a segurança pública.”

**LOC**

- + O conceito de envelhecimento ativo se contrapõe à ideia de que idosos são apenas receptores passivos de serviços de saúde e assistência.
- + Para a OMS, “envelhecimento ativo” é definido como a otimização de oportunidades de acesso à saúde, participação social, segurança e educação pela terceira idade.

- + Mas, no episódio anterior, eu citei a antropóloga Guita Grin Debert para falar do conceito de reprivatização da velhice.
- + No livro *A Reinvenção da Velhice*, ela alerta para o perigo do envelhecimento ativo, que seria transformar o direito de escolha num dever, numa obrigação de todo o cidadão e até mesmo das famílias.
- + Mesmo porque, ela afirma que os recursos para envelhecer com autonomia não são distribuídos de forma igualitária.

#### **SON - Karla Giacomini (5:15 - 6:08)**

“Isso para nós é fundamental. A gente construir uma mentalidade, mudar o nosso formato, como fomos acostumados a viver. Porque fomos acostumados a viver enxergando pobreza como parte, enxergando que algumas pessoas moram mal, algumas pessoas moram na rua, algumas pessoas não têm direito a uma educação de qualidade, como se isso fosse problema delas. Não é, é problema nosso. Porque isso vai repercutir na nossa longevidade, como país. E o que a gente percebe hoje também, por que é tão importante? Porque quanto mais desigual é essa longevidade, maior vai ser a demanda de cuidado exatamente para a população mais pobre.”

#### **LOC**

- + Em 2023, a taxa de idosos em situação de pobreza era de 11,3 por cento. Mas o grupo de idade mais atingido pela pobreza são as crianças, com uma taxa de quase 45 por cento. Os dados são da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua de 2023.
- + Para Karla, ao favorecer que mais pessoas saiam da linha da pobreza e tenham acesso a direitos fundamentais, estamos também favorecendo um país melhor nesse aspecto.

#### **SON - Karla Giacomini (6:27 - 7:09)**

“Não que não haja pessoas ricas e pessoas de classe média precisando de cuidado, não é isso. Mas quando a pessoa mais rica demanda cuidado, ela vai comprar esse cuidado. Enquanto a pessoa mais pobre vai ter que sair do mercado de trabalho para cuidar, impactando todo o circuito, tanto a vida dela quanto da nossa própria sociedade, porque a gente tira pessoas do mercado de trabalho. Quando essa tarefa de cuidar acabar, ela vai estar mais velha, menos qualificada, não vai ter contribuído para a seguridade social, então vai estar mais suscetível a demandar renda no futuro.”



## **LOC**

+ O envelhecimento é resultado das escolhas, oportunidades e políticas vividas ao longo da vida. E cada etapa tem seu impacto na terceira idade.

## **SON - Karla Giacomini (13:14 - 14:19)**

“A gente acredita que, quando a gente vai envelhecer, a gente precisa de políticas de cuidado. Em qualquer etapa da vida, precisamos de políticas de cuidado, seja para o bebê, seja para o adolescente, seja para o adulto, em qualquer ponto. Só que, em muitos desses momentos, eu parto de um cuidado que, no início, é intenso e, a partir de algum ponto, a criança, o adolescente, vai ficando mais independente e a demanda de cuidado tende a diminuir. E, por sua vez, a pessoa também assume o seu próprio cuidado. Na questão, na faixa etária dos mais velhos, dos mais longevos, octogenários, nonagenários, nós sabemos hoje que, no nosso país, 52 por cento das pessoas com mais de 80 anos já apresentam alguma limitação no autocuidado, seja na mobilidade, seja por questão cognitiva, seja por incontinência, alguma situação assim.”

## **LOC**

- + As instituições de longa permanência são o que se chamava de “asilos”. Hoje, um termo mais aceito é casa de repouso.
- + Nessas instituições, abreviadas como ILPIs, vivem idosos com perda da capacidade de autocuidado, que sofrem alguma violência ou têm vínculos familiares fragilizados. São pessoas que precisam desse cuidado.

