PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA
DO RIO DE JANEIRO

Denise Maria Garrido

Design, universidade e longevidade: Contribuições para projetos de vida para transformação da velhice no século XXI

Dissertação de Mestrado

Dissertação apresentada como requisito parcial para a obtenção do grau de Mestre em Design pelo Programa de Pós-Graduação em Design da PUC-Rio.

Orientadora: Profa. Vera Maria Marsicano Damazio

Rio de Janeiro
Abril de 2024

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA
DO RIO DE JANEIRO

Denise Maria Garrido

Design, universidade e longevidade: Contribuições para projetos de vida para a transformação da velhice no século XXI

Dissertação apresentada como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre pelo Programa de Pós-graduação em Design da PUC-Rio. Aprovada pela Comissão Examinadora abaixo:

Profa. Vera Maria Marsicano Damazio
Orientadora
Departamento de Artes e Design – PUC-Rio

Profa. Fernanda da Silva Aparício Pina
Coorientadora
Departamento de Artes e Design – PUC-Rio

Profa. Jackeline Lima Farbiarz
Departamento de Artes e Design – PUC-Rio

Prof. Egídio Lima Dórea
Hospital Universitário – USP

Rio de Janeiro, 15 de abril de 2024

Todos os direitos reservados. É proibida a reprodução total ou parcial do trabalho sem autorização da universidade, da autora e do orientador.

Denise Maria Garrido

Mestranda em Design pela PUC-Rio, graduada em Orientação Educacional pela Universidade Católica de Petrópolis (UCP) e pós-graduada em Liderança e Gestão de Pessoas pela Fundação Getúlio Vargas (FGV). Também possui pós-graduação em Psicologia Positiva, Ciência do Bem-estar e Felicidade pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUC-RS) e pós-graduação em Neurociência e Comportamento, pela mesma universidade. Profissionalmente, atuou como produtora durante 25 anos na TV Globo.

Ficha Catalográfica

Garrido, Denise Maria

Design, universidade e longevidade : contribuições para projetos de vida para transformação da velhice no século XXI / Denise Maria Garrido ; orientadora: Vera Maria Marsicano Damazio. – 2024.
89 f. ; 30 cm

Dissertação (mestrado)–Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Departamento de Artes e Design, 2024.
Inclui bibliografia

1. Artes e Design – Teses. 2. Design. 3. Design emocional. 4. Longevidade. 5. Envelhecimento. 6. Educação continuada. I. Damazio, Vera Maria Marsicano. II. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Departamento de Artes e Design. III. Título.

CDD: 700

Dedico este texto com profundo amor e gratidão aos meus pais, cujas vidas foram fontes inesgotáveis de ensinamentos para mim e para Lúcia, minha irmã. Ao enfrentarmos o doloroso processo de suas partidas, nos deparamos com a oportunidade de retribuir todo o amor e a dedicação que nos dispensaram. Suas lembranças vivem em mim, nela e em toda a nossa família. É com imenso carinho que honro os valores que nos legaram.

A vocês, Lourdes e Antônio, o meu eterno amor.

Agradecimentos

Como agradecer ao tempo? Faço-me essa pergunta na tentativa de encontrar um caminho que me leve a reverenciar o tempo em que tive o privilégio de construir a minha trajetória de vida.

O tempo de Kronos – o tempo do calendário, o tempo burocrático, o tempo que podemos mensurar, que está demarcado na minha certidão de nascimento. Que me diz que chego até aqui, ao final deste trabalho, com 60 anos de vida.

O tempo de Kairós, o da subjetividade, me faz ser a pessoa que sou e que ainda pretendo ser durante o tempo que me for dado a existir.

Através de Kairós, o tempo de quem eu sou, o tempo que permite o amor, agradeço aos meus amados marido e filho, Paulo e Felipe, que são a minha verdadeira rede de segurança na vida.

À minha única irmã, Maria Lúcia, a única pessoa que mistura em mim Kronos e Kairós; que me ensina a dedicação de cuidar dos mais velhos, ao ter cuidado de nossos pais e hoje de sua querida sogra, Celeste.

Kronos, me fez reencontrar Vera Damazio, minha querida orientadora, após 38 anos, e juntas pudemos ter tido a oportunidade de bordarmos nosso tempo Kronos com as linhas de Kairós, de nossas próprias vidas, as linhas de quem somos, nesta jornada que foi começar um mestrado aos 58 anos de idade.

Agradeço a todas as minhas queridas cunhadas, Maria Lucia, Maria Isabel, Christina, Cristiana e Andréa, mulheres fortes que sempre, ao longo de Kronos, de alguma forma, me inspiraram, e que em Kairós, se interessavam sempre perguntando como andava meu mestrado.

Agradeço a minha amiga e sócia Teresa Andrade, por muitas vezes ter tido a sabedoria de lidar com o meu tempo Kairós, o tempo do meu desenvolvimento, do meu aprendizado e saber que, muitas vezes, ele não se manifesta de forma calma e serena.

Agradeço a todos os amigos e amigas que sempre me inspiraram a procurar mais pessoas, que, assim como eles e elas, estavam encarando o processo de envelhecimento, de uma forma nova, ativos e produtivos; mostrando como nós, os *boomers*, podemos encarar este novo estágio de nossas vidas, muito mais na companhia de Kairós do que de Kronos.

À querida Fernanda Pina, minha coorientadora, que em momentos de mais desânimo e cansaço, sempre trazia sábias palavras para que eu pudesse seguir adiante.

A todos os professores e professoras que conheci nestes dois anos de trabalho, e que tiveram por mim uma delicadeza de quem estava no tempo de Kronos, perto dos meus 60 anos, mas cujos olhos brilhavam Kairós, querendo aprender mais e mais com a vida.

Aos meus colegas das diversas turmas, em sua grande maioria mais jovens, que de forma alguma permitiram que Kronos pudesse influenciar nossa experiência de aprendizado juntos.

Aos participantes da minha pesquisa que me deram a oportunidade de fortalecer em mim a vontade de continuar firme.

Obrigada, Kronos! Obrigada, Kairós! Afinal, sem vocês, eu não teria terminado este trabalho!

Resumo

Garrido, Denise Maria; Damazio, Vera Maria Marsicano. **Design, universidade e longevidade: contribuições para projetos de vida para transformação da velhice no século XXI.** Rio de Janeiro, 2024, 89p. Dissertação de Mestrado – Departamento de Artes e Design, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

A longevidade populacional representa uma das maiores conquistas da humanidade. No entanto, observa-se que o envelhecimento é recorrentemente tratado com preocupação, sugerindo mais declínios, perdas e obstáculos. Este trabalho explora visões contemporâneas e mais otimistas sobre o envelhecimento e a longevidade populacionais, assim como meios de contribuir para que a velhice seja reconhecida como uma fase da vida que traz também, soluções, progresso e florescimento à sociedade, mais do que apenas desafios insolúveis. Ele parte da premissa de que – a exemplo das contestações lideradas durante a juventude – a geração nascida entre 1945 e 1964, hoje, está à frente de nova mudança: a de ter mais de 50 anos no século XXI. Nesse sentido, busca-se caminhos para a promoção de projetos de vidas longevas com propósito, produtivas e alinhadas com os tempos atuais e futuros. Incorpora-se as ideias de que o design é uma atividade projetual instrumentada para elaborar cursos de ação destinados a mudar realidades existentes em outras preferíveis e que todos somos designers, consequentemente, capazes de projetar novas longevidades. Seu objetivo é ampliar as oportunidades de projetos que valorizem os benefícios da longevidade e sirvam de modelo para novas formas de viver a velhice. Três perspectivas orientam este trabalho: a psicologia positiva, que enfatiza o bem-estar e a felicidade, a teoria do desenvolvimento psicossocial de Erik Erikson, que destaca a generatividade como possibilidade a partir dos 45 anos e a que apresenta o papel do design como agente de transformação. Explora-se temas como idadismo, economia prateada e educação continuada, entre outros que ganham relevância frente à megatendência nomeada de *sociedade prateada*.

Palavras-chave

Design; design emocional; longevidade; envelhecimento; educação continuada.

Abstract

Garrido, Denise Maria; Damazio, Vera Maria Marsicano. **Design, university and longevity: contributions to life projects for transforming aging in the 21st century.** Rio de Janeiro, 2024, 89p. Dissertação de Mestrado – Departamento de Artes e Design, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

Population longevity stands as one of humanity's greatest achievements. However, aging is often approached with concern, implying more declines and obstacles than advancements. This work explores contemporary, optimistic views on population aging and longevity, aiming to recognize old age as a phase that brings solutions, progress, and flourishing to society. It starts from the premise that the generation born between 1945 and 1964 leads a new change: being over 50 in the 21st century. It seeks pathways to promote purposeful, productive, and contemporary projects for long-lived lives. It embraces the idea that design is instrumental in shaping preferred realities and that we all have the capacity to design new longevities. Its objective is to expand opportunities for projects valuing the benefits of longevity and serving as models for new ways of aging. Three perspectives guide this work: positive psychology, Erik Erikson's psychosocial development theory highlighting generativity from age 50, and the role of design as a transformative agent. It explores themes like ageism, the silver economy, and lifelong learning, relevant in the era of the so-called silver society megatrend.

Keywords

Design; emotional design; longevity; aging; lifelong learning.

Sumário

1 Introdução 14

1.1 Problematização e motivação: design como meio de transformar paradigmas negativos sobre a longevidade em outros preferíveis 15

1.2 Premissa: os 50+ e a revolução da longevidade 16

1.3 Objetivos 17

1.4 Preciso investigar... preciso investigar 18

1.4.1 Blin blon, estação 1: lentes e visões 18

1.4.2 Estação 2: leitura 19

1.4.3 Estação: observação 20

1.4.4 Estação 4: conversas 21

1.4.5 Estação 5: escrever 22

1.5 Estrutura da dissertação 23

2 Escolhendo as lentes para olhar a longevidade com positividade 25

2.1 Apontamentos sobre psicologia positiva 26

2.2 Apontamento sobre desenvolvimento psicossocial 28

2.3 Sobre design, desejos, projetos e visões 31

2.3.1 Minhas questões e o LabMemo: breve explicação 32

2.3.2 O design como agente transformador 33

2.3.3 Design emocional 35

3 Olhando a longevidade com positividade 40

3.1 Dados sobre uma sociedade que envelhece e vive mais 41

3.2 Alguns desafios econômicos de uma sociedade com mais idosos do que crianças 44

3.3 Apontamentos sobre a economia prateada 46

4 Ideias centrais sobre idadismo: novo nome de um velho preconceito transversal a toda sociedade 49

5 Aprendendo para envelhecer 58
5.1 Sobre os velhos pioneiros do século XXI 59
5.2 Se estamos vivendo mais, precisamos aprender mais 62
5.3 Sobre um lugar para aprender mais 65

6 Universidade, o palco dos *agingboomers* para a inovação da longevidade 67
6.1 Aprendizado e reflexões de uma universitária quase 60+ 67
6.2 Em busca dos generativos 69
6.3 Revelações sobre os generativos 72

7 Considerações finais 82

8 Referências bibliográficas 86

Lista de figuras

Figura 1: Estágios cruciais da vida. 30

PRIMEIRAS PALAVRAS: inquietação à generatividade

Para que a velhice não seja uma irrisória paródia de nossa existência anterior, só há uma solução – é continuar a perseguir fins que deem um sentido à nossa própria vida: dedicação a indivíduos, a coletividade, a causas, trabalho social, político, intelectual e criador.

Simone de Beauvoir

Perto de completar 60 anos, mantenho viva minha "criança interior". Continuo a imaginar possibilidades futuras sobre vários assuntos para minha vida, para a sociedade e para as próximas gerações.

Sou inquieta e venho me dedicando ativamente a projetar e construir minha vida para os próximos 30 anos. Para tanto, comecei a revisitar o meu passado. Percebi que havia acumulado bagagem extensa. Além dos anos de convivência com amigos e familiares, investi inúmeras horas na aquisição e desenvolvimento de competências e conhecimentos. Isso me conferiu a consciência de que essas capacidades seriam uma base sólida para concretizar minhas perspectivas futuras.

Nesta nova fase, direcionei meu foco para o meu desenvolvimento pessoal e tenho buscado me valer de minha própria jornada para desafiar a visão negativa associada ao envelhecimento. Estou convicta de que a constante busca por aprendizado é fundamental para não só moldar o futuro da minha geração – os baby boomers – mas também o das demais que se seguirem à geração de nossos pais e avós – batizada de tradicional – que nasceu entre as duas guerras mundiais.

Depois de trabalhar 25 anos na área de produção de importante empresa de comunicação, decidi voltar a estudar e fiz duas pós-graduações. Ambas, por razões distintas, contribuíram para consolidar minha percepção da velhice como um novo capítulo da minha vida e através de uma visão positiva. Contribuíram, também, para eu valorizar o futuro e as oportunidades impulsionadas pela ciência e tecnologia.

Minha vontade de fazer a diferença no mundo aumentou com minha maturidade intelectual. Agora, minha prioridade é encontrar um programa de pós-graduação onde eu possa não apenas pesquisar, mas também agir para criar paradigmas relacionados à vida longeva e produtiva.

Quando descobri o Programa de Pós-Graduação em Design da PUC-Rio, tive duas certezas: (1) a Universidade era o lugar para estar no meu novo ciclo de aprofundamento do conhecimento e; (2) o Design o meio, dado seu compromisso com a busca de soluções para desafios sociais complexos e natureza interdisciplinar.

Inicialmente, investiguei serviços voltados para o cuidado do público sênior. Em seguida, redirecionei meu foco para as pessoas que cuidam de seus familiares idosos, e me identifiquei com as questões da chamada "geração sanduíche", aquela que "se espreme" entre as demandas, de toda a ordem, de seus pais, de seus filhos e netos. Ao estudar o perfil deste grupo familiar, encontrei pesquisas e estudos relacionados ao bem-estar físico e psicológico desta geração. Fiquei especialmente impactada pela Teoria do Desenvolvimento Psicossocial de Erik Erikson (1950), que ensina, que nossas vidas se desenvolvem em um percurso com vários estágios. Identifiquei-me, imediatamente, com o 7º estágio do desenvolvimento humano – que acontece dos 45 aos 65 anos e será destacado mais adiante. Caracterizado pela estagnação ou generatividade, este é um estágio de reflexão sobre a própria vida e busca por um sentido de satisfação e plenitude. Ao longo dele, somos capazes de avaliar nossas realizações, experiências e trajetórias de vidas e comemorá-las ou lastimar o que não vivemos e alcançamos.

O foco de minha investigação foi reajustado mais uma vez.

Eu já havia encontrado o lugar – a Universidade – e o meio – o Design. E, finalmente, encontrei as lentes para explorar o que intuía sobre o envelhecimento, mas não sabia nomear. E foi assim, que Erik passou a me acompanhar pelas aulas de pós-graduação na PUC-Rio e ser apresentado, carinhosa e respeitosamente, como "o meu velhinho".

A descoberta da generatividade causou uma reviravolta em minha investigação e minha vida. Ela não apenas me representava, como me embasava teoricamente para contribuir com a mudança da visão anacrônica sobre a velhice.

Mais do que os objetivos de minha dissertação, reformulei a minha percepção sobre mim mesma: de inquieta (e por vezes até inadequada para minha idade) passei a me ver como uma pessoa "generativa". A generatividade tornou clara, ainda, a relação entre Design, Universidade e Longevidade e o meu propósito de vida: contribuir para a mudança de paradigmas negativos sobre a velhice e o redesenho do percurso de muitas vidas, especialmente o das pessoas com mais de 50 anos.

Isso posto, esse é o relato de uma jornada acadêmica e, também de um projeto para a criação de um legado. Sinto-me privilegiada pela oportunidade de canalizar minha "inquietação" e novos aprendizados para uma causa que, espero, ir além de mim.

Não sou inquieta, sou generativa, como tantas outras pessoas com as quais, espero, como indica o título deste trabalho: contribuir com projetos de vida para a transformação da velhice no século XXI.

1
Introdução

Em 2019, fui convidada a apresentar coluna, no canal *Manual do Tempo*, dirigida ao público 60+, chamada *Digital Visual*[1]. O espaço era parte da iniciativa da Ativen, uma aceleradora de startups focada em atender exclusivamente demandas e interesses deste público.

Esse convite despertou minha atenção a questões ligadas ao envelhecimento e à longevidade, levando-me a aprofundar minha leitura, estudos e participação ativa em fóruns, palestras e workshops relacionados a esses temas. Em meio a esses eventos, frequentemente me perguntava: como entender os aspectos positivos do envelhecimento da população na maior parte do planeta e seu celebrável aumento de expectativa de vida? A partir dos 50 anos, o potencial e a vontade das pessoas de contribuir com o florescimento da sociedade reduzem ou aumentam?

Quais são os aspectos positivos e oportunidades trazidos pela longevidade populacional? O que impede que a longevidade populacional seja entendida como uma solução para o enfrentamento de desafios, problemas e ameaças de toda a ordem?

Como são, onde estão, o que fazem ou pretendem fazer as pessoas que estão envelhecendo no século XXI? Eles serão velhos iguais ou muito diferentes de seus pais e avós? Quais oportunidades, recursos ou lugares podem contribuir para a transformação da longevidade em uma realidade preferível e celebrável do século XXI em diante?

Essas questões ecoavam em minha mente, ressoando a urgência de trazer o design para o enfrentamento dos desafios do envelhecimento populacional. Afinal, aquela era uma oportunidade inédita de inovar e criar produtos e serviços para promover a inclusão, saúde e bem-estar ao longo da velhice e fase da vida

[1] Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=eQ0fgo5qIEE

que se estende mais e mais. Consequentemente, uma longevidade preferível e mais desejável que a de outrora.

1.1 Problematização e motivação: design como meio de transformar paradigmas negativos sobre a longevidade em outros preferíveis

A velhice e a vida longeva têm sido frequentemente retratadas de maneira sombria na literatura, na mídia, nas conversas e acompanhadas de doenças, abandono, demências, solidão, desprezo e outros infortúnios que assombram o destino inevitável de um número crescente de pessoas no planeta. Mesmo quando o envelhecimento e a longevidade são apresentados como conquistas humanas a serem celebradas, raramente deixa-se de mencionar uma lista de desafios associados a esses aspectos (UNFPA, 2023).

Minha motivação nos últimos anos vem sendo, justamente, buscar inspiração para o desenvolvimento de uma pesquisa que contribua para que as gerações que envelhecem no século XXI – e, estatisticamente, já são mais longevos que seus avós – permaneçam produtivas, engajadas e deixem suas ideias como um legado valioso para a humanidade. O local escolhido para a realização dessa pesquisa foi o Programa de Pós-Graduação em Design da PUC-Rio.

Ao integrar design, universidade e longevidade, busquei explorar formas de transformar o envelhecimento populacional e, sobretudo, o acréscimo de anos que ganhamos em nossas vidas, em oportunidade de crescimento e desenvolvimento para toda a sociedade. Dados estatísticos já somam mais pessoas com 60 anos do que crianças com menos de 14 anos e dois aniversários de sexagenários a cada um segundo (Coelho, 2020).

O design, como explica o historiador Rafael Cardoso (1998), se encaixa no fenômeno humano de projetar e pertence ao grupo de atividades projetuais "que visam a objetivação no seu sentido estrito, ou seja, dar existência concreta e autônoma a ideias abstratas e subjetivas" (p. 19). Em suas palavras:

> A coisa projetada reflete a visão de mundo, a consciência do projetista e, portanto, da sociedade e da cultura às quais o projetista pertence. (...) Toda sociedade projeta (investe) na sua cultura material os seus anseios ideológicos e/ou espirituais e se aceitarmos esta premissa, logo é possível conhecer uma cultura – pelo menos em parte – através do legado de objetos que ela produz ou produziu (p. 19).

Herbert Simon – polímata laureado com o Nobel de Economia – defende, no capítulo 5 de seu livro *The Science of the Artificial* (2019), a existência de uma ciência do artificial cujo objeto é a forma "como as coisas podem ser", em oposição às ciências naturais, que estudam a forma "como as coisas são". Na, talvez, mais citada definição sobre design, Simon (2019) resume que "faz design aquele que elabora cursos de ação destinados a mudar situações existentes em situações preferidas" (p. 111)[2] .

Outra definição que expressa a pertinência da escolha de um programa de pós-graduação em design é a de Harold Nelson (2012) conhecido autor de Design para quem a atividade "é a habilidade de imaginar aquilo que ainda não existe e fazer com que apareça de forma concreta como uma adição nova e intencional ao mundo real" (p. 12) [3].

Conclui-se que a maior parte do legado de objetos produzidos para velhice e a longevidade ainda reflete a visão de que a velhice não é preferível à adolescência ou juventude, ainda mais se prolongada por décadas. A velhice e a longevidade tal como elas são podem ganhar novas formas sob a ótica do design. Para tanto, não será necessário imaginar aquilo que não existe, mas olhar para o que não se olha: os aspectos positivos da velhice.

Isso posto, a motivação deste trabalho é contribuir, sob a perspectiva do design, para a transformação da forma existente de ver e viver a velhice em outra preferível e, também, para o projeto de uma longevidade mais produtiva e em sintonia com a atualidade das gerações que envelhecem no século XXI.

