Habitar

os ecos do envelhecer



KELVIN GIAMBELLI

Habitar

os ecos do envelhecer

KELVIN GIAMBELLI

COPYRIGHT © 2025 Kelvin Giambelli

Todos os direitos reservados.

Orientadora: Drª Vivianne Lindsay Cardoso

Capa e Diagramação: LB Design Editorial

Giambelli, Kelvin Thiago.

Habitar os ecos do envelhecer / Kelvin Thiago Giambelli. — 1. Ed. — Bauru: Giambelli, 2025

134 pg.

Inclui bibliografia.

1. Envelhecimento Populacional. 2. Idosos. 3. Jornalismo Literário. I. Título.

Agradecimentos

Este livro-reportagem é, antes de tudo, um exercício de escuta e gratidão. Ele só existe porque muitas portas se abriram e vozes que confiaram em mim.

No coração deste livro estão os moradores e profissionais da Vila São Vicente de Paulo. Agradeço profundamente pela generosidade de me acolherem em seu cotidiano. Em especial, Regina Garcia, cujo acolhimento inicial foi a porta de entrada que tornou este projeto possível. A todos, que me confiaram suas histórias, suas dores e suas alegrias, a minha gratidão é eterna. Este livro busca ser mais do que um livro *sobre* vocês; ele foi escrito *com* vocês, como um fragmento de suas vozes.

Uma das primeiras portas foi aberta pela minha orientadora, a Professora Drª Vivianne Lindsay Cardoso. Agradeço por sua confiança inestimável no projeto, por cada conselho que afiou meu olhar e por me guiar com segurança e rigor jornalístico e acadêmico. Sua orientação iluminou o caminho como um farol, guiando esta jornada com segurança e rigor até um porto seguro.

Esta caminhada foi sustentada por uma rede de afeto indispensável. À minha avó, Maura Sega, por ser a inspiração primeira e a prova viva da força que este livro tenta descrever. À minha mãe, Márcia Carneiro, e à minha irmã, Pietra Eloah, por serem o alicerce de tudo, pelo amor e incentivos constantes.

A jornada acadêmica me presenteou com amizades que se tornaram inspiração. Agradeço especialmente a Kaique Gustavo de Oliveira e Ana Laura Silva Carvalho, cujo trabalho sobre etarismo me abriu os olhos para o tema. À Ana Laura, por me ensinar que as possibilidades são infinitas. Ao Kaique, por me mostrar como pensar para além dos limites.

Também, deixo meus agradecimentos à Isabela Santana, parceira de estrada que me evoca tanto orgulho e admiração por sua inestimável arte.

Aos meus colegas de trabalho na Justiça Eleitoral, agradeço pela fraternidade e pela imensa compreensão. Em um ambiente de apoio, vocês me deram a tranquilidade necessária para mergulhar nas demandas que um projeto como este impõe.

A todos que, de perto ou de longe, fizeram parte desta construção, o meu mais profundo obrigado.

Sumário

Parte I – Seja bem-vindo, poder entrar! 9
Capítulo 1 – A crônica do Abraço 10
Capítulo 2 – Espelhos da Sociedade 14
Parte II – Sente-se, fique à vontade! 23
Capítulo 3 – Acabei de chegar 24
Capítulo 4 – O Homem Que Amava as Flores 31
Capítulo 5 – Fugindo da Rotina 41
Parte III – Está tudo bem por aí? 52
Capítulo 6 – As Fortalezas da Mente 53
Capítulo 7 – Claro Que A Gente Cuida 62
Capítulo 8 – Com Fé, Eu Vou 74
Parte IV – Você Soube? 80
Capítulo 9 – A Suspensão do Tempo 81
Capítulo 10 – Contas Que a Vida Cobra 87
Parte V – Sinta-se em casa! 93
Capítulo 11 – O Corpo 94
Capítulo 12 – A Sorte e Como Ela Se Faz 97
Capítulo 13 – Quem cuida 105
Parte VI – Até logo! 115
Capítulo 14 – Além da Vila, O Olhar para Casa 116
Capítulo 15 – Coisas que A Gente Sabe 120
Bibliografia e Referências 126

"A coisa mais moderna que
existe nessa vida é envelhecer
A barba vai descendo e os cabelos vão caindo
pra cabeça aparecer
Os filhos vão crescendo e o tempo vai dizendo
que agora é pra valer
Os outros vão morrendo e a gente
aprendendo a esquecer
Não quero morrer pois quero ver
Como será que deve ser envelhecer?"

Arnaldo Antunes

Nota do Autor

O presente livro-reportagem é resultado de um trabalho experimental desenvolvido para conclusão de curso em Jornalismo e o produto de uma imersão na Vila São Vicente de Paulo, em Jaú, São Paulo.

A apuração de campo foi realizada entre os meses de julho e outubro de 2025. O método incluiu dezenas de horas de observação participante nos espaços de convivência da instituição, ao longo de dezenas de visitas, entrevistas com residentes e profissionais, e análise bibliográfica que dá sustentação à discussão.

Em respeito à privacidade e à dignidade dos entrevistados, e em conformidade com o Código de Ética dos Jornalistas Brasileiros, os nomes de todos os residentes foram alterados para pseudônimos. Os nomes dos profissionais e gestores, que falam a partir de suas atribuições técnicas, foram mantidos para garantir a transparência do processo. Todas as entrevistas foram conduzidas mediante consentimento prévio.

Seja bem-vindo, pode entrar!

PARTE I

CAPÍTULO 1

A Crônica do Abraço

Em instituições de longa permanência para idosos também há muita música, festa e saudade. Na manhã seguinte à celebração junina fora de época na Vila São Vicente de Paulo, em Jaú, o sol adentrava os espaços e aquecia tanto as lembranças quanto o corpo.

O primeiro contato com a instituição, situada no coração do Estado de São Paulo, ocorreu em 22 de julho de 2025, uma terça-feira, onde os portões daquele endereço

guardavam muitas histórias prestes a serem descobertas. Foi a assistente social Regina Garcia quem comandou a visita pelos espaços, informando aos moradores das notícias dos familiares que não puderam vir nos festejos.

No pátio, rodas de conversa se formavam ao redor da luz do dia. Alguns, com dores, explicavam a ausência da festança. Outros elogiavam a fartura de alimentos disponibilizados no dia anterior. No Arraiá da Vila teve guloseimas típicas, churrasquinho e pastel. As lembranças das músicas de viola, dos sabores dos doces, das alegrias compartilhadas pareciam vir à tona naquela manhã de céu azul.

De idoso a idoso, Regina os indagava se o momento de descontração foi proveitoso e se a atividade do dia anterior foi interessante. No encontro com Maria, uma das moradoras da Vila, a cena mais delicada do meu primeiro dia. Ela, que sofre com o diagnóstico de Alzheimer, estava aproveitando o calor do sol. Sorriu ao ver Regina, e olhando nos olhos, perguntou:

— *Eu te conheço, meu amor?* - perguntou Maria, com olhos que buscavam uma memória perdida.

— *Conhece sim. Há muitos anos* — respondeu a profissional.

Maria se esqueceu de Regina, porém a abraçou com força, como quem acolhia uma filha ou alguém próximo da própria família. O registro dos seis anos do trabalho de Regina que ficou perdido para Maria, junto às lembranças de toda uma vida.

Na ala dos cuidados intensivos, o silêncio domina, apagando até a lembrança da festa e do forró do dia anterior. Um cuidador afaga a testa cansada de um idoso acamado. O tempo parece se dilatar. Cada gesto torna-se mais lento, mais cuidadoso.

Irmã Clara (pseudônimo), uma das freiras que ajudou a fundar a instituição, viu o abrigo ser construído e se tornar o que é hoje. Acolhida, aos 102 anos de idade, descansa sob a atenção dos enfermeiros. Debilitada por uma vida de serviço, impossibilitada de andar, com a fala é dificultada e os gestos em menor velocidade.

Mesmo assim, ao ver Regina, um brilho de reconhecimento surgiu em seus olhos. Naquele instante, extrapola-se o encontro de uma cuidadora e uma residente. Era, assim, um encontro de legados: a mulher que ajudou a erguer as bases daquele abrigo e a mulher que hoje preenche essas mesmas paredes com afeto e acolhimento. Dali, emerge a primeira

lição: a de que a consciência, muitas vezes, consegue, com frequência, vencer o tempo."

Regina, a assistente social que me apresentou a instituição, circula como quem cuida de uma casa cheia. Sabia quem almoça bem, quem anda calado, quem sonhou com o neto na noite passada. Sabe quem estava com saudade da família, quem estava precisando de algum insumo.

"Aqui é o último endereço", ouvi de um dos idosos, sem tragédia. Como quem reconhece haver dignidade possível até o fim, e que cada celebração, cada roda de conversa, também torna-se uma forma de lutar contra o apagamento.

A luz daquela manhã, que a princípio parecia aquecer os corpos, revelou-se outra coisa: era o holofote sobre a persistência da vida. Ali, onde o passado se tornava incerto e o futuro, uma abreviação, o presente brilhava com uma força imensa.

Ali, ficou claro que, mesmo no silêncio de uma enfermaria ou no abraço esquecido de quem já não nos nomeia, a consciência de existir insiste em brilhar, como uma última brasa que o sopro do tempo se recusa a apagar.

CAPÍTULO 2

Espelhos da Sociedade

No refeitório, as bandeirinhas ainda estavam penduradas. O salão vazio carregava o aroma pungente do alho fritando na panela, misturado com o cheiro convidativo do feijão fresco, prenúncio do almoço que logo seria servido a cada morador. Regina, naquele dia, me apresentaria os espaços de habitação, convivência, práticas religiosas e demais atividades. Um barulho ou outro do

tilintar distante de talheres na cozinha.

Olhando para as mesas vazias, era impossível deixar de imaginar as conversas e os risos da noite anterior, uma festa junina fora de época que insistia em colorir as paredes. Senti-me como um espectador chegando depois do ato final, encarregado de encontrar a história nos vestígios que restaram.

A manhã depois da festa, entre a música que reverbera na memória, sintetiza o que se pretende mostrar neste livro: longe de se resumir à solidão ou ao abandono, a vida em instituições de longa permanência no Brasil revela-se como uma convivência plural, onde há espaço para o amor, as perdas, o humor, a fé, o cuidado e a reinvenção diária.

> O que acontece nos corredores da Vila São Vicente é mais que um caso isolado, é o sintoma mais evidente de uma revolução demográfica em curso no país. De acordo com o Censo de 2022, o número de pessoas com 65 anos ou mais cresceu 57,4% em somente doze anos[1].
>
> Essa transformação é tão veloz que, segundo estimativas da Organização Mundial da Saúde,[2] o

[1] IBGE, 2022
[2] OMS, 2005

Brasil chegaria a 2025 com a sexta maior população de idosos do mundo, um contingente de mais de 32 milhões de pessoas. O futuro espelhado nos corredores da Vila é, portanto, mais que uma distante especulação; é uma realidade demográfica que se instala no mesmo ano em que estas histórias são contadas.

Esta não é uma estatística distante, é espelho. Nesses 32 milhões de pessoas, está o futuro de nossos pais. O nosso futuro. A revolução demográfica acontece nos gráficos do IBGE e em cada casa, na estrutura familiar e na ausência de uma rede de apoio que talvez ainda não percebemos que está desaparecendo.

Os números, embora impactantes, podem parecer distantes.

Eles não são somente 'os outros'. São o espelho do nosso próprio futuro.

A revolução demográfica em curso significa que a experiência da institucionalização deixará de ser uma exceção para se tornar uma etapa possível e, para muitos, inevitável na alvorada da vida.

As perguntas que ecoam para além dos corredores da Vila São Vicente transcende a forma como o Brasil cuida de seus idosos, para nos questionar, intimamente, sobre como cada um de nós está se preparando para habitar a própria velhice.

Neste ponto a ansiedade do futuro pode ser instalada de vez. A pergunta deixa de ser sobre "eles" e passa a ser sobre "nós".

Quem cuidará de você ou de mim?

A família? O modelo tradicional já aparece mais como única resposta. O número de casais sem filhos cresce a cada ano, e segundo o Censo de 2022 do IBGE, eles já representam quase 20,2% dos relacionamentos no Brasil. Para essa parcela crescente da população, a pergunta sobre o cuidado na velhice se torna ainda mais direta.

E mesmo para a família que se resume a um ou dois filhos, como garantir o amparo, se eles também precisarão trabalhar para sobreviver?

O Estado? cujas filas de espera por uma vaga como a da Vila São Vicente podem demorar?

A sua caderneta de poupança? Onde uma ou outra

instabilidade econômica pode devorar o planejamento de uma vida inteira?

Este lugar é além de um abrigo para os outros, porém uma das poucas respostas possíveis para perguntas que ainda não tivemos a coragem de fazer a nós mesmos.

Neste sentido, o que guia este livro é, portanto, um tema simples e urgente: como o Brasil abriga, cuida e preserva as histórias, identidades e vínculos de quem envelhece?

Essa questão se torna ainda mais premente quando se ouve de fundo nos corredores da Vila uma percepção que é comum e pode ajudar a entender a experiência de muitos: a de que, para o idoso, a sociedade parece dizer que "não há mais espaço". Dessa percepção, nasce o sentimento de ter sido deixado para trás, pelos "modernismos" ou pela velocidade de um mundo que não foi projetado para o seu ritmo.

Para responder a todas essas perguntas, é necessário antes entender a anatomia do desamparo.

A primeira condição que aparece, a fragilidade, uma síndrome clínica, a força que o tempo inscreve na biologia, tornando o corpo mais suscetível a doenças.

A outra, mais invisível, a vulnerabilidade. Esta não está no corpo, mas no terreno social instável:

a solidão, a pobreza, a falta de uma rede de apoio[3]. Um idoso pode ser robusto como uma árvore, no entanto se suas raízes estiverem expostas, ele se torna suscetível a qualquer tempestade.

As histórias que habitam a Vila São Vicente são, em sua maioria, encaminhadas à instituição a partir do acolhimento de suas vulnerabilidades. Para aprofundar essa compreensão, especialistas entendem que a vulnerabilidade não é coisa só, mas um fenômeno complexo que se revela em três planos indivisíveis: o individual (o corpo que adoece), o social (a pobreza e a solidão) e aquele que resulta das falhas do próprio sistema (as lacunas do Estado e da saúde pública).[4]

É justamente na tentativa de responder a essa vulnerabilidade que a jornada para a Vila começa. *"O idoso para conseguir uma vaga aqui, primeiro ele vai no CREAS, o centro de referência da assistência social"*, explica a coordenadora técnica Thamires Clavero Troiano. Quando uma vaga surge – quase sempre pela morte de um residente – a instituição aci-

[3] UNB, 2023
[4] UNB, 2023

ona o poder público, que indica um caso da fila de espera.

O passo seguinte é o ato de cuidado preventivo: uma equipe multidisciplinar, composta por psicóloga, assistente social e enfermeira, vão até a casa do idoso. *"A gente vai lá para ver se realmente tem perfil de acolhimento"*, diz Thamires.

Elas avaliam as vulnerabilidades: *"negligência, maus-tratos, abandono, violência física, psicológica, patrimonial"*. Mas, acima de tudo, a vontade. *"Nenhum idoso vem aqui contra a vontade, exceto ordem judicial"*. O processo mostra um sistema que, mesmo com suas dificuldades e sobrecarga, tenta fazer com que a institucionalização seja sempre a última alternativa, uma medida de proteção quando as opções de cuidado em casa, por diversas razões, são insuficientes.