## **SON - Karla Giacomini (14:19 - 14:35 + 38:08 - 38:31)**

“Então, quando a família, quando a pessoa não tem família, ou quando a família não consegue ofertar o tipo de cuidado na intensidade que aquela pessoa demanda, existe a possibilidade de ir para uma instituição.

“A minha avó teve 16 filhos, a minha mãe teve quatro filhos e eu não tive filhos. Isso se chama transição demográfica. Você sai de um lado para o outro. A minha mãe hoje mora, eu moro a 320 km da minha mãe. Então eu sou filha dela, mas quem garante que eu vou cuidar dela. E eu sou a caçula dos meus quatro irmãos. Se tudo correr bem, eu vou ser a última a morrer. Quem vai cuidar de mim?”

## LOC

- + O fato de ir para uma instituição não significa por si só que todos os moradores desses lugares são dependentes.

## SON - Karla Giacomini (21:07 - 21:42)

“De acordo com a Anvisa, a gente tem pessoas em três graus de dependência. Independentes, que é o grau 1. Semidependentes, que é o grau 2. E o grau 3 seria aquele com dependência para o autocuidado ou com déficit cognitivo, com algum processo demencial. No Brasil, a gente ainda tem pessoas que chegam para morar na instituição com muita independência. Na verdade, elas estão morando na instituição por falta de opção. Ou porque não foi possível ofertar o cuidado para elas na casa delas. Ou porque elas não tinham casa, ou porque elas não tinham família.”

## LOC

- + Essas instituições deveriam manter um papel social ativo, mas, segundo Karla, isso ainda está longe de acontecer.

## SON - Karla Giacomini (15:48 - 16:28)

“O papel social seria manter as portas abertas para a comunidade, para que as pessoas pudessem ir lá visitar, para que os voluntários frequentassem essas casas, para que os idosos que residem lá também saíssem das casas, frequentassem as praças, fossem ao cinema, visitassem uma exposição, mas no nosso país isso ainda é raríssimo, é muito precário. É tão precário que 2,5 por cento só das residências para idosos chamadas instituições, apenas 2,5 por cento são públicas de fato, quer dizer, que o governo propõe e oferece.”

## LOC

- + A Karla Giacomini faz parte da Frente Nacional de Fortalecimento das ILPIS, que busca dar visibilidade e qualificar o cuidado prestado nesses espaços.

## SON - Karla Giacomini (16:43 - 17:29 + 18:55 - 19:25)

“Não significa que essas instituições privadas não prestem também uma função social, também prestam, mas o que eu acho mais grave, Beatriz, é a falta de transparência nesse percurso, porque, por exemplo, se você precisar, se seu pai precisar, se sua avó precisar de

uma instituição, de ir para uma casa dessas, onde você busca? Quem você procura? Se você tem dinheiro, você vai buscar aquela que oferece o conforto, os serviços, que o seu dinheiro pode comprar, mas se você não tem, você vai ficar sujeita a instituições, muitas vezes, voltadas para a caridade.”

“Nós não sabemos até hoje, Beatriz, quantas instituições existem no Brasil. Esses números que eu te apresentei, são números do censo do Sistema Único de Assistência Social e de um censo que a Frente Nacional fez para levantar o número de instituições que existiam no Brasil. Mas nós não temos um cadastro. Se você perguntar hoje, em São Paulo, onde está? Me dá uma lista das instituições. Nós não temos. Aqui no meu bairro, onde é que estão? Nós não sabemos.”

#### **LOC**

- + Em São Paulo, a prefeitura afirma que existem 649 ILPIs privadas e 20 públicas. O dado foi obtido via Lei de Acesso à Informação, com base no registro de Licenças Sanitárias Ativas. Mas não há dados qualitativos disponíveis para acesso hoje.

#### **SON - Karla Giacomini (19:25 - 19:54)**

“Quem trabalha lá? Qual tipo de serviço é ofertado lá? Nós não sabemos. Então, isso fala dessa dificuldade. Dificuldade com o envelhecimento e dificuldade com as políticas de cuidado. Porque a nossa cultura é uma cultura familista. Ela atribui à família esse dever de cuidar. E uma cultura sexista, ela atribui à mulher, dentro da família, a obrigação de cuidar. Isso tudo precisa ser revisto.”