1.2 Premissa: os 50+ e a revolução da longevidade

Como já apresentado anteriormente, este trabalho integra design, universidade e longevidade e pretende explorar o envelhecimento e o aumento de expectativa de vida da população como uma oportunidade inédita de crescimento e desenvolvimento para a sociedade. Parte-se da premissa que está em curso um

[2] Tradução nossa. Texto original:"Everyone designs who devises courses of action aimed at changing existing situations into preferred ones"

[3] Tradução nossa. Texto original: "Design is the ability to imagine, that-which-does-not-yet-exist, to make it appear in concrete or concretized form as a new, purposeful addition to the real world.

movimento disruptivo, reconhecido como a “revolução da longevidade”, expressão cunhada por Robert Butler (2008), que transformará o sentido deste fenômeno que se torna a realidade de cada vez mais pessoas no planeta. Os protagonistas desta revolução integram a geração nascida entre 1945 e 1964. Na época, eles foram responsáveis pelo maior número de nascimento de bebês já registrado na história da humanidade e desde então inédito: nunca mais houve outro registro parecido. Consequentemente, hoje, eles são responsáveis pelo aumento, igualmente sem precedentes, de idosos no planeta. Além de colecionar ativos próprios de quem já viveu mais de meio século, eles têm a qualidade nomeada por Erik Erikson (1950) de *generatividade*, potencial produtivo e preocupação com o desenvolvimento e bem-estar das próximas gerações.

1.3 Objetivos

O principal objetivo deste trabalho é contribuir para a mudança da visão sobre a velhice e recursos/subsídios para o projeto de vidas longevas produtivas e em sintonia com a atualidade, em especial de pessoas com mais de 50 anos/ pessoas que envelheceram no século XXI.

Nesse sentido, seus objetivos específicos são:

- Levantar perspectivas teóricas que favoreçam identificar atributos positivos sobre o envelhecimento e longevidade populacionais;
- Identificar atributos positivos sobre o envelhecimento e longevidade populacionais;
- Identificar razões que justifiquem o recorrente destaque dos atributos negativos sobre o envelhecimento e longevidade populacionais;
- Identificar as características predominantes das pessoas que estão envelhecendo no século XXI;
- Explorar possibilidades e recursos para o projeto de vidas longevas produtivas e em sintonia com a atualidade.

1.4 Preciso investigar... preciso investigar

Nesse momento apresento o percurso investigativo adotado para a realização desta dissertação, que tem por base os preceitos da pesquisa qualitativa, à luz do que nos ensina, o professor emérito da Universidade de Nebrasca-Lincoln, John W. Creswell (2009).

> (...) A investigação qualitativa emprega diferentes concepções filosóficas; estratégias de investigação; métodos de coleta, análise e interpretação de dados. (...) os investigadores identificam explícita e reflexivamente seus vieses, seus valores e suas origens pessoais, tais como gênero, história, cultura e status socioeconômico que podem moldar suas interpretações durante o estudo (pp. 207-211).

A escolha desse percurso se deu em virtude da complexidade dos temas em foco – velhice e longevidade – e da natureza exploratória com que pretendia abordá-los, buscando-se sua relação com o design e priorizando os 50+ com perfis similares, sem negligenciar experiências e percepções individuais. Sabia onde eu pretendia chegar, mas precisei organizar meu trajeto. Para tanto, imaginei uma viagem de metrô, durante a qual linhas e estações certas me levassem às conexões necessárias para atingir meu destino final ao longo da minha "viagem acadêmica".

1.4.1 Blin blon, estação 1: lentes e visões

São muitas as linhas que podem nos conduzir em "uma viagem acadêmica". A minha foi marcada e grifada, no meu mapa mental.

Ao descer em estações que nos conectam a outras, precisamos ser rápidos. Possivelmente, precisaremos subir e descer lances de escadas que muitas vezes estão lotados com pessoas vindo em direção oposta à nossa. Ou, se estivermos na escada rolante, precisamos passar rápido para o lado esquerdo, e subir ou descer os degraus apressadamente. Mesmo que tudo pareça conspirar contra o tempo, conseguimos alcançar a nova plataforma, entrando no vagão, já escutando o apito de que a porta vai fechar. Neste momento, precisamos estar com os sentidos aguçados; ver e ouvir serão os mais requisitados. Foi nesse momento que precisei me concentrar no som da chegada da composição e garantir com clareza que estava embarcando na linha certa. Mais do que nunca, dependia dos meus óculos para ter

certeza de que minha rota seria conduzida pelos defensores do florescimento da vida em todas as idades, ressaltando que uma das maneiras de o alcançar é por meio do design emocional.

1.4.2 Estação 2: leitura

Em analogia ao coelho de *Alice no país das maravilhas*, passei a me identificar com o coelho, que a todo momento consultava o relógio e dizia estar sempre atrasado. Eu consultava o calendário, o relógio e a cada dia via crescer a pilha de livros à minha frente, o número de pastas no meu computador e as novas aquisições no Kindle.

Alternava entre dois caminhos para alcançar a Estação Leitura: um em direção ao design e outro à velhice e à longevidade. Eu queria encontrar um lugar que enfatizasse visões sobre o design mais amplas e propósitos para além de atender demandas de ordem mecânica, para mitigar declínios físicos e focada em formatos de óculos, bengalas, relógios SOS para quedas, rótulos e bulas confortáveis de ler, etc. É inegável o quanto um ambiente amigável para todas as idades é importante e necessário, sobretudo à medida que as pessoas envelhecem, e já há ênfases do design voltadas para isso, como o design universal. Eu buscava visões contemporâneas e interdisciplinares sobre o processo de envelhecimento, a velhice e a longevidade, repletas de desafios, sim, mas onde eu procurei por muitas oportunidades. Procurava por lugares, pessoas, falas sobre qualidade de vida, identidade, sabedoria, aprendizagem, projetos, produtividade, positividade, propósito, legado, etc. Nunca deixei de ir aos grandes campos do design e dos temas relacionados à velhice e longevidade. Emergia cada vez mais nas páginas e páginas de seus livros, artigos, teses e relatórios.

Foram muitas as conexões que precisei fazer até encontrar as fontes adequadas para esse aprofundamento. Beauvoir, Kalache e Goldemberg indicaram os desafios de uma vida longeva e a necessidade de uma nova visão sobre velhice.

Csikszentmihaly, Seligman e Erikson ofereceram a perspectiva de que é possível buscar nosso florescimento em todas as idades. Buttler, Dórea e Levy destacaram a importância das questões relacionadas ao idadismo, ressaltando a necessidade urgente de aumentarmos nossa consciência sobre sua existência e de

buscar meios eficazes para combatê-lo. Camarano, Shafik e Goughlin abordaram questões relacionadas à economia e os impactos, tanto negativos quanto positivos, de uma economia diante do envelhecimento da população mundial. Organismos e instituições como ONU[4], UNFPA[5], IBGE[6] OWD[7], entre outros, me forneceram pesquisas e dados atualizados sobre o envelhecimento populacional. Com Schlochauer e Carstensem, encontrei a alegria ao vislumbrar melhores perspectivas, ao entender a importância do aprendizado ao longo da vida, especialmente quando se trata de vidas longevas. Os caminhos mais contemporâneos do design trazidos por Manzini, Frascara, Damazio, Cardoso e Pina, entre outros, me ajudaram a vislumbrar possíveis cenários e estratégias de projetos diante do desafio social complexo que é o envelhecimento populacional.

1.4.3 Estação: observação

Meu mantra foi se modificando ao longo do primeiro ano. Agora, além de "preciso ler para aprender", eu precisava, também, "observar para entender". Precisava ouvir mais vozes além da minha e ir a campo para observar a vida vivida pelas pessoas no "mundo mundial", como costumava falar à minha orientadora. Como as pessoas estão lidando com seu próprio envelhecimento? Como estão enfrentando essa "onda" do "estamos envelhecendo diferente"? Como os homens e as mulheres estão encarando esse estágio de suas vidas? Longevidade tem CEP, ou um lugar para se estar? Como o design está atuando e pode atuar frente à velhice e longevidade contemporânea?

Passei a ser uma observadora contumaz que relacionava design e velhice em tudo que via, lia e ouvia e com as lentes adquiridas na ESTAÇÃO 1: observava as pessoas nas ruas, nas lojas, na academia, nos restaurantes... Quanta gente de cabeça branca! Eu observava suas roupas, sapatos, carros, acessórios e como se relacionavam com escadas, balcões, esteiras de correr, mesas, louças e o meio projetado a seu redor. Cada vez mais fui imergindo no mundo prateado, que se

[4] Saiba mais em: https://pt.wikipedia.org/wiki/Organização_das_Nações_Unidas

[5] Saiba mais em: https://brazil.unfpa.org/pt-br/quem-somos

[6] Saiba mais em: https://www.ibge.gov.br

[7] Saiba mais em: https://ourworldindata.org/about

tornará cada vez maior. Observava de que forma atendentes, vendedoras e prestadores de serviços interagiam comigo e com outros 50 ou 60+. Buscava compreender como as pessoas dessa faixa etária ocupavam espaços e continuavam com suas vidas no dia a dia.

Além de observar, nesta estação também explorei portais digitais, sites de universidades no Brasil e no mundo, perfis no Instagram e notícias de jornais, em busca de informações sobre o que estava ocorrendo no que chamo de "mundo mundial". Entre eles o Portal do envelhecimento e Longeviver[8], programas Universitários como o USP60+[9], sites como The Age Thing[10], Maturi[11], Agelab[12], Standford center on lonvevity[13].

Diversos olhares que convergem sobre o mesmo tema, revelando a complexidade e a riqueza das experiências relacionadas ao envelhecimento e à longevidade.

1.4.4 Estação 4: conversas

Todo mundo em algum momento da vida tem um "grilo falante"; nestes dois anos, o meu, como não poderia deixar de ser diferente, foi minha orientadora. Vera me dizia: *Denise, não dá para contribuir com todas as pessoas que envelhecem no século XXI do planeta em um trabalho de mestrado. Você tem que recortar para possibilitar a compreensão. Você tem que definir e procurar uma parcela desta população. Onde eles estão? Como você vai conhecê-los?*

Eu concordava: *OK*. Eu já tinha lido, observado, convivido, conversado e relacionado velhice, longevidade, o universo do design, velhos e longevos. Mas qual grupo contribuiria como as ideias que quero defender? Quem são as pessoas que estão envelhecendo com propósito, produzindo, querendo deixar um legado e

[8] Saiba mais em: https://portaldoenvelhecimento.com.br

[9] Saiba mais em: https://prceu.usp.br/usp60/

[10] Saiba mais em: https://thisagething.co

[11] Saiba mais em: http://www.maturi.com.br

[12] Saiba mais em: https://agelab.mit.edu/blog/https:/www.linkedin.com/pulse/business-millennials-planning-great-wealth-transfer-baby-coughlin/

[13] Saiba mais em: https://longevity.stanford.edu

servir de inspiração para as pessoas mais jovens? Onde estavam e o que fazer para conhecê-los? Eu precisava identificar esse público.

Agucei os meus sentidos para tentar vê-los e ouvi-los. Essa me parecia a melhor maneira para identificar perfis semelhantes, dentro do recorte que havia decidido adotar. Ora, se eu me percebia envelhecendo de forma diferente, e por isso estava pela quarta vez, de volta aos bancos universitários, onde mais estariam as pessoas com perfil semelhante? Ajustei meu olhar para o campus da minha universidade e lá estavam eles: bem do meu lado, nas turmas do Programa de Pós-Graduação em Design.

O grupo constitui-se de 8 pós-graduandos da PUC-Rio e 2 outros que desenvolvem suas pesquisas em outras universidades.

Para conhecer a trajetória de vida de cada um dos 10 integrantes realizei entrevistas semiestruturadas, individualmente e via *ZOOM*, com duração mínima de uma hora e máxima de uma hora e meia.

Estou atrasada, quero aprender, quero entender, quero ver e quero ouvir o grupo seleto que elegi como recorte para esta investigação.

Suas histórias de vida me ajudariam a defender a minha visão de que design, universidade e longevidade podem estar unidos para contribuir para projetos de vida voltados à transformação da velhice no século XXI.

1.4.5 Estação 5: escrever

"*Denise, a escrita é uma edição de sua investigação; não precisa ser fiel ao tempo dos acontecimentos e muito menos relatar todos eles. Mas você é a autora, tanto da investigação, quanto do texto: mostre quem você é*."

Quando desci nesta estação, as luzes se apagaram…

A luta entre a minha mente e o teclado era grande. O aprendizado e vivência que me trouxeram até aqui e o formato de uma dissertação eram incompatíveis, e a tarefa de um ter que se ajustar ao outro era paralisante. Eu queria produzir um texto consistente, mas com tom mais coloquial. Queria que a sua leitura não fosse enfadonha, não trouxesse muitos dados e gráficos e nem levasse os leitores por caminhos já percorridos em outros estudos sobre design e velhice. Queria que meu texto atendesse aos requisitos acadêmicos, mas também que fosse palatável para

mais pessoas e pudesse servir como um estímulo e agente transformador. Em resumo a luta entre o que eu vivi, experimentei, aprendi, entendi, ouvi e precisava escrever era enorme.

"*Denise, eu entendo tudo o que você fala, mas não entendo nada que você escreve. Você parece duas pessoas: a que fez e fala sobre o estudo e a que escreve sobre o mesmo estudo. Sua fala, tem que estar na sua escrita*."

Meu "grilo falante" me provocava e às vezes, me parecia ser muito impertinente.

Mas foi aí que percebi que eu não era apenas investigadora, mas também investigada, e parte dos temas que estudei ao longo de todo o percurso de meu mestrado. Entendi que eu não podia me separar da escrita e precisava escrever sobre os temas e grupo que havia investigado, mas também sobre quem sou, minha trajetória e o que senti ao realizar este trabalho. Desde o início, a Denise tinha uma visão positiva e otimista da velhice e ao longo dos últimos anos se tornou uma agente transformadora da visão soturna da velhice em outra muito mais desejável. Eu já havia produzido dezenas de novelas e espetáculos em meus tantos anos de trabalho e agora ia tentar transformar meu estudo no roteiro de uma novela, como uma narradora, se apresentando e destacando sempre que julgasse pertinente. *A seguir, os capítulos dessa investigação.*

1.5 Estrutura da dissertação

Este trabalho será apresentado em seis capítulos e busca, em todos, destacar as experiências pessoais vivenciadas pela autora investigadora (e investigada) no campus da PUC-Rio durante o mestrado:

Na **introdução** se discorre sobre a problematização, motivação, objetivos, percurso investigativo e a estrutura da dissertação.

No **capítulo 2** se apresentam as perspectivas teóricas que direcionam e embasam o percurso desta investigação.

O **capítulo 3** traz os dados sob o processo de envelhecimento, e o envelhecimento e longevidade populacionais sob uma perspectiva holística, discutindo dados demográficos e alguns desafios sociais e econômicos, como a

verticalização das famílias e o convívio de até cinco gerações, o déficit de mão de obra qualificada e a Economia Prateada.

O **capítulo 4** é dedicado exclusivamente ao idadismo, o preconceito contra a idade e os efeitos negativos no processo de envelhecimento, e busca ressaltar sua impertinência em tempos contemporâneos.

O **capítulo 5** apresenta as características da geração batizada de *baby boomers*, destaca seu perfil questionador e histórico em revoluções culturais e a importância do aprendizado ao longo da vida para uma vivência inovadora da longevidade.

O **capítulo 6** relata os caminhos para encontrar grupo de pessoas generativas em sintonia com as questões que se busca defender neste trabalho, e apresenta resultados de pesquisa de campo com pessoas acima de 45 anos.

Conclui-se com as **considerações finais**, destinadas a mudar a percepção sobre a velhice e fornecer recursos para vidas longevas produtivas e atualizadas, especialmente para aqueles que envelhecerão no século XXI.

2
Escolhendo as lentes para olhar a longevidade com positividade

Sempre gostei de exercícios ao ar livre, de andar à beira da praia e de nadar. Costumo brincar que preciso do sol para minha "fotossíntese". Já há algum tempo, notava um mar de cabeças brancas ao meu redor, ao me dedicar à essas atividades físicas. No começo, pensei que fosse meu cérebro, que começava a me fazer refletir sobre a minha própria velhice. Com o passar dos anos, e me dedicando aos estudos sobre o tema do envelhecimento populacional, percebi que não era meu cérebro me pregando uma peça, mas sim uma realidade estatística. No entanto, eu não conseguia enxergar aquelas pessoas e, muito menos eu mesma, como uma ameaça e problema para a sociedade, como sugeriam grande parte das discussões sobre o envelhecimento e, sobretudo, a longevidade populacional.

***

Este capítulo traz respostas à questão: como entender os aspectos positivos do envelhecimento da população na maior parte do planeta e seu celebrável aumento de expectativa de vida?

Ele apresenta perspectivas teóricas pertinentes para a atuação do design frente ao celebrável e complexo desafio social da longevidade da população e está organizado em três sessões: a primeira traz apontamentos da Psicologia Positiva; a segunda sobre Desenvolvimento Psicossocial e, a terceira, apresenta a abordagem do design emocional e perspectivas para se alcançar o objetivo central deste trabalho, qual seja contribuir para a mudança da visão sobre a velhice e recursos/subsídios para o projeto de vidas longevas produtivas e em sintonia com a atualidade, em especial de pessoas com mais de 50 anos/pessoas que envelheceram no século XXI.

2.1 Apontamentos sobre psicologia positiva

Este estudo dá relevo aos aspectos positivos do envelhecimento e da longevidade populacionais, sem, contudo, desconsiderar seus desafios, a exemplo dos preceitos da Psicologia Positiva. Os psicólogos Mihaly Csikszentmihaly e Martin Seligman são reconhecidos, respectivamente, como o avô e o pai da psicologia positiva.

Martin Seligman, ocupa a presidência da American Psychological Association (APA), prestigiosa associação de psicologia. O psicólogo estadunidense provocou o que designou "um verdadeiro terremoto", ao propor que a psicologia não se concentrasse unicamente em traumas, depressão, ansiedade, esquizofrenia e outros transtornos e doenças mentais. Respaldado por estudos e pesquisas científicas, Seligman (2019) sugeriu que o escopo da psicologia fosse ampliado para além do nobre propósito de entender e tratar o sofrimento e males mentais. O novo objetivo foi explorar aquilo que faz a vida valer a pena e produzir as condições para isso e atentar para as forças, as virtudes e o florescimento humano e da sociedade.

No livro *A Felicidade Autêntica*, Seligman (2009) apresenta a teoria da felicidade e descreve que o objetivo da Psicologia Positiva é "aumentar a felicidade na vida das pessoas e no planeta" (p. 77). Anos adiante, o autor aprimora suas ideias e apresenta, agora, a teoria do bem-estar no livro *Florescer.* Nele, o objetivo da Psicologia Positiva, passa a ser "aumentar a quantidade de florescimento na vida das pessoas e no planeta" (Seligman, 2019, p. 35). O bem-estar, explica Seligman, é composto por cinco elementos mensuráveis, denominados pelo acrônimo PERMA: *Positive Emotion*, *Engagement*, *Relationships*, *Meaning* e *Achievement* (respectivamente traduzidos para positividade, engajamento, relacionamentos positivos, realização e autoavaliação positiva. O autor acrescenta que "nenhum elemento isoladamente, o define, mas todos contribuem para ele – o bem-estar." (*Idem*). Ele defende que os cinco elementos são cruciais para se alcançar o bem-estar e felicidade ao longo de nossas vidas. Assim sendo, devemos buscar o equilíbrio positivo em cada um deles, de forma a atingir um estado de florescimento pessoal e viver uma vida boa e significativa.

Csikszentmihaly, por sua vez, dedicou mais de 20 anos a seus estudos sobre os aspectos positivos da experiência humana, como descrito nas primeiras linhas do

seu último livro *Flow* – A psicologia do alto desempenho e felicidade (2020). *Flow*, segundo o autor, é o que entendemos por experiência ótima" (p. 55). Trata-se de situações em que a nossa atenção pode ser livremente investida na conquista de metas pessoais, porque não há ordem a ser corrigida, nenhuma ameaça contra a qual o *self* (eu) precise se defender.

O autor explica que, em estado de *flow*, estamos "constantemente no controle de nossa energia psíquica e tudo o que fazemos adiciona ordem a esta consciência" (*Idem*). O *flow* nos permite apreciar o momento presente, gera autoconfiança e nos torna capazes de desenvolver habilidades que podem contribuir significativamente para toda a humanidade

Seligman e Csikszentmihaly nos fazem pensar nos resultados e impactos positivos que uma sociedade com níveis mais altos de realização pessoal, felicidade e bem-estar pode gerar.

A felicidade e o bem-estar extrapolaram as fronteiras da Psicologia e entraram para a agenda da Assembleia Geral da Organização das Nações Unidas (ONU), na reunião *Felicidade e bem-estar: definindo um novo paradigma econômico*, realizada em 2012. A felicidade passa a nomear, também, novo indicador criado pela organização: o FIB (Felicidade Interna Bruta). A exemplo do PIB (Produto Interno Bruto) que mede o desenvolvimento de uma nação com base em seus aspectos econômicos, o FIB considera e mede seus aspectos culturais, psicológicos, espirituais e ambientais.