Contudo, a proteção ao idoso é um dever legal. A Constituição Federal de 1988, por meio do Artigo 230, determina que "a família, a sociedade e o Estado têm o dever de amparar as pessoas idosas". Esse princípio fundamenta o Estatuto do Idoso,[5] que amplia os direitos civis e garante ao idoso prioridade, dignidade e autonomia. Apesar dos avanços normativos, a realidade ainda evidencia a distância entre a lei e a prática.

---

[5] Lei n.º 10.741/2003

Além dos desafios estruturais, há a luta contra os estereótipos. A sociedade, e por vezes a mídia, enquadra a velhice em molduras prontas: a da inutilidade ou a de uma jovialidade forçada. Com o tempo, de tanto serem repetidas, essas representações acabam se parecendo com a própria verdade, moldando a forma como percebemos o mundo e a nós mesmos. Nesse ponto, estudos oriundos da filosofia de Stuart Hall argumentam que o significado está independente das coisas, pessoas ou palavras, mas é uma construção social e cultural que, quando repetida e compartilhada, acaba parecendo natural ou inevitável para as pessoas. Assim, as representações atuam como sistemas que constroem sentidos e regulam práticas sociais, influenciando a forma como percebemos o mundo e a nós mesmos[6].

Um dos propósitos deste livro é justamente quebrar essas molduras, revelando que acima da existência de um arquétipo, há sujeitos com trajetórias únicas. E, talvez o primeiro passo para quebrar essas molduras seja repensar a própria linguagem.

---

[6] HALL, 2006

Ao caminhar por aqueles corredores, eu sabia que cada rosto era uma história individual. Era, também, a vanguarda dessa transformação social. Essa busca pelos espaços existentes é, portanto, menos um retrato de 2025 e mais o registro de um fenômeno destinado a se intensificar nas próximas décadas.

Como Caetano Veloso disse em forma de música, o tempo, "um compositor de destinos e tambor de todos os ritmos". Portanto, estas páginas que se seguem representam uma tentativa de ouvir e registrar algumas letras inesquecíveis.

E a primeira canção, naquele dia, era a do silêncio no salão decorado, vazio depois da festa. Regina Garcia sorriu, indicando o corredor que me levaria até os protagonistas desse livro. Era hora de começar a ouvir.

Sente-se, fique à vontade!

PARTE II

CAPÍTULO 3

Acabei de chegar

Todas as manhãs, no quarto recém-ocupado na ala masculina da Vila São Vicente de Paulo, Lino, 84 anos, executa um ritual que o distingue. Enquanto muitos de seus novos vizinhos se perdem nas brumas da memória ou na espera, ele ajeita a camisa, pega seu tablet e se senta perto da porta.

Lino não espera pelos enfermeiros ou a hora do almoço.

Ele espera uma carona para o mundo lá fora. A vinda de um "irmão" da congregação das Testemunhas de Jeová é o sinal para que seu dia, de fato, comece. Ele, o recém-chegado, o morador que, numa curiosa inversão, passa boa parte de seu tempo fora dos limites dos portões.

Ao explicar como chegou à Vila, Lino discorre: *"A primeira coisa é a idade, né? A segunda coisa é que eu sou sozinho"*, resume ele com uma simplicidade que esconde o peso de uma viuvez recente. Foram três anos morando só após perder a esposa, com quem dividiu a vida por seis décadas. A solidão, para ele, não era um sentimento etéreo; tinha a forma de tarefas diárias que o corpo já não dava conta.

— *"Eu saía às 8 horas de casa, voltava às 11. Eu esquecia de cozinhar arroz, de cozinhar feijão. Aí tinha que fazer essas coisas para almoçar. Depois, limpar a casa, lavar roupa... todo dia tinha que lavar",* descrevendo a rotina exaustiva que o estava vencendo.

Mais do que o cansaço, havia o medo. Um medo concreto, que habitava o cômodo mais perigoso de uma casa para um idoso solitário: o banheiro.

"Tinha medo de cair, de machucar", ele conta. *"E para eu pegar esse celular, para avisar alguém, como é que faz se estou machucado e não posso? Isso aí eu tinha medo".*

Esse medo não era hipotético. Ele já havia se materializado. Lino recorda-se de uma noite em que, sentindo-se mal, caiu da cama e rolou para debaixo dela. Sozinho, sem forças para se levantar, precisou se arrastar pelo chão, puxando o tapete e o colchão consigo, até alcançar o telefone e conseguir ligar para um "irmão" da congregação pedindo ajuda. A imagem de si mesmo, caído e vulnerável no chão da própria casa, foi a prova final. A independência tinha, de fato, se tornado um risco grande demais.

Essa condição é a face humana de um desafio nacional. Enquanto a população idosa cresce exponencialmente, as estruturas de apoio familiar se alteram, e a responsabilidade pelo cuidado, antes um dever privado, recai sobre um sistema público insuficiente.

> O receio de Lino era a personificação do que especialistas em saúde pública hoje identificam como um dos mais fortes fatores de risco para a desconexão social: simplesmente, viver sozinho[7].
>
> Essa transformação dos núcleos familiares já se reflete na própria configuração dos lares brasileiros. O tipo de domicílio que mais cresce no país é o unipessoal.. Em pouco mais de uma década, o número

[7] WHO, 2025

de brasileiros que vivem sós saltou para 14 milhões, representando hoje 18% de todas as residências do país, um crescimento que redesenha a solidão e o cuidado no Brasil . Ainda estima-se que cerca de 40% dos lares brasileiros que abrigam somente uma pessoa seja habitado por idosos com 60 anos ou mais[8].

Essa angústia do desamparo, hoje, tem dimensão de crise sanitária. A saúde global passou a diferenciar o isolamento social, a carência objetiva de contatos, da solidão, o sofrimento que essa ausência provoca. Juntos, eles formam uma ameaça letal, associada a quase 900 mil mortes por ano no mundo[9].

A chegada à Vila, portanto, foi um alívio que superou todas as expectativas. Um bem-estar adquirido não só pela superação do medo de viver só. Recentemente teve uma experiência negativa quando passou por uma clínica particular antes do novo lar. *"Fiquei um mês e meio lá, e foi terrível"*, recorda, com a voz mudando de tom. *"O atendimento, mal. Ruim, ruim, ruim"*, enfaticamente repetido.

Foi essa experiência que despertou a sua percepção

[8] IBGE, 2023
[9] WHO, 2025

sobre o que a institucionalização poderia ser. Por isso, ao chegar na Vila, o contraste foi imediato e profundo. *"Posso dizer pra você que daqui eu não esperava que fosse tão bom assim"*, ele afirma, enfático. *"Cem por cento melhor do que eu imaginava".*

Sua história, no entanto, também aponta para a emergência de redes de apoio alternativas. Sem filhos e com parentes distantes, foi em sua comunidade religiosa que ele encontrou o suporte que a família tradicionalmente oferecia. São seus irmãos de fé que garantem sua autonomia, a conexão vital com o mundo externo.

— *"Eles vêm me buscar todo dia. (...) De tarde eles me trazem, depois me levam de novo", explica.*

Esse arranjo revela como grupos comunitários e religiosos estão, cada vez mais, preenchendo lacunas de cuidado e afeto, tornando-se a "família estendida" para muitos idosos. Foi também por meio da fé que ele, um homem que trabalhou 30 anos na roça e 40 como pedreiro sem nunca ter frequentado uma escola, se alfabetizou.

— *"Depois de 20 anos que eu estou com eles aí, então fui aprendendo. Fui lendo, eles ensinavam"*, conta, mostrando o tablet onde hoje lê os textos sagrados. A ferramenta digital,

em suas mãos, símbolo de modernidade, era também uma forma de acesso a um conhecimento que lhe foi negado na juventude.

Nem a fé mais fervorosa aplaca a dor definidora de sua vida. A perda de sua esposa, após 60 anos de união, é uma ferida que o tempo não fecha. *"Se você casar e se der bem com ela... Se ela morrer primeiro, não tem coisa igual. Uma dor muito grande"*, diz ele, com a voz embargada.

Essa ausência reverbera em sua solidão e, no fim, o empurra para a Vila. Por isso, quando questionado sobre seus desejos e esperanças, Lino oferece uma perspectiva que vai além das paredes da instituição.

> Por trás de sua chegada, há uma espera de cinco anos por uma vaga, um reflexo da crescente demanda por Instituições de Longa Permanência (ILPIs). Sua história coincide com a de um número cada vez maior de idosos que, após uma vida de trabalho e a perda de um cônjuge, se veem diante de um dilema impossível: a independência se torna um risco, enquanto o cuidado se transforma em um artigo de luxo ou de sorte.
>
> Para ele, a velhice não é um tempo de realizar sonhos

terrenos, e sim de se preparar para a verdadeira promessa. *"Futuro? Não, aqui não tem futuro, você sabe disso"*, ele responde, convicto. *"O único futuro é a vida eterna. Viver para sempre num paraíso na Terra"*.

Sua visão de mundo, moldada por décadas de fé, o coloca em um lugar de serena espera. Encara a perspectiva dos capítulos atuais de sua vida na terra com paz. Lino Amarante, o recém-chegado, encontrou na Vila mais do que um teto e cuidado.

Encontrou um porto seguro onde pode, finalmente, descansar do medo de cair sozinho, enquanto aguarda, com a tranquilidade de quem já sabe o destino, o dia de reencontrar sua esposa e viver o futuro que sempre lhe foi prometido.

CAPÍTULO 4

O Homem Que Amava as Flores

Imagine chegar aos impressionantes 92 anos com plena lucidez e mobilidade. Foi assim que, em um sábado de sol e céu azul, Nestor, um homem que nasceu em uma fazenda interiorana no ano de 1933, caminhava no pátio da Vila São Vicente de Paulo para se manter ativo.

Essa realidade que surpreende está alinhada ao cenário brasileiro atual: dados do IBGE de 2022 indicam que a expectativa de vida tem crescido a cada ano e apresenta uma tendência de longevidade para a população brasileira, assim como o exemplo de Nestor.

> Hoje, a expectativa de vida ronda por volta de 73 anos, e a população com 60 anos ou mais já corresponde a cerca de 15% do total nacional, tendência que vem crescendo rapidamente.[10] Nestor superou as estatísticas e cenas de um homem ativo vão se desenhando.

A imagem de um idoso, apoiado em sua bengala, caminhando com agilidade e desenvoltura já chamava a atenção nas outras vezes em que o havia observado. Mesmo com as naturais dificuldades, Nestor se move com firmeza e enfrenta a velhice com a altivez de quem viveu uma vida cheia de movimento e memórias. Realmente, ele não aparentava a idade que tem, era difícil abdicar de se perguntar quais seriam os segredos por trás daquela pessoa.

Em uma primeira conversa informal, surgiram as memórias de uma vida na zona rural, no cuidado com a terra,

[10] IBGE, 2022

no contato com a natureza. Quando fala da fazenda onde cresceu, o rosto de Nestor se ilumina. Ele descreve um lugar que remete ao "paraíso". Um lugar onde a comida era tão farta quanto os dez filhos que a casa abrigava.

"Tinha uma porcada, se o senhor visse, porco caipira", ele conta, gesticulando para descrever o tamanho do mangueirão. "*Galinha de sobra, se quisesse comer frango todo dia, podia comer"*. A memória mais forte, no entanto, é a do pão. *"Minha mãe fazia pão uma vez por semana, no forno a lenha"*, ele recorda, e é quase possível sentir o cheiro da farinha comprada em sacos e do fermento crescendo no calor. Era uma vida com o dinheiro contado, onde a fartura vinha da terra, colhida duas vezes por ano.

Nestor é o nono filho de um casal de imigrantes: sua mãe de origem espanhola e seu pai italiano. Desta união, nasceram dez filhos. Sete deles geraram netos, três não tiveram descendentes. Ele e sua esposa estavam neste segundo grupo, embora o relacionamento entre eles tenha durado mais de seis décadas

A companheira de sua vida faleceu após complicações causadas pelo mal de Alzheimer, quando já moravam havia três anos na instituição. Hoje, ele é um dos moradores

mais antigos da Vila. Chegou aos 80 anos, acompanhado da esposa, e ali permanece.

Para Nestor, a maior dificuldade do envelhecimento é o corpo que sofre com algumas dores e a mente, fatigada por uma inquietação permanente causada por suas saudades. A única solução que ele encontrou para essa nova realidade foi 'se conformar'.

— *"Ficar pensando nas coisas, nunca tá contente. Tem que se saber levar a vida".*

Os pensamentos vão com certa frequência aos tempos de juventude, na lida da fazenda:

— *"Queria estar bem para voltar para o sítio, como era antes. Era o que eu gostava. Andar com trator, com carroça e gostava de lidar com os bichos."*

Retomando as memórias de uma infância cheia de gente, disse brincar de peteca, de pião, e que junto de seus amigos corria para cima e para baixo num grande terreiro que tinha na fazenda. Nestor e seus amigos, por vezes, brincavam de serem velhinhos, e no imaginário dele quando criança pensava que o andar era cambaleante, trombando ou caindo uns sobre os outros.

Com entusiasmo, entoou modas de viola que exalta-

vam a fé. Falou do sonho de conhecer a Basílica de Aparecida, infelizmente não realizado. Lembrou com detalhes de uma viagem como romeiro a Maracaí, onde testemunhou os feitos do “Menino da Tábua”, uma espécie de santo milagreiro do interior de São Paulo.

Durante a conversa, ele se inclina um pouco, os olhos ganhando um brilho diferente, o brilho de quem acessa uma sabedoria antiga. *"Vou te contar um caso"*, ele diz, e sua voz assume o tom dos trovadores de história da fazenda. Ele fala de um homem que engravidou a esposa e partiu para uma longa missão, ficando mais de vinte anos afastado. Ao regressar, já com o dinheiro ganho, encontrou a esposa abraçada a um rapaz mais jovem. *"A cena quase terminou em tragédia"*, Nestor narra, fazendo uma pausa dramática. Ele descreve a mão do homem no revólver, a fúria do ciúme, chegando ao ponto central: o conselho que recebera do patrão de "pensar antes de agir". *"E assim"*, conclui Nestor, batendo a mão de leve no joelho, *"ele evitou o julgamento que mataria sua esposa e seu próprio filho, que ele não conhecia."*

Ao seu redor, outros moradores que se aproximaram escutam em silêncio a lição que paira no ar. As habilidades de Nestor na contação de histórias tão vivas e detalhadas lhe

concedem um capital social valioso, e sua sabedoria se torna um ponto de referência para os outros. Essa capacidade de orientar, ele acredita, é a herança mais valiosa que o tempo pode deixar. Ao final da nossa conversa, ele se inclinou como quem confidencia um segredo, e me ofereceu um último conselho, um que parecia ressoar a história que acabara de contar.

"O que seu pai falou para o senhor é verdade, que ele já passou o que o senhor está passando", ele disse, com a voz serena e firme. *"Sua mãe, se ela te der um conselho, grave aquilo lá que ela falou, que é verdade. Ela já passou isso daí também. Ela sabe"*. Para Nestor, a vida se resume a essa simples e profunda verdade: "Os mais velhos, eles têm mais sabedoria". Era a sua forma de expressar que cada conselho é um roteiro, desenhado por quem já percorreu o caminho. Um guia para não dar "o passo mais do que a perna", como ele mesmo adverte, e assim, levar a vida como se pode.

Nestor teve uma vida na fazenda, em contato com a natureza e a terra. Isso trouxe a ele um novo passatempo ao chegar ao abrigo. Por conta própria, ele assumiu a responsabilidade no cuidado dos jardins e canteiros da instituição por muitos anos. O amor pelas flores foi algo que o conectava à

memória de sua ex-esposa, pois era ela quem tinha o costume de zelar pelas orquídeas, lírios e bromélias que ornamentavam seu antigo lar.