#### **LOC**

- + Em 2022, quase 30 por cento dos brasileiros com 14 anos ou mais cuidavam de outra pessoa, fossem moradores da casa ou parentes próximos.
- + Mas essa tarefa pesa de forma desigual: enquanto 23 por cento dos homens fazem esse tipo de cuidado, entre as mulheres, a taxa sobe para quase 35 por cento.

#### **TEC - Chill**

#### **LOC**

- + Na zona oeste de São Paulo, eu conversei com a proprietária de um centro dia privado para idosos.
- + Os centros-dia são outro tipo de serviço que acolhe idosos com algum grau de dependência. Diferente das ILPIs, eles não oferecem atendimento em tempo integral, mas um cuidado diário. Geralmente, os idosos chegam de manhã e vão embora no fim da tarde.
- + Os centros-dia não são creches, nem serviços de saúde, mas serviços de proteção social especial.

#### **SON - Naomi (4:03 - 4:40)**

“Não é um perfil que você precisa institucionalizá-la, numa ILPI que a gente fala, uma instituição de longa permanência, porque o perfil é diferente, só que é um perfil que precisam de cuidados específicos, mas é um perfil que eles se socializam, eles fazem as atividades do dia a dia com uma certa autonomia, só que o familiar precisa trabalhar, ele tem os próprios compromissos, então onde deixar essas pessoas?”

#### **LOC**

- + A Flávia Naomi Yano é proprietária do Naomi Centro-dia para idosos.
- + Na tarde da minha visita, tava rolando um bingo, que é uma das atividades oferecidas no dia a dia.

#### **TEC - som do bingo**

#### **LOC**

- + Com uma equipe de profissionais parceiros, o centro dia tem nutricionista, professores de atividades como zumba, arteterapia, oficina de memória e a fisioterapia diária, feita pela Naomi.

#### **SON - Naomi (10:05 - 10:24 + 8:27 - 8:36)**

“Nós temos também, tem parceiros como cabeleireiro, manicure, que são serviços que a gente oferece para os familiares e o próprio familiar ele opta por adquirir esse serviço ou não.”

“A gente não fala paciente, porque aqui não é um hospital ou uma clínica, então a gente fala clientes, porque o familiar ele paga para usufruir dos serviços.”

## **LOC**

- + A casa fica em um bairro residencial da região do Butantã e atende 22 idosos.
- + Alguns vão cinco vezes na semana, outros estão no plano de duas ou três vezes de frequência semanal. E o centro já tem fila de espera para atendimento.

## **SON - Naomi (22:06 - 22:22)**

“A gente tem dois planos aqui na casa, que eu falei, a gente tem o plano integral, que é das 8 horas da manhã às 18 horas, e a gente tem um plano que chama plano intermediário, intermediário é das 10 e meia às 4 e meia.”

## **LOC**

- + O plano mais caro custa dois mil e seiscentos reais por mês, e o mais barato, mil novecentos e cinquenta reais mensais.

## **TEC - som do bingo**

## **SON - Naomi (20:00 - 21:40)**

“Como eu falei, muitas têm Alzheimer e hoje eu falo que a gente conseguiu um dos nossos objetivos, que é estacionar a progressão da doença, porque mesmo com Alzheimer, pode ser que elas não lembrem o dia da semana, porque quem tem demência, elas esquecem, elas perdem a memória recente, mas aquela memória passada é onde fica preservada. É onde você vê que a memória recente, por mais que tenha sido perdida, você percebe que tem parte ali que está preservada, então é onde a gente estimula, porque é aí que entra o nosso vínculo também, porque é tudo, pequenos detalhes são estímulos para elas, então é desde estimular o nosso nome, para elas lembrarem o nome da equipe, que a maioria sabe, hoje elas sabem o horário de escovar os dentes, a hora do almoço, onde fica banheiro, então esses pequenos detalhes é onde a gente vê que, opa, a gente já fica feliz, que é onde a gente está conseguindo um dos nossos objetivos, que é estacionar a doença.”