É notável perceber a ascendência da felicidade e bem-estar em disciplinas como a Economia. Jeffrey Sacks, diretor do Earth Institute, da Universidade de Columbia, e ex-professor do Departamento de Ciências Econômicas da Universidade de Harvard por mais de 20 anos, argumenta que os próprios objetivos (de desenvolvimento sustentável) incorporam a ideia de que o bem-estar humano deve ser alimentado através de uma abordagem holística, que combina elementos econômicos, sociais e ambientais (Helliwell; Layard & Sachs, 2012). Em síntese, no lugar de uma abordagem restrita, focada no crescimento financeiro, devemos promover sociedades prósperas, justas e ambientalmente sustentáveis.

Além de apresentar ferramentas teóricas inovadoras, a Psicologia Positiva, juntamente com o crescente interesse na felicidade e bem-estar como temas de estudo em diversas disciplinas para além da psicologia, sugere que, ao focarmos nos aspectos positivos em detrimento dos negativos, podemos otimizar a atuação

do Design para promover um envelhecimento mais ativo, produtivo e uma longevidade associada a uma maior qualidade de vida.

2.2 Apontamento sobre desenvolvimento psicossocial

Em nossa busca por promover uma visão mais otimista sobre o envelhecimento e a longevidade, alinhada aos princípios da Psicologia Positiva, apresentamos a Teoria do Desenvolvimento Psicossocial de Erik Erikson (1902-1994). Este renomado psicólogo e psicanalista alemão, naturalizado americano e profundamente influenciado por Freud, postula que o desenvolvimento humano é um processo contínuo, abrangendo toda a vida, dividido em oito estágios do ciclo vital.

Cabe ressaltar que a Teoria do Desenvolvimento Psicossocial de Erik Erikson é reconhecida como uma das principais abordadas no estudo do desenvolvimento humano na psicologia, apresentadas no livro *Desenvolvimento Humano* (2022), escrito pelas Professoras Diane E. Papalia e Grabriela Alicia Marttorell. Nela, Erikson explora três facetas da identidade: o ego (eu), a identidade pessoal (peculiaridades individuais que distinguem uma pessoa da outra) e a identidade social/cultural (papéis sociais desempenhados ao longo da vida).

Em 1940, Erikson apresenta sua teoria por meio de um artigo, fruto de pesquisas conduzidas com sua esposa, Joan Erikson, para a *Midcentury White House Conference on Children and Youth*. Esse artigo, focado nos estágios de desenvolvimento, contribuiu significativamente para a conferência com o título *Growth and crises of the healthy personality* (Crescimento e crises da personalidade saudável).

Posteriormente, em 1950, a teoria foi publicada em seu influente livro *Infância e Sociedade*, tornando-se um clássico na psicologia. Erikson é notável por cunhar a expressão “crise de identidade”, amplamente adotada na psicologia para descrever o período da adolescência. De acordo com a Professora Luciana Fontes Pessoa (2023) :

> O sentido de identidade é a noção de sentir-se uma pessoa única, numa sociedade, com passado, presente e futuro particulares. A identidade se constrói ao longo de toda a vida, sendo a adolescência um período especialmente crítico para sua

> formação. O elemento básico que deveria estar presente em qualquer cultura para desenvolver identidade é o reconhecimento consistente e significativo das realizações e conquistas[14] .

Em sua teoria, Erikson postula que o desenvolvimento pessoal é moldado pela interação entre o indivíduo e seu ambiente, destacando as implicações das crises normativas enfrentadas nos oito estágios da vida por ele propostos. Essas crises têm o potencial de resultar em orientações positivas ou negativas, desempenhando um papel crucial na formação da subjetividade e identidade individual.

Ainda que enfatize os estágios relacionados à infância em seu livro, *Infância e Sociedade* (1976) Erikson atribui especial atenção ao 7º estágio da vida, que abrange o período entre os 45 e 65 anos e as orientação positiva e negativa são, respectivamente, a generatividade e a estagnação. Nas palavras do autor:

> Este livro enfatiza as etapas da infância; se assim não fosse, a seção sobre a generatividade necessariamente seria central, porque esse termo abrange o desenvolvimento evolucionário que fez do homem o animal que ensina, que institui, assim como o que aprende (p. 245).

Neste ponto, vale ressaltar a pertinência do 7º estágio da vida e especialmente do conceito de *generatividade* para o presente trabalho, na medida em que envolve o cuidado dedicado às pessoas nas ações que desenvolvem, incluindo seus pais, avós e as gerações subsequentes. Durante esse estágio da vida, o indivíduo é percebido como um guia, educador e conselheiro, buscando transmitir um legado pessoal de experiência.

A Teoria do Desenvolvimento Psicossocial proposta por Erik Erikson, a partir da publicação de *Infância e Sociedade* (1976), oferece uma perspectiva abrangente sobre o desenvolvimento humano ao longo da vida.

---

[14] Anotações de aula da autora. O conceito “crise de identidade” foi apresentado, no primeiro semestre de 2023, como material de aula na disciplina eletiva no programa de Pós-Graduação em Design da PUC-Rio “Abordagens Teóricas em Saúde e Desenvolvimento”, ministrada pela Prof.ª Adjunta e Diretora do Departamento de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro Luciana Fontes Pessoa.

VELHICE VIII - MATURIDADE								Integridade vs. Desespero, Desgosto **SABEDORIA**
IDADE ADULTA VII							Generatividade vs. Estagnação **CUIDADO**	
IDADE ADULTA JOVEM VI -						Intimidade X Isolamento **AMOR**		
ADOLESCÊNCIA V - PUBERDADE					Identidade X Confusão de identidade **FIDELIDADE**			
IDADE ESCOLAR IV - LATÊNCIA				Diligência vs. Inferioridade **COMPETÊNCIA**				
IDADE DE BRINCAR III - LOCOMOTOR GENITAL			Iniciativa vs. Culpa **PROPÓSITO**					
INFÂNCIA INICIAL II - MUSCULAR ANAL		Autonomia vs. Vergonha, dúvida **VONTADE**						
PERÍODO DE BEBÊ - ORO SENSORIAL	Confiança básica vs. Desconfiança básica **ESPERANÇA**							

Figura 1: Estágios cruciais da vida.
Fonte: Erikson, 1998.

Como explicado anteriormente, Erikson destaca oito estágios distintos, cada um representando uma crise normativa psicossocial específica que os indivíduos enfrentam desde a infância até a velhice. Em contraste com teorias anteriores centradas apenas na infância, Erikson considera o desenvolvimento contínuo e acompanhado por desafios emocionais e sociais em cada um de seus estágios. Cada um deles está vinculado a uma tarefa psicossocial crucial, que exige resolução bem-sucedida para que se avance saudavelmente para o próximo estágio. Esses estágios representam momentos críticos para o desenvolvimento emocional e social, moldando a personalidade e influenciando a forma como os indivíduos enfrentam desafios ao longo da vida.

Erikson enfatiza a interação entre o indivíduo e o ambiente social, argumentando que a formação da identidade ocorre em resposta às demandas sociais. Sua teoria fornece uma estrutura significativa para entender o desenvolvimento humano, destacando a importância da resolução positiva dessas crises para promover um crescimento saudável e a formação de uma identidade equilibrada ao longo da vida.

A exemplo da Psicologia Positiva, a Teoria do Desenvolvimento Psicossocial também apresenta ferramentas teóricas cruciais para este trabalho, na medida em que defende que o indivíduo pode fazer escolhas ao longo de toda a sua vida e, sobretudo, abraçar projetos que favoreçam sua generatividade.

Neste sentido, assim como a Psicologia Positiva, a Teoria do Desenvolvimento Psicossocial também pode otimizar a atuação do Design para promover um envelhecimento mais ativo, produtivo e uma longevidade associada a uma maior qualidade de vida.

2.3 Sobre design, desejos, projetos e visões

"Quanto mais ampla for sua memória emocional, mais rico será seu material para a criatividade interior".

Constantin Stanislavski

As questões que orientaram esta pesquisa se encaixaram às ideias elaboradas e praticadas pelo Laboratório de Design, Memória e Emoção (LabMemo), bem antes de meu ingresso no programa de pós-graduação em Design da PUC-Rio. Minha primeira conversa com Vera Damazio – coordenadora do LabMemo, hoje minha orientadora, mas velha amiga da família – foi por zoom, ela em Trancoso, Bahia e eu no Rio de Janeiro. Que terminou "apenas" três horas depois! Todos nossos pontos de vista em relação às emoções eram complementares. Profundamente compreendíamos o quanto de valor emocional tinha para mim um simples bule de café antigo da casa dos pais, onde meu pai fazia o café todas as manhãs. Não havia dúvida. Falávamos a "mesma língua". Junto a isso, Vera me colocava com toda a certeza de quanto eu havia trabalhado como uma designer durante os meus 25 anos de experiência de trabalho em uma empresa que carinhosamente é chamada de "Fábrica de Sonhos". Ao longo desses anos, projetei para despertar emoções não somente nos espectadores das novelas, séries e programas de linha de show, mas também nos atores, para que suas personagens pudessem demonstrar a arte de interpretação. Podia ser um anel, às vezes um porta retrato ou uma cadeira de couro surrada, que ao olhar, os faria lembrar da vida de sua personagem. Como nos explica o mestre Constantin Stanislavski (2020): "os objetos em cena funcionam como "um estímulo para a memória das emoções e meio para que os atores concentrem a atenção no palco" (p. 223). Durante ¼ de século criei realidades que não existiam e passaram a fazer parte do cotidiano das

pessoas. Como não mergulhar em uma pesquisa, que me desse a oportunidade de criar a realidade da velhice e da longevidade em outras preferíveis?

***

Esta capítulo foi organizado em 3 subseções. A primeira traz uma breve apresentação do LabMemo e sua relação com as questões desta pesquisa. A segunda explora o Design como um agente de transformação, que capacita sujeitos criativos a projetar cenários desejados e transcender fronteiras disciplinares, promovendo significado e conexão entre criador e público na sociedade contemporânea. A terceira discute o papel do design emocional, que busca identificar e compreender as emoções evocadas pelo meio projetado, incorporando essa abordagem em um diálogo mais inclusivo e inspirador sobre a longevidade com pessoas que estão envelhecendo.

2.3.1 Minhas questões e o LabMemo: breve explicação

O LabMemo está vinculado ao Departamento de Artes & Design da PUC-Rio e é um espaço interdisciplinar que abrange atividades de pesquisa aplicada e projetuais, ou o estudar, pensar e agir. Ele atua no campo do Design Social e Design Emocional há cerca de 25 anos e vem realizando investigações de inspiração etnográfica, produtos e serviços destinados a realidades sociais complexas. Tem como foco as pessoas e suas realidades: elas podem ser adolescentes tentando amamentar seus bebês recém-nascidos em um hospital público, ou adultos com dificuldade de entender o que é uma oração subordinada nas aulas de alfabetização.

Seus principais interlocutores são Victor Papanek e Jorge Frascara – ambos reconhecidos defensores (de forma menos e mais elegante) que a razão de existir da atividade do design são as pessoas e sua realidade (ou seu mundo real).

Para o LabMemo, o Design é uma atividade projetual que se dedica a buscar, projetar e replicar soluções para transformar realidades existentes em outras mais desejáveis, e sua função é possibilitar, favorecer e melhorar a vida. Seu lema é que não existem problemas, mas realidades que podem ser transformadas em outras preferíveis, e para tanto, requerem ações projetuais holísticas e interdisciplinares.

Além de Papanek e Frascara, a definição, lema e conduta do LabMemo também se sustentam nas ideias de Herbert Simon sobre as ciências artificiais.

Como apresentado na introdução deste trabalho, para o polímata, as ciências naturais estudam “como as coisas são”, enquanto as ciências do artificial estudam “como as coisas podem ser”.

É de Simon (2019), vale repetir, a definição concisa que: “faz design aquele que elabora cursos de ação destinados a mudar situações existentes em outras preferíveis” (p. 111).

Nos últimos 10 anos, o LabMemo concentra suas ações em torno dos temas da velhice e longevidade sob perspectivas positivas.

Isso posto, este trabalho partiu e segue estrada pelo campo do Design e no LabMemo, por caminhos que ressaltam os benefícios e oportunidades do envelhecimento e longevidade populacionais e levem a novas perspectivas e razões para celebrá-las.

2.3.2 O design como agente transformador

Diante desse propósito de transformação sistêmica, o Design emerge como um parceiro poderoso na construção de uma longevidade ativa e produtiva. A atividade transcende a criação de interfaces entre o indivíduo sênior e seu ambiente e reside, principalmente, na capacidade intrínseca de sujeitos criativos de projetar cenários desejados. Ao adotar uma visão holística diante de realidades complexas, os designers – profissionais ou difusos – se destacam como agentes de mudança, munidos de um vasto repertório de conhecimentos, ferramentas e métodos projetuais (Manzini, 2017).

Neste sentido, o Design se posiciona como um elemento-chave na concretização dos novos paradigmas almejados para o envelhecimento na sociedade contemporânea.

Há (quase) um consenso no campo do Design de que suas fronteiras são e devem permanecer amplas, difusas e ilimitadas. No contexto deste trabalho, o design assume um papel de destaque como processo, produto e método, revelando-se uma disciplina multifacetada que exige a integração de teorias e práticas na busca por soluções inovadoras, destinadas a criar algo previamente inexistente.

Harold Nelson (2002) amplia essa perspectiva, nas primeiras linhas do texto em que trata da capacidade do design como uma das bases da atividade humana, quando destaca que:

> Design é a capacidade de imaginar aquilo que ainda não existe, para fazê-lo aparecer de forma concreta ou concretizada como uma adição nova e proposital ao mundo real. (...) O Design afeta quase todos os aspectos do nosso mundo experimentado. Projetamos para ser humanos e podemos projetar porque somos humanos. Todo ser humano pode e se beneficia da atividade de Design [15] (n.p.).

Richard Buchanan, editor da revista científica *Design Issues*, argumenta que uma das maiores forças do Design está na sua resistência a ser confinado a uma única definição. Ele observa que áreas com definições rígidas tendem a enfrentar certa estagnação (Buchanan, 2001 *apud* Pina, 2019).

Alinhadas a essas considerações, fontes recentes ressaltam a natureza interdisciplinar do Design e sua relação com atores de disciplinas variadas como psicólogos, neurocientistas, enfermeiros, bombeiros e desportistas. Ressalta, também, a importância de abandonar a ideia de projetar "para" o indivíduo e projetar "com" o indivíduo e todos os envolvidos no contexto do projeto. Isso reconhece uma perspectiva mais colaborativa e participativa dos usuários no processo criativo. As soluções resultantes desse modo de projetar são, recorrentemente, mais alinhadas com as necessidades e preferências dos usuários e têm probabilidade de aceitação e adoção.

Embora o Design seja frequentemente associado à estética, funcionalidade e sofisticação de produtos, sua atuação vai além desses atributos. Rafael Cardoso (2008), em *Uma história do design*, destaca que o design opera transformando conceitos intelectuais em formas tangíveis.

Jorge Frascara (2008), em *Diseño Gráfico para lá Gente*, destaca que o design vai além da produção e distribuição, concentrando-se no impacto sobre as pessoas. Ele enfatiza, ainda, o papel do designer como solucionador de problemas

[15] Tradução nossa. Texto original: Design is the ability to imagine, that-which-does-not-yet-exist to make it appear in concrete or concretized form as a new, purposeful addition to the real world. (…) Design touches nearly every aspect of our experimented world. We design to be human, and we can design because we are human. Every human can and does benefit from design activity.

e coordenador ativo de equipes multidisciplinares voltadas para melhorar o bem-estar das pessoas.

Nesse sentido, o Design assume uma abordagem mais humanista. Ao deixar de lado a visão restrita dos objetos ou serviços como produtos finalizados, passa-se a compreendê-los como veículos para a realização de desejos e a satisfação de necessidades das pessoas. Essa mudança de foco do "objeto projetado" para "as pessoas que usam o objeto projetado" estabelecem uma conexão mais profunda do designer com os usuários e o faz enxergar "o objeto" como intermediário entre as intenções do criador e os anseios do usuário (Pina, 2019).

Ao se dedicar a atender desejos e necessidades específicos, o Design se torna um facilitador na busca pela excelência na experiência do usuário. A criação de produtos e serviços deixa de ser uma simples materialização de formas e funções preestabelecidas, transformando-se em um processo dinâmico e adaptativo que se molda às expectativas e demandas em constante evolução (Frascara, 2008)

Em última análise, o design se revela como um catalisador de significado e conexão entre criador e público, indo além da estética superficial. Ao adotar essa perspectiva mais holística e centrada nas pessoas, o designer desempenha um papel crucial na construção de um mundo no qual os objetos e serviços não apenas existem, mas também servem como meios poderosos para a realização de aspirações humanas, alinhando-se às profundas necessidades e desejos que permeiam a sociedade contemporânea.

2.3.3 Design emocional

Os objetivos do Design Emocional abrangem a identificação das emoções evocadas pelo meio projetado, a compreensão das razões por trás das conexões afetivas entre pessoas, objetos e serviços, e o desenvolvimento de projetos para favorecer respostas emocionais positivas e/ou apropriadas.

Neste sentido, percebemos a importância de incorporar o design emocional no diálogo com as pessoas que envelhecem e na busca de soluções para a construção de uma visão mais abrangente, inclusiva e inspiradora da longevidade. A abordagem já vinha sendo adotada no LabMemo e dando relevo aos aspectos positivos do envelhecimento e público sênior, e incluía estudo contínuo de

perspectivas mais específicas de Design Emocional e seus respectivos projetos, funções e efeitos junto às pessoas.

As perspectivas do Design Emocional foram esboçadas ao longo da elaboração da tese de doutorado *Artefatos de Memória da Vida Cotidiana: um olhar interdisciplinar sobre as coisas que fazem bem lembrar*, defendida no Programa de Ciências Sociais da UERJ em 2001. Na ocasião, a designer Vera Damazio investigou as circunstâncias e razões que conferem a certos objetos a qualidade de serem memoráveis. Orientada pelos Estudos da Memória, a pesquisadora reuniu e interpretou aproximadamente 300 objetos identificados como "coisas que fazem bem lembrar" (Damazio, 2005 *apud* Rosa, 2015, p. 25). Eles foram agrupados em seis categorias distintas e suas funções iam além de evocar lembranças; eles também eram capazes de construir identidades, proporcionar diversão, conforto, serenidade, estimular a prática do bem, criar vínculos afetivos e conferir aos indivíduos a sensação de serem queridos e importantes (Damazio, 2013).

Essas seis categorias sustentaram a hipótese de que é viável conceber produtos e serviços memoráveis, quando: (1) destacam e expressam nossa individualidade; (2) proporcionam diversão e riso; (3) oferecem conforto e serenidade; (4) incentivam a prática do bem; (5) criam e fortalecem vínculos afetivos, e; (6) geram a sensação de ser querido e importante (Damazio, 2013).

A partir destas categorias foram delineados os seguintes possíveis atributos de memorabilidade: (1) identidade; (2) humor; (3) bem-estar; (4) cidadania; (5) sociabilidade, e; (6) autoestima.

Estes atributos, por sua vez, deram origem a seis perspectivas para o projeto de produtos e serviços memoráveis, que vem sendo continuamente revisadas, reestruturadas e enriquecidas com novos exemplos pelos integrantes do LabMemo.

As primeiras perspectivas de Design Emocional foram apresentadas na dissertação de mestrado *Design & envelhecimento: técnicas de identificação de demandas dos maiores de 60 anos* e reproduzidas em publicações de integrantes do laboratório (Rosa, 2015); São elas:

Design & Identidade: inclui produtos, serviços e ações projetuais que têm como efeito favorecer a autoexpressão e o fortalecimento da identidade e da individualidade, a partir de produtos "abertos" e passíveis de serem transformados de acordo com o desejo, as preferências, a imaginação e as necessidades do usuário.

Design & Humor: inclui produtos, serviços e ações projetuais que têm como efeito surpreender, tornar a rotina mais divertida, entreter e favorecer o surgimento de sentimentos como alegria, descontração, leveza e despreocupação.

Design & Bem-estar: inclui produtos, serviços e ações projetuais que têm como efeito promover a serenidade, desacelerar, relaxar, renovar o corpo, o espírito e a mente.

Design & Cidadania: inclui produtos, serviços e ações projetuais que têm como efeito estimular a civilidade, a responsabilidade social, práticas solidárias, humanitárias, colaborativas e em prol do bem coletivo

Design & Sociabilidade: inclui produtos, serviços e ações projetuais que têm como efeito promover a cordialidade, o compartilhamento, o entendimento, a harmonia, aproximação e novos vínculos sociais, criar e fortalecer laços afetivos e tornar o convívio entre as pessoas mais harmônico.

Design & Autoestima: inclui produtos, serviços e ações projetuais cujos efeitos visam a promover nas pessoas o orgulho de si próprias, a esperança, a autoconfiança e a coragem, fazendo com que se sintam queridas.

As perspectivas do Design Emocional ganham releitura em investigação sobre o potencial da extensão universitária para atender demandas do público 50+, que resultou na tese *Design, extensão universitária e empreendedorismo sênior: propostas de novos caminhos para maiores de 50 na universidade*" (Pina, 2019). Agora direcionadas, exclusivamente, para o público sênior, as perspectivas do design emocional foram publicadas no artigo *Design emocional para maiores de 60: contribuições para se viver mais e melhor* e resumidas a seguir (Damazio; Ceccon & Pina, 2017):

Design para afirmação da identidade: engloba produtos e serviços que promovem a independência, a autonomia, a adaptação a novas realidades e oportunidades para os maiores de 60 anos se expressarem como indivíduos plurais e serem e fazerem o que bem desejarem.