Enquanto pôde, cuidou das flores que ele mesmo plantou no lugar que o acolheu. Orgulhoso, mostrou um quadro com um recorte de jornal onde foi destaque no noticiário junto das flores que plantou ali na instituição.

A atenção de Nestor com suas flores era a manifestação de uma vida resolvida. Na psicologia do desenvolvimento, o psicólogo americano Erik Erikson, no livro "O Ciclo da Vida" (1998), descreve a etapa final da vida como um balanço entre a integridade e o desespero. Ao encontrar seu propósito no cultivo das flores, Nestor demonstrava ter alcançado um estado de integridade, aceitando as fases da vida com plenitude, encontrando novas formas de produzir beleza e significados. Cuidando das flores, não existia lamento pelo que foi perdido, e sim uma celebração do que ainda podia gerar.

As dificuldades impostas pelo tempo e pela escassez de insumos fizeram com que seu canteiro não tivesse continuidade na instituição. Ele relembra que tudo era mais colorido na época em que chegou ao abrigo, e que hoje, da atual

equipe, somente uma técnica de enfermagem compartilha o mesmo amor pelas plantas.

Ainda que a Vila conte com espaços arborizados, as flores dele só ficaram na memória e em um recorte de jornal emoldurado. Há atualmente em curso uma iniciativa da equipe de manutenção de restauro de uma horta que poderá fornecer alimentos naturais para a instituição. O abrigo conta com a força voluntária para que o projeto tenha prosseguimento e com fé na filantropia daqueles que podem restaurar pelo menos um pouco do legado de Nestor.

A velhice, sobretudo quando longeva, tem suas durezas no enfrentamento de perdas. Não só as flores já não estão mais ali. A resiliência de Nestor foi testada quatro vezes nos corredores da Vila. Primeiro, a partida da esposa, sua companheira por mais de seis décadas. Depois, a vida lhe trouxe novos afetos, e a morte os levou um a um. *"Eu namorei três aqui. E as três faleceu"*, conta, sem drama, com a calma de quem relata um fato da natureza.

A última de quem ele diz ter gostado mais, partiu há quase um ano. Diante da pergunta sobre como lidar com tantas perdas, ele oferece o pilar de sua sabedoria, uma lição construída em 92 anos de vida. *"Ter tristeza para quê?"*, ele

pergunta, mais afirmando do que questionando. *"As coisas que Deus deixou, né? A gente tem que se conformar e saber levar a vida"*. Tratava-se de uma filosofia ativa de aceitação, a mesma que o fazia levantar e caminhar sob o sol todas as manhãs.

No entanto, sua vida é um ato de persistência, e uma simples conversa revela a alegria e a energia de pertencimento que ele carrega consigo. O ato de Nestor de plantar para a comunidade e cultivar vínculos mesmo na velhice não é só um traço de sua personalidade; é a manifestação de uma necessidade humana fundamental que a ciência hoje confirma em escala global.

> O que sua biografia nos mostra de forma tão sensível, os dados do McKinsey Health Institute[11] corroboram: um estudo de 2023, que avaliou pessoas com mais de 55 anos em 21 países, incluindo o Brasil, revela que o envolvimento social e atividades com propósito melhoram entre 4% e 8% a percepção das condições de saúde e bem-estar.
>
> Essa tendência é corroborada por dados nacionais. Uma análise da PNAD (Pesquisa Nacional por

[11] MHI

Amostras de Domicílios) de 2022, indicou um crescimento na participação dos brasileiros em atividades voluntárias conforme o avanço da idade. Enquanto que a média nacional de engajamento voluntário a partir dos 14 anos é de 4,2% entre os entrevistados, com as pessoas maiores de 60 anos, o percentual salta para 6,7%.

A busca por propósito, então, surge consolidada pela população idosa no país. Atividades voltadas para a comunidade, a construção de uma rede de afetos, podem garantir que a qualidade de vida na velhice seja substancialmente melhorada. A história de Nestor, com suas flores e afetos, serve como um poderoso início para a questão central que exploraremos por meio das próximas histórias: em uma sociedade que envelhece a passos largos, como podemos garantir que todos tenham a oportunidade de continuar cultivando seus próprios jardins?

CAPÍTULO 5

Fugindo da Rotina

Lupo Andrada nasceu em São Bernardo, em 1953, em uma família de funcionários metalúrgicos da GM Motors do Brasil. Ainda menino, já sentia que tinha um espírito livre e que não queria seguir os rumos da geração de seus pais.

Assim como Nestor reencontra propósito no cultivo das flores, Lupo Andrada encontrou seu caminho pela liber-

dade e aventura, numa trajetória marcada pela ousadia e reinvenção. A valorização da estabilidade e a dedicação de uma vida inteira ao escritório definitivamente não estavam nos planos de Lupo desde a infância.

Quando era um "catatau" (nas palavras dele), recebeu de seu avô o apelido de **Chacal**, nome que adotou como identidade durante toda sua existência. *"O chacal é um lobo solitário"*, ele explica, a memória voltando à infância. *"Meu avô viu que eu não gostava de brincar com a molecada. Eu nunca gostei de andar em grupo".*

A razão, para ele, era simples e pragmática: "*Sabe por quê? Sai besteira. Mesmo que você não queira fazer, alguém te instiga".* Essa filosofia de manada, ou a recusa dela, foi o motor que o impulsionou para o primeiro e definitivo ato de sua vida.

E assim, aos 12 anos, entrou em um trem fugindo de casa rumo ao desconhecido. O expresso o levou do Brasil ao Uruguai. E, chegar tão jovem a um país que desconhecia o idioma o fez enfrentar diversos desafios. A sobrevivência se tornou sua primeira grande apresentação.

Recorda, com detalhes, de entrar numa venda e pedir comida, para depois admitir que não podia pagar. A reação do dono, no entanto, foi de acolhimento, não de reprovação.

— "Falei para ele: 'Se eu tiver algum serviço aí, para me pagar o que eu comi, eu vou fazer para você. Qualquer serviço, cortar lenha, carpir quintal'".

— "Não tinha o que comer, né? Eu chegava nos lugares, eu pedia serviço em troca de comida. Aí eu limpava o jardim … E as pessoas me davam um prato de comida."

Dormindo nas praças da cidade estrangeira, encontrou Ídio, dono de uma fábrica de selas para cavalo. Ali, aprendeu o primeiro ofício e a transformar couro bruto de boi em produtos artesanais, uma habilidade de manejo que foi essencial para que o movimento de volta ao Brasil acontecesse.

Neste ponto, a saudade de seu país já pesava, e o garoto esperto renunciou ao que teria para receber de sua rescisão com o seu patrão por algo que pudesse ajudá-lo no retorno. Na iminência de sua volta depois de dois longos anos em terras estrangeiras, recebeu um saco retalhos de couro de boi para poder trabalhar. E, fazendo artesanato com o presente recebido, viajou de cidade em cidade até que chegou ao interior de São Paulo.

Foi nesse caminho, trocando suor por sustento, que o destino lhe apresentou um picadeiro em Ourinhos. O fas-

cínio surge de imediato. O circo foi uma aleatoriedade da vida que o acolheu.

— *"Fui trabalhar no circo, só para montar e desmontar o circo, sabe? A ideia inicial não era trabalhar como artista. E eu me interessei e aprendi."*

E aprender, para Chacal, significava entregar-se ao risco. O corpo se tornou sua ferramenta de trabalho e sua linguagem. Ele se tornou trapezista, equilibrista, motociclista, artista.

E, desta forma, o perigo virou rotina: *"Não tinha rede de proteção. Não usava"*, ele relembra, sem qualquer traço de espanto. *"Nenhum circo usava rede de proteção. Era só no talento mesmo. [...] Para mim era normal. Eu fazia aquilo todo dia."*

Essa normalidade e adaptabilidade à sua nova função o levou a viajar pelo mundo. Com o circo Vostok, fundado na Rússia, diz que conheceu 19 países. A União Soviética, a Alemanha, a Inglaterra. Lugares cujos os nomes, para a maioria, eram pontos distantes em um plano cartográfico, que para ele se tornaram o chão onde montava sua casa temporária.

A liberdade de Chacal era filosófica. Sua ousadia o levou a protagonizar cenas inacreditáveis. A maior delas começou com uma bravata do dono do circo diante do arco de

concreto na entrada de Americana. *"Ele falou: 'Faço uma proposta para vocês, quem passar de moto em cima desse arco, a primeira bilheteria que tem na cidade vai ser dele'"*.

Para Chacal, não era um convite, era uma convocação. Com sua moto 750 cilindradas, ele encarou a estrutura. *"Enrolei o cabo e... Rapaz! Depois que eu estava lá no meio do arco eu me arrependi"*, confessa, rindo. *"Puta que o pariu, não acabava mais. Eu falei: 'Nossa, mano, eu vou cair antes de chegar lá no final'"*.

A façanha terminou com sirenes, um bloqueio policial e dois dias na cadeia. A história não acabou neste ponto. Com o dinheiro da bilheteria que ganhou, ele se postou na entrada do circo e encarou a multidão de crianças que não podiam pagar. *"Eu falei: 'Ó, quem de vocês quer entrar no circo? Pode entrar, tá aberto'". "Entupiu o circo",* recorda. Naquela noite, a plateia gritava seu nome, e a recompensa foi maior que qualquer dinheiro: *"Deve ter sido marcante pra eles, né? Era aquele pessoal da roça..."*.

Essa mesma audácia se revelava em sua forma de pensar. Lembrou-se de certa vez em que foi abordado por religiosos na praça onde vendia seus artesanatos. Diante da pergunta: *"Você sabia que Jesus te ama?"*, sua resposta foi imedi-

ata e desafiadora: *"Eu falei: "Jesus me ama. E o Senhor me ama?".*

Para ele, a fé nunca foi uma doutrina a ser seguida, mas uma convicção forjada na própria experiência: *"Eu acredito que a gente faz o nosso destino".*

Enquanto que como homem voador (nome dado aos trapezistas na época), caminhou pelos picadeiros por todos os cantos, sua família sentia o peso da sua ausência. Alguns de seus familiares já pensavam que ele poderia estar morto.

O reencontro, porém, aconteceu quase quarenta anos depois, em 2001, e foi uma cena digna de seus espetáculos. Seu pai, que sempre valorizou a estabilidade de seu emprego na General Motors, tentou trazê-lo para seu mundo.

— *"Meu pai falou: 'Olha, eu comprei um carro para você aí. Esse Opala vermelho que está na garagem lá é seu'".*

No entanto, recusou o presente, mostrando ao pai o próprio carro que já possuía, um símbolo de sua vida independente. O abismo entre os dois mundos ficou explícito quando levou a família para vê-lo no circo.

O pai não reagiu bem ao ver o ofício do filho. A personificação do medo da morte impediu aquele operário de ver aquele trabalho como arte.

"Quando (meu pai) chegou lá e ele viu eu subindo lá pra balançar no trapézio, foi embora". "Meu irmão falou: 'O pai falou que não quer ver você morrer'". Enquanto voava sob a plateia, seu pai só conseguia conceber a cena como um corpo em perigo.

A desaprovação veio, dilacerante: *"Meu pai ficou bravo. Ele falou: 'Isso não é serviço'.* O choque da estabilidade operária e o da liberdade arriscada do artista, nunca pareceu tão grande.

O tempo, que deteriorou as relações familiares, também exigiu seu imposto do corpo do atleta. *"O corpo não resiste, né? "O corpo sente"*, pondera com uma calma melancólica. *"Foram muitos anos como atleta, né? Porque o artista de circo é um atleta. E o corpo paga o preço posteriormente."*

Chacal, do picadeiro ao semáforo e, por fim, à cadeira de rodas, expõe uma fissura no tecido social brasileiro. Sua vida como artista itinerante e autônomo o colocou à margem das estruturas formais de trabalho e previdência. Para uma geração que valorizava a carteira assinada, ele era a personificação da liberdade; mas na velhice, essa mesma liberdade revela seu custo.

A sua chegada à Vila não é o fim de uma jornada de

aventuras, é a consequência de um modelo de vida para o qual a sociedade não estruturou uma rede de amparo, levantando a questão: como o país cuida daqueles cujas contribuições não foram registradas em um contracheque?

A trajetória de Chacal é um retrato fiel da realidade descrita por pesquisadores do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada[12] em seu estudo sobre o Mercado de Trabalho da Cultura. O documento revela que o setor é marcado por alta informalidade e baixos níveis de proteção social, uma realidade que a própria existência do Plano Nacional de Cultura[13] tentou combater.

Essa condição de desassistência expõe a enorme distância entre os objetivos traçados pelo Estado e a vida concreta de artistas como Chacal. A Meta 11 do PNC (2010 a 2024), por exemplo, previa explicitamente a ampliação da formalização e da seguridade social para os profissionais da área[14]. No entanto, a história do homem que voou pelos circos

[12] SILVA; ZIVIANI, 2018
[13] PNC, 2010 - 2024
[14] SILVA; ZIVIANI, 2018

do mundo e hoje vê-se institucionalizado, é a prova de que, para muitos, essa meta não surtiu efeito prático.

O fechamento do circo itinerante em que trabalhava ocorreu ao mesmo tempo em que sua própria força física diminuía. As luzes do picadeiro se apagaram e deram lugar à dureza das ruas, onde ele passou a ser um artista de semáforo.

Por fim, os três derrames que sofreu, em 2004, 2007 e 2020 representaram o ato final, o fechamento da cortina sobre uma vida de atividade. O último AVC o deixou na cadeira de rodas permanentemente e representou a perda total dos movimentos na perna.

Hoje, a aventura prossegue, porém em um plano diferente. Impedido de viajar com as próprias pernas, viaja pelas páginas dos livros. "Não estudei. Fiz minha formação na escola da vida. "Aprendi a ler e a escrever sozinho", diz orgulhosamente.

— *"Eu leio bastante. Leio um livro diariamente. Sou apaixonado por livros."*

E foi com os livros que ele descobriu a liberdade que seu corpo já não podia mais proporcionar. O espaço para a leitura estabelece-se por meio de uma parceria com a psicóloga

da instituição. Com a Fernanda ele troca figurinhas sobre o novo hábito adquirido. Se antes seu ofício era dominar o corpo que flutuava no espaço, sua nova arte é a de viajar parado, dominando as paisagens da imaginação.

A disciplina do atleta que ensaiava o mesmo salto dezenas de vezes se transferiu para o leitor voraz que devora uma página atrás da outra. É o ápice da reinvenção definitiva do homem-voador: aquele que encontrou na leitura um novo trapézio para a alma.

De sua cadeira de rodas, sob o sol do pátio na Vila, Lupo Andrada, o homem que escapou de um destino e criou o seu próprio flutuando no ar, proporciona uma última lição. Disse ser abraçado por uma fé livre de dogmas:

"Eu acredito em Deus, mas não em religião." "Eu acredito que a gente faz o nosso destino", fala que traduz a evidência concreta de sua própria filosofia.

Embora seu corpo esteja preso a uma cadeira de rodas, seu espírito ainda é aquele garoto de 12 anos no trem, sem rumo definido e com a convicção de que precisava partir.

Quando Chacal narra suas aventuras, não está só revivendo o passado. Está se ancorando na identidade do artista, do explorador, para não se resumir à sua condição na

cadeira de rodas. É a sua forma de afirmar que o 'eu' que voou e o 'eu' que hoje está sentado são, e sempre serão, a mesma pessoa.

> Pensadores como o filósofo francês Paul Ricœur[15] afirmam que é nesse ato de contar que a identidade se firma. A identidade narrativa de Chacal não é a de um idoso institucionalizado. Ele ainda é o artista, um explorador do mundo. Desse modo, seu discurso vira o apoio que o impede de se resumir à condição atual.