## **TEC - Chill**

## **LOC**

- + O termo “demência” descreve um conjunto de sintomas que afetam a função cerebral, e incluem problemas de memória, raciocínio, linguagem e comportamento. Essa condição é crônica e progressiva, ou seja, ela não tem cura, e piora com o tempo.
- + Mas existem tratamentos que reduzem a progressão da demência, como remédios, terapia e estímulos cognitivos.
- + Em 2019, a prevalência de casos de demência na população idosa brasileira era de 8,5 por cento.
- + Se as condições atuais persistirem, o número de casos pode quadruplicar até 2059, segundo o relatório nacional sobre a demência divulgado pelo Ministério da Saúde em 2024.
- + Há alguns fatores sociais de risco para o desenvolvimento da demência. A baixa escolaridade é um deles. Outro fator é a solidão.
- + Uma revisão de estudos publicada na revista *Nature Mental Health* em 2024 mostra que sentir-se solitário na velhice aumenta em 31 por cento o risco de desenvolver demências e eleva em 15 por cento a probabilidade de comprometer as funções cognitivas, como a memória e a concentração.
- + Por isso, espaços de convivência na cidade fazem a diferença.

## **TEC - Intractable**

### **LOC**

- + Na zona norte de São Paulo, o Núcleo de Convivência para idosos Vovó Maria José é um serviço público. Uma parceria entre a prefeitura e uma Organização da Sociedade Civil.
- + Chamados de NCI, esses núcleos tem como objetivo quebrar o isolamento e propiciar atividades que favoreçam a qualidade de vida dos idosos.

### **SON - Maria Girlene (3:18 - 3:48)**

“No primeiro dia que eu cheguei, nossa, eu fui levada às alturas, sabe? Porque o aconchego dessas meninas aqui é demais, sabe? Porque eu cheguei aqui assim, lá embaixo, quase no fundo do poço. Mas graças a elas aqui e as minhas amigas que eu fiz, que a gente não se conhecia, né? Foi uma convivência maravilhosa, tá sendo até hoje.”

### **LOC**

- + Essa é a Maria Girlene dos Santos. Nascida no Ceará, ela veio para São Paulo em 1972. Hoje, tem 76 anos e participa do NCI.

#### **SON - Maria Girlene (3:49 - 5:06)**

“Nossa, aí eu faço dança cigana, que eu amo. Eu faço tai chi com dança circular e faço envelhecimento ativo. E em casa eu sempre tô em ativa. Eu costuro, não sou costureira, mas eu costuro invento, né? Gosto de artesanato. Eu faço vasos de cimento, faço, pinto vasos de coisas recicláveis, né? E faço crochê e cuido das minhas plantas. Moro sozinha em Deus, mas eu tenho duas sobrinhas que são minhas filhas do coração, que eu nunca tive filhos. Então, eu tenho elas que me apoiam em tudo na minha vida, tudo, tudo mesmo. Então, eu moro sozinha, mas eu não me sinto sozinha, sabe? Porque eu tenho o aconchego delas e tenho o aconchego do pessoal daqui. Nossa, e eu sou feliz por tudo, né? Por estar aqui, por estar em casa e receber o carinho de todos.”

#### **LOC**

- + O sentimento da Maria é parecido com que me contaram a Teresa e a Ernestina, que também participam das atividades coletivas do NCI toda semana.

#### **SON - Teresa (1:28 - 1:45)**

“Meu nome é Teresa Mendes dos Santos. Tenho 67 anos, até abril. Sou paulista. Nascida em São Paulo. Também tô aqui porque daí vier. Bora fazer exercício, que é bom.”

#### **SON - Ernestina (1:46 - 2:12)**

**“E a Senhora?** Ai, eu me chamo Ernestina, e eu gosto muito daqui, mas muito mesmo. E aqui, eu... vim quase morrendo aqui, eu tô quase boa. Só isso que eu tenho pra falar. Qual que é a idade da senhora? Ah! 93. 92 anos.

#### **LOC**

- + A Ernestina conta que quase não andava quando conheceu o núcleo, inaugurado há menos de dois anos na Vila Medeiros, zona norte da capital paulista.