Design para a renovação da sociabilidade: engloba produtos e serviços que favorecem a ampliação do círculo de amizades, interações sociais e o fortalecimento de vínculos afetivos.

Design para a revitalização da cidadania: engloba produtos e serviços que criam oportunidades de trabalho remunerado e voluntário para os maiores de 60 anos, além de formas e meios de promover sua participação social, engajamento cívico e pleno exercício de seus direitos e deveres.

Design para o bem-estar: engloba produtos e serviços que promovem estados e experiências de relaxamento, serenidade, contemplação, meditação e relação com o transcendental.

Design para a diversão: engloba produtos e serviços que fazem rir, surpreendem, tornam a rotina mais divertida e criam oportunidades de entretenimento e descontração.

Design para o autocuidado (ou resiliência): engloba ações, produtos e serviços que favorecem a conscientização, a aceitação e a adaptação dos maiores de 60 anos a suas novas condições físicas e mentais.

Design para o Aprendizado: engloba produtos e serviços que promovem a troca, a aquisição e o aprofundamento de saberes, de preferência, favorecendo a convivência dos participantes.

Em 2023, o grupo de pesquisa do LabMemo, do qual participo, revê, novamente, as abordagens do design emocional, as dirigindo para público mais amplo sob as seguintes perspectivas:

Design Aberto: inclui produtos e serviços que promovem, favorecem, contribuem e/ou dão suporte à autoexpressão, reconhecimento, valorização ou atualização de singularidades, especialidades e necessidades da pessoa.

Design de Território: inclui produtos e serviços que promovem, favorecem, contribuem e/ou dão suporte à autoexpressão, reconhecimento, valorização ou atualização de singularidades, especialidades e necessidades de um lugar.

Design Atitudinal: inclui produtos e serviços que promovem, favorecem, contribuem e/ou dão suporte ao aprendizado, o voluntariado, práticas e condutas civilizadas, saudáveis, humanitárias, colaborativas e responsáveis ambiental e socialmente, entre outras consonantes com o bem coletivo.

Fun Design: inclui produtos e serviços que promovem, favorecem, contribuem e/ou dão suporte para a transformação de obrigações, deveres, tarefas cotidianas e o enfrentamento de situações adversas mais leves e menos estressantes.

Design Relacional: inclui produtos e serviços que promovem, favorecem, contribuem e/ou dão suporte a realização de conexões e interações sociais, o bem viver em sociedade e o entendimento de que o outro é diferente, complementar, necessário e bem-vindo.

Zen e Slow Design: inclui produtos e serviços que promovem, favorecem, contribuem e/ou dão suporte a fruição e apreciação do essencial, do natural, do tempo presente e próprio das coisas, de si e do espaço ao redor.

Design para o Cuidado: inclui produtos e serviços que promovem, favorecem, contribuem e/ou dão suporte a escuta, a proteção e apoio à pessoas frente a perdas, dificuldades, incapacidades e vulnerabilidades.

Design Motivacional: inclui produtos e serviços que promovem, favorecem, contribuem e/ou dão suporte ao fortalecimento, enobrecimento, valorização e enfrentamento de pessoas frente a perdas, dificuldades, incapacidades e vulnerabilidades.

Conclui-se que o design emocional é uma das muitas lentes do design e a que mais nos aproxima da subjetividade do indivíduo. Ele reforça o potencial transformador do design enquanto disciplina projetual e sua importância ao atentar para a experiência emocional do usuário. No contexto deste trabalho, seu papel é fundamentalmente dedicar-se a proporcionar experiências emocionais positivas, através de produtos ou serviços que contribuam para a construção de estereótipos positivos relativos ao envelhecimento e longevidade, os quais estejam mais relacionados com as ações de criar, produzir, ensinar, guiar, pertencer, celebrar, desafiar, estimular e cuidar, atributos da generatividade no sétimo estágio do ciclo de vida, conforme ensinado por Erikson. Dessa forma, contribui-se para a construção de uma visão mais contemporânea e inclusiva da longevidade.

3
Olhando a longevidade com positividade

Quando decidi ingressar no mestrado em Design confesso que tive receio sobre como seria minha interação com a turma, provavelmente com idade média semelhante à do meu filho. Além disso, questionava-me sobre como conseguiria lidar com as leituras, aulas, apresentações de trabalhos e o desenvolvimento de um novo projeto, tudo ao mesmo tempo. No entanto, adaptei-me rapidamente a essas atividades acadêmicas, conseguindo conciliá-las com meu dia a dia.

O momento que mais me impulsionou a seguir com meu objetivo no mestrado foi um comentário inesperado de um ascensorista da PUC-Rio. Ao sair do elevador, a caminho de uma aula presencial sobre psicologia do desenvolvimento, agradeci e ele me respondeu: "De nada, professora. Bom trabalho!" Achei engraçado, mas alguns passos à frente, senti-me um pouco desconfortável. O que teria provocado aquele comentário? Minha aparência não tão jovem quanto à da maioria dos alunos ou algum atributo capturado pelo funcionário durante aquela quase instantânea viagem?

Essa dúvida permaneceu comigo por algum tempo, até que contei o ocorrido a uma amiga mais jovem que trabalha na universidade. Ela riu e disse: "Denise, não é por causa da sua aparência. É por causa da sua atitude. Você transmite confiança, segurança e isso faz com que as pessoas lhe atribuam "autoridade".

Esse episódio trouxe à tona minha consciência sobre o meu novo papel social. Percebi que não estava ali apenas para aprender e discutir temáticas, mas, sobretudo, por ser uma pessoa de 60 anos capaz e experiente, exercia um papel social que ia além do acadêmico: contribuir para renovar a visão dos mais jovens sobre a velhice. Compreendi que, além de uma universitária de 60 anos, eu era uma fonte de inspiração para as novas gerações. Confirmei que me encaixo, perfeitamente, no perfil atribuído à geração dos baby boomers, que vem quebrando vários paradigmas ao longo de sua trajetória e que agora, ao envelhecer, desafia toda a sociedade dizendo: somos velhos, e daí?

Muitos são os números a respeito do envelhecimento e aumento da expectativa de vida da população global. Não faltam informações a respeito dos temas. Muitas são também as formas de se envelhecer e ser um longevo.

Mas o que podemos aprender de tantos números e informações? O que eles revelam sobre as pessoas de cabelos grisalhos e brancos que vemos nos pontos de ônibus, ruas, academias, ambientes de trabalho, de lazer e nas praias? Quais são os aspectos positivos e oportunidades trazidos pela longevidade populacional?

***

Este capítulo aborda o processo de envelhecimento sob uma perspectiva holística, destacando tanto seus aspectos negativos quanto positivos. Apresenta dados demográficos sobre o envelhecimento populacional e discute desafios econômicos decorrentes dessa mudança, como o déficit de mão de obra qualificada e a necessidade de reestruturação do sistema previdenciário. Além disso, explora a *Economia Prateada*, destacando o potencial econômico da população acima dos 50 anos e suas contribuições para o florescimento da sociedade.

3.1 Dados sobre uma sociedade que envelhece e vive mais

O processo de envelhecimento merece um olhar holístico, pois aborda aspectos biológicos, culturais e psicológicos de nossas vidas (Dórea, 2020). Não à toa, é entendido por meio de diversos filtros e lentes, que longe de serem cor de rosa, ressaltam seus aspectos negativos. Eles existem, e devem ser explorados para serem mitigados, contornados e até evitados.

Os aspectos positivos, por sua vez, também merecem ser explorados, pois podem ser favorecidos com ações do design, como busca ressaltar o presente trabalho.

Há, por exemplo, estudo de mercado específico para o público 50+, realizado pela Fundação Dom Cabral, (Coelho, 2020), que ressalta o perfil daqueles que envelhecem “sem medo de ser feliz” . A frase não reflete a realidade, pois há pessoas que tratam suas questões de maneira negativa e outras de forma positiva, e, consequentemente, poderão envelhecer com medo ou coragem de ser feliz. Nossas atitudes são parte da construção de nossa estrutura psicológica, como nos ensina Erikson (1998). Enquanto há pessoas que ficam estagnadas e veem sua velhice com

pesar e tristeza, outras conseguem perceber, apesar de algumas dificuldades, seus momentos de felicidade, e saboreiam pequenos e prosaicos momentos do dia a dia, olham com esperança para o futuro, e constroem e realizam planos de uma vida generativa.

Conforme Relatório sobre a Situação da População mundial de 2023 (UNFPA) alcançamos a notável marca de 8 bilhões de pessoas em todo o mundo. Para muitos, esse número deve ser celebrado, como destaca a Diretora Executiva do Fundo de Populações das Nações Unidas, Dra. Natalia Kanem. No prefácio do relatório, lemos passagens alvissareiras como a que sugere que 8 bilhões de vidas equivalem a infinitas possibilidades e representam um marco, "indicando que a família humana está vivendo vidas mais longas e saudáveis e desfrutando de mais direitos e escolhas do que nunca" (Kanen, *in* UNFPA, 2023, p. 5).

No entanto, prossegue Kanem, a mensagem transmitida ao mundo foi diferente. No lugar de comemorar, muitas manchetes alertaram para o risco de um possível desequilíbrio gerado pela superpopulação global, ou de regiões envelhecerem e se tornarem obsoletas. Ao trazer esta questão, ela sugere ampliar a "nossa compreensão sobre a população e a buscar novas soluções que construam resiliência demográfica ajudem a moldar um futuro mais equitativo e próspero" (*Idem*).

De acordo com o relatório, cerca de 66% da população mundial reside em países em que as taxas de fecundidade estão abaixo do "nível de reposição", estabelecido em 2,1 filhos por mulher. No Brasil, o número médio de filhos por mulher tem diminuído desde a década de 1960. Dados reais até 2010, juntamente com projeções para as próximas décadas, revelam uma redução significativa na taxa de fecundidade. Em 1940, a taxa era de 6,16 filhos por mulher, enquanto em 2010 caiu para 1,87. Estima-se que por volta de 2030, essa taxa atingirá aproximadamente 1,5, permanecendo estável até 2050 (Brasil, 2021).

Uma das razões para a redução do número de nascimentos de bebês em todo o planeta é a mudança do papel social da mulher, que passou de cuidadora familiar para uma profissional ativa no mercado de trabalho, como afirmam as economistas Minouch Shafik (2021) e Ana Amélia Camarano (2010). Mulheres que completaram mais de oito anos de estudo têm, em média, metade do número de filhos em comparação com aquelas que concluíram até três anos de estudo. Isso equivale a dizer que quanto melhor formadas e preparadas, mais se voltam para o

trabalho e têm menos tempo para cuidar de muitos filhos e demais familiares (Brasil, 2021).

Lado à diminuição do número de nascimentos, estamos presenciando o aumento da expectativa de vida global em quase 30 anos (Ritchie & Roser, 2019). Dórea (2020) provoca que a cada 58 segundos, "nasce" uma pessoa com 60 anos e a cada 28, uma com 50 anos. Pessoas com 60 ou mais anos já somam mais de 34 milhões de pessoas (IBGE, 2022). Paralelamente, a expectativa de vida global atingiu 72,8 anos (UNFPA, 2023). O envelhecimento populacional, juntamente com a mudança climática, são as duas únicas certezas que podemos ter atualmente, em relação ao cenário mundial (Dórea, 2020).

O envelhecimento populacional passou a ser visto não apenas como um dos fenômenos mais significativos da mudança demográfica global, mas também como um dos maiores desafios do século XXI. Como alerta Dórea (2020):

> No século XX, com a sociedade mais tecnocrática, o prestígio dos velhos voltou a diminuir. A experiência deixou de ser vista como um valor. O velho deixou de ser o detentor do conhecimento. E o envelhecimento passou a ser associado a uma perda em vez de um ganho de conhecimento (p. 20).

Shafik (2021) acrescenta que o momento é crucial para que governos, instituições e a sociedade em geral se unam para enfrentar este desafio e maximizar as oportunidades trazidas por essa extraordinária transformação demográfica. Não estamos diante de uma mudança que abrange apenas indivíduos mais velhos, mas que afeta a todos, independentemente da idade, e que exige uma visão coletiva e integrada para um futuro mais inclusivo e sustentável.

Os dados evidenciam transformações marcantes, também, no perfil das famílias brasileiras: elas não se caracterizam mais por um grande número de filhos, mas por abrigar diversas gerações simultaneamente, desde recém-nascidos até tataravós (Camarano, 2010). Esse cenário apresenta famílias com uma configuração mais vertical do que horizontal, destacando a presença de múltiplas faixas etárias coexistindo.

A convivência de diferentes gerações – em todos e quaisquer ambientes e realidades – cria oportunidades para compartilhamento de conhecimento, valores e habilidades. Essa interação contribui não apenas para o enriquecimento pessoal, mas também para o fortalecimento dos laços familiares e o florescimento de toda a

sociedade, como nos ensina a Professora e Mestra em Gerontologia Divina de Fátima dos Santos (2019).

Complementando, o Doutor em Psicologia Social e Mestre em Psicologia Social José Carlos Ferrigno (2013), explica que em ambientes intergeracionais, a diversidade de experiências se torna um recurso valioso para moldar futuros mais integrados, empáticos e sustentáveis. Nesse sentido, "(...) é possível falar de uma coeducação de gerações como uma das metas a serem perseguidas" (p. 85).

***

Diante de uma sociedade cada vez mais multigeracional, conclui-se que é urgente buscar lugares e estruturas que favoreçam abordagens inclusivas, equitativas e a coesão social e sustentável de todas as gerações, para além dos ambientes familiares e políticas públicas. Eles desempenharão um papel central na transformação do envelhecimento populacional em uma oportunidade de crescimento e desenvolvimento para toda a sociedade.

3.2 Alguns desafios econômicos de uma sociedade com mais idosos do que crianças

Com a inversão da pirâmide etária, além de menos crianças de 5 anos do que adultos com 60 e mais anos, passaremos a ter um déficit cada vez maior de pessoas qualificadas para preencher os espaços de trabalho. O médico e reconhecido gerontólogo Alexandre Kalache, alerta que além do número reduzido de nascimentos "esse capital humano essencial para o futuro do país" está nascendo, em sua maioria, em meios socioeconômicos mais baixos, integrando populações que carecem da atenção de políticas públicas voltadas para a educação e saúde.[16]

Face ao número reduzido de nascimentos, a economista Minouche Shafik, em seu livro *Cuidar uns dos outros: um novo contrato social* (2021), propõe a distribuição equitativa das questões relacionadas ao envelhecimento entre indivíduos, famílias, sociedade e mercado. Nele, a autora apresenta dois desafios em relação a uma população que envelhece: (1) assegurar o sustento, quando a atuação no mercado de trabalho já não é mais possível, e: (2) receber cuidados

[16] Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=_5N8V1lPIGg 7:45"

adequados, quando a independência e autonomia já não são viáveis. A autora atenta que a crescente participação das mulheres no mercado de trabalho tem alterado os padrões matrimoniais e a dinâmica familiar. Shafik (2021) resume que:

> Segundo a tradição, os idosos seriam cuidados pelas mulheres da família. Mas a expectativa de vida mais longa, a perspectiva crescente de que passaremos uma parte significativa de nossos últimos anos sem trabalhar, e o fato de que as mulheres trabalhem fora cada vez mais, tornaram maiores os desafios na velhice (p. 164).

A autora questiona como será possível garantir aposentadoria e cuidados adequados na velhice, incluindo a quantidade de anos de trabalho necessária para se aposentar e prover uma renda mínima para evitar a pobreza entre idosos. Essa questão vem ganhando relevo em vários fóruns internacionais, à medida que a taxa de nascimentos diminui e a população idosa aumenta ao redor do mundo. Acende, ainda, um alerta para os países do Grupo dos G20 – fórum internacional composto por 19 países e a União Europeia (EU), que até 2060, enfrentarão um declínio populacional.

O Brasil caminha para uma realidade demográfica semelhante e já registra sensível queda de nascimento de bebês, como apresentado anteriormente. Mas ao contrário dos países desenvolvidos que primeiro enriqueceram e se tornaram "velhos" lentamente, o Brasil envelheceu rapidamente e ainda não enriqueceu. Kalache resume que "nós estamos envelhecendo antes de sermos ricos"[17].

Frente a complexidade do desafio do envelhecimento populacional, são comuns análises negativas e que só enxergam a população idosa como um fardo social ou pressão sobre os sistemas previdenciários. Essa perspectiva suscita preocupações, sobretudo implicações econômicas para as gerações mais jovens, exigindo maior produtividade para sustentar modelos de aposentadoria, de acordo com Shafik (2021). Neste contexto, e para uma economia mais robusta, a autora propõe o adiamento da aposentadoria e investimentos significativos na geração mais jovem, assegurando sua produtividade frente a uma população idosa em irreversível expansão.

***

[17] Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=_5N8V1lPIGg 11:45"

Neste ponto, e frente a um cenário de crescente declínio na taxa de nascimentos e escassez de profissionais experientes e qualificados, questionamos: além de ampliar os investimentos para as gerações mais jovens porque não contar com as gerações mais velhas? O fortalecimento da economia decerto poderá se dar, também e principalmente, por meio delas, pois parcela considerável de seus integrantes são pessoas experientes e qualificadas.

3.3 Apontamentos sobre a economia prateada

Vale sempre ressaltar que o envelhecimento populacional é multifacetado, complexo e apresenta mudanças e implicações de toda ordem. Mas tanto quanto, ou mais que desafios, o fenômeno demográfico traz oportunidades ímpares e demanda abordagens amplas, abrangentes e, claro, positivas. Ao abraçá-las, é mais provável que se contribua para a formulação de políticas e práticas que promovam o reconhecimento e valorização da população a partir de seus 50 anos e para uma sociedade verdadeiramente inclusiva e sustentável.

Em contraposição às perspectivas que veem aqueles que envelhecem como um fardo, emergem outras mais positivas, como, por exemplo, as que os consideram impulsionadores do mercado de consumo. Setores e empresas dedicados a atender às necessidades específicas dessa população têm o potencial de contribuir consideravelmente com o crescimento econômico.

No livro com o sugestivo título *The Longevity Economy* (2017), o professor Joseph Coughlin, líder do Massachusetts Institute of Technology AgeLab, revelou o potencial dos seniores, através do termo *Silver Economy,* que abrangia todos os serviços e produtos consumidos pela população acima dos 60 anos. Além da referência à cor dos cabelos das pessoas das faixas etárias mais avançadas, o termo fazia jus à tendência recente de não mais se esconder, e até ressaltar, cabelos grisalhos e brancos. Coughlin (2017) destacou, à ocasião, a relevância dos "prateados" para a economia, na medida em que contribuíam para a geração de empregos. Além do consumo e da produção de bens materiais, a chamada economia prateada diz respeito, também, a práticas voltadas para o bem-estar e a sustentabilidade social e ambiental.

Ela movimenta mais de US$ 15 trilhões no mundo, anualmente, e supera a marca dos 2 trilhões de reais no Brasil, impactando expressivamente o Produto Interno Bruto (PIB) do país (CNN Brasil, 2022).

Importante refletir, também, que a Economia Prateada pode englobar experiências que substituirão o trabalho – ou postos tradicionais de trabalhos – por ocasião da aposentadoria ou qualquer outro momento da vida da sociedade prateada.

O trabalho exerce fundamental influência em nossas vidas, desde antes de nossa entrada no mercado até depois de nossa saída. Ele tem papel social de extrema importância e proporciona base fundamental para a compreensão de nós mesmos como indivíduos. Lado à capacidade de amar, a capacidade de trabalhar é considerada um dos dois pilares de uma vida psicologicamente saudável, argumenta a professora e pesquisadora, Marcia F. Tavares (2015). Não à toa, os países desenvolvidos vêm buscando promover uma transição cultural em relação ao mercado de trabalho, de modo a favorecer um envelhecimento mais "ativo", levando em conta, contudo, que "direito" a trabalhar é diferente de "dever" de trabalhar (Kalache *in* Tavares, 2015).

Oportunidades para substituir o trabalho convencional que promovam a troca de experiências, saberes, perspectivas de vida, tempo livre e investimentos em si mesmo podem e devem ser criadas.

Mais recentemente, e diante de uma sociedade não apenas mais velha, mas também mais longeva, Coughlin (2021) apresentou visão mais abrangente e enfatiza a dinâmica intergeracional na sociedade, além do poder de compra dos consumidores prateados. Ele observa que a longevidade:

> (...) está causando efeitos em cascata através das gerações. Por exemplo, pessoas mais jovens estão adiando eventos da vida que gerações anteriores realizavam em idades mais jovens, como sair da casa dos pais, encontrar um parceiro, ter ou, durante a última década, não ter filhos. Esses comportamentos são resultado apenas de condições socioeconômicas ou de uma nova consciência geracional de que simplesmente há mais tempo na vida? [18] (n.p.).

[18] Tradução nossa. Texto original: Longevity is casting ripple effects across the generations. For example, younger people are delaying life events that previous generations did at younger ages, e.g., moving out of the parental home, finding a partner, having, or over the past decade, not having, children. Are these behaviors due solely to socio-economic conditions or a new generational consciousness that there is simply more time in a lifetime?