O 'eu' de ontem e o 'eu' de hoje unidos criam sentido para sua história. Assim, ele continua sendo um equilibrista. Agora, o desafio não é mais saltar entre trapézios, mas balançar-se na própria memória: um esforço constante para segurar uma lembrança antes que ela se solte no vazio.

[15] Ricœur; 2014

Está tudo bem por aí?

PARTE III

CAPÍTULO 6

As Fortalezas da Mente

As mãos que um dia lavaram, passaram e cozinharam por uma vida inteira, agora se dedicam a uma tarefa de precisão delicada. Sobre a mesa do quarto organizado, um livro de desenhos com papel duro aguarda as cores de um estojo de canetinhas.

Dona Lídia, aos 82 anos, inclina-se sobre a página, concentrada. É um hábito novo, uma habilidade descoberta

nas atividades propostas pela equipe de atenção multiprofissional nos corredores da nova morada. Pintar, para ela, não é um passatempo para preencher as tardes; é um exercício de manutenção, um ato para preservar em seu bem mais valioso.

Da mesma forma com o que ocorreu com o Sr. Nestor, as primeiras impressões com Dona Lídia foram da percepção de sua lucidez e boa disposição. Em quase todos os momentos, é possível encontrá-la em rodas de conversa com os amigos e novos companheiros que fez nesta nova morada.

Naquela última atividade com bingo, ela teve a sorte de completar suas cartelas por duas vezes seguidas antes que algum outro idoso o fizesse. Perguntada sobre esse dia, disse mesmo acreditar ser uma pessoa de sorte.

A tranquilidade de hoje, vivida em um quarto organizado e com passeios ocasionais para atividades externas proporcionadas pela instituição ou para tomar um sorvete, foi conquistada após décadas de uma rotina implacável.

Ela resume décadas de uma rotina implacável com uma clareza que não deixa espaço para autopiedade, reconhecendo que sua vida "não foi muito fácil", mas sim uma jornada de "muito trabalho, muita dedicação".

Nascida no sítio, a infância foi curta. Logo o trabalho como doméstica a chamou, uma vida inteira dedicada a cuidar de outras famílias. Solteira e sem filhos, sua família eram os oito irmãos e seus pais. Um a um, a morte foi levando quase todos, até restarem somente ela e sua irmã mais velha, de 90 anos.

Com o tempo, o trabalho de Lídia mudou de endereço: das casas dos patrões para a sua própria, onde um fenômeno social se revelou em sua forma mais íntima e exaustiva. Ela, provavelmente, nunca deve ter ouvido sobre "Economia do Cuidado", termo que as pesquisadoras do IPEA[16] usam para descrever sua vida. Não precisava ter conhecimento do nome para ser a força não remunerada que sustentou sua família por décadas.

A sobrecarga recai desproporcionalmente sobre as mulheres, assim como foi para a Lídia. Os pesquisadores que analisam essa realidade, tentam medir o valor de um trabalho historicamente invisível e não remunerado.

Ao entender que cuidar dos filhos, dos doentes e dos idosos é uma atribuição majoritariamente feminina, compreendemos que a busca por uma ILPI muitas vezes não é

[16] PEREIRA; FONTOURA; PINHEIRO, 2016

uma escolha, mas a única alternativa para famílias sem uma rede de apoio formal[17].

Primeiro, foi a sua mãe, Carolina, que após uma queda ficou acamada, precisando dela para tudo. *"Ela andava pouco, segurando numa cadeira para ir ao banheiro, para ir à cozinha. Eu sempre estava por perto, né?"*, conta Lídia. Foram cinco anos assim, até ao último suspiro, quando uma pneumonia a levou aos 86 anos.

A casa mal teve tempo de se acostumar ao vazio. Logo depois, foi o seu irmão quem adoeceu. Ele queixava-se de dores, mas recusava-se a procurar ajuda. *"'Vai no médico'"*, ela insistia. *"'Que médico, o quê?'"*, ele respondia, teimoso.

Quando finalmente aceitou tratamento, o diagnóstico foi um câncer agressivo na coluna. Seguiu-se mais um ano e meio de uma rotina esgotante. *"É muito desgastante para a família, né?"*, reflete ela. *"Tinha que ficar lá com ele, coitado. O hospital é muito cansativo"*. Ela suportou tudo, mais uma vez, até que ele também se foi.

Os anos que Lídia dedicou a eles, no entanto, não contaram para a sua aposentadoria. Isso faz com que sua

[17] PEREIRA; FONTOURA; PINHEIRO, 2016

história seja a face humana de uma contribuição colossal que o sistema insiste em não reconhecer como trabalho, uma realidade que economistas e organizações globais só agora começam a medir.

> Segundo a OXFAM[18], o trabalho de cuidado não remunerado poderia injetar pelo menos US$10,8 trilhões na economia global anualmente. Um valor astronômico que é três vezes superior ao de todo montante gerado pelo setor de tecnologia.

Um papel que, no Brasil, recai desproporcionalmente sobre mulheres. Esse trabalho, essencial para a sociedade, não gera aposentadoria nem reconhecimento formal, nem mesmo direitos trabalhistas como férias ou salário. Acaba por vezes deixando um rastro de vulnerabilidades.

Um roteiro vivido por milhões de brasileiras. É uma regra não escrita, que pode ser observada diariamente por quem trabalha na linha de frente do amparo. *"Quando existem três filhos homens e existe uma mulher, a mulher sempre vai cuidar do pai e cuidar da mãe"*, observa Jane, a supervisora de cuidados da Vila, a partir de décadas de experiência profissional. "O filho fala para a irmã: 'você tem mais jeito'".

---

[18] OXFAM; 2020

Essa lógica cultural, que transforma o cuidado numa sentença feminina, explica por que a solidão e a insegurança que Lídia enfrentou mais tarde não foram um acaso, uma consequência direta de uma vida inteira doada aos outros.

Foram as experiências com a incerteza da vida que forjaram sua maior convicção. Hoje, seu principal desejo não é ganhar no bingo, mas algo muito mais fundamental: saúde física e mental.

Foi em 2004 que a solidão se instalou de vez. Aos 62 anos, após uma vida inteira cuidando dos outros, ela se viu completamente sozinha na casa que antes abrigou a família. Era uma casa de paredes velhas e memórias pesadas, onde a vizinhança passava uma semana sem ser vista.

E foi nessa situação que uma das "rachaduras do mundo" se abriu sob seus pés. Um conhecido mais jovem, envolvido com a questão de drogas, começou a roubá-la.

A invasão de seu lar, com o telhado pulado e as gavetas reviradas, não lhe tirou somente bens materiais; roubou sua sensação de segurança. O que sentiu naquela noite era a reverberação de um problema social infelizmente muito comum aos idosos.

Uma pesquisa recente da Universidade Federal Fluminense e Fiocruz[19] revelou uma verdade devastadora: para a maioria dos idosos, o perigo não está na rua, mas dentro de casa, onde mais de 80% das agressões acontecem, muitas vezes pelas mãos de conhecidos próximos. A chegada a um abrigo como a Vila, portanto, é cada vez mais, a única rota de proteção ante as inseguranças.

A vinda para o abrigo foi uma consequência. Sozinha, com a segurança ameaçada e acometida por uma doença crônica intestinal, ela definhava.

— *"Ah, eu tinha diarreia que não cortava. Não passava de jeito nenhum",* conta, lembrando da fraqueza que a impedia até de comer. Foi nesse estado de vulnerabilidade que cedeu ao apelo de uma sobrinha.

— *"Bem dizer, fui obrigada a vir, porque eu estava sozinha em casa, doente, fraca".* O medo era palpável, alimentado pela previsão de uma amiga.

"A pessoa falou assim: 'você vai lá, você não vai se sentir bem, porque um vai gritar, outro vai... vai ser uma coisa. E eu já tô te avisando, eu não vou lá te ver'". Ela chegou à

[19] UFF/FioCruz, 2024

Vila esperando o pior. O que encontrou foi o oposto. *"Pensei que não ia me acostumar. Cheguei aqui tranquila. Aqui eu fico em paz, graças a Deus".*

Essa paz, no entanto, não preenche todos os espaços. A memória dos tempos de família se torna mais viva em datas específicas, revelando a melancolia que também habita a vida na instituição.

"Quando tinha meus irmãos, a minha mãe, a gente no Natal se reunia, e agora aqui não, aqui o Natal é a mesma coisa de qualquer dia". É a ausência dessa alegria familiar, do ritual da "família cheia", que marca a diferença fundamental entre o lar que foi e o lar que agora é. A comemoração do natal, ainda que celebrada no abrigo todos os anos, não lhe traz as mesmas lembranças de quando as festanças eram em sua casa.

De sua mãe, ela diz ter herdado a lucidez, e pede a Deus que lhe conceda a mesma graça de se manter sã até o fim. É a saúde física e mental que lhe permite manter o seu bem mais valioso, aquele que ela vê esvair-se em alguns companheiros de abrigo.

A sua filosofia, forjada na observação diária e na própria experiência, é de uma clareza cortante.

"Eu falo, quem perde a cabeça, perde o corpo inteiro". A frase é repetida como um mantra, a sua maior verdade. **"Porque a cabeça faz parte de tudo, né? A cabeça é quem comanda"**.

Cada desenho que colore é uma prece por essa lucidez. Cada lembrança que partilha é uma vitória. Ela é a guardiã da sua própria história e, enquanto a memória funciona, a sua fortaleza permanece intacta.

A mulher que passou a vida inteira em funções de cuidado, servindo aos outros com as mãos, descobriu na velhice que essas mesmas mãos podiam criar algo só para si. Cada cor escolhida, cada traço preenchido, é um ato de redescoberta e autonomia. A arte, para ela, tornou-se a prova de que, mesmo após uma vida inteira, ainda há espaço para nascer de novo.

A memória, para Dona Lídia, não é um arquivo de um passado difícil; é a prova de que ela ainda está ali, inteira. E essa, talvez, seja sua maior sorte.

CAPÍTULO 7

Claro Que A Gente Cuida

O tempo para Dona Tarsila tem um som particular. Não é sobre o tic-tac dos relógios que marcaram os mais de trinta anos de casamento com o Sr. Pedro, mais conhecido por seu apelido carinhoso, Pedrinho. O tempo para ela tem som de espera.

Nas varandas entre os blocos, suas mãos recebiam esmaltes novos no dia do seu aniversário. Uma das cuidadoras

do abrigo dava cores às suas mãos. Suas mãos, que agora recebem carinhos e cuidados, não são lisas: são um registro. Cada calo, cada veia saltada, conta um capítulo da história que as palavras não alcançam: as panelas que areou por uma vida inteira, o chão que esfregou para se libertar, o homem que esculpiu com afeto e o amparou em seus braços.

A espera tem um propósito e um nome: Pedro. Sentada na cadeira de rodas, posicionada como uma sentinela no limite do seu território permitido, ela o observa da ala masculina.

Quando ele surge ao sol, no ritmo que a idade impõe, o universo dela, que já foi uma casa inteira, se comprime naquele olhar distante. Eles podem se ver a qualquer momento, porém nada mais é como antes. A observação é um lugar que ambos já habitam há algumas décadas.

"Quando a gente veio pra cá, a moça (sem se lembrar de quem era a profissional) prometeu um quarto pra nós dois", Tarsila conta, a voz firme, sem traço de autocomiseração. *"Disse que ia ter um lugarzinho só nosso. Aí não teve como. Já faz sete meses."*

Sete meses. Um tempo longo o suficiente para o esmalte recebido desbotar e ser refeito dezenas de vezes. Um

tempo em que a noite, o momento mais íntimo de uma vida a dois, se tornou um momento solitário.

A história deles nunca foi um romance de cinema, era um pacto de cuidado, firmado no dia a dia. Quando se conheceram, foi ela quem enxergou nele o potencial que ninguém via. Foi ela quem o ajudou, quem o amparou, quem construiu a base sobre a qual ele poderia se reerguer.

Esse pacto de sobrevivência a dois foi forjado em uma infância de abandono. Filha de um casal com outros catorze filhos, Tarsila cresceu em um mundo onde o afeto era tão escasso quanto a comida no prato. O abandono, para ela, não foi um ato único, mas uma rotina de negligência.

"Eles faziam comida e levavam tudo para a roça, nos deixavam sem comer", conta, com a memória intacta.

A imagem de duas meninas entregues à própria sorte é o marco zero de sua história; a partir dali, cada ato de sua vida seria uma luta feroz para nunca mais ter que se ajoelhar por pouco. Foi com essa memória no corpo que ela chegou, aos 12 anos, a um abrigo, já desconfiada do mundo e decidida a não depender de ninguém.

Ela observava Pedro desde a janela do abrigo onde vivia, onde ele ia todos os dias visitar a mãe. Na verdade, os olhos

dele estavam em Tarsila. *"Ele sentava no morrinho"*, ela recorda, *"lá ele ficava olhando para mim, mas eu nem dava atenção."*

A primeira impressão não poderia ser pior. *"Credo. Eu não quero ter homem nenhum"*, pensava. *"Esse homem é feio, não sabe se vestir. Parecia que enfiava um penico na cabeça e cortavam o cabelo dele"*.

A insistência dele, no entanto, começou a gerar um incômodo diferente. O ponto de virada veio quando ela o imaginou com outras mulheres na pensão onde ele morava. *"Aí eu percebi, né?"*, ela confessa, com um sorriso de quem se rende. *"Ai, meu Deus, eu gosto dele, porque eu tô com um ciúme"*. O amor, para Tarsila, nasceu na forma de posse. E, como sempre, ela tomou o controle.

O namoro só aconteceria sob suas condições: era preciso mudar o corte de cabelo, as roupas, o emprego. Ela não estava aceitando um namorado; estava iniciando um projeto. Foi ela quem o levou para a barbearia, quem garimpou roupas melhores no bazar e quem, com sua rede de contatos, lhe arrumou um emprego de cobrador na empresa de ônibus. Ela não estava só se apaixonando; estava esculpindo, com uma determinação feroz, o homem com quem passaria o resto da vida.

Sua força de vontade se manifesta de formas radicais. Por seis anos, ficou "presa" na cozinha do abrigo, um lugar do qual não gostava, explorada em uma função que não escolheu.

"Lá não tinha empregado. Os doentes mesmo que faziam tudo", ela explica. A imagem é a de uma menina subindo em um banquinho para alcançar as panelas altas, uma rotina sem fim. A frustração acumulou até o ponto de ruptura.

Ela queria sair daquele trabalho, mas não encontrava forma para que a despedisse. A solução, então, veio na forma de um ato de rebeldia calculado e desesperado.

"Eu fui fazer omelete e joguei mais gordura para queimar mesmo, que eu queria sair", conta. *"E quebrava os pratos para me tirarem"*.

O ato de se ferir deliberadamente não era um acidente, foi a única ferramenta que possuía para forçar uma mudança, um grito de liberdade escrito na própria pele.

Anos mais tarde, quando trabalhou como governanta em uma mansão, sua filosofia de ordem ficou clara em um teste que aplicou a uma nova faxineira.

"Coloca a vassoura deitada na porta", instruiu uma colega.

"Quando ela chegar, se ela catar a vassoura e puser de pé, pode contratar ela. Porque tem que se incomodar com as coisas, né?". A moça, na ocasião, passou no teste dela.

Essa era Tarsila em sua essência: uma mulher que acreditava que o caráter de uma pessoa se revela no incômodo diante da desordem. E foi com essa mesma régua que ela mediu e moldou Pedro, transformando o homem que ninguém via no pilar de sua própria vida. Ela foi a arquiteta da vida a dois.

O pacto de cuidado que firmaram não era tão somente romântico; era estrutural. E se baseava em uma decisão, tomada por ela antes mesmo do casamento. Tendo sofrido na pele a diluição do cuidado em uma família de catorze filhos, Tarsila tomou uma resolução que desafiava a sua época.