#### **SON - Ernestina (10:48 - 11:45)**

“E eu me sinto muito bem aqui, sou muito feliz porque aqui eu vim meio adoentada e tô boa. **Melhorou?** Boa, mas cem por cento. É? Eu quase não dava pra andar com as pernas. E hoje

eu venho lá da minha casa, é por 15 minutos de lá pra cá andando. Andando. Andando. Mas eu me sinto muito feliz, filha. Mas muito, com muita saúde já. Mas trabalhei muito. ***Agora chega.*** Chega. Agora só espero que cuidem bem de mim.”

## **LOC**

- + Os núcleos de convivência oferecem atividades coletivas, mas também fazem acompanhamento domiciliar. No vovó maria josé, são 280 atendidos no núcleo e 76 a domicílio.
- + Esse atendimento domiciliar existe porque o núcleo não é apenas um local de oficinas, mas de acompanhamento dos idosos como um todo. É o que me explica a gerente de serviços Rosineide Gervasoni.

## **SON - Rosineide (2:07 - 3:10)**

“Porque além das atividades físicas e culturais, a gente faz atividades socioeducativas também, a gente traz rodas de conversas, né. A psicóloga faz grupo de memória, traz grupos para trabalhar os direitos sociais do idoso, né. Então, a gente trabalha o idoso num todo, mas não é só o idoso. Quando eu falo assim, olha, eu trabalho com 290 idosos, mas eu tenho 290 famílias que eu preciso também. Porque se acontece alguma coisa nessa família, a família é acompanhada pela gente. Então, a gente vai até a casa, a gente acompanha, o idoso fica doente, a gente vai, o idoso faz uma cirurgia, a gente está lá. Se há um falecimento de cônjuge ou filho que já aconteceu aqui, a gente está lá dando suporte para o idoso na sua família também.”

## **LOC**

- + A equipe é pequena. São seis pessoas ali diariamente: a gerente, duas técnicas, um administrativo, um operacional de limpeza e outra de cozinha.
- + O lugar oferece alimentação, ainda que as pessoas passem ali para fazer apenas algumas oficinas ao longo do dia.
- + No dia da minha visita, passaram 170 pessoas pelo núcleo.

## **SON - Adriana (10:47 - 11:05)**

“Às vezes, chegam idosos aqui que não conseguem fazer atividade física, a gente vai conversando com eles, vai adequando as oficinas que eles se adaptam melhor. E aí eles



começam a entender que aqui não é uma academia, que é um serviço voltado para convivência, fortalecimento de vínculos.”

## **LOC**

- + Quem me explica isso é a Adriana Félix, que é assistente social do núcleo.
- + Alguns idosos chegam ao núcleo com problemas de saúde física e psicológica, como ansiedade e depressão. Então, o núcleo os encaminha para serviços de saúde.
- + O fortalecimento de vínculos diz respeito tanto a laços comunitários, para evitar o isolamento social, quanto a laços familiares, que às vezes foram rompidos.

## **SON - Rosineide (25:35 - 27:04 + 18:30 - 18:43)**

“O isolamento social é muito grande, nós temos uma idosa que ela vivia nesse isolamento social, e ela tem um filho, porque a família, ela foi mãe solteira, e naquela época ser mãe solteira era um crime, era para eles, então eles meio que abandonaram a família, abandonaram ela, e o filho, e ela lutou sozinha para criar esse filho, e esse filho hoje está super bem, ele tem uma faculdade, ela trabalhou para, ela falava que ela deixava de comer, para sustentar ele, para dar faculdade para ele, e hoje ele, e aí ele sentia agora vergonha dela, porque ela não é estudada, e ele, num emprego bom, estudado, bem fragilizado, então, qual é o nosso papel, é trabalhar esse filho, e a gente já resgatou ele bastante, tanto que eu fiquei tão feliz que no Natal ele pegou a mãe dele e foi fazer um passeio com ela, foi viajar com a mãe, e o NCI tem o que? Um ano e oito meses, esse NCI, então se a gente contar a história de um ano e oito meses, nós temos muitas histórias assim, de sucessos para contar.”