Ao incluir a interação entre as gerações em todos os âmbitos na definição de Economia da Longevidade, Coughlin (2021) aponta para oportunidade sem igual para a construção de uma sociedade mais inclusiva e colaborativa.

Ambientes intergeracionais contribuem para o combate de estereótipos associados à idade, pois promovem o convívio e possibilitam visões mais precisas das capacidades e virtudes individuais, independentemente da idade. Em espaços de trabalho, a interação entre diferentes gerações facilita a transferência de habilidades e conhecimentos e o desenvolvimento profissional. Ambientes intergeracionais valorizam a aprendizagem contínua criam uma cultura aberta a novas ideias e fomentam o aumento da produtividade (Tavares, 2015).

Os impactos positivos na economia da população acima dos 60 anos também podem emergir de sua força empreendedora e estímulo ao empreendedorismo sênior.

Em 2022, o Brasil contabilizou aproximadamente 32 milhões de pessoas com mais de 60 anos, representando cerca de 15,6% da população (IBGE, 2023).

Dados do Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas (SEBRAE, 2023) revelaram que cerca de 1,9 milhão de indivíduos com mais de 60 anos eram proprietários de negócios no Brasil no terceiro trimestre do ano de 2020. Essas estatísticas não só evidenciam a crescente tendência do empreendedorismo sênior, mas também impacto significativo nas dinâmicas econômicas regionais.

***

A partir dos dados e reflexões deste capítulo, conclui-se que a população que envelhece no século XXI, não será, necessariamente, um fardo para a sociedade sob a perspectiva econômica. Mais do que potencial, grande parcela desta população tem potência. Sua participação em frentes de substituição do trabalho formal, empreendimentos e ambientes multigeracionais deve ser reconhecida como um dos elementos-chave para o crescimento econômico e florescimento da sociedade

4
Ideias centrais sobre idadismo: novo nome de um velho preconceito transversal a toda sociedade

Alcancei meus 60 anos recentemente e dou início a uma fase da vida permeada por estereótipos e restrições inventadas. Ainda ouço, e com frequência, frases como "você não tem mais idade para isso", que limitam oportunidades e reforçam preconceitos. Mas, recuso-me a permitir que visões negativas acerca da minha idade afetem minhas capacidades e potência como sujeito social. Pelo contrário: busco romper barreiras, explorar caminhos e propor soluções que contribuam para que a longevidade seja entendida como solução para o enfrentamento de desafios, problemas e ameaças de toda a ordem.

Mas, o que impede que a longevidade populacional seja entendida como uma solução?

Reconhecendo que as sociedades atingem seu pleno potencial quando todos os membros são tratados com respeito e têm oportunidades iguais, a luta contra qualquer forma de preconceito emerge como um passo crucial em direção a uma sociedade mais desenvolvida, justa, equitativa, inclusiva e sustentável. Nesse contexto, é imperativo apresentar a problemática do idadismo e compreender que este preconceito atribui uma camada adicional aos já existentes, como aqueles relacionados à etnia, classe social, gênero, entre outros.

***

O presente capítulo podia fazer parte do capítulo anterior, mas foi propositalmente destacado. Seu propósito é, exclusivamente, apresentar conceitos essenciais a respeito do idadismo, preconceito vinculado à idade que atinge, sobretudo, pessoas a partir dos 60 anos de idade de todas as raças, gêneros, classes sociais e níveis de escolaridade. No lugar de suas remotas e variadas motivações ou penas contra aqueles que o praticam, busca-se entender o que define o idadismo, assim como seus efeitos e prejuízo ao entendimento de que o envelhecimento e longevidade são solução, ao contrário de problema.

Está fundamentado nas obras de Becca Levy, Ph.D em medicina e considerada uma das maiores especialistas em psicologia do envelhecimento – *A coragem de envelhecer* (2022); Egidio Dórea, e *Idadismo: um mal universal pouco percebido* (2020) e Joseph Leon Crochík (1996), especialista em Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano.

O Brasil, conforme dados da ONU, figura como o sexto país com o maior número de idosos no mundo, ultrapassando os 31 milhões de pessoas acima dos 60 anos. A projeção indica que até 2050, ocuparemos a quinta posição no ranking mundial de países com populações mais envelhecidas, com 66 milhões de pessoas, comumente denominadas de seniores. Isso equivale a dizer que em 26 anos teremos mais que o dobro de pessoas acima dos 60 no país (Coelho, 2020).

Os dados apresentados nos conduzem à reflexão e à consideração da urgência de adotarmos perspectivas mais contemporâneas, realistas e positivas em relação ao envelhecimento e à longevidade. Se teremos cada vez mais pessoas acima dos 60 anos, precisamos incorporar ao nosso olhar lentes mais ajustadas ao século XXI. Caso contrário, caminharemos para uma sociedade na qual grande parte de sua população potente e produtiva será, equivocadamente, marginalizada e invisibilizada.

Frente a este cenário – desastroso – torna-se vital combater e desconstruir os estigmas negativos associados ao envelhecimento e à longevidade, usados para rotular tanto as gerações tradicionais de nossos avós e pais, como a que lhes sucedeu: a geração dos denominados *baby boomers*, nascidos entre 1945 e 1964. É vital, sobretudo, construir concepções mais contemporâneas, que reflitam um perfil mais atualizado da população que envelhece hoje. Levy (2022) defende que o idadismo é um dos preconceitos mais silenciosos, destacando que o primeiro passo no combate a esse preconceito, que tanto prejudica a saúde física e mental das pessoas que envelhecem, é a conscientização de sua existência.

O combate ao preconceito contra a população sênior contribuirá para uma maior qualidade de vida àqueles que envelhecem e a todas as demais gerações. Falar de envelhecimento, não é falar do presente, é falar sobre futuro.

Crochík (1996) argumenta que os preconceitos são resultado de complexas interações entre esferas sociais, culturais e históricas, enraizados em uma base psicológica relacionada à autopercepção do indivíduo ao longo da vida. É um fenômeno que surge como resposta aos desafios enfrentados na luta pela

sobrevivência gerados no processo de socialização, não sendo, portanto, um fenômeno inato (Crochík, 1996).

É muito comum que uma pessoa que tenha tendência a estabelecer algum tipo específico de preconceito tenha tendência para criar vários outros. Os estereótipos presentes nos preconceitos são formados por predicados culturais, sendo que um deles, geralmente aquele que nomeia o objeto do preconceito, é o principal, e os outros derivam dele. Esses estereótipos não dizem respeito diretamente ao objeto, mas sim à percepção dirigida sobre ele, que desfigura e substitui as experiências individuais de quem é preconceituoso com o objeto. Soma-se a isso a negação de algum traço semelhante que possa existir entre o sujeito preconceituoso e seu objeto (Allport 1946, Adorno 1965 *et al*. *apud* Crochík, 1996).

Com isso a pessoa preconceituosa, por insegurança de sua própria identidade, procura distanciar-se ao máximo do objeto de seu preconceito, muito embora, inconscientemente, identifique nele, aquilo que ela procura negar em si mesma: a fragilidade, o desamparo. Dota-se, assim, o objeto do preconceito das características que devemos esquecer em nós mesmos. "Não é à toa que, em geral, os objetos do preconceito sejam considerados frágeis socialmente: os judeus, os negros, as mulheres, os deficientes[19], os portadores do vírus da AIDS, os doentes mentais" (Crochík 1996. p. 61).

Ao atribuirmos determinadas características, como fragilidade, desamparo, inatividade e dependência às pessoas que envelhecem, estamos, na realidade, alinhando-nos a uma narrativa social mais voltada para a percepção de um mundo que valoriza a racionalidade, a produtividade, a juventude e a força em detrimento das necessidades e desejos humanos. Em outras palavras, a produtividade, ao ser elevada à condição de fim absoluto do sistema social, deixa de ser um meio para assegurar uma vida digna para todos, fazendo com que a sociedade assuma uma postura irracional.

A visão de que velho é "o outro" (Beauvoir, 2018) é uma das batalhas principais quando pretendemos combater o idadismo. Essa visão, segundo a autora, não contribui para a quebra dos estereótipos e preconceitos associados à velhice. Beauvoir destaca a necessidade de não negligenciarmos a forma como a sociedade

[19] Atentar para o ano da publicação – 1996. Atualmente, o termo adequado é *pessoas com deficiência e necessidades específicas*.

frequentemente marginaliza os idosos. Em sua visão, o envelhecimento não é apenas um processo biológico individual, mas também resultado da interação com a sociedade, sua cultura e valores. No desfecho de seu livro *A velhice*, Beauvoir (2018) ressalta a urgência de buscar novos paradigmas para o envelhecimento, desafiando-nos com a pergunta: "como deveria ser uma sociedade para que, na velhice, um homem permanecesse um homem?" (p. 562).

O termo *idadismo* foi introduzido pelo renomado psiquiatra, geriatra e primeiro diretor do National Institute on Aging (NIA), Robert Butler (1927-2010). Sua obra seminal *Why survive? Being old in America* (1975) lhe rendeu o Prêmio Pulitzer e marcou o início de uma jornada dedicada à defesa de um envelhecimento saudável e à melhoria das condições de vida para os idosos. Butler (1975) definiu o idadismo (em inglês *ageism*) como um "processo de estereotipagem ou discriminação sistemático contra pessoas por serem velhas" (*apud* Levy 2022, p. 34). Os dois componentes do idadismo, percebeu ele, reforçam-se mutuamente. Estereótipos de idade negativos levam à discriminação com base na idade. Ele acrescenta que "o idadismo faz com que a geração mais jovem veja os idosos como diferentes dela; assim, eles sutilmente deixam de se identificar com os mais velhos." (Buttler,1975, *apud* Levy, 2022, p. 134) O comportamento descrito nos leva a pensar que as gerações mais novas, cada vez menos estão se preparando para um futuro longevo.

O idadismo vem manifestando-se ao longo da história da humanidade, revelando sua construção social e estrutural. Desde o período neolítico de nossa evolução, aqueles incapazes de contribuir ativamente para a vida comunitária eram simplesmente descartados e deixados à própria sorte para morrer. Nas sociedades consideradas antigas o valor das pessoas mais velhas era compreendido principalmente em termos de seu poder econômico e político e determinado, em grande parte, pelos cidadãos mais jovens "de acordo com seus interesses e ideologias" (Dórea, 2020 p. 13).

Dórea (2020) nos apresenta um breve histórico de como o envelhecimento foi sendo percebido ao longo dos tempos. Na Grécia antiga, inicialmente uma sociedade de natureza aristocrática, a velhice era valorizada por sua associação à "sabedoria, experiência, habilidade na comunicação e autoridade" (*Ibid.*, p. 14). Com a transição para um modelo mais democrático de sociedade, a importância dos

mais velhos passou a se concentrar na esfera da justiça, na qual apenas homens com mais de 60 anos poderiam ocupar cargos de juízes.

No Império Romano, uma sociedade de perfil oligárquico, os homens mais velhos mantinham uma ligação com áreas de poder, como o Senado. Contudo, com a queda da oligarquia, o poder se deslocou dos mais velhos para os exércitos; para a juventude, sempre associado a atributos como força física e beleza, que parecem predominar até os dias de hoje.

Avançando para o século XIX, a Europa testemunha os progressos da ciência, expressos em um expressivo aumento populacional que quase dobrou de número, destacando a velhice como um fenômeno evidente. Simultaneamente aos avanços científicos, a Revolução Industrial, na mesma época, revelou que a capacidade física dos idosos não acompanhava a crescente demanda por produção. Com a chegada do século XX, entramos em uma era mais tecnocrática, na qual as pessoas mais velhas deixaram de ser vistas como detentoras exclusivas do conhecimento, associando novamente o envelhecimento a um período de perda.

Dessa forma, infelizmente, e apesar das conquistas que possibilitaram a expansão de vida em 30 anos e mudança inconteste do perfil das pessoas que envelhecem, o idadismo vem perdurando ao longo do tempo e revelando-se “tão ou mais presente do que nos séculos passados” (Dórea, 2020, p. 23) e contradizendo a realidade.

Hoje, segundo Levy (2022), de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o idadismo é o preconceito mais difundido e socialmente aceito, apesar de algumas falsas tendências atuais que fazem acreditar que a maioria das pessoas passou a ter uma visão mais positiva em relação à velhice.

São vários os níveis nos quais o idadismo pode se manifestar, segundo Egidio Dórea (2020): no campo individual, o idadismo tem origem na autoimagem moldada pelos estereótipos negativos internalizados ao longo da vida em relação aos idosos, resultando no desejo de comportamentos distintos e uma autopercepção consistentemente negativa, valorizando a associação com a juventude, independentemente da idade que se tiver.

> Esses estereótipos são interiorizados e permanecem aparentemente silenciosos, mas moldam os nossos pensamentos e atitudes perante uma figura da qual queremos permanecer o mais distante possível: a do meu ‘eu’ velho, que simboliza

> a minha incapacidade, exclusão de uma sociedade que até então me valorizava (*Ibid.,* p. 34).

O idadismo individual se destaca por uma particularidade em comparação a outros tipos de discriminação. Diferentemente de outros preconceitos, nos quais os integrantes de um grupo geralmente têm uma visão positiva de si mesmos, no caso do idadismo individual a pessoa idosa não encara a velhice com bons olhos, quando se trata de outros idosos. Isso implica em uma percepção positiva limitada ao seu próprio grupo. Dórea (2020) nos ensina que, quanto maior for a autoestima da pessoa idosa, mais ela se distancia de grupos mais próximos a sua idade. Ela, preferencialmente, buscará estar no meio dos mais jovens.

Ao longo de nossas vidas, apresentamos várias características individuais: hábitos, comportamentos e peculiaridades que nos distinguem das outras pessoas. É algo único e específico de nossa individualidade. Porém, com o passar dos anos, aquilo que nos distinguia como indivíduos na sociedade, passa a ser tratado como uma idiossincrasia de determinado grupo, no caso deste estudo, o grupo das pessoas mais velhas. Como exemplo, trago a minha própria experiência pessoal: sempre fui uma pessoa péssima para memorizar datas, nomes e dados. Agora, aos 60 anos, quando isso acontece, me pego, muitas vezes, dizendo que não as memorizo, por conta da minha idade. Ou seja, em um primeiro momento, sem racionalizar sobre a questão, o automático do meu cérebro diz que estou esquecendo porque tenho 60 anos, e não porque sempre fui assim.

Com base nesse exemplo, podemos ainda explorar outro conceito abordado por Dórea (2020) em seu livro, relacionado à persistência da memória de estereótipos negativos. O autor nos apresenta, em linhas gerais, a teoria da ameaça dos estereótipos, desenvolvida pelo psicólogo Claude Steele (*Ibid.*). De acordo com essa teoria, ao longo da vida, quando somos expostos a determinados estereótipos negativos, passamos, inconscientemente, a internalizar esses padrões de comportamento ou características. Assim, quando atingimos uma determinada idade, passamos a incorporar também aqueles estereótipos, que eram associados à velhice, Dórea (2020) explica que:

> Isso acontece de tal forma que passamos a agir de acordo com aqueles mesmos estereótipos que incorporamos décadas atrás. E assim, à medida que envelhecemos, tendemos a perder a nossa autoconfiança e o sentimento de valor e pertencimento.

> Aproximamo-nos e passamos a agir de acordo com estereótipos que interiorizamos décadas atrás (p. 36).

Além do nível individual, anteriormente apresentado, o idadismo pode se manifestar também no nível interpessoal, e ocorre quando não percebemos nosso próprio envelhecimento. Isso leva à evitação de interações com o grupo de idosos, possivelmente de maneira defensiva, evitando-se confrontar nossa própria realidade de envelhecimento. Aos idosos, explica Dórea (2020), há evidências de que são associados a uma identidade social que tenha pouco valor, os que os tornam mais vulneráveis "ao preconceito da exclusão". Em suas palavras:

> (...) O idadismo interpessoal está presente na forma como vemos e tratamos o outro, que caracterizamos como idoso. Não nos reconhecemos neste grupo social e dele, por motivos já citados, queremos nos manter o mais distante possível, como se de alguma forma isso nos afastasse do nosso próprio envelhecer. Os idosos são assim compartimentalizados do restante da sociedade e as frases utilizadas como combate ao envelhecimento ratificam esse comportamento (*Ibid.,* p. 40).

As questões de gênero são potencializadas quando se somam ao idadismo: as mulheres veem-se desvalorizadas em termos de atributos físicos e atração sexual. Passa-se a esperar delas comportamentos mais altruísticos e solidários, marcados pelo desejo sincero de contribuir para o benefício dos outros, especialmente no cuidado com o próximo. Em relação aos homens, eles deixam de ser reconhecidos pela potência física e virilidade, abandonando assim o papel tradicional de provedores.

O idadismo pode se manifestar, ainda, no nível institucional. Neste nível, permeia diversas esferas da sociedade – como governos, mercado de trabalho e até mesmo a área de saúde – e demanda reflexões e ações efetivas para a promoção de abordagens mais inclusivas e equitativas em relação à população idosa.

No mercado de trabalho, o idadismo se faz presente ao associar estereótipos negativos aos trabalhadores mais idosos, o que pode impactar nas suas oportunidades de emprego e progresso profissional. Dórea (2020) observa que:

> O idadismo no trabalho é um dos principais motivos que fazem com que o idoso se sinta desestimulado a procurar emprego ou abandone o emprego mais precocemente ou ainda permaneça menos tempo no emprego. E quando o idoso está empregado, que se invista menos nele (p. 49).

Muitos atributos negativos e generalistas a respeito da velhice desqualificam o profissional mais idoso, principalmente quando comparado aos mais jovens. São comuns os programas de atualização profissional dirigidos a jovens profissionais. Por outro lado, são raras as oportunidades de natureza semelhante e que oferecem perspectivas laborais mais positivas de futuro destinadas a profissionais 50+. Esta é uma manifestação clara de idadismo.

No âmbito da saúde, frequentemente as preocupações dos idosos são negligenciadas durante o atendimento prestado por profissionais da área, sendo muitas vezes interpretadas apenas como consequências naturais do processo de envelhecimento. Isso leva a uma prestação de cuidados que não aborda de forma adequada as necessidades específicas do paciente idoso, resultando em uma subestimação da importância de realizar exames que poderiam contribuir significativamente para a precisão diagnóstica.

É comum observar que, ao consultar um médico, uma pessoa idosa frequentemente é acompanhada por seu filho/a. Entretanto, durante momentos cruciais, como as perguntas da anamnese ou o diagnóstico da doença, o profissional muitas vezes direciona suas interações exclusivamente ao filho/a, ignorando a presença do idoso (Levy, 2022). Além disso, explica Levy (2022)

> Quanto mais os médicos confundem envelhecimento com doenças, mais reforçam a visão do envelhecimento como uma patologia o que pode levar ao subtratamento de pacientes idosos. Pois se médicos já esperam que a saúde de seus pacientes mais velhos decaia, é menos provável que tentem ajudá-los a melhorar (p. 150).

Aqui cabe um exemplo apócrifo que ilustra bem o que Levy nos relata acima. É a história de um paciente, com 85 anos, que vai ao médico se queixar de dores no joelho esquerdo, ao que o médico lhe responde: “Mas o que o senhor esperava? É um joelho de 85 anos?” Ao que o paciente responde: “Sim, mas o direito tem a mesma idade e não dói”.

Nas discussões sobre políticas públicas relacionadas à população idosa, é fundamental dar voz aos idosos, permitindo que participem ativamente desse processo.

Reconhecendo que o envelhecimento no Brasil é marcado por uma grande diversidade, influenciada pela localização geográfica e pelos privilégios acumulados ao longo da vida, Dórea (2022) alerta que “as políticas teriam que ser

formuladas pensando-se na grande heterogeneidade do envelhecimento e contemplando, sobretudo, o idoso fragilizado, analfabeto, pobre, mulher e preto" (p. 48).

Conclui-se que é mais do que tempo de combater o idadismo. Seus malefícios já atingem as gerações que envelhecem hoje e, afetarão, especialmente, as futuras. Seus integrantes, hoje jovens, foram beneficiados com um acréscimo de cerca de 30 anos em suas vidas, mas – caso o etarismo não seja definitivamente eliminado – sofrerão os prejuízos por preconceitos contra suas idades avançadas por mais tempo que todas as outras gerações.

Precisamos não só de ações isoladas, talvez como a minha, mas fundamentalmente da participação de mais agentes sociais para contribuir com iniciativas que busquem promover a diversidade e a inclusão, especialmente em ambientes corporativos e educacionais.

Reforça-se, assim, a urgência de ações e estratégias para desconstruir o fenômeno do idadismo para a merecida celebração da longevidade e ações que favoreçam novos projetos de vida.

5
Aprendendo para envelhecer

Durante 25 anos, vivi uma trajetória profissional enriquecedora, vinculada a uma empresa que me permitiu construir uma carreira profissional, desafiando constantemente minha criatividade e obter uma visão abrangente do mundo corporativo. No entanto, em 2017, aos 53 anos, comecei a perceber que meu ciclo de vida naquela empresa havia chegado ao fim. Em vez de esperar passivamente pela aposentadoria ou até mesmo a demissão, optei por deixar minha "gaiola de ouro" e me lançar a novos voos, munida com minha extensa bagagem de vida.