"Eu tinha pavor de ter filho, eu não queria", confessa. E, como em tudo na sua vida, ela agiu. *"Ele operou seis meses antes de casar. Operou para não ter filho".*

Este ato, a vasectomia de Pedro a pedido dela, foi talvez o alicerce mais importante de sua união. Não ter filhos não foi um acaso ou uma impossibilidade, mas uma escolha deliberada para quebrar um ciclo de abandono.

Ao fazer isso, eles se fecharam em um núcleo de cuidado mútuo absoluto. A família deles seriam eles mesmos, um para o outro, em tempo integral. Foi a promessa que fizeram e que, décadas mais tarde, o corpo doente de um e de outro viria a cobrar.

Historicamente, o cuidado com os idosos no Brasil era uma tarefa informal, majoritariamente feminina e familiar. Com a inserção da mulher no mercado de trabalho e as mudanças familiares, essa responsabilidade está sendo cada vez mais transferida para instituições (casas de repouso, abrigos) ou cuidadores profissionais.

Anos mais tarde, a estrutura se inverteu no relacionamento deles. *"Eu fiquei doente, não conseguia mais fazer mais nada",* conta, com a franqueza de quem reconhece a própria situação em que se encontra.

Quando as dores tornavam as tarefas mais simples um esforço hercúleo, foi ele quem se tornou o pilar. *"Ele fazia tudo". "Comida, limpeza, me dava banho. Tudo. Se não fosse o Pedro..."* A frase não precisa de fim. A dívida de amor e cuidado é impagável, e por isso mesmo, é o que os une.

A caminhada dela ilustra perfeitamente essa transição. O cuidado entre ela e o marido era a base da relação:

primeiro ela cuidou dele, depois ele cuidou dela quando ela adoeceu. Quando esse sistema de cuidado mútuo entrou em colapso por fragilidade de ambos, a institucionalização se tornou a saída.

No entanto, as instituições para idosos ainda enfrentam o dilema constante entre garantir a segurança (proteção) e respeitar a individualidade (autonomia) dos residentes. Para isso regras logísticas, como a separação por gênero, são criadas para facilitar a gestão. Porém, o verdadeiro desafio é saber quando quebrá-las para preservar um ritual.

Foi aí que a equipe precisou aprender essa lição com o casal. A coordenadora Thamires conta que a nutricionista encontrou, certa vez, a Dona Tarsila triste e cabisbaixa. Quando questionada, ela confessou:

"Ah, eu gostava de, à sexta-feira, pegar no meu marido e a gente comia salgadinho, queijo, presunto... um happy hour, um dia diferente".

A confissão dela não se perdeu. Thamires conta que ao ouvir o desabafo, a nutricionista se esforçou para criar um momento especial.

"Fez como se fosse um drink com um copo bonito, sem álcool obviamente, comprou queijo, presunto, salaminho, fez

tipo uma tabuinha de frios... e eles ficaram a sexta-feira lá no refeitório. Nossa, ela adorou".

É nesse gesto, na recriação de um ritual privado, que a instituição transcende a própria lógica e se esforça para ser um lar. *"A gente tenta trazer o que eles faziam na casa deles para aqui",* conclui.

O que a separação de Tarsila e Pedro revela é um das contradições mais delicadas do cuidado na velhice. Na ânsia de proteger os corpos, as instituições por vezes podem incorrer no risco de perder de vista as biografias que esses corpos carregam.

Não se trata de uma falha necessariamente intencional, mas de uma lógica onde o essencial, por ser invisível aos olhos, se torna secundário.

A cadeira de rodas de Tarsila, sempre à espera, e o andar lento de Pedro, que vem de outra ala, não denunciam um sistema; eles nos lembram que o amor, mesmo envelhecido e amparado, ainda precisa de um lugar para morar.

Quando levantou-se o tema de ainda sonhar com uma cama de casal, a resposta é um suspiro de resignação. "Não tem como". A cama de solteiro é pequena, o espaço é insuficiente para os dois, e conformada aponta que “regras são regras".

Se a resiliência de Seu Nestor nos falou da força que brota da alma individual, a de Dona Tarsila nos revela uma verdade distinta: a resiliência que se tece a dois.

Em uma outra manhã, enquanto uma das cuidadoras Katia realizava um gesto de cuidado íntimo, desenhando a sobrancelha de Tarsila, ela notou os olhos da idosa inchados. "A senhora chorou?", perguntou.

Após uma negação frágil, a verdade veio à tona, revelando que sua vigília é constante: *"É o Pedro. Ele não tá comendo direito, acho que tá emagrecendo"*. Sua preocupação com ele, que a impede de dormir, contrasta com sua própria força vital.

A força dela não está em ter sobrevivido ao abandono juvenil. Há nela uma espécie de teimosia de estar por e com Pedro todos os dias.

Quando Pedrinho chega, sua mão repleta de marcas do tempo pousa sobre a dela e o tempo da espera se cala. Ao final de nossa conversa, com a voz embargada pelas memórias e pela saudade do quarto que nunca veio, a pergunta inevitável paira no ar: “depois de tudo, ainda sobrou amor?”. A resposta dela é imediata, uma confissão que resume uma vida inteira de dedicação:

— *"Ah, sobrou, né? Muito amor, né?"*, ela afirma, e então revela a medida exata desse sentimento: *"Nossa senhora, porque quando acontece algo com ele, eu fico com mais medo do que comigo"*.

Nesse medo pelo outro, maior que o medo por si mesma, reside a história inteira. No espaço entre duas cadeiras de rodas, dois quartos individuais, duas alas, eles nos obrigam a perguntar: o que, de fato, significa partilhar uma vida, quando tudo o que resta é a certeza de que, mesmo em ambientes separados, o amor ainda mora em nós?

Na mitologia antiga romana, o amor na velhice tem uma face: Baucis e Filêmon. Um casal tão fundido em sua devoção mútua que os deuses lhes concedem a graça de se transformarem em duas árvores, entrelaçadas para sempre. Sua história se tornou o arquétipo da união total.

A história de Tarsila e Pedro, no entanto, não replica o mito; talvez ela o atualize para o nosso tempo. A união deles encontrou uma nova forma de existir dentro da Vila. A separação em quartos individuais, que à primeira vista poderia parecer uma imposição, revela-se como a continuação de uma dinâmica própria. O amor deles não reside mais na promessa de um quarto de casal. Hoje ele vive na vigilância afe-

tuosa de Tarsila, que da sua cadeira o observa e se aflige se ele não se alimenta direito.

Eles nos ensinam que o amor na velhice não precisa ser um carvalho e tília entrelaçados para ser real. Às vezes, ele é a certeza de que, mesmo em quartos separados, uma alma está permanentemente de guarda pela outra.

CAPÍTULO 8

Com Fé, Eu Vou

Deus abençoe a sua missão." A frase sai com uma naturalidade que só pertence a quem vive o que prega. É o olhar fraterno de uma mulher que fez do serviço diário a sua forma de praticar o amor ao próximo.

A frase, curta e potente, aparece momentos depois que ela se vai. Que missão? A de colher as histórias que habitam este lugar? Ou a dela, uma vida inteira dedicada ao cuidado?

Talvez a missão seja a de todos eles: a de encontrar um sentido, um amparo, quando o corpo pesa e a memória falha. Para muitos, esse amparo tem um nome, e se chama fé. Uma fé que não é única, mas que se revela de formas tão distintas quanto as vidas que pulsam nesta casa.

Encontrou-a em seu novo quarto, perto de um pequeno altar de inúmeros santos. Ela toma o lanche da tarde enquanto a TV, ligada na Rede Vida, transmite uma missa.

A cena de uma religiosa em seus aposentos, entre as lembranças de fé e a companhia da programação católica, já seria tocante. Mas com a Irmã Angélica, a história se aprofunda: aquela que sempre cuidou, agora é cuidada. Uma transição imposta pela pressão alta e um coração que já não acompanha o ritmo de outrora, colocando-a diante da mesma fragilidade que ela passou a vida a amparar nos outros.

Nascida em Minas Gerais, ingressou na vida religiosa em 1967. Sua jornada foi marcada por um serviço itinerante, uma vida de "missão" que a levou a diversas cidades, incluindo São Paulo, Belo Horizonte e rincões no sul do país, sempre a serviço da Igreja e de suas obras sociais.

— *Onde é que me mandavam eu ia, né?* - Resume.

Essa vida de desprendimento e serviço ao próximo moldou sua identidade. O avanço da idade trouxe as limitações. Os problemas de saúde, como pressão alta e uma condição cardíaca, a forçaram a reduzir o ritmo e, por fim, estabelecer-se de forma mais permanente na Vila São Vicente.

Quando questionada sobre o que não se permite esquecer, a resposta vem sem hesitar: a fé. Diante das incertezas da memória e da solidão dos dias, é na Capela que ela encontra seu refúgio e sua força.

— *"Porque Ele é nosso pai e nosso dono. Tem que recorrer a Ele"* afirma com a convicção de quem fez de Deus seu interlocutor diário.

A dedicação de Irmã Angélica à sua missão é a personificação do que a ciência vem comprovando: a fé é uma ferramenta de manutenção de saúde. Uma revisão de pesquisas sobre o tema, publicada no periódico *Sacrilegens*, confirma que a religiosidade está diretamente associada a menores índices de depressão e ansiedade entre idosos[20].

A fé revela-se, então, como uma força vital, uma estratégia para enfrentar limitações, perdas e a finitude. Para Irmã Angélica, a oração diária é mais do que um hábito: é

[20] FRANCISCO DOS SANTOS NETO, 2021

ferramenta essencial para preservar a saúde mental, um escudo emocional que confere sentido à vida na Vila.

A fé dela não é um refúgio que a aparta dos problemas contemporâneos. É a partir de sua convicção que ela constrói uma crítica social aguçada. Para ela, os dilemas do mundo contemporâneo, das guerras às drogas, têm uma única raiz: a desagregação da família, o pilar que, em sua visão, sustenta tudo.

— *"Falta a união dos pais, dos filhos, né? [...] Os casais se esquecem dos votos que fazem"* — lamenta, diagnosticando uma crise nos alicerces que ela sempre defendeu.

Sua análise é contundente: *"A culpa da guerra é a falta de Deus na família. É falta de Deus"*. Talvez ela nem desconfie, mas sua percepção, vinda de reflexões em seu quarto, encontra ecos nos gráficos e tabelas do Censo. O mundo que ela vê se esvaziar de fé não é tão somente uma impressão, já é uma realidade estatística.

> O catolicismo que abraçou em 1967 como pilar de sua existência perde força a cada ano. Hoje, os católicos representam 56,7% dos brasileiros[21], uma queda expressiva se comparada aos 65% de

[21] IBGE, 2023

> pouco mais de uma década atrás. Para onde vai essa fé? Parte dela migra para outras crenças, enquanto que uma parcela simplesmente desaparece.
>
> O número de cidadãos que se declaram "sem religião" aumentou para 9,3%, e é entre os netos e bisnetos de sua geração que essa ausência se torna mais nítida. Na faixa dos 20 a 24 anos, quase um em cada sete jovens já não se identifica com nenhuma prática religiosa[22].

A preocupação da irmã, portanto, é o retrato de um abismo geracional, o testemunho de uma mudança cultural que a distância do mundo que ela sempre conheceu e serviu.

Em todos os nossos encontros, ela me acolheu com seu largo sorriso, sempre repetindo a mesma bênção. E é pensando nesse desejo, “que este repórter encontre sua missão”, o qual caminho para tentar decifrar o seu olhar.

A missão que ela abençoa talvez seja esta: compreender as múltiplas formas da fé que pulsam na Vila. Compreender como, para Lino, ela se transforma em estrada e comunidade; para Nestor, em melodia e saudade; e para Lupo, na própria coragem de quem acredita na própria força.

---

[22] IBGE, 2023

O amor se manifesta nela de outra forma, não como comumente conhecemos como ideal romântico. O amor de Angélica reside em sua fé. Talvez sua sabedoria seja justamente esta: saber que toda jornada de resiliência é, à sua maneira, uma forma de crer.

Você Soube?

PARTE IV

CAPÍTULO 9

A Suspensão do Tempo

O chiado do óleo na panela era a única trilha sonora na cozinha, uma promessa do pequeno ato de independência que Lúcio estava prestes a realizar. Naquele dia, a aposta foi na cadeira de rodas. Ele a levou até o fogão, mas a manobra terminou no deslize traiçoeiro de uma roda sobre um piso úmido.

O baque metálico da panela no chão foi quase simul-

tâneo ao som abafado e terrível do líquido quente encontrando suas pernas. Antes mesmo do grito, veio o cheiro acre de pele queimada e uma dor ofuscante, que parecia apagar o mundo.

A dor da queimadura foi imediata, já a dor do entendimento chegou um segundo depois, no silêncio que se seguiu: ele não poderia mais morar sozinho.

— *"Eu fui fritar frango e a vasilha virou. Queimei tudo embaixo",* lembra. *"Aí não deu mais pra ficar em casa."*

Histórias como a dele se espalham por um Brasil que sofre com as fragilidades impostas pelo transformar do corpo na velhice. Caminhar pela cidade, atravessar um cômodo, cozinhar, tomar banho fica mais complicado quando o corpo não consegue corresponder aos movimentos planejados pela cabeça.

— *"É duro. Não tem jeito: em casa é bom, mas aqui tem quem cuida."* - disse sobre o acolhimento recebido por ele na Vila São Vicente de Paulo.

Antes do acidente, Lúcio, hoje com 68 anos, era outro homem. Eletricista concursado pela Prefeitura, tinha as mãos firmes de quem conhecia a linguagem dos fios.

Passava os dias no alto das escadas, sob o sol, devolvendo a luz aos postes da cidade, um trabalho que exigia precisão e coragem. Aos domingos, a rotina era sagrada: lavar o

seu carro, um Golzinho que tratava como filho e assistir aos jogos do seu Santos, com o som da torcida pela casa.

— *"Acostumar com a vida nova é o mais difícil. Antes você trabalhava de um dia pro outro, vem a parada, aí complica… Eu lavava o carro todo final de semana. Meu Golzinho parecia filho",* relembrou.

Qualquer dor no corpo, no entanto, não se compara à memória da sirene e da notícia que recebeu em 2013. A perda precoce de seu filho, um rapaz alto, forte, que "jogava basquete". Que bateu a moto contra uma placa, uma colisão violenta resultando em uma hemorragia fatal. A tragédia foi agravada pelo fato de a namorada estar grávida de quase sete meses.

A vida, no entanto, insistiu em brotar da tragédia. A neta nasceu meses depois, trazendo no rosto os traços do pai que nunca conheceu. Hoje, é ela quem o visita na Vila, uma aparição do filho em forma de menina, correndo pelos corredores que o avô percorre de cadeira de rodas.

As visitas são a suspensão daquele tempo de dor, a prova de que a linhagem de Heitor não foi interrompida. Para um homem que perdeu tanto, a presença da neta não é um consolo; é a continuação da história, a única herança que a morte não pôde levar.

Naquele dia de 2013, a dor particular de Lúcio conectou-se a uma tragédia nacional. Heitor tornou-se, tragicamente, um rosto para os números frios de uma epidemia silenciosa, dimensionada por um informe epidemiológico recente da Fiocruz[23].

O estudo revela um cenário brutal. Primeiro, o dado geral: 65% de todas as mortes de jovens no Brasil resultam de "causas externas" (contra 10% na população geral), atingindo a taxa alarmante de 218,2 mortes por 100 mil habitantes na faixa dos 20 a 24 anos.