“Tem uma finada idosa que dizia, NCI é vida. Então, eu gravei muito isso. Ela sempre olhava dentro do meu olho e falava, NCI é vida. Então, NCI é vida.”

## **SON - Senhoras NCI (20:16 - 20:52)**

*“Qual que é a coisa mais importante da vida pra vocês atualmente?”* A saúde. A minha saúde e esse núcleo aqui que nos trouxe mais saúde ainda. Minha saúde, o marido e os filhos. Aqui a gente se sente acolhida. Fiz um monte de amizade aqui. A gente fica só no zap. Tendo saúde pra gente conquistar ainda. Porque nós temos muito o que conquistar ainda. Não tô morta. Tem muito o que conquistar. Tem muito o que dançar ainda.”

## **TEC - Candlepower**

## **LOC**

- + Enquanto algumas iniciativas tentam responder às demandas do envelhecimento, o Brasil ainda enfrenta desafios estruturais.
- + A geriatra Karla Giacomini reforça que o desafio de garantir uma longevidade saudável é urgente. Essa é uma questão atual.

## **SON - Karla Giacomini (8:32 - 8:58)**

“O primeiro desafio é saber que não é no futuro, é no presente. Porque o Brasil está sempre postergando lidar com a questão do envelhecimento. Quando comecei a fazer geriatria há 30 anos, eu estudava que em 2025 o Brasil ia ser a quinta população mais velha do mundo. 2025 já chegou. E hoje a gente fala assim, em 2050 o Brasil vai ter 33 por cento de idosos. Então, é como se eu nunca enfrentasse a realidade que está posta.”

## **LOC**

- + Envelhecer não é um evento isolado; é o resultado de tudo o que vivemos.
- + Por isso, cuidar da velhice exige refletir sobre a forma como lidamos com áreas como saúde, trabalho, mobilidade e educação desde a infância.

## **SON - Karla Giacomini (33:47 - 34:18)**

“E quando a gente chegar na vida adulta, que a gente tenha tido uma qualificação profissional legal, que a gente tenha condições de trabalho mais salubres, mais corretas. Que a gente tenha direito a descanso. E quando a gente ficar mais velho também, que a gente tenha direito à aposentadoria de qualidade, convívio familiar, tudo isso, porque a vida é um curso, e aquilo que você viveu na infância te repercute até o último dia.”

## **TEC - Candlepower**

## **LOC**

- + Talvez a gente não se preocupe tanto com a velhice porque estamos ocupados vivendo o agora, e faz sentido.
- + Mas nem por isso deixamos de refletir sobre o futuro. (?) Ou será que deixamos?

- + Esse é um assunto que definitivamente não se esgota em dois episódios, e ainda pode (e deve) ser muito explorado.

### **TEC - vinheta do podcast**

### **LOC**

- + Você ouviu o segundo episódio do podcast Onde Mora a Velhice. Ele foi pensado e roteirizado por Beatriz Herminio como Trabalho de Conclusão de Curso da Escola de Comunicações e Artes da USP.
- + O programa foi editado por Beatriz Herminio. A vinheta é de Gabriel Guerra.



UM PODCAST SOBRE OS FATORES QUE ESTÃO POR TRÁS DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL DE UMA POPULAÇÃO

[ESCUTE](#)

## QUEM PRODUZ

### BEATRIZ HERMINIO

Pensou, roteirizou e produziu este podcast como trabalho de conclusão do curso de Jornalismo da Escola de Comunicações e Artes da USP.

Foi estagiária da revista Galileu, da Editora Globo, e do Instituto de Estudos Avançados da USP. Durante a graduação, participou da gestão da empresa júnior de jornalismo, a Jornalismo Júnior, e estudou por um semestre na Universidade Carlos III de Madri, na Espanha.



## Entre em contato!

Nome \*

Sobrenome

---

---

Email \*

---

Escreva sua mensagem



Este site foi criado no Wix. Crie o seu hoje.

Começar

Enviar

Este site e as artes gráficas associadas ao podcast foram criados por Beatriz Herminio. Desenvolvido com Wix.com.