Voltando ao meu ingresso em um mestrado stricto sensu em Design prestes a completar meus 60 anos, foi inegavelmente desafiador e crucial para moldar o que considero a segunda metade da minha vida. Os conhecimentos adquiridos desempenharam um papel essencial neste estágio da minha trajetória, trazendo a consciência de que meu presente está moldando meu futuro como uma pessoa idosa. Nesse futuro, que pode ser a fase mais longa de minha vida, enxergo-me como uma pessoa ativa e cidadã potente para continuar contribuindo de maneira produtiva para a sociedade. A escolha de estudar a longevidade contemporânea sob a perspectiva do design em uma universidade ampliou e vem fazendo florescer os sentimentos de pertencimento e propósito de vida. Vem consolidando, ainda, minha identidade como uma pessoa criativa e dedicada ao aprendizado contínuo.

Durante mais esta jornada de aprendizado, agora em um programa stricto sensu, concentrei minha atenção no estudo de assuntos específicos sobre a longevidade, como a importância de combater o idadismo, construir uma autoimagem positiva e redefinir o papel social das pessoas com mais de 50 anos. Descobri, também, que além de generativa, sou também uma lifelong learner.

***

Esse capítulo responde à pergunta: quem são as pessoas que estão envelhecendo no século XXI? O que os fará serem velhos muito diferentes de seus pais e avós? Aqui se aborda o impacto da geração *baby boomer* na transformação das concepções sobre envelhecimento, destacando a revolução da longevidade e seu

antagonismo aos estereótipos tradicionais associados à velhice. Aborda, também, o conceito do aprendizado ao longo da vida e sua pertinência a formas inovadoras de viver a longevidade.

5.1 Sobre os velhos pioneiros do século XXI

"Quantos anos tenho? Isso não importa a ninguém! Tenho os anos necessários para perder o medo e fazer o que quero e sinto"

José Saramago

Terminada a Segunda Guerra Mundial, o planeta testemunhou um fenômeno iniciado com o retorno de seus soldados, que ocorreu, sobretudo, nas muitas nações envolvidas no conflito: uma "explosão de bebês", ou do número de nascimentos a partir de 1946. O aumento demográfico – sem precedentes na história da humanidade – teve um impacto profundo e duradouro em várias áreas e se estendeu até o ano de 1964. A geração nascida neste período passou a ser identificada como *baby boomer* e não apenas impulsionou a demanda por novos produtos e serviços ao longo de suas vidas, como ajudou a reconfigurar as esferas sociais e econômicas.

O legado da geração *boomer* transcende o passado, permanecendo como referência para diversas transformações contemporâneas. Seu impacto na política e economia contribuiu para moldar o mundo atual, destacando-se a notável interação e influência entre gerações. Os *boomers* desempenharam papel crucial na definição do conceito de juventude como uma fase distinta da vida, o que impulsionou a criação dos movimentos de contracultura nos anos 1960 e 1970. Esses movimentos enfatizavam a expressão individual, a liberdade, a mudança social, o feminismo, a revolução sexual e diversas manifestações artísticas (Brasilprev, 2023).

Atualmente, os *boomers* se movimentam em direção a mais um impacto profundo e duradouro no mundo contemporâneo: a velhice e a longevidade. Ao longo dos últimos anos, eles têm indicado que estão envelhecendo de maneira diferente, desafiando e quebrando preconceitos, estigmas, medos e tabus associados ao envelhecimento. Esse impacto não é relevante apenas para essa geração, mas para o futuro das próximas.

A antropóloga e reconhecida ativista do envelhecimento, Miriam Goldemberg no início de seu livro *A bela velhice* (2013), apresenta alguns exemplos

de “belos velhos”, como Caetano Veloso, Gilberto Gil, Ney Matogrosso, Chico Buarque, Marieta Severo, entre outros. Em sua descrição dos “belos velhos”, a antropóloga explica que eles pertencem a uma geração que não aceita o imperativo “seja um velho”, nem qualquer rótulo que sempre contestaram. Em clara associação aos *baby boomers*, Goldenberg (2013) acrescenta que os “belos velhos” integram a geração:

> (...) que transformou comportamentos e valores de homens e mulheres, que tornou a sexualidade mais livre e prazerosa, que inventou diferentes arranjos amorosos e conjugais, que legitimou novas formas de família e que ampliou as possibilidades de ser mãe, pai, avô e avó.
> Esses “belos velhos” inventaram um lugar especial no mundo e se reinventam permanentemente (p. 11).

Os “belos velhos” continuam rejeitando tabus, recusam-se a se portar como velhos e “não se aposentaram de si mesmos”. No lugar de irem para os seus aposentos, eles “inventaram um lugar especial no mundo e se reinventam permanentemente” e, assim como defende este estudo, estão criando “novas possibilidades e significados para o envelhecimento” (*Idem*).

As visões dos *boomers* e “belos velhos” sobre o envelhecimento os colocam como protagonistas do que vem sendo denominado “Revolução da Longevidade” e vai para muito além do simples prolongamento da vida. O conceito foi formulado pelo psiquiatra Robert Butler (2009) – já apresentado no capítulo dedicado ao idadismo – que defende a construção de novas atitudes e estruturas sociais, para demonstrar os valores da nova longevidade e questiona “por que viver mais, se não podemos viver bem, desfrutar a boa vida e continuar a contribuir para a sociedade?” (p. 29).

Kalache (Café Filosófico, 2017), acrescenta que a revolução da longevidade desafia as concepções tradicionais sobre idade, evidenciando que envelhecer faz parte de uma jornada de vida ativa. Enfatizando a importância de se preparar para uma velhice longeva desde cedo, ele explica que o envelhecimento ativo é um processo de otimizar as oportunidades e que elas estão sempre presentes: é uma questão de vê-las.

Os *boomers*, revela Dórea (InovaHC-HCFMUSP, 2023), têm abandonado a tradicional ideia sobre aposentadoria. Eles almejam empreender, buscam adotar formas flexíveis de trabalho e evidenciam o desejo de aprendizado contínuo. A

exemplo dos “belos velhos”, estão inventando um lugar especial no mundo, no lugar de irem para seus aposentos. Essa transformação representa uma nova abordagem para envelhecer, que a sociedade começa a assimilar.

A notável diversidade das pessoas prolonga-se na velhice. Entre muitas outras distinções, vale destacar a importância de discernir a faixa etária ao nos referirmos a uma pessoa idosa: 60, 70, 80, 90 ou até mesmo 100 anos? A velhice, assim como a infância, apresenta variações significativas conforme a idade da pessoa. Uma criança de um ano é distinta de uma criança de 11 anos, assim como um idoso com 60 anos é distinto de um idoso com 97 anos (InovaHC-HCFMUSP, 2023), embora ambos sejam respectivamente categorizados como crianças e idosos. Além disso, indivíduos da mesma faixa etária podem envelhecer de maneiras distintas, pois o processo não está rigidamente vinculado à cronologia biológica. Ele é influenciado por outras variáveis como necessidades e desejos individuais, bem como pelos projetos de vida alcançados ou não durante suas trajetórias de vida.

Em pesquisa dedicada a investigar as diferenças de gênero e os padrões de felicidade, Goldemberg (2018) destaca uma interessante descoberta sobre a relação entre felicidade e idade: dados coletados de 5.000 mulheres e homens, com idades variando de 18 a 98 anos, revelaram uma tendência que se alinha com pesquisas da área das ciências econômicas, realizadas em 80 países com mais de dois milhões de participantes.

Identificou-se uma “curva da felicidade” em forma de U, indicando que a felicidade atinge seu pico no início da vida, diminui ao longo dos anos e atinge seu ponto mais baixo em torno dos 45 anos, para depois começar a crescer novamente.

De acordo com a antropóloga, ao contrário das mulheres, os homens não manifestam queixas e pressão sobre sua aparência estética, mas enfrentam, em geral, mais desafios na velhice. Eles consideram que a maior perda ao longo dos anos está relacionada ao seu papel social. A aposentadoria, em grande parte dos casos, implica não apenas em parar de trabalhar, mas também em perder o sobrenome corporativo, os amigos do dia a dia e a função social primordial de provedor da família. Na maioria das vezes, os homens têm dificuldade em se reinventar profissionalmente, dedicam menos tempo a atividades físicas e a check-ups médicos regulares.

Um dado alarmante levantado por Goldemberg (2018), revela que a soma desses comportamentos contribui para o aumento das taxas de depressão e suicídio

entre os homens com mais de 70 anos no Brasil. Por outro lado, para as mulheres, essa etapa da vida se caracteriza pela conquista da liberdade. Livres da obrigação de cuidar de filhos e maridos, elas se sentem mais capacitadas para viver e ser o que desejarem. Tornam-se mais dedicadas a cuidar de si mesmas, demonstrando abertura para novos aprendizados, paixões e amizades. É comum observarmos que muitas delas optam por se separar nesta fase da vida. Segundo Goldemberg (2018), muitas tomam essa decisão porque, na realidade, passam a se apaixonar por si mesmas. Elas apreciam participar de atividades sociais e culturais, aceitam-se mais como são e buscam uma rotina que envolve atividades físicas e uma alimentação saudável. Infelizmente, mesmo nesse período, ainda lhes é atribuída a responsabilidade de cuidar dos idosos em suas famílias (*Ibid.*).

Concluímos que ao rejeitar rótulos e padrões preestabelecidos, os *boomers* e belos velhos estão ensinando uma nova forma de envelhecer e de viver a velhice.

Essa geração historicamente revolucionária vem transformando práticas, políticas e espaços existentes em outros mais condizentes com suas formas inovadoras de viver.

Neste sentido, ressalta-se que é tempo não apenas de participar, mas de favorecer e acelerar a revolução da longevidade em curso, ampliando as oportunidades de projetos que valorizem os benefícios da velhice e sirvam de modelo para os ensinamentos sobre como envelhecer no século XXI.

5.2 Se estamos vivendo mais, precisamos aprender mais

"Envelhecer é um processo extraordinário em que você se torna a pessoa que você sempre deveria ter sido".

David Bowie

Conrado Shlochauer, autor de *Lifelong Learners: o poder do aprendizado contínuo* (2021), ensina que o conceito de aprender ao longo de toda a vida floresce a partir dos ideais democráticos e libertários que marcaram as revoluções estudantis de 1968 lideradas pela geração dos *baby boomers*. Segundo Shlochauer (2021), foi nesta época que:

> Três organismos internacionais o Conselho da Europa, a Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO) e a Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE) – lançaram as bases para a construção de uma visão que se transformaria em um novo paradigma na educação mundial (p. 30).

O autor apresenta uma linha histórica delineando a evolução do conceito de aprendizagem ao longo da vida e como ele foi sendo elaborado e ajustado em diversos fóruns dedicados à atualização da educação. Esses espaços foram criados em resposta à necessidade premente de adaptar e fortalecer os métodos educacionais diante das mudanças, constantes, rápidas e complexas do cenário global.

Shlochauer (2021) conta que já em 1970, a UNESCO lançou duas publicações explorando o tema: *Introduction to lifelong learning e Learning to be* (ou *Introdução ao aprendizado ao longo da vida* e *Aprendendo para ser*). Ambas partilhavam a perspectiva da educação libertária, influenciada pelas ideias transformadoras de Paulo Freire. O propósito dessas publicações, segundo Shlochauer, era promover a paz por meio da criação de programas de formação destinados a adultos-cidadãos, com vistas a capacitar indivíduos a prevenir o ressurgimento do nacionalismo e a mitigar divisões entre as nações.

Shlochauer (2021) prossegue, relatando que três anos depois, em 1973, a OCDE[20] lança, em Paris o manifesto intitulado *Recurrent education: a strategy of lifelong learning* (ou *Educação recorrente: uma estratégia de aprendizagem ao longo da vida*). Seu conteúdo destacava a importância de promover o aprendizado em contextos tanto formais quanto informais, sugerindo uma sociedade com oportunidades educativas ao longo de toda a vida e alinhadas com as necessidades e cronograma individuais. O documento expressava, ainda, críticas contundentes à concepção de uma "escola rica em informação e pobre em ação" (*Ibid.,* p. 32). Ainda que criticado, o conceito apresentado à época era inovador e propunha a "alternância de educação e trabalho ao longo da vida" (Shlochauer, 2021, p. 32). O objetivo central da aprendizagem ao longo da vida era harmonizar as aspirações individuais com as demandas do mercado de trabalho, buscando criar uma

[20] Organização internacional composta por 38 países-membros que buscam promover políticas para o progresso econômico e social em todo o mundo.

abordagem integrada que unisse as trajetórias educacionais e profissionais de forma contínua e flexível. Essa visão representou um marco na discussão sobre aprendizado ao longo da vida, desafiando paradigmas e propondo soluções adaptáveis às necessidades dinâmicas da sociedade.

Durante um longo período, os termos "educação permanente", "educação para todos" e "educação recorrente" conviveram sem uma distinção nítida entre eles no contexto da educação ao longo da vida. Em termos práticos, todos esses conceitos enfatizavam as seguintes características:

> 1. A necessidade de conceber a educação e o aprendizado para além da infância e adolescência.
> 2. A experiência de aprendizagem, com dois objetivos complementares: um visando aumentar a qualificação técnica, e outro social, buscando o desenvolvimento da cidadania e a emancipação individual.
> 3. A existência e a necessidade de pensar a educação fora do ambiente escolar, tanto em ambientes formais quanto informais (*Idem*).

Saltando duas décadas, Shlochauer (2021) conta que em 1996 o Parlamento Europeu entendeu que os conceitos anteriormente propostos não haviam sido concretizados e lança o "Ano Europeu da Educação e Formação ao Longo da Vida". A iniciativa teve como propósito sensibilizar os europeus para os impactos causados pela sociedade da informação, a globalização, os avanços na civilização científica e técnica, assim como responder a esses desafios. Essa ação deixou claro que, desde 1968, as propostas relacionadas à educação continuada não haviam sido plenamente implementadas.

Nos anos seguintes, a Comissão das Comunidades Europeias elaborou um memorando sobre o aprendizado ao longo da vida, com o objetivo de alinhar e consolidar os conceitos discutidos até então. Nas palavras de Schlochauer (2021), essa medida:

> (...) visava a proporcionar uma base sólida para avançar na implementação efetiva de práticas educacionais ao longo da vida, buscando atender às necessidades emergentes e aos desafios decorrentes das rápidas transformações sociais e tecnológicas (p. 33).

Hoje vivemos imersos no tema, que, conforme defende Schlochauer (2021), deriva da convergência de duas revoluções intrinsecamente interligadas e exigem alterações no processo de desenvolvimento da sociedade como um todo. No âmbito

profissional (1), vivenciamos a quarta revolução industrial, que introduziu a transformação digital no cenário empresarial nos últimos anos. Isso resultou em uma dinâmica incessante de mudanças no mundo, exigindo a prática contínua do aprendizado (*Ibid.,* p. 36). Ao mesmo tempo (2), no campo educacional, somos testemunhas de uma revolução do conhecimento, em que transformações relevantes e inovadoras, geralmente associadas a avanços tecnológicos, nos fazem ter contato com inúmeras formas de informações. Schlochauer (2021) argumenta que "se, antes, o papel principal da escola era transmitir conteúdo, agora ela tem a função de nos ajudar a conviver com o excesso de informação" (p. 36).

Compartilhamos que o aprendizado contínuo ao longo da vida atualiza nossa vida profissional, contribui para que nos tornemos "cidadãos plenos, integrados ao mundo em que vivemos" (*Op. Cit.,* p. 40) e elimina o risco da perpetuação da ideia de que aprender é uma atividade restrita às primeiras décadas de nossas vidas.

***

Qual lugar está preparado para reconhecer a importância do aprendizado ao longo da vida e, também, para oferece-lo a contento, especialmente para aqueles com mais de 50 anos? Qual o lugar para essa parcela crescente da população que busca o aprendizado contínuo ao longo da vida para seu florescimento e almejam manter-se cidadãos plenos, produtivos, ativos e integrados à sociedade em constante evolução?

5.3 Sobre um lugar para aprender mais

Frente à realidade irreversível e crescente da longevidade populacional, universidades ao redor do mundo vem dedicando esforços significativos para entender o fenômeno em um mundo dinâmico, sob perspectiva positiva e abrangente. Defende-se que as questões relacionadas ao envelhecimento não devem ser limitadas ao aumento de 30 anos na expectativa de vida, mas consideradas ao longo de todo o ciclo vital.

Nesse contexto, destaca-se o Stanford Center on Longevity (SCL), liderado pela Dra. Laura Carstensen e vinculado à renomada Universidade de Stanford. O SCL assume a função de um espaço dedicado à reflexão sobre a longevidade em todos os setores da sociedade e as mudanças demográficas que apontam para uma

população com mais idosos do que crianças. Essa transição desencadeia uma transformação profunda na humanidade que, ao longo de sua existência, esteve predominantemente focada na juventude e vitalidade. As contribuições do SCL abrangem temas cruciais, desde saúde e bem-estar até impactos econômicos e sociais. Ressalta-se que, embora presenteados com cerca de 30 anos adicionais de vida, os estamos usando para prolongar a velhice, o que exige o que Carstensen (2024) chamou de "reescrita do roteiro". Sua proposta é ajustar a duração total da vida, e não só da velhice, de modo a permitir mais tempo em diferentes estágios, para a educação e o convívio familiar, por exemplo. Esses ajustes incluiriam prolongar a escola primária, adotar uma semana de trabalho de quatro dias e outras pequenas alterações com grande potencial de melhorar a qualidade de vida, aumentar a produtividade, promover a felicidade e reduzir problemas de saúde mental e doenças físicas.

Com este propósito, o SCL lançou a iniciativa intitulada *The new map of life* (2024) – ou *O novo mapa da vida*. Sua base é a convicção de que uma das transformações mais significativas da experiência humana requer transformações igualmente monumentais e criativas na forma como enfrentamos os desafios de viver 100 anos, em cada fase da vida. Acredita-se que, agindo ao longo de toda nossa trajetória, orientados pelos princípios do mapa proposto, lidaremos com os desafios da longevidade de forma mais eficaz. Carstensen (2024) defende que a reescrita do roteiro de nossas vidas frente aos 30 anos adicionais ganhos é imperativa e beneficiará indivíduos e toda a sociedade.

6
Universidade, o palco dos *agingboomers* para a inovação da longevidade

É inviável para o ser humano viver se ele para de pensar no amanhã. Não importa que seja um pensamento em torno do amanhã o mais ingênuo possível, o mais imediato, não importa. O que importa é que somos seres de tal maneira constituídos que o presente, o passado e o futuro nos enlaçam.

Paulo Freire

Este capítulo defende que a universidade é o lugar que receberá, cada vez mais, os hoje *agingboom*ers, outrora responsáveis pelo explosivo aumento de bebês entre 1945-1964 e os novos longevos do século XXI.

Seu conteúdo busca ilustrar que a diversidade etária enriquece a experiência educacional, além de promover a compreensão e o convívio amplo, respeitoso e construtivo de diferentes perspectivas de vida. Busca demonstrar, ainda, que a troca de conhecimentos e experiências entre gerações contribui para um ambiente acadêmico mais dinâmico e engrandecedor. Está organizado em três itens: o primeiro relata minha experiência no campus da PUC-Rio ao longo do percurso no mestrado. O segundo revela alguns caminhos trilhados para a busca das respostas que ainda buscava sobre as pessoas generativas. O terceiro traz o contexto e resultados de pesquisa de campo, realizada junto a 10 pessoas acima dos 45 anos de idade, cujo perfil preenche os atributos da generatividade, como ensinado por Erikson.

6.1 Aprendizado e reflexões de uma universitária quase 60+

Desde 2019 tenho me dedicado intensamente ao meu crescimento pessoal e intelectual. Iniciei esse percurso com uma Pós-Graduação em Psicologia Positiva, seguida por outra em Neurociência em 2021. Ambas realizadas em meio à pandemia, em um ambiente de estudo solitário, em que as aulas aconteciam de forma assíncrona através da plataforma online da PUC-RS. Não havia contato

direto com os professores ou colegas, exceto por algumas trocas de mensagens nos grupos de WhatsApp. Ainda assim, mergulhar no universo acadêmico foi uma experiência engrandecedora e extremamente prazerosa para mim, e além de inigualável bem-estar, me trouxe propósito naquele contexto mundial conturbado, de muitos medos e inseguranças.

Antes mesmo de concluir minha Pós-Graduação em Neurociência, já havia decidido seguir para o mestrado, como próximo passo da minha jornada após os 60 anos. Agora integrada a uma turma, mesmo que virtualmente, eu não me sentia somente como uma aluna. Devido à minha idade e experiência de vida, percebi-me também como uma assistente dos professores. Isso ficou evidente quando tive a oportunidade de participar da última turma do renomado professor de antropologia, Roberto DaMatta na PUC-RIO: eu era uma das primeiras a abrir a câmera e tranquilizá-lo quando chegava atrasado ou enfrentava dificuldades técnicas para entrar nas aulas online. Sempre muito educado, ele pedia desculpas. E eu o confortava dizendo: “Professor, é sempre uma honra esperarmos por sua chegada. Só torna nossa aula ainda mais emocionante.” Era o bastante para ele relaxar, agradecer e nos guiar em mergulhos fascinantes em seu campo de conhecimento. Foi um privilégio participar de sua despedida à docência na PUC-Rio e testemunhar a reverência e admiração dos alunos mais jovens por aquele senhor de 87 anos.