Depois, o recorte mais específico que vitimou Heitor: nos acidentes de transporte, homens jovens são 84% das vítimas fatais, e as motocicletas estão envolvidas em metade (53%) desses casos. A ferida social que ceifou Heitor materializa-se, assim, na dor incurável de pais como Lúcio.

No presente, ele se agarra aos rituais possíveis. Em seu quarto, há um frigobar que permite que desfrute de pequenos prazeres. *"Quase ninguém tem. Só eu que tenho"*, ele revela, e o orgulho em sua voz é inconfundível.

---

[23] LEANDRO, 2025

Comprado com o próprio dinheiro, o refrigerador é a prova de sua soberania. Ele o abre para mostrar: ali dentro, empilhadas, estão as latinhas de Coca-Cola e Guaraná que nunca faltam, junto com as frutas que as funcionárias do abrigo compram à seu pedido: maçã, banana, pêra, as favoritas para depois do almoço.

A morte continuou a visitar sua família. Seu irmão, com quem chegou a conviver por alguns meses ali mesmo na Vila, morreu após um AVC. Depois, uma outra sobrinha foi vítima da "doença do Corona", forma que ele traduz a pandemia provocada pelo Covid no início da década.

As perdas se empilham na memória de quem fica. Diante do vazio deixado por tantos, a filosofia dele é de uma resignação que não apaga a dor.

A conversa fica no ar, pesada como o calor da tarde que entra pela janela de seu quarto. A mão de Lúcio, inchada e coçando, repousa sobre o braço da cadeira de rodas como um guia de suas aflições presentes. Logo, um técnico de enfermagem aparece interrompendo a entrevista e confirmando uma consulta com o médico nos próximos dias para verificar esses novos sintomas.

Dentro do quarto, o zumbido do frigobar é a trilha

sonora de sua pequena soberania, a promessa de uma fruta fresca ou de um guaraná gelado. É nesse pequeno universo de controle, entre a dor do que foi perdido e o conforto do que pode comprar, que ele encontra uma brecha para seguir.

Não é felicidade, talvez nem esperança. É algo mais cru, mais teimoso. É a força de quem encara o abismo e, mesmo assim, decide tomar um gole de ar e concluir:

— *"A gente não pode deixar de se animar na vida, né?"*

CAPÍTULO 10

Contas Que a Vida Cobra

Se para alguns moradores da Vila a luta é contra fatores externos, para outros ela acontece contra o próprio corpo. É o caso de Amaro, que nunca está sozinho em sua cadeira de rodas.

Acompanha-o sempre um cabo de vassoura liso e gasto pelo uso, que ele carrega ao lado de suas pernas. É uma ferramenta. Uma arma contra a estagnação. Com ele, Amaro

repete os exercícios de alongamento que a fisioterapia ensinou; um ritual diário que é menos sobre a esperança de melhorar e mais sobre a teimosia em não querer piorar.

— *"Melhorar não melhora. Só de não piorar já tá bom",* diz ele, com um realismo conformado.

Aquele cabo de vassoura, que ele usa para se alongar, é a manifestação física de sua luta, a última trincheira de um homem que travou uma longa guerra contra si mesmo e perdeu.

"O que estragou a minha vida foi a bebida", afirma, sem rodeios.

A frase, curta e definitiva, é a tese que resume sua trajetória. A história de Amaro Campos, hoje com 65 anos, não começa com a velhice, mas na infância, quando as sementes da vulnerabilidade foram plantadas.

Aos dez anos, viu o pai, um lavrador, perder o sítio da família para dívidas com o banco. A família de oito irmãos foi morar de favor na casa de uma tia, dormindo todos juntos num cômodo pequeno, diretamente no chão.

Foi nesse ambiente, entre a privação e a falta de rumo, que ele encontrou seus primeiros companheiros.

"Cresci no meio daquela molecada... com 13 anos, todos eles já fumavam e bebiam também". A bebida entrou em sua vida como uma forma de pertencimento social, a partir de um ritual de vaquinhas entre as crianças para comprar bebidas doces no mercado. Jovem, aos 13 anos, Amaro Campos já bebia e fumava.

O álcool tornou-se o fio condutor de suas perdas. O casamento, que lhe deu um filho e uma filha, foi abreviado aos cinco anos. "Por que o senhor se separou?", pergunto. *"Por causa da bebida",* ele responde. *"Eu bebia muito, ficava nervoso, e as condições financeiras também eram difíceis".* Aos 30 anos, veio a primeira internação por alcoolismo em hospital psiquiátrico em Marília, sua cidade natal.

Em busca de uma segunda chance, ele foi para o Japão. Trabalhou por sete anos em fábricas, incluindo uma da Toyota, trabalhando na montagem da parte elétrica de carros. Era a oportunidade de reconstruir a vida, porém os mesmos fantasmas o acompanharam.

"O dinheiro mesmo, nada, porque eu gostava muito de bebida. Gastava com bebida, gastava com prostituta". A experiência como *dekassegui* terminou com uma frustração por não conseguir estruturar desta oportunidade uma reserva econômica.

De volta ao Brasil, encontrou trabalho como homem de manutenção para os padres do Colégio São Norberto, em Jaú. A bebida continuava presente, agora de forma mais controlada, restrita aos finais de semana. Era como um armistício, uma trégua na longa batalha contra o vício, que foi proporcionada pelo foco no trabalho junto aos religiosos.

Até que, em abril de 2022, o corpo cobrou a conta de uma vida inteira de excessos. Um AVC (acidente vascular cerebral) hemorrágico silenciou todo o lado direito de seu corpo, paralisando-o completamente. *"Eu tinha pressão alta e não sabia"*, lamenta.

O homem que atravessou sozinho o oceano agora não conseguia mais atravessar um cômodo. Após o AVC, veio para Jaú para ficar perto dos irmãos e, em novembro de 2023, chegou à Vila São Vicente.

No local, ele encontrou o amparo que seu corpo exigia: comida, roupa lavada e o cuidado constante que a dependência impõe. Também encontrou o tempo e o silêncio para encarar o seu passado de frente.

A trajetória de Amaro, marcada pela instabilidade financeira que o álcool potencializa, deságua em uma vulnerabilidade que é comum a milhões

de idosos no país. Um estudo recente da PUCRS[24] revela que a população com mais de 60 anos é o segundo grupo mais pobre do Brasil, com quase um em cada cinco vivendo sob o peso da precariedade financeira.

Para muitos, a chegada a uma instituição não é uma questão de saúde, mas o último refúgio diante de aposentadorias insuficientes ou da responsabilidade de ainda ter que amparar filhos e netos.

Quando pergunto se ele mudaria algo em sua vida, a resposta é imediata e cortante. *"Com a cabeça que eu tenho hoje? Mudaria tudo"*. Para ele, o arrependimento é uma certeza cristalina. *"Aqui no Brasil também, se você trabalhar e economizar, dá para ganhar dinheiro. Eu fui lá [no Japão]... Lá é tudo mais caro que aqui. O custo de vida é mais alto"*.

Sua maior angústia atualmente é a vida dependente. As mãos, que antes gesticulavam e acompanhavam a fala, agora repousam sobre os joelhos, como se tivessem desistido de argumentar.

Quando a confissão vem, não há tremor na voz, existe o peso de uma certeza longamente refletida: *"Meu*

[24] PUCRS, 2022

maior medo é ficar doente ainda e dar trabalho para os outros", ele diz, pausadamente.

— *"Não tenho medo de morrer, porque a vida que eu levo aqui, só sentado, dependendo dos outros, é um sofrimento. Então, se eu morresse, era bom".*

Ele diz a última frase e o silêncio que se instala parece confirmar a sentença. Ali, está um homem sem medo do fim, exausto pelo simples ato de continuar, revelando uma grande lição.

— *"O inteligente aprende com o próprio erro, né?".*

A conta da vida, para Amaro Campos, já chegou. Em sua cadeira de rodas, segurando o cabo de vassoura e fazendo os exercícios que o impedem de piorar, resta a esperança de que sua história sirva como um alerta. Ensina em uma nobre epifania, com a sabedoria forjada na dor:

— *"O sábio é aquele que aprende com o erro dos outros",* concluindo seu testemunho.

Sinta-se em casa!

PARTE V

CAPÍTULO 11

O Corpo

O corpo é o primeiro a dar sinal. Antes da solidão, da institucionalização e da saudade se tornar a principal companhia, é o corpo que anuncia que o mundo como se conhecia está prestes a mudar. Ele o faz, por vezes, com a força de um grito; em outras, com o sussurro persistente de uma dor que não cede.

Lupo "Chacal" Andrada passou 36 anos usando o cor-

po como ferramenta de desafio à gravidade. Hoje, ele sente a cobrança dessa fatura. A dor não é uma memória; é uma presença constante, uma dor surda que se instala na base da coluna como uma companhia indesejada. Às vezes, ele diz, é como se houvesse areia moendo entre as vértebras. Em outras, um movimento falso dispara uma faísca pelo fêmur, um lembrete elétrico de tudo que se partiu.

"Arrebentei tudo", ele resume, e na simplicidade da frase está o peso de mil aterrissagens e o ranger dos ossos. A consequência desse corpo exausto é a perda da mais fundamental das autonomias: *"'Hoje eu nem para levantar da cama sozinho eu levanto mais'"*. O homem que voava agora depende de outros para o primeiro e mais doloroso movimento do dia.

Para Lúcio, a vida após o acidente que o trouxe para a Vila é uma negociação diária com um corpo que se tornou um território de cuidados constantes e, por vezes, imprevisíveis.

As sequelas não são sobre a mobilidade perdida, mas sobre a gestão de um corpo que já não funciona como antes. As feridas da queimadura, por exemplo, persistem. Uma realidade crua, desprovida de heroísmo, que revela a face mais prática e desafiadora do envelhecimento com limitações severas.

Às vezes, a ameaça ao corpo vem de um inimigo des-

conhecido, a incerteza que corrói por dentro. Dona Tarsila viveu isso na juventude, numa história que ficou guardada em suas memórias. Uma noite, após dormir com a irmã, começou a perder os movimentos.

"Eu estava ficando sem andar... Quando eu vim ao oratório, eu quase não andava", ela recordou.

O diagnóstico que se seguiu foi assustador e etéreo: *"O médico falou que deu uma fumaça na minha cabeça. Disse que tinha uma mancha de fumaça. Ia operar minha cabeça".*

Diante da iminência de uma cirurgia cerebral, ela se agarrou à fé. Fez uma novena e, dias antes da operação, um novo exame revelou que a mancha havia desaparecido. O corpo, que parecia sentenciado pela medicina, encontrou na fé uma via de apelação.

No fim, a relação com o próprio corpo se torna a negociação mais íntima da velhice. Seja o trauma súbito, o desgaste lento, a gestão diária da dependência ou a luta contra uma ameaça incerta, cada história na Vila é um testemunho da fragilidade contida em um mesmo invólucro.

É a afirmação final de que, mesmo quando o corpo se torna um repouso para suas dores e limites, a luta para continuar habitando a si mesmo, de forma inteira, não cessa.

CAPÍTULO 12

A Sorte e Como Ela Se Faz

BINGO! Foi o que mais se ouviu durante uma manhã de sábado na Vila São Vicente. A atividade multidisciplinar planejada e conduzida por Regina Garcia e Fernanda Nunes, psicóloga da instituição, acompanhava uma grande roda de idosos ansiosos sob a sombra de uma grande árvore para uma rodada de prêmios saborosos.

A equipe fez questão de fazer com que todos os ido-

sos fossem premiados naquela manhã, e os prêmios eram sacolas de doces antigos como maria mole e de abóbora, que ativaram memórias da infância.

Atividades como essas, onde todos socializam, fazem parte de um plano elaborado pela instituição para que os idosos possam ter momentos de entretenimento e convívio. Essa teia de espaços e iniciativas, dos bingos e festas juninas aos jardins e rodas de conversa, é fundamental para a saúde coletiva.

São esses recursos que permitem às pessoas participar plenamente da vida em comunidade, e hoje recebem um nome técnico dos especialistas: "**infraestrutura social**", que trata-se de um conceito fundamental para a saúde coletiva, pois são esses recursos que permitem às pessoas participar plenamente da vida em comunidade[25].

Por meio do lúdico, também se trabalham questões como coordenação motora, atividades de concentração e outros benefícios que podem ser utilizados como estratégias no cuidado cotidiano.

Fernanda, a psicóloga da Vila, conta que trabalhar com os idosos acolhidos exige um olhar global das pessoas em todas as questões que os constituem.

---

[25] WHO, 2025

Apesar de priorizar a aplicação das ferramentas científicas do campo da psicologia social, a profissional também lança mão de estratégias que se apoiam no entendimento das diversas realidades que existem na instituição, como a fé individual de cada pessoa, suas crenças, origens e demais constituintes de suas subjetividades.

É por meio de iniciativas como essa, e também das festas sazonais, que a Vila busca fortalecer os vínculos e a saúde mental de seus moradores. No entanto, a realização desses eventos depende de uma complexa rede de apoio. Essas atividades especiais contam com iniciativas de toda sociedade jauense que contribui com doações de alimentos e itens necessários.

O abrigo acolhe cinquenta idosos encaminhados em situação de vulnerabilidade social pelos órgãos de assistência social municipal. Quando são recebidos pela instituição após o processo de triagem, cada um deles tem acesso garantido aos atendimentos multidisciplinares, que são parcialmente financiados com a contribuição de 70% da renda de cada idoso.

A sustentabilidade financeira da Vila enfrenta desafios persistentes, pois os recursos destinados por cada residente nem sempre cobrem integralmente as despesas operacionais.

Essas despesas abrangem o fornecimento essencial de alimentação balanceada, medicamentos, vestuário adequado e produtos de higiene, como fraldas, para aqueles que necessitam. Contudo, o cuidado integral vai além dos recursos materiais, dependendo fundamentalmente da expertise humana.

É justamente essa equipe que traduz o suporte em uma gama completa de serviços de saúde e bem-estar. A Vila conta com atendimento regular médico e enfermeiros que asseguram o acompanhamento contínuo de cada residente. A eles se somam a fisioterapeuta, que implementa programas de reabilitação para melhorar a mobilidade e a qualidade de vida, a profissional de psicologia, que oferece suporte emocional individualizado, e os assistentes sociais, que atuam como um elo crucial entre os residentes, suas famílias e a comunidade.

A dedicação e o comprometimento desses profissionais são fundamentais para o funcionamento da Vila e para a promoção do bem-estar e da dignidade dos seus residentes. A busca contínua por recursos adicionais e o apoio da comunidade são vitais para garantir a continuidade e a qualidade dos serviços prestados pela Vila.

É neste contexto que os eventos ganham uma dupla função: além do lazer, servem para arrecadar fundos. No mês

de setembro de 2025, por exemplo, houve um almoço especial para a manutenção dos espaços, cujo sucesso dependeu da doação de um grupo empresarial supermercadista regional.

Além das arrecadações obtidas, do repasse individual de cada idoso, das doações diretas ou oriundas de programas sociais como a Nota Fiscal Paulista, a Vila sobrevive de convênios com as esferas governamentais. E para tal, mantém ativo em seu endereço eletrônico dados de transparência exigidos pela legislação.

Essa complexa rede de apoio se ancora em uma necessidade de sobrevivência. Francisco Donizete de Oliveira, o Seu Chico, presidente da Vila há um ano e voluntário há 25, traduz a urgência em números. *"Cada interno aqui, ele custa pra gente perto de R$5.000"*, explica com a assertividade de quem lida com essa conta diariamente. Somando as verbas públicas e os 70% da aposentadoria dos idosos cobrem pouco mais da metade desse valor.

"O resto a gente tem que se virar. É pedido de doação, é verba de deputado, é fazer evento. A gente corre atrás, pede mesmo", afirma. A conta, como ele mesmo admite, *"não fecha"*.