Durante os dois anos do meu percurso nesta prestigiosa universidade selecionei cuidadosamente todas as disciplinas do mestrado, dando preferência às que me dessem uma visão mais abrangente do comportamento e desenvolvimento humano. Em cada uma delas me sentia observada com curiosidade por ser uma estudante, já muito acima dos 50 anos. Mas, me sentia também uma professora, compartilhando as descobertas dos estudos sobre o processo de envelhecimento e a longevidade para esse trabalho.

Meus colegas de classe, recorrentemente expressavam verbalmente o quanto eu contribuía para que eles mudassem suas percepções sobre a velhice.

Como já mencionado, eu me fazia acompanhar de meu “velhinho” Erikson diariamente e em todas as situações. Eu conversava com ele incessantemente, buscando recursos para contribuir com as pessoas que eu identificava como generativas, ou com as pessoas que se identificam com o conceito de generatividade. Quando possível, compartilhava sua fascinante história de vida

e percebia que meus colegas se conectavam e encontravam inspiração naqueles relatos.[21]

Percebi que ao mesmo tempo que eu estudava, eu estava, progressivamente, me fortalecendo para desempenhar o papel de agente de transformação da maneira como a velhice e a longevidade são entendidas. Essa percepção incluía os colegas das diversas áreas com os quais eu interagia na Universidade, e também pessoas do meu círculo pessoal e profissional. É importante acrescentar que, em paralelo ao mestrado, venho desenvolvendo uma plataforma de conexão social para o público sênior, a Hug50+.[22] Com a soma dessas experiências, percebi que a mudança para uma perspectiva positiva em relação à velhice e longevidade não era uma aspiração distante, mas algo tangível e alcançável. Nesse processo, me transformei em uma ativista etária e defensora da criação de oportunidades e espaços que contribuam para fazer florescer a potência criativa, cognitiva, relacional, produtiva e engajada dos longevos em nossa sociedade.

6.2 Em busca dos generativos

Minha querida e generativa orientadora, Vera Damazio, por diversas vezes me disse: "Denise, não estamos estudando o envelhecimento de toda a humanidade, precisamos fazer os recortes necessários à sua pesquisa. Para qual aspecto queremos olhar? Quem é o seu público?

***

E foi assim que cheguei ao "meu velhinho", Erik Erikson, e nunca mais o larguei. Não porque ele deu nome a um atributo positivo no estágio de vida em que me encontro – a generatividade – mas porque, através dele e com ele, comecei a identificar pessoas que, ao chegarem ao sétimo estágio de suas vidas, passam a entender seu percurso de vida de formas diferentes: generativa ou estagnada. Para o generativo, grupo que me interessa, seu olhar para a vida é generoso, entende o sentido na vida que teve, consegue pensar em projetos futuros, cuidar não só de sua própria vida, mas também tem atenção em cuidar de filhos, netos e parentes mais

[21] Saiba mais sobre Erik Erikson em: https://pt.wikipedia.org/wiki/Erik_Erikson

[22] Saiba mais em: https://app.hug50mais.com.br

velhos com o objetivo de deixar um legado para o mundo e florescer a sociedade em que vive.

Pelas mãos de Erikson, coloquei os óculos da generatividade e passei a buscar pessoas generativas e entender mais sobre a potência que têm a partir de sua entrada na idade adulta madura. Eu queria saber quais lugares frequentavam, o que faziam, quais eram os seus propósitos, como percebiam suas respectivas velhices e anos que ainda viverão.

Inicialmente, observei meu próprio círculo de familiares e amigos. Muitos já tinham mais de 60 anos de idade, eram ativos, cuidavam de seus pais e sogros ainda vivos, atendiam as necessidades dos filhos adolescentes e adultos e, em alguns casos, também de seus netos. Todos desejavam, ainda, viver por muitos mais anos e com saúde e qualidade. Aqueles que tinham pais vulneráveis faziam estreita associação de qualidade de vida com autonomia e capacidade de pensar. As demências e dependência total de cuidados de terceiros eram o maior pesadelo para invariavelmente todos. Poucas pessoas, contudo, pareciam ter projetos para além de seu próprio bem-estar e existência, e extensivos a suas famílias.

Percebi, que eu buscava, sobretudo, outros generativos como eu e que, além de projetos pessoais, também reconhecessem a importância de deixar um legado para as próximas gerações.

Direcionei meu foco para o ambiente universitário, participando como ouvinte e observadora de disciplinas de conclusão do curso de design com ênfase em projeto de produto. A partir de entrevistas com professores e alunos, e com base nos benefícios da intergeracionalidade, vislumbramos como oportunidade para este estudo a articulação de encontro dos alunos formandos com os membros da Associação dos Antigos Alunos (AAA) da PUC-Rio. Ainda que bem recebido pelos alunos, professores e ex-alunos, o projeto não foi adiante por razões variadas e mudanças de toda ordem.

Quanto mais eu avançava em meus estudos, mas me identificava como uma pessoa generativa, partilhava minhas descobertas e me conscientizava sobre a importância de falar e de agir de modo a demonstrar que estamos envelhecendo de forma diferente.

Em setembro de 2023, tive a oportunidade de participar de um painel sobre longevidade ativa durante o evento EXPO-LONGEVIDADE[23] em São Paulo. Nessa ocasião, senti-me como uma abelha, polinizando minha convicção de que os 50+ pode ser uma fase de nossas vidas, repleta de desafios, mas também de vastas oportunidades. Essa abordagem rendeu a indicação de duas pessoas que se dispuseram a conversar comigo; uma delas havia recentemente concluído uma pós-graduação, enquanto a outra estava prestes a iniciar um mestrado.

Certo dia, encontrei uma colega 60+ que – como eu – buscava construir sua longevidade por meio de um projeto com potencial de impactar positivamente a vida de outras pessoas. Tomamos um café e, ao final, ela disse que precisava ir apresentar seu projeto de mestrado para os colegas de turma e os professores responsáveis pela disciplina de Metodologia científica dissertação de mestrado. Naturalmente, me convidei para acompanhá-la, pois embora já conhecesse os professores por meio de apresentações online, a oportunidade seria ideal para conhecê-los pessoalmente. Devidamente autorizada por eles, participei das apresentações.

Para minha surpresa, a turma tinha uma diversidade etária bastante significativa. Naquele momento, escutei uma voz interior – que costumo associar a Erikson – que parecia me sussurrar: "Está vendo onde estão os generativos que você procura? Assim como você, estão nos bancos universitários."

Realizei que eu tinha interesse especial pelos generativos que estavam dentro das salas de aula da mesma universidade da qual eu também pertencia. O que eles estavam fazendo na PUC? Em qual universidade eles tinham se formado? Por que voltaram a estudar? O que buscavam? Como se sentiam? E foi assim que eles se transformaram em meu objeto de pesquisa, informantes e colaboradores deste estudo.

A partir daquele insight, entrei em êxtase, observando como as alunas 50+ apresentavam seus trabalhos "generativos" e como os alunos mais jovens vibravam e aplaudiam entusiasmados a cada apresentação das colegas mais experientes. Elas expressavam gratidão e eram retribuídas com gestos de coração com as mãos juntas. Foi um momento de epifania! Percebi que deveria olhar para aquelas pessoas com mais de 50 anos que conheci em disciplinas durante o mestrado.

[23] Disponível em: https://longevidade.com.br/forum2023/

6.3 Revelações sobre os generativos

Munida de visões realistas, porém positivas, e do aprendizado dos últimos anos, finalmente encontrei os generativos que buscava: eles estavam ao meu lado, na universidade, e aceitaram imediatamente passar de colegas universitários a informantes desta investigação. Todos têm entre 45 e 65 anos, faixa etária correspondente ao sétimo estágio do ciclo da vida, conforme ensinado por Erikson – generatividade x estagnação. Este estágio é marcado pela preocupação com o bem-estar das gerações futuras, forte motivação para contribuir para a sociedade, transmissão de conhecimento e experiência, envolvimento social e comunitário, e preocupação em deixar um legado. Dez pessoas nesta faixa etária participaram da pesquisa. Oito dos participantes eram mestrandos ou doutorandos da PUC-Rio, enquanto as outras três, de outras instituições, estavam em diferentes estágios de progresso acadêmico. As entrevistas foram previamente agendadas e registradas com consentimento por escrito. Nossas conversas basearam-se em entrevistas semiestruturadas e foram realizadas individualmente, via *ZOOM*. Inicialmente, eu agradecia e explicava brevemente o tema e propósito da pesquisa para o participante, seguindo com perguntas como: Qual é a sua idade? Em que você se formou pela primeira vez? Fale sobre sua trajetória profissional após a graduação. Por que decidiu voltar a estudar?

Abaixo, segue a síntese do seu conteúdo.

1 — **Sr.ª ADRI**, funcionária pública, 58 anos, é um exemplo de determinação, adaptabilidade e paixão pelo aprendizado. Inicialmente envolvida na administração de uma empresa familiar, ela demonstrou interesse em explorar diferentes áreas, o que a levou a seguir estudos em Economia e, posteriormente, em Design. Após enfrentar desafios como o fechamento da empresa e a perda do pai, Adri expandiu seus horizontes ao buscar novas experiências no exterior e investir em sua educação, obtendo uma pós-graduação em Gestão Ambiental. Sua determinação a levou a enfrentar concursos públicos e ser aprovada no Ministério do Meio Ambiente, onde continuou a explorar seus interesses em questões ambientais e de design estratégico. Mesmo diante de adversidades como mudanças

de governo e um acidente que a afastou temporariamente do trabalho, Adri manteve-se firme em sua busca por conhecimento. Atualmente envolvida em um projeto de mestrado na PUC-Rio, ela explora o design sistêmico e sua aplicação em questões ambientais e de políticas públicas. Sua história é de resiliência, adaptabilidade e perseverança diante dos desafios da vida. Adri compartilha suas experiências na faculdade com entusiasmo e gratidão, valorizando a evolução da universidade desde seus dias de graduação. Ela destaca a importância da inovação e do compartilhamento de conhecimento em um mundo digitalizado, vendo a tecnologia como uma oportunidade de expandir horizontes e aprofundar o aprendizado. Revelando detalhes pessoais sobre sua jornada de enfrentamento do câncer, Adri demonstra sua determinação em continuar suas atividades profissionais e acadêmicas, mesmo durante momentos desafiadores.

Adri demonstrou atributos de generatividade através da dedicação ao trabalho, busca por conhecimento e compromisso com questões ambientais, que refletem seu desejo de contribuir para um mundo melhor. Além disso, sua disposição em compartilhar experiências e apoiar colegas demonstram sua generosidade e vontade de enriquecer a vida daqueles ao seu redor.

2 — **Sr.ª CARL**, designer, 49 anos, designer, estava determinada a enfrentar os desafios do mestrado, equilibrando suas responsabilidades profissionais com os estudos e buscando qualidade de vida. A transição para o ambiente virtual durante a pandemia foi crucial em sua pesquisa, na qual se concentrou em contribuir para o campo do design educacional. Seu estudo de caso detalhado em sua própria instituição explorou as mudanças nas interações dos alunos com a plataforma, adaptando-se às necessidades dos estudantes, especialmente os habituados ao ensino presencial. Enfrentou dificuldades, mas encontrou gratificação no aprendizado e na troca de conhecimentos com colegas e orientadores. Sua jornada exemplifica sua dedicação ao aprendizado contínuo e ao crescimento profissional, refletindo seu compromisso em fazer a diferença na educação no Brasil.

Seu perfil generativo evidencia um forte compromisso com a educação, tanto em sua atuação como designer gráfico – área em que graduou – em uma instituição de ensino, quanto em seu interesse em prosseguir com estudos avançados, como o mestrado. Além disso, sua preocupação com o futuro, tanto em

relação à sua própria trajetória profissional e desenvolvimento pessoal, quanto à instituição em que trabalha, é notável em sua dedicação em compreender e melhorar o ambiente de aprendizagem dos alunos, buscando soluções que beneficiem as próximas gerações.

Carl, demonstrou atributos de generatividade ao exibir determinação em seu mestrado, adaptabilidade à aprendizagem virtual durante a pandemia e dedicação em aprimorar a experiência educacional dos alunos da instituição de ensino onde trabalha. Essas características refletem seu compromisso com o crescimento pessoal, profissional e o avanço da educação no Brasil.

3 – **Sr. C.** , 45 anos, designer, relembra sua jornada acadêmica. Ingressou na faculdade de Comunicação Social, mas acabou se dedicando mais ao design após aprender sobre web design. Tornou-se web designer e servidor público, embora sua formação fosse em produção editorial. Continuou sua busca por conhecimento e crescimento profissional, especializando-se em usabilidade e ingressando no mestrado para explorar o design de forma teórica. Sua pesquisa abordou o desenvolvimento de material didático para EAD e a macroergonomia. Após o mestrado, ingressou no doutorado para explorar plataformas educacionais baseadas em inteligência artificial. Enfrentou desafios familiares e profissionais, mas persistiu em sua jornada acadêmica.

C. demonstra atributos generativos ao longo de sua jornada acadêmica, desde sua formação em Comunicação Social até sua especialização em web design e pesquisa avançada em educação a distância e inteligência artificial. Apesar dos desafios pessoais e profissionais, sua persistência reflete seu compromisso com o ensino e a inovação, destacando-se como alguém determinado a deixar um legado significativo na educação e na tecnologia.

4 — **Sr. EDE**, 64 anos, aposentado, professor do ensino médio. Sua história é marcada por sua dedicação à educação e aos movimentos sociais. De origem humilde, enfrentou desafios para equilibrar estudo e trabalho, mas sua paixão pela história o impulsionou a buscar respostas para questões sociais. Após trabalhar como técnico de eletrônica, seguiu seu interesse pela educação, ingressando no magistério. Sua militância política incluiu a participação ativa na fundação do Partido dos Trabalhadores. Apesar de interrupções em sua jornada

acadêmica, ele realizou um mestrado em sociologia política, concentrando-se em movimentos sociais, refletindo seu compromisso com a transformação social. Ede demostra seu desejo de contribuir para as gerações futuras através do ensino, ativismo social e pesquisa acadêmica. Além disso, sua reflexão sobre a vida após a aposentadoria e sua pesquisa em movimentos sociais destacam a importância de combater o etarismo e reconhecer a contribuição dos profissionais experientes. Sua pesquisa também aborda mudanças comportamentais nas novas gerações e os desafios enfrentados pelas escolas. Sua esperança é que sua pesquisa contribua para a compreensão da importância das relações humanas em um mundo tecnológico.

Ede demonstra atributos generativos através de sua dedicação à educação, refletida em sua jornada acadêmica marcada pela busca por respostas para questões sociais, mesmo enfrentando desafios pessoais e interrupções. Seu compromisso com a transformação social e o desejo de contribuir para gerações futuras são evidentes em sua pesquisa em sociologia política e na abordagem de mudanças comportamentais nas novas gerações e desafios escolares.

5 — **Sr.ª ELE**, 58 anos, aposentada, profissional liberal. Uma mulher determinada e apaixonada por sua área desde jovem, construiu uma carreira sólida na Petrobrás, enfrentando desafios em um ambiente predominantemente masculino. Graduada em Geologia pela UERJ, Ele se destacou na empresa, coordenando laboratórios e projetos, além de gerenciar equipes. Sua integridade profissional foi evidente em sua atuação na responsabilidade social, em que defendeu iniciativas em prol da comunidade e dos funcionários.

Decidindo seguir um novo caminho, Ele fundou sua própria empresa, focada em gestão do conhecimento e recursos humanos, demonstrando sua habilidade empreendedora. Após se aposentar, ela realizou um antigo sonho: estudar Geografia. Determinada, mergulhou em seus estudos, explorando temas diversos e ampliando seus horizontes acadêmicos.

Ele enfrentou desafios ao conciliar seu negócio próprio, vida pessoal e estudos, mas encontrou na educação a distância a flexibilidade necessária. Ao estudar na Estácio, ela se envolveu em um currículo abrangente e recebeu apoio para aprofundar seus conhecimentos. Sua paixão pelo aprendizado é evidente em sua busca constante por novos desafios e oportunidades de crescimento.

Apesar de seu vasto currículo acadêmico, Ele optou por continuar seus estudos em Geografia, destacando sua preferência por uma abordagem flexível e autodirigida. Sua determinação em superar obstáculos e sua paixão pelo aprendizado inspiram outros a nunca desistirem de seus sonhos.

Ele demonstra um perfil generativo na perspectiva de Erikson, buscando constantemente novos desafios e oportunidades de aprendizado, mesmo em uma fase avançada da vida. Sua disposição para se envolver em projetos educacionais e de negócios reflete seu compromisso com o desenvolvimento pessoal e o bem-estar da sociedade. Ao compartilhar seus conhecimentos e experiências, Ele faz uma diferença positiva no mundo ao seu redor, personificando as características essenciais do estágio generativo proposto por Erikson.

6 — **Sr.ª IL**, 62 anos, aposentada, uma mulher dedicada à educação. Encontrou-se em um momento de transição após sua aposentadoria como Diretora de escola do ensino fundamental, buscando um novo propósito em sua vida. Após tentativas em diferentes áreas, encontrou na participação no projeto "PUC +50" uma oportunidade de renovar seu caminho acadêmico. Enfrentando desafios pessoais e acadêmicos, persistiu e descobriu uma nova paixão pela escrita e pelo compartilhamento de conhecimento.

Sua jornada na PUC-Rio foi marcada por interações enriquecedoras com alunos mais jovens, reafirmando que a idade não é um obstáculo para o aprendizado e a contribuição para a sociedade. Determinada a fazer sua voz ser ouvida, planeja utilizar sua pesquisa para inspirar outras pessoas de sua faixa etária e sensibilizar instituições para a importância de valorizar todas as idades em suas comunidades acadêmicas.

Il demonstra atributos generativos através de sua dedicação à educação, sua disposição para enfrentar desafios, seu compartilhamento de experiências com as gerações mais jovens, sua preocupação com o bem-estar dos outros em projetos sociais e sua determinação diante de obstáculos. Sua trajetória reflete uma forte motivação para contribuir positivamente com o mundo.

7 – **Sr.ª MARI**, 64 anos, conselheira na empresa familiar. Tem uma trajetória de vida marcada por uma diversidade de experiências e uma busca constante por aprendizado e contribuição para a sociedade. Sua jornada começou

com uma graduação em administração na Fundação Getúlio Vargas em 1983, antes de ser catapultada para o mundo corporativo após a morte repentina de seu pai em um acidente de avião. Antes desse momento, Mari se dedicava à educação, desenvolvendo projetos inovadores como uma brinquedoteca de uso público e colônias de férias, além de atuar como professora de arte e educação. Seu envolvimento nas festas infantis da elite carioca, promovendo espetáculos de arte, demonstra sua paixão por proporcionar experiências enriquecedoras para as crianças. Por três décadas, Mari trabalhou intensamente no mundo corporativo, especialmente na representação dos interesses das empresas em nível nacional, incluindo atividades políticas em Brasília. No entanto, a partir de 2016, ela iniciou uma transição significativa, buscando retomar sua paixão pela educação e pelo impacto social. Essa transição foi impulsionada pelo projeto que ela desenvolveu, inicialmente com o apoio do Gustavo Martinelli, coordenador do Centro Nacional de Conservação da Flora. Apesar de enfrentar dificuldades na seleção para um programa de pesquisa, Mari encontrou suporte para continuar sua jornada acadêmica. Seu encontro com Roberta Portas e Carla em uma festa foi crucial para sua entrada no LIDE (Laboratório de Inovação e Diversidade na Educação) da PUC, onde ela começou seu mestrado e, posteriormente, o doutorado com a orientação da Rita Couto. Mari está determinada a levar suas experiências e conhecimentos para o benefício das crianças, especialmente aquelas da rede pública, através de atividades na natureza. Atualmente, ela concilia suas atividades acadêmicas com o ensino em escolas menores, desde a educação infantil até o quinto ano do ensino fundamental, buscando promover uma educação de qualidade para todos, independentemente do contexto socioeconômico. Sua dedicação e compromisso com a educação demonstram sua vontade de fazer a diferença na vida das crianças e na sociedade como um todo. Após um longo e profundo diálogo sobre sua jornada acadêmica e suas atividades atuais, Mari demonstra sua paixão pela interdisciplinaridade e pela colaboração entre diferentes áreas do conhecimento, especialmente no contexto do design. Ela compartilha sua visão sobre como o design proporciona uma estrutura sólida para a realização de projetos e destaca a metodologia do LIDE, baseada na participação das partes interessadas, como fundamental para seu trabalho. Mari enfatiza a importância da colaboração com a comunidade e das parcerias estabelecidas para viabilizar suas atividades, especialmente aquelas voltadas para a educação ambiental e o contato das crianças

com a natureza. Ela reconhece a sorte de ter sido acolhida pelo ambiente do design, apesar de não ter formação específica nessa área, e valoriza a oportunidade de aplicar as metodologias e os princípios do design em seu trabalho comunitário. Sua disposição em auxiliar e compartilhar contatos demonstra seu comprometimento em promover uma rede de colaboração e apoio mútuo entre os envolvidos em suas atividades. Ao final da conversa, Mari reitera sua disponibilidade para ajudar e se compromete a enviar os contatos solicitados, encerrando mais um momento de troca e colaboração em sua trajetória de constante busca pelo conhecimento e pelo impacto positivo na comunidade.