A matemática é cruel e expõe um déficit crônico. É o que Thamires chama de "a regra do cobertor curto". *"Este mês eu não consegui doação de leite. E está frio, eles acabam por gastar mais. Então, vou ter que diminuir noutra coisa"*, exemplifica. A sobrevivência da Vila depende dessa ginástica financeira diária, onde cada evento beneficente é uma tentativa de esticar um pouco mais o cobertor.

Essa falha sistêmica ocorre de formas cruéis em outras esferas sociais. Uma delas ocorre nos hospitais, onde idosos com alta médica são frequentemente obrigados a permanecer internados pela ausência de vagas em Instituições de Longa Permanência. Este fenômeno, classificado por promotores de justiça como "grave", tem nome técnico: desospitalização obstruída[26]. Ele transforma leitos de tratamento em moradias involuntárias e encurrala o idoso entre a cura e o desamparo.

Sobrevivendo como uma colcha de retalhos, costurada com emendas parlamentares e termos de colaboração com o poder público. Entre 2023 e 2024, foram necessários múltiplos acordos com a Prefeitura de Jaú para garantir repasses pontuais que variavam de vinte e oito mil a mais de

[26] APM, 2023

cem mil reais, cada um exigindo um complexo processo burocrático para manter as luzes acesas.

Em um desses processos, que garantiu um repasse de cem mil reais do governo estadual para 2025, o trabalho invisível da gestão se torna palpável.

O detalhado Plano de Trabalho, sob a responsabilidade da diretora Thamires, transforma a frieza das cifras em um manifesto de necessidades básicas: a maior parte do dinheiro destinada a garantir que a comida nunca falte no prato dos cinquenta residentes; outra parte para manter o ambiente limpo e digno; e o restante para assegurar serviços essenciais, como o acompanhamento de uma nutricionista.

O "bingo" da sobrevivência, descobre-se, não é jogado com cartelas. É feito com ofícios, pareceres e uma burocracia infindável que, no fim, se traduz na certeza de que as portas continuarão abertas para o próximo abraço.

A burocracia, com seus pareceres e assinaturas, revela-se aqui como a face invisível do cuidado. Cada formulário preenchido não é um ato administrativo; é a prova de que, para garantir a dignidade até o fim da vida, é preciso antes vencer uma exaustiva guerra de papel.

Nesse outro jogo, disputado diariamente pela administração da instituição, os números cantados são os das planilhas de custos e os prêmios são as emendas e doações que garantem a sobrevivência. Cada recurso obtido é uma casa preenchida na cartela do mês. O "bingo", aqui, é simplesmente a certeza de que as portas continuarão abertas, prontas para a próxima festa, para a próxima canção, para o próximo abraço.

CAPÍTULO 13

Quem Cuida?

Na primeira conversa com a jovem psicóloga do abrigo, Fernanda Nunes, de 28 anos, surgiu um grande ensinamento. Ela afirmou que muitas pessoas desistem de cuidar umas das outras sob a máxima de que *"não dá para ajudar quem não quer ser ajudado"*. Disse não acreditar nessa máxima e refuta esse ditado. Reforçou que, quando a pessoa não quer, é que realmente se faz necessária a intervenção.

— *"Você precisa ganhar uma confiança, um repertório com cada pessoa. É também todo um processo longo e contínuo. Então, até chegar o passo da pessoa reconhecer que quer ser ajudada, "encontramos os caminhos até lá",* assegura.

O processo terapêutico então passa pela fase de assimilação de que alguns sofrimentos podem e devem ser enfrentados.

Com atuação na instituição há quatro anos, desde a graduação e o estágio, Fernanda conseguiu implementar oficinas para atendimento adequado às dores emocionais enfrentadas pelos moradores. Semanalmente, reserva um momento para o que ela nomeou como "Oficina das Emoções", onde consegue identificar demandas emocionais de cada idoso atendido ali.

Ela ressalta que é importante para cada assistido reconhecer suas próprias emoções e sentimentos. *"O trabalho é tanto individual quanto coletivo. A gente tem um grupo terapêutico que oferece um espaço seguro e acolhedor para eles",* conta.

Com os idosos que têm dificuldades de mobilidade até o refeitório da Vila, onde geralmente são realizadas as atividades coletivas, o acolhimento psicológico é feito de forma individual em cada habitação.

— *"Se identificamos que ele tem ali a possibilidade de desenhar, a gente vai até ele. Tem idosos aqui que não têm comunicação verbal. A gente busca outros mecanismos para conseguir encontrar esse idoso e proporcionar essa qualidade de vida para ele,"* afirma a profissional.

Para que esse delicado trabalho de acesso à alma seja possível, outra engrenagem, invisível para muitos, precisa operar sem falhas 24 horas por dia. É o labor do cuidado físico, a base sobre a qual a qualidade de vida se assenta.

Se Fernanda cuida do que está por dentro, uma equipe inteira se dedica a sustentar o corpo que abriga essas emoções, sob a liderança de Jane Lopes, uma mulher que conhece cada canto daquele lugar. E conhecer, para ela, significa lembrar. Lembrar de um tempo em que a dignidade era menos óbvia e o cuidado, uma batalha contra o abandono institucional.

"Quando eu cheguei aqui, era meio que um depósito de idoso, vamos pensar assim", recorda ela, que já soma 26 anos na instituição. *"Não tinha enfermagem, não tinha estatuto, não tinha fralda descartável. Não tinha a assistência que tem hoje".* A memória dela é o metro que mede a distância entre o passado e o presente. *"Chegou idoso aqui que tinha umas escaras*

do tamanho de uma folha (A4). Hoje, você pode ver, nós não temos escaras. Quando acontece um princípio... a gente já resolve ali de imediato".

O dia na instituição começa muito antes das oficinas de Fernanda. Começa com o som dos passos e o cheiro de sabonete. *"Sete horas começa o banho",* detalha Jane, descrevendo um ritual preciso. *"A gente dá banho em todos, de chuveiro".* Para os mais debilitados, o cuidado é redobrado, no leito.

Logo após, às oito, vem o café da manhã. *"Depois do café, é a medicação. Depois tem o lanche das dez… A gente não pode esquecer de dar água para eles, tem que ter o controle".* É uma rotina exaustiva, garantindo que cada um dos moradores esteja limpo, alimentado e confortável.

Em muitas instituições, a rotina de regras e horários estabelecidos pode destituir o idoso de sua capacidade de decisão. Um estudo com idosos institucionalizados[27] revelou que, mesmo quando estimulados, muitos apresentavam dificuldades em fazer escolhas simples, como decidir o que desenhar. Preservar a capacidade de escolha, portanto, torna-se um desafio diário, é um ato fundamental para garantir a dignidade e a identidade de quem envelhece nesses espaços.

---

[27] Poltronieri et. al., 2018

Esse contato íntimo e diário cria laços que desafiam a simplicidade. A relação, segundo Jane, é de extremos. *"Ou eles odeiam, ou eles te amam",* resume ela.

Para navegar essa intensidade, ela ensina à sua equipe uma filosofia forjada na prática: o cuidado é um exercício de respeito. *"Não é amar o idoso. Não tá aqui para isso",* ela esclarece com firmeza. "*Tá para ser gentil, para ser cordial, e para gostar do que faz".* É um profissionalismo que também serve como blindagem. *"O que o idoso fez a vida inteira não diz respeito a nós. A gente recebe ele para cuidar deles. A história dele é um problema dele, da família dele, não é nosso".*

A intensidade desse vínculo, que nasce no ato de dar um banho, exige uma filosofia de persistência que contraria o senso comum. Ao contrário da máxima, Jane ensina sua equipe a enxergar a recusa como o próprio chamado para o cuidado.

"A gente não desiste. Mesmo quando eles não querem tomar banho ou comer, a gente tem que ter a paciência, a cordialidade", explica. *"Não é chegar no quarto e 'vamos tomar banho'. É um processo, e a gente vai lá, conversando, esperando o tempo deles, mas o cuidado tem que acontecer. Não dá para simplesmente deixar de ajudar porque não querem."*

A estrutura que permite essa rotina é hierárquica e bem definida por ela. *"Hoje sou responsável pelos cuidadores e pelos auxiliares de cuidador",* explica.

A divisão de tarefas é clara: *"Os cuidadores fazem a parte dos cuidados, e os auxiliares, a parte da limpeza do corpo físico, do guarda-roupa, das roupas e tudo mais".* É uma complexa logística que se esconde por trás de um prato de comida ou de uma cama arrumada.

Afinal, quem cuida?

A resposta além da rotina do banho e da medicação. Ela começa no topo, em uma dedicação que não se mede em horas, mas em décadas. Seu Chico, o presidente, personifica essa entrega. O cargo é voluntário; as viagens para reuniões em outros municípios saem do seu próprio bolso.

"Por que você escolheu esse caminho?", pergunto. A resposta vem com a voz embargada: *"Porque a gente gosta, a gente tem amor. Eu estimo cada um deles igual ao finado pai, finada mãe".* É esse amor, ele insiste, que é a condição para que tudo aconteça. *"Se não tiver amor também não toca".*

Essa filosofia se reflete nos gestos de sua equipe. Na sala da psicóloga Fernanda, um quadro na parede sentencia: "Amor gera amor". Mas é fora daquelas paredes que sua teoria

se torna prática. Numa manhã de jogos no pátio, ao som da música católica "Ninguém te Ama como Eu", ela afaga a cabeça e segura a mão de um idoso que se aproximou, oferecendo um consolo que nenhuma sessão de terapia formal pode substituir. Era a gramática do afeto em ação, a prova de que o cuidado, em sua forma mais pura, é uma linguagem universal.

A resposta para “quem cuida?” está nas mãos de Fernanda, que se inclina para ouvir, que oferece o lápis de cor como uma chave para memórias trancadas, que busca a gramática de uma alma.

E está, simultaneamente, nas mãos da equipe de Jane, que lavam, que vestem, que amparam o corpo na iminência de uma queda, que garantem a arquitetura da dignidade sobre a qual a alma ainda pode tentar se expressar. Umas mãos trabalham a memória; as outras, a matéria. E uma, sem a outra, não tem sentido na velhice, pois para que a alma tenha sentido, é preciso garantir a própria vida.

Tais relatos, portanto, revelam a verdade mais crua do envelhecer: antes de se perguntar *se* a vida tem sentido na velhice, é preciso garantir a própria vida.

O trabalho de Fernanda, o cuidado com a psique, a busca por qualidade de vida, tudo isso só se torna possível sob o alicerce exaustivo do trabalho de Jane na supervisão da equipe de cuidadores. É a vitória sobre o corpo que cede: a rotina implacável do banho, a comida na hora certa, do remédio, que permite a sobrevida do espírito.

E é aqui que a história da Vila perpassa os seus próprios muros. A dualidade entre Fernanda e Jane não é uma particularidade da instituição, mas um reflexo de uma sociedade que tem aprendido a celebrar o cuidado da alma, mas ainda desvia o olhar do custo físico e financeiro de sustentar o corpo.

Uma sociedade que anseia por dignidade na morte, mas que se mostra ambivalente sobre o preço da dignidade em vida. A resposta para "quem cuida?" não está, afinal, em um retrato ou em uma função. Ela habita o vazio que se instala quando olhamos para as nossas próprias mãos e nos damos conta de que, um dia, elas também precisarão ser seguradas.

Estabelece, desta forma, uma simbiose integral, onde o gesto que acalma a alma só encontra espaço para existir porque outro gesto, incansável e anônimo, já acalmou o corpo.

Outra possível resposta sobre o cuidado se revela em sua forma mais pura durante a maior crise da história recente da Vila. Em outubro de 2024, o então presidente, Edson Luiz Faria, faleceu subitamente aos cinquenta anos, após décadas de trabalho junto à comunidade vicentina.

O seu falecimento foi precedido por um detalhe que, para a coordenadora Thamires, carrega um peso simbólico. Um dos desejos de Edson era criar uma galeria com as fotos de todos os presidentes que serviram à instituição. A galeria foi concluída e instalada poucos dias antes da sua morte. Na percepção de Thamires, foi como se ele somente esperasse por aquele registo final, a conclusão do seu próprio legado, para poder partir.

A sua partida, no entanto, deixou um vácuo imediato e prático: com a sua morte, as contas bancárias da instituição foram bloqueadas, um protocolo de segurança que ignorava a urgência da vida. O quinto dia útil aproximava-se, e com ele, o fantasma de não conseguir pagar os 40 funcionários.

Com a transparência que a situação exigia, Thamires comunicou o risco à equipe. *"Eu já me preparei para levar uma lavada",* confessa. A resposta, no entanto, foi o oposto.

"Não houve um funcionário que não me mandasse uma mensagem a dizer: 'Thamires, imagina. Fica tranquila, a gente sabe que vocês estão a fazer de tudo'".

Naquele gesto de solidariedade, a partida de Edson, que poderia ter sido o golpe que derrubaria a árvore, serviu para revelar onde morava sua verdadeira força: não no tronco visível que todos admiravam. Diante da tempestade burocrática que se seguiu, com contas bloqueadas e o risco do colapso, foram as raízes de compromisso e cuidado mútuo que se agarraram ao solo, nutrindo a instituição.

A força daquele emaranhado foi tamanha que, na prática, o abalo mal foi sentido. Após a burocracia ser vencida, o pagamento dos funcionários atrasou só um dia. Ninguém reclamou. A vida da Vila, afinal, estava no sistema de raízes onde todos se amparam.

Até logo!

PARTE VI

CAPÍTULO 14

Além da Vila, O Olhar para Casa

Há o envelhecer que acontece nos corredores de uma instituição, um eco que ressoa em quartos, pátios e esperas silenciosas. E há o envelhecer de Maura, minha avó, que está pronta para o trabalho na merenda escolar antes mesmo que o dia decida nascer. Aos 69

anos, o seu primeiro diálogo ao despertar é com o próprio corpo: uma morada de dores crônicas, herdadas de uma vida inteira dedicada ao trabalho pesado.

A coluna cobra o preço das panelas erguidas, dos balcões esfregados, das décadas de um serviço que a sociedade raramente aplaude. Ela não se rende. Cada alongamento aprendido no pilates, cada movimento para sair da cama é teimosia e insubmissão. O ritual cotidiano de um atleta que se prepara para a própria vida.

A sua casa, hoje um santuário de silêncio e autonomia, já foi palco de outras batalhas. Por mais de vinte anos, foi um território regido por regras que não eram as suas. Quando o abandono chegou e o fim de um longo casamento a deixou sozinha, Maura não se permitiu ser definida pela ausência.

Em vez de se fechar, ela abriu as portas para o mundo. Voltou a estudar, a preencher as lacunas que a vida lhe impôs. Fez as malas e, ao lado de grupos de excursão da terceira idade, descobriu novas paisagens e, mais importante, a si mesma. A mulher que havia servido a uma família, agora era servida pela liberdade.

Essa força, no entanto, nunca foi egoísta. Hoje, ela se

manifesta em duas frentes de cuidado que definem os seus dias. A primeira é pública: como merendeira escolar, ela continua a alimentar gerações, o seu trabalho é o amor anónimo e quotidiano ao próximo.

A segunda é íntima, silenciosa e imensurável. Desde que o diagnóstico de um câncer agressivo na garganta e pulmão atingiu o meu tio Marcos, o seu filho mais velho, Maura, transformou-se na sua principal rede de suporte. A mulher que combate as próprias dores físicas absorve a dor emocional do filho, oferecendo um amparo que nenhum remédio pode proporcionar. É o peso que ela carrega com a mesma dignidade com que carrega as panelas na escola.

E essa força é uma herança. Vejo-a refletida na minha mãe, Márcia, a filha do meio. Aos 49 anos, partilha com a minha avó a mesma profissão, o mesmo mapa de dores no corpo. É como se fosse um legado de família, passado de mãe para filha, uma prova de que a capacidade de suportar e de continuar, apesar de tudo, está nas suas veias.

De onde vem tanta força? A resposta talvez esteja na sua fé, um pilar inabalável que a sustenta nas horas mais escuras. Na igreja católica, Maura é mais do que uma fiel. Torna-se força ativa que cuida do espaço sagrado com o mes-

mo zelo de sua casa.

E essa fé transborda, chegando até mim todas as noites, sem falhar, na forma de uma mensagem no Whatsapp com a oração do Santo Anjo do Senhor. É a sua bênção diária, a sua armadura espiritual, o seu lembrete de que, mesmo à distância (moramos em cidades e rotinas diferentes), o seu amor me guarda.

Maura, minha avó, é a personificação do envelhecer como um ato de reinvenção contínua. Ela é a prova de que, mesmo quando o corpo dói, quando o coração se aflige pela doença de um filho e quando a solidão de uma casa vazia poderia ser esmagadora, é possível encontrar propósito no serviço, alegria na descoberta e força na fé. Ela não habita os ecos do seu passado; ela constrói, a cada dia, uma nova história.

Dona Maura desce para o trabalho, o ônibus sai, ela já se foi, o sol só vem depois, como diria Emicida. De madrugada quando as aranhas descem no breu e a lua vai chegando no Japão, é que entendo com minha avó que a vida sempre vence.

CAPÍTULO 15

Coisas Que A Gente Sabe

Dez de outubro de 2025. Desci do Uber pela última vez, após mais de vinte visitas para compor esse livro. A Vila está em festa, pois é o dia da comemoração do aniversário de sua fundação. Os sons dos pássaros parecem os mesmos daquela primeira vez.

Durante todo o processo de escrita deste livro, o maior desafio não foi encontrar as palavras, mas aprender a lidar com as inúmeras perguntas que se instalavam sempre

que fechava o notebook. As vozes, histórias e olhares dos moradores da Vila São Vicente de Paulo não ficaram nas minhas anotações; vieram morar em mim.

Voltar aqui, mesmo que somente para escrever estas últimas linhas, é entender que certos lugares nunca nos deixam. Escrever é um ato de distanciamento, enquanto que a Vila exigiu o oposto. Exigiu presença. E, após a imersão, a tarefa de transcrever aqueles ecos para o papel revelou-se um exercício de responsabilidade e afeto.

Tentei não ser somente um jornalista, procurei o trabalho testemunhal. E o questionamento que me fiz todas as noites: estarei fazendo jus à complexidade de cada vida que me foi confiada?

Muitos leitores, imagino, ficarão com dúvidas sobre o "depois". O que aconteceu quando a reportagem terminou e a vida seguiu seu curso, no ritmo que só o tempo dentro de uma instituição conhece.

Voltei aqui algumas vezes, não mais com um gravador, agora com o coração de um visitante. E foi numa dessas manhãs de sábado que entendi a teimosa persistência da vida.

No pátio, o ar vibrava com o canto das cigarras. Deime conta de que aquele não era um som de fundo, formava

a trilha sonora daquele lugar. Como os insetos que passam anos em silêncio sob a terra para emergir num canto final e potente, as vozes dos idosos ecoavam com a urgência de uma vida inteira. Cada história contada, cada risada partilhada, não era um lamento pelo tempo passado, e sim uma teimosa e vibrante afirmação de que, apesar de tudo, eles ainda estão ali. Cantando e vivendo.

Vi Chacal, o homem voador, totalmente imerso numa partida de truco, sua risada desafiando o corpo preso à cadeira. Perto dali, Dona Lídia, a guardiã da sua própria lucidez, partilha as gargalhadas com a Irmã Angélica a cada salto do Pula Pirata. Suas mãos, firmes como as que preenchem seus livros de colorir, batiam na mesa a cada risada, numa vitória diária contra o esquecimento.

A voz de Renato Teixeira preenchia o pátio, cantando sobre os laços e os nós que tecem uma vida. Na mesa de dominó, Lúcio parece alheio, o seu rosto é um mapa de dores antigas. Então, no exato instante em que a canção afirma a existência desses nós, ele bate a última pedra na mesa. Um som seco. A vitória. Por um segundo, o tempo parece alinhar-se. O nó da música encontrou o nó da sua memória e, naquele pequeno triunfo do jogo, pareceu afrou-

xar por um instante. Não era a felicidade, era a sua prima mais próxima: a paz de um momento presente perfeitamente ordenado.

Olhando ao redor, vi Nestor, que aos 92 anos, ainda fazia sua caminhada firme pelo pátio antes de se juntar ao grupo. O seu jardim de flores, descobri, não renasceu nos canteiros, agora floresce num abacateiro que plantou a partir de uma semente, o seu novo legado. *"Dá um abacate cumprido que nunca vi igual",* disse, com a sabedoria de quem critica os "venenos" do mundo moderno e que ainda insiste em plantar para o futuro.

A espera de Dona Tarsila por seu Pedro continua. Não conseguiram o quarto de casal, o amor encontrou outras moradas. Durante uma rotina de cuidados, os olhos de Tarsila estavam, como sempre, noutro lugar.

Aquele leve inchaço sob suas pálpebras, que eu já havia notado antes, era o indicativo do seu verdadeiro trabalho: uma vigília que não tira folga. Sua preocupação com Pedrinho é permanente. Ela está com ele em pensamento todos os minutos. Cuidando em orações mesmo quando não estão por perto.

Devo dizer também que houve quem me contasse

histórias que não poderiam caber nestas páginas. Não por falta de verdade, mas por haver excesso de dor. Guardei-as como quem guarda um segredo que não é meu.

Habitar os ecos do envelhecer é, talvez, aceitar a beleza e a dor das trajetórias inversas. Jane Lopes, que supervisiona a vida que pulsa e se apaga na Vila, talvez tenha a síntese mais precisa desse ciclo. Após a conclusão universitária de seu curso de pedagogia, ela passou a enxergar a simetria que rege o início e o fim da vida.

"O idoso é uma criança tamanho grande", ela me disse uma vez. "*Só que a diferença é que na escolinha você vê eles evoluindo. Voar. E aqui você vai ver que eles conseguem segurar a colher e depois eles não conseguem mais.*

A criança vai aprender a segurar a colher e eles vão esquecer de segurar a colher".

O último eco, afinal, não fica na instituição. Ele reverbera dentro de nós, na compreensão de que o mesmo corpo que aprende a voar um dia aprenderá, lentamente, o caminho de volta para o chão. A pergunta que fica é: estamos prontos para o nosso próprio futuro?

Este livro é um desses ecos, uma tentativa de transcrever o som do silêncio e da vida que pulsa nos últimos endereços. As páginas terminam. Os ecos, sei agora, não se calam. Continuam a habitar.

Bibliografia e Referências

ANTUNES, Arnaldo; JENECI, Marcelo; ORTINHO. Envelhecer. In: ANTUNES, Arnaldo. Acústico MTV. Rio de Janeiro: Sony Music, 2012. Faixa 1.

ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE MEDICINA (APM). Sem vagas em moradia especializada, idosos são obrigados a permanecer em hospitais, alertam MPs. **Site da APM**, 11 ago. 2023. Disponível em: https://www.apm.org.br/sem-vagas-em-moradia-especializada-idosos-sao-obrigados-a-permanecer-em-hospitais-alertam-mps/. Acesso em: 7 out. 2025.

BRASIL. Presidência da República. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Brasília, DF: Presidência da República, 1988. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.html. Acesso em: 18 ago. 2025.

BRASIL. Presidência da República. Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa Idosa e

dá outras providências. Brasília, DF: Presidência da República, 2003. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741.htm. Acesso em: 25 jun. 2025.

CARVALHO, Raimundo. Filêmon e Báucis (Metamorfoses VIII, 611-724), de Ovídio. Texto Poético, *[S. l.]*, v. 15, n. 26, p. 182–190, 2019. DOI: 10.25094/rtp.2019n26a607. Disponível em:https://textopoetico.emnuvens.com.br/rtp/article/view/607. Acesso em: 15 out. 2025.

ERIKSON, Erik Homburger. **O ciclo da vida completo.** Porto Alegre, Artmed, 1998.

FEDERAÇÃO NACIONAL DOS JORNALISTAS. *Código de Ética dos Jornalistas Brasileiros*. [S. l.]: FENAJ, 2007. Disponível em: https://fenaj.org.br/wp-content/uploads/2014/06/codigo_de_etica_dos_jornalistas_brasileiros_-_aprovado_no_32o_congresso_nacional_dos_jornalistas.pdf. Acesso em: 01 de setembro de 2025.

FRANCISCO DOS SANTOS NETO, Emiliano. Religiosidade: fator de resiliência em idosas institucionalizadas. **Sacrilegens** , *[S. l.]*, v. 18, n. 1, p. 142–161, 2021. Disponível em:https://periodicos.ufjf.br/index.php/sacrilegens/article/view/33742. Acesso em: 20 out. 2025.

HALL, Stuart. **A identidade cultural na pós-modernidade**. 11 ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2006.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Agência de Notícias. Censo 2022: católicos seguem em queda, evangélicos e sem religião crescem no país. Agência de Notícias IBGE, 6 jun. 2025. Disponível em: https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/43593-censo-2022-catolicos-seguem-em-queda-evangelicos-e-sem-religiao-crescem-no-pais. Acesso em: 2 out. 2025.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Agência de Notícias. Censo 2022: em 12 anos, proporção de mulheres responsáveis por domicílios avança e se equipara à de homens. Agência de Notícias

IBGE, 28 jul. 2024. Disponível em: https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/41663-censo-2022-em-12-anos-proporcao-de-mulheres-responsaveis-por-domicilios-avanca-e-se-equipara-a-de-homens. Acesso em: 23 ago. 2025.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Censo 2022: número de pessoas com 65 anos ou mais de idade cresceu 57,4% em 12 anos. Agência de Notícias, 27 out. 2023. Disponível em: https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos. Acesso em: 30 ago. 2025.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua: Outras formas de trabalho 2022. Rio de Janeiro: IBGE, 2023. Disponível em: https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/media/com_mediaibge/arquivos/5616d6a502ea0befe38ba89412c9d31b.pdf. Acesso em: 01 set. 2025.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Projeção da população brasileira por sexo e idade: 2010-2060. Rio de Janeiro, 2022. Disponível em: https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/9109-projecao-da-populacao.html. Acesso em 01 out. 2025.

JAÚ (Município). Prefeitura Municipal. **Termo de Colaboração Nº 10719/2023**. Jaú, 2023. Disponível em: https://vilasaovicentedepaulo.com.br/prestacao-de-contas/termos-de-colaboracao/. Acesso em: 13 out. 2025.
JAÚ (Município). Prefeitura Municipal. **Termo de Colaboração Nº 10714/2023**. Jaú, 2023. Disponível em: https://vilasaovicentedepaulo.com.br/prestacao-de-contas/termos-de-colaboracao/. Acesso em: 13 out. 2025.

LEANDRO, Bianca Borges da Silva et al. (Org.). **Violências e Acidentes**. Rio de Janeiro: Fiocruz/EPSJV, 2025. **Ciclo de informes sobre a situação de saúde da juventude brasileira, Informe I.** Disponível em: https://fiocruz.br/documento/2025/08/1o-informe-epidemiologico-sobre-situacao-de-saude-da-juventude-brasileira. Acesso: 15 set. 2025

MCKINSEY HEALTH INSTITUTE. Age is just a number: How older adults view healthy aging. Artigo, 22 maio 2023. Disponível em: https://www.mckinsey.com/mhi/our-insights/age-is-just-a-number-how-older-adults-view-healthy-aging. Acesso em: 30 set. 2025.

OLIVEIRA, Leandro Roque de; SOUZA, Érica Martins de; MORAES, Vinicius de. A Ordem Natural das Coisas. In: EMICIDA. **AmarElo**. São Paulo: Sony Music, 2019. Faixa 11.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Envelhecimento Ativo: Uma Política de Saúde**. Brasília, DF: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. Disponível em: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/7685/envelhecimento_ativo.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Acesso em 28 set. 2025

OXFAM BRASIL. Trabalho de cuidado: uma questão também econômica. **Oxfam Brasil**, 20 jan. 2020. Disponível em: https://www.oxfam.org.br/trabalho-de-cuidado-uma-questao-tambem-economica/. Acesso em: 8 out. 2025.

PEREIRA, Bruna Cristina Jaquetto; FONTOURA, Natália de Oliveira; PINHEIRO, Luana Simões. **Economia dos cuidados**: marco teórico-conceitual. Rio de Janeiro: Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea), 2016.. Disponível em: http://repositorio.ipea.gov.br/handle/11058/7412. Acesso em: 30 set. 2025.

POLTRONIERI, B. C.; REIS, A. C. M. C.; ROCHA, S. R.; SANTOS, A. C. dos; VAZ, L. R. (2018). Atividade e participação de idosos institucionalizados em oficinas terapêuticas: contribuições de um projeto de extensão. *Revista Kairós-Gerontologia*, 21(4), 89-108. ISSN: 2176-901. São Paulo (SP), Brasil. Disponível em: https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/43600. Acesso em: 10 out. 2025.

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO RIO GRANDE DO SUL (PUCRS). **A pobreza na velhice: idosos são o grupo etário com a segunda maior taxa de pobreza no Brasil**. Portal PUCRS, 18 abr. 2022. Disponível em: https://portal.pucrs.br/noticias/impacto-social/idosos-pobres-no-brasil/. Acesso em: 7 out. 2025.

RICOEUR, Paul. **O si-mesmo como outro**. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2014.

SÃO PAULO (Estado). Secretaria de Desenvolvimento Social. Diretoria Regional de Assistência e Desenvolvimento Social de Bauru. **Processo SEDS-PRC-2025/00136**. Bauru, 2025. Disponível em: https://vilasaovicentedepaulo.com.br/prestacao-de-contas/emenda-impositiva-seds-prc-2025-00136/. Acesso em: 13 out. 2025

SILVA, Frederico A. B. da; **ZIVIANI**, Paula. Mercado de Trabalho da Cultura: considerações sobre a Meta 11 do Plano Nacional de Cultura (PNC). Rio de Janeiro: Ipea, 2018. (Texto para Discussão, n. 2715). Disponível em: https://portalantigo.ipea.gov.br/agencia/images/stories/PDFs/TDs/220104_td_2715.pdf. Acesso em 30 set. 2025

TEIXEIRA, Renato. Romaria. In: TEIXEIRA, Renato. **Romaria**. Rio de Janeiro: Som Livre, 1977. Faixa 1.

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA (UNB). Idoso frágil ou vulnerável? UnB Notícias, 26 jun. 2023. Disponível em: https://noticias.unb.br/artigos-main/7332-idoso-fragil-ou-vulneravel. Acesso em: 7 out. 2025.

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE (UFF). **Pesquisa revela mapa da violência contra idosos no Brasil.** Site da UFF, 5 jun. 2024. Disponível em: https://www.uff.br/05-06-2024/pesquisa-revela-mapa-da-violencia-contra-idosos-no-brasil/. Acesso em: 7 out. 2025.

VELOSO, Caetano. Oração ao Tempo. In: VELOSO, Caetano. Cinema Transcendental. Rio de Janeiro: PolyGram, 1979. Faixa 2.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **From loneliness to social connection: charting a path to healthier societies**. Report of the WHO Commission on Social Connection. Geneva: World Health Organization; 2025. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Disponível em: https://www.who.int/publications/i/item/9782401123 60. Acesso em: 08 de outubro de 2025.