Mari demonstra atributos generativos em várias ocasiões de sua vida. Sua transição de uma carreira corporativa para um projeto focado em educação e meio ambiente, seu envolvimento comunitário, sua disposição para colaborar e mentorear outros, e sua preocupação em deixar um legado positivo indicam uma forte orientação para contribuir para o bem-estar e desenvolvimento das gerações futuras.

8 – **Sr.ª MEL**, 51 anos, professora em curso de formação de professoras, reflete sobre sua trajetória profissional e acadêmica, remontando às raízes de sua carreira na pedagogia aos vinte e um anos na Gama Filho. Com formação em pedagogia e posterior especialização em psicopedagogia, sua jornada profissional foi marcada por 23 anos dedicados ao ensino fundamental.

Passou a lecionar no Pró Saber, o que a introduziu no universo da psicopedagogia e da alfabetização cultural. Foi nesse contexto que ela cruzou caminhos com Roberta, uma figura influente que a incentivou a buscar novos desafios acadêmicos, como o mestrado.

O embate entre as demandas da vida pessoal e profissional e a ideia de voltar aos estudos permearam seus pensamentos. A perda de suas avós trouxe reflexões sobre a passagem do tempo e o planejamento para o futuro. O mestrado passou a ser visto não apenas como uma oportunidade de crescimento acadêmico, mas também como um investimento em sua projeção profissional e pessoal.

Sua pesquisa acadêmica, centrada na relação entre alfabetização cultural e design, representa uma nova fase em sua carreira. Mel busca compreender o impacto de suas práticas pedagógicas na vida de suas alunas e sua inserção no campo do design.

O futuro se apresenta como um horizonte de possibilidades e desafios. Mel enxerga no mestrado não apenas uma forma de adquirir conhecimento, mas também uma oportunidade de expandir sua visão de mundo e consolidar sua posição no meio acadêmico. Aos cinquenta e um anos, ela se prepara para os próximos capítulos de sua jornada, confiante na capacidade de reinventar-se e superar obstáculos, assim como tem feito ao longo de sua carreira como educadora.

Mel demonstra atributos generativos ao longo de sua carreira como educadora e em sua busca por crescimento pessoal e profissional. Seu compromisso com o ensino, disposição para explorar novas áreas, apoio aos alunos e decisão de prosseguir com seu mestrado mais tarde na vida ilustram sua dedicação em transmitir conhecimento, promover o desenvolvimento dos outros e buscar constantemente o crescimento pessoal, características centrais da generatividade.

9 — **Sr.ª PAT**, 55, designer. Sua história é marcada por uma jornada de aprendizado e crescimento tanto acadêmico quanto profissional. Ela destaca a importância de encontrar um orientador compatível, cuja didática e compromisso com o feedback construtivo foram fundamentais para seu desenvolvimento. Apesar dos desafios burocráticos, Pat valoriza a colaboração na PUC e considera seguir para o doutorado.

Sua última experiência profissional foi uma lição sobre a falta de abertura para o aprendizado e um ambiente de trabalho hostil, mas o mestrado trouxe uma nova perspectiva. Seu projeto de pesquisa sobre o papel do design na produção de arte reflete sua busca por compreensão e valorização em sua área.

Pat encara seu papel como transmissora de conhecimento com entusiasmo, refletindo sua disposição para ajudar os outros. Ela destaca a importância do aprendizado contínuo, da adaptação às mudanças e da generatividade, contribuindo para o avanço e a evolução contínua.

Ao refletir sobre sua interação com colegas e sua própria criatividade, Pat enfatiza a importância do feedback e da troca de ideias no processo criativo. Sua história também aborda a necessidade de se adaptar ao mundo em constante mudança e desafia a mentalidade de estagnação após a aposentadoria.

Ela compartilha uma experiência pessoal marcante envolvendo seu pai, destacando os perigos da complacência após a conclusão de uma fase da vida. Pat

enfatiza sua filosofia de vida, enfocando a importância de continuar aprendendo e crescendo em todas as fases da vida.

Sua história culmina em sua disposição para compartilhar conhecimento e experiência com os outros, demonstrando seu compromisso em contribuir de forma significativa para a sociedade e inspirar mudanças positivas.

Pat demonstra sua mentalidade generativa através de uma jornada de aprendizado constante, desde sua busca por orientadores colaborativos até sua experiência na Globo e seu projeto de pesquisa. Sua disposição para compartilhar conhecimento e sua filosofia de crescimento contínuo refletem sua atitude ativa e adaptável em todas as fases da vida, destacando sua contribuição significativa para a sociedade e sua busca por mudanças positivas.

10 – **VAN**, 45 anos, professora do ensino médio. Profissional que trilhou um caminho acadêmico e profissional diversificado e desafiador. Formada em Letras pela UERJ, sua escolha de curso foi influenciada pela mãe, também professora. Ao perceber que tinha afinidade com disciplinas humanísticas, optou por Letras após passar pelo Colégio Pedro II. Embora tenha enfrentado dificuldades no vestibular, foi selecionada para a UERJ, onde teve uma experiência desafiadora, mas enriquecedora.

Durante a graduação, teve a oportunidade de participar de iniciação científica e desenvolveu um interesse pela área acadêmica. Embora tenha considerado fazer mestrado, optou por focar em sua carreira profissional, conseguindo emprego como professora e passando por diversas experiências no campo educacional.

Mais tarde, envolveu-se na correção do Enem, em que teve uma experiência reveladora ao perceber que muitos de seus colegas possuíam mestrado ou doutorado. Esse evento a fez repensar a possibilidade de fazer mestrado, mas as circunstâncias pessoais e profissionais a levaram a adiar essa decisão.

No entanto, ao desenvolver um projeto de correspondência com seus alunos e receber orientações sobre design, Van começou a considerar novamente a possibilidade de fazer mestrado, principalmente após receber incentivo de ex-alunos e professores. A descoberta de uma plataforma virtual para realizar eventos culturais durante a pandemia trouxe novas perspectivas e possibilidades para seu trabalho.

Van é retratada como uma profissional comprometida com sua educação continuada e com o aprimoramento de suas habilidades, mesmo diante dos desafios e das dúvidas que enfrenta ao longo de sua jornada. Ela percebe a importância de expandir seus horizontes e pensar em projetos mais amplos, como o uso do design para promover a inclusão e acessibilidade na educação. Mesmo enfrentando inseguranças, ela se mantém determinada a evoluir e aprender a cada dia, buscando inspiração em profissionais experientes como a Mamede.

Van demonstrou atributos da generatividade ao longo de sua jornada profissional, buscando constantemente contribuir para a sociedade e seu próprio crescimento pessoal e profissional. Desde sua formação em Letras até sua atuação como professora e sua participação na correção do Enem, ela explorou diferentes áreas da educação, mostrando disposição para inovar e se adaptar a novas circunstâncias. Seu engajamento em projetos como a correspondência com os alunos e a descoberta de uma plataforma virtual para eventos culturais durante a pandemia reflete sua dedicação ao aprendizado contínuo e à busca por maneiras criativas de impactar positivamente aqueles ao seu redor. O incentivo de ex-alunos e professores para que ela considere fazer mestrado ressalta sua influência positiva sobre os outros e sua disposição para compartilhar conhecimento e experiência.

7
Considerações finais

"Estou apenas contando como eu fiz e por que fiz. Faça o que fizer, prometa-me que em cada projeto que fizer, você assumirá o risco de fazer algo pela humanidade."

Frank Gehry

Há muito tempo assisti a um trecho de uma entrevista com o renomado e internacionalmente premiado arquiteto Frank Gehry[24], que descrevia a angústia que muitas vezes sentia ao começar um projeto e que comparou a "olhar para uma página em branco". Aos 85 anos, Gehry segue "trabalhando para a humanidade" e me tranquiliza com seu relato sobre "a página em branco".

Ele expressa, fielmente, o que SENTI frente à tarefa de escrever as considerações finais desta dissertação. É a hora do desfecho, da confirmação e da defesa (ou não) daquilo que experimentei e pesquisei nos últimos dois anos.

Nesse ponto do trabalho, tornava-se evidente que era crucial, pertinente e inovador tratar a geração 50+ como parte das soluções para os diversos desafios enfrentados hoje, da fome às mudanças climáticas, do desemprego à carência de educação e cuidados de grande parte de pessoas em todo o planeta. Esses desafios, decerto e infelizmente, se agravarão se a oportunidade de mudar a visão sobre a velhice e a longevidade por meio da generatividade for ignorada. A generatividade, ensinada por Erikson, conecta cada vez mais a humanidade à sua essência e promove ações positivas como aprender, ensinar e cuidar, especialmente nos estágios mais avançados do processo de envelhecimento.

***

Nos últimos anos, temos testemunhado notável aumento no número de estudantes com mais de 50 anos matriculados em cursos de graduação no Brasil – 56% entre 2012 e 2021 (Silveira, 2023). Incentivar o retorno do público 50+ à universidade beneficia essa parcela da população, a própria universidade e toda a

[24] Saiba mais em: https://www.architecturaldigest.com/gallery/best-of-frank-gehry-slideshow

sociedade. Além de fornecer a atualização necessária para manter profissionais experientes no mercado de trabalho, a universidade oferece a oportunidade para planejar e realizar novos projetos de vida, guiados por desejos e demandas que se tornam mais evidentes com a idade. Os motivos para pessoas maduras ingressarem ou retornarem à universidade são diversos. Alguns buscam realizar sonhos de juventude adiados, outros exploram novas áreas de interesse, enquanto há aqueles que querem manter-se ativos e atualizados profissionalmente.

No âmbito desse trabalho, o retorno ou ingresso de pessoas mais velhas nas universidades – simultaneamente estudado, vivenciado e observado – foi se consolidando como uma oportunidade de redesenhar a concepção da longevidade através da perspectiva do design.

O design transforma realidades existentes em outra mais desejáveis e concretiza soluções inexistentes antes de sua atuação (Frascara, 2008; Nelson, 2012; Simon, 2019). Nesse sentido, pode transformar a velhice e a longevidade em outras mais desejáveis e concretizar soluções em sintonia com as necessidades e realidades das gerações que estão envelhecendo no século XXI, como sugere o título deste trabalho.

As estatísticas evidenciam que a população está envelhecendo e vivendo cada vez mais e, como esperamos ter demonstrado, os *baby boomers*, definitivamente, não estão envelhecendo em seus aposentos. Eles seguirão transformando paradigmas e é chegada a hora de transformar sua própria velhice e longevidade.

Ao mesmo tempo que a população 50+ cresce e pode viver até os 100 anos, diminui a faixa etária de jovens, que preferencialmente constituíam o corpo discente universitário.

A presença de gerações com idade superior à dos jovens que habitualmente frequentavam a Universidade desafia os estereótipos relacionados à idade, atesta que o aprendizado deve ser contínuo ao longo da vida e a longevidade pode ser um estágio de novas conquistas. Universitários mais velhos compartilham suas experiências, trazem novas perspectivas, desempenham papel crucial como mentores e encorajam outras pessoas mais velhas a buscar a Universidade para projetar seus próprios objetivos de vida.

Isso posto, a crescente – mas ainda tímida – busca das gerações mais velhas por espaços para continuar aprendendo é uma oportunidade inédita para a inovação

e enriquecimento do ensino, da pesquisa e da extensão universitária. Ela também enriquecerá a sociedade e promoverá a longevidade a objeto de aspiração do espírito e, merecidamente, celebrável.

Finalizo este trabalho acreditando ter deixado um legado para o LABMEMO e ter contribuído para a continuidade da pesquisa sobre temas contemporâneos relacionados ao envelhecimento e longevidade humana.

Desejo que este laboratório siga fortalecendo o papel do design diante do envelhecimento populacional, com uma visão contemporânea e positiva sobre a inversão da pirâmide geracional. Desejo, ainda, que agregue cada vez mais áreas do conhecimento da universidade para a construção de uma longevidade com qualidade para todos.

Neste sentido, apresento premissas que possam orientar a elaboração de novas pesquisas e projetos sobre este tema:

- Os baby boomers não só introduziram e ensinaram novas formas de viver, mas também continuam a fazê-lo com a mesma determinação, agora, ao nos guiar em uma nova abordagem para o processo de envelhecimento;
- As universidades desempenham um papel fundamental no combate ao idadismo ao formar cidadãos em todas as áreas de conhecimento;
- As universidades são cruciais para a discussão de políticas públicas relacionadas a uma sociedade que envelhece;
- As universidades, como agentes antecipatórios do mercado, têm a responsabilidade de promover iniciativas que possam garantir a continuidade do papel social das pessoas que envelhecem no século XXI;
- Com a inversão da pirâmide etária, é importante que as universidades estejam atentas para ajustar seus currículos, visando a capacitar os alunos a enfrentar os desafios e aproveitar as oportunidades de uma sociedade cada vez mais longeva;
- Ao desenvolver produtos e serviços, o design deve considerar e incorporar as necessidades e desafios do envelhecimento populacional;
- A teoria do desenvolvimento psicossocial de Erik Erikson destaca que a velhice não se resume apenas à estagnação, mas é também um momento de

potencial generatividade, no qual indivíduos com essa característica têm a oportunidade de deixar um legado significativo para as futuras gerações;

- O processo de envelhecimento e a longevidade não são exclusivos de uma geração, o que nos leva a desejar promover o bem-estar, a felicidade e a realização pessoal em todas as faixas etárias;
- A população "prateada" merece ser reconhecida não apenas como um mercado consumidor influente, mas também como um grupo que pode enriquecer todas as esferas da sociedade com seu conhecimento, experiência de vida e capacidade produtiva;
- O aprendizado ao longo da vida será cada vez mais um fator crucial para atualizar o significado de viver em uma sociedade longeva.

Concluo este trabalho com a esperança de que as reflexões apresentadas possam inspirar uma abordagem mais inclusiva e positiva em relação ao envelhecimento e à longevidade. À medida que navegamos pelas complexidades do mundo contemporâneo, é essencial reconhecer o valor e o potencial das gerações mais velhas, que continuam a contribuir de maneira significativa para a sociedade.

Desejo, finalmente, que este trabalho não seja a "estação final dessa viagem", mas sim um ponto de partida para novas linhas de investigações, projetos e iniciativas que promovam o bem-estar e a inclusão de pessoas de todas as idades. Que possamos, juntos, construir uma sociedade mais justa, equitativa e acolhedora, onde o envelhecimento não seja visto como um fardo, mas como uma oportunidade para o crescimento pessoal e o enriquecimento da sociedade como um todo.

8
Referências bibliográficas

BEAUVOIR, S. **A velhice**. Tradução Maria Helena Franco Martins. 2.ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2018.

BRASIL, Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania. **Fatos e números**. Observatório nacional da família: Brasília, 12 de Agosto de 2021. Disponível em: https://www.gov.br/mdh/pt-br/navegue-por-temas/observatorio-nacional-da-familia/fatos-e-numeros/familias-e-filhos-no-brasil.pdf

BUTLER, R. N. **Why survive?** Being old in America. Nova Iorque: Harper & Row, 1975.

BUTLER, R. N. **The longevity revolution:** the benefits and challenges of living a long life. 1. ed. Public Affairs, 2009.[livro eletrônico]

CAFÉ Filosófico CPFL. **A revolução da longevidade**: Alexandre Kalache. Youtube. 29 de setembro de 2016. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=_5N8V1lPIGg

CAMARANO, A. A. (org.). **Cuidados de longa duração para a população idosa**: um novo risco social a ser assumido? Rio de Janeiro: IPEA, 2010.

CARSTENSEN, L. L (org.). **The new map of life**: a report from the Stanford center of longevity. Universidade de Stanford, abril de 2024. Disponível em: https://longevity.stanford.edu/wp-content/uploads/2022/04/Short-Report-2.pdf

COELHO, M. Q. (coord.). **FDC Longevidade**: negócios. Fundação Dom Cabral: Belo Horizonte, 2020, 66p. Disponível em: https://www.fdc.org.br/conhecimento/publicacoes/relatorio-de-pesquisa-35263

COUGHLIN, J. F. **The longevity economy**: unlocking the world's fastest-growing, most misunderstood market. Nova Iorque: PublicAffairs, 2017. [livro eletrônico].

_____. **Logevity economy**. Joseph Coughlin, [s.l.], 10 de março de 2021. Disponível em: https://longevityeconomy.com/blog/longevityeconomy-2021-03-10/

CRESWELL, J. W. **Projeto de pesquisa:** métodos, qualitativo, quantitativo e misto. Porto Alegre: Artmed, 2010.

CROCHÍK, J. L. Preconceito, indivíduo e sociedade**. Temas psicol**..v.4 n. 3. Ri beirão Preto, dez.1996

CSIKSZENTMIHALYI, M. **FLOW**: a psicologia do alto desenvolvimento e da felicidade. Tradução Cássio de Arantes Leite, 1 ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 2020.

DAMAZIO, V.; PINA, F.; CECCON, M. Design emocional para maiores de 60: contribuições para se viver mais e melhor, pp. 37-48. *In*: **Ecovisões projetuais**: pesquisas em design e sustentabilidade no Brasil. São Paulo: Blucher, 2017.

DAMAZIO, V. Design, memória emoção: uma investigação para o projeto de produtos memoráveis. In: **Caderno de estudos avançados em design**: Design e Emoção. Organização: Dijon de Moraes; Regina Álvares Dias – Barbacena: EdUEMG, 2013.

DÓREA, E. L. **Idadismo**: um mal universal pouco percebido. São Leopoldo: Ed. UNISINOS, 2020.

ECONOMIA prateada: mercado para 50+ movimenta R$2 trilhões ao ano no Brasil**. CNN Brasil**. [s.l.], 24 de novembro de 2022. Disponível em: https://www.cnnbrasil.com.br/economia/economia-prateada-mercado-para-50-movimenta-r-2-trilhoes-ao-ano-no-brasil/

ERIKSON, E. H. **Infância e Sociedade.** Rio de Janeiro: Editora Zahar,1976.

_____..**O ciclo de vida completo**. Tradução Maria Adriana Veríssimo Veronese. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

FERRIGNO, J. C. **Conflito e cooperação entre gerações**. São Paulo: Edições SESC SO, 2013.

FRASCARA, J. **Desiño gráfico para la gente**. 1. Ed. Buenos Aires: Infinito, 2008.

GOLDENBERG, M. **A bela velhice**. Rio de Janeiro: Editora Record, 2013.

_____. A invenção de uma bela velhice: em busca de uma vida com mais liberdade e felicidade. **Rev. bras. geriatr. gerontol**. 21 (05) • Sep-Oct 2018. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbgg/a/HF9gPQF5FkxhqLJGZB9TDks/?lang=pt#

HELLIWELL, R.; LAYARD, R. SACHS, J. (eds.). **World happiness report 2012**. [s.l.], 2012. Disponível em: https://worldhappiness.report/ed/2012/

IBGE. Censo 2022: número de pessoas com 65 anos ou mais de idade cresceu 57,4% em 12 anos. **Agência IBGE**, Rio de Janeiro, 27 de outubro

de 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

INOVAHC podcast. Economia prateada - um dos mercados mais promissores, que não pode ser ignorado. **InovaHC-HCFMUSP**. Youtube. 29 de setembro de 2023. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=-Dm8ciVezd0

KANEM, N. Prefácio *In:* 8 bilhões de vidas, infinitas possibilidades: em defesa de direitos e escolhas. Relatório situação da população mundial2023. **UNFPA**, [s.l.], 2023. Disponível em: https://brazil.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/swop2023-ptbr-web.pdf

LEVY, B. **A coragem de envelhecer**: a ciência de viver mais e melhor. Tradução Claúdio Carina. 1. ed. Rio de Janeiro: Globo Livros, 2022.

MANZINI, E. **Design**: quando todos fazem design. Uma introdução ao design para a inovação social. Tradução Luiza Araújo. São Leopoldo: Ed. UNISINOS, 2017.

NELSON, H. **Design Capacity**: a basis of human activity. The Basic Paradox, 2002. Disponível em: <http://home.snafu.de/jonasw/PARADOXNelsonE.html>.

O LEGADO baby boomers: transformando a sociedade. **Brasilprev**. Youtube. 15 de setembro de 2023. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=KXje5z8hzLo

OITO bilhões de vidas, infinitas possibilidades: em defesa de direitos e escolhas. Relatório situação da população mundial2023. **UNFPA**, [s.l.], 2023. Disponível em: https://brazil.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/swop2023-ptbr-web.pdf

PAPALIA, D.E.; MARTORELL, G. **Desenvolvimento humano**. Tradução Francisco Araújo da costa, 14.ed. Porto Alegre: AMGH, 2022.

PERFIL dos empreendedores da terceira idade no Brasil. **SEBRAE**, [s.l.], 30 de Janeiro de 2023. Disponível em: https://sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/artigos/perfil-dos-empreendedores-da-terceira-idade-no-brasil,9158c34f96306810VgnVCM1000001b00320aRCRD

PINA, F. S. A. **Design, extensão universitária e empreendedorismo sênior**: propostas de novos caminhos para maiores de 50 na universidade. 221 f. Tese (doutorado) – Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Departamento de Artes e Design, 2019.

RITCHIE, H.; ROSER, M. Age structure: What is the age profile of populations around the world? How did it change and what will the age

structure of populations look like in the future? **Our World in Data**, [s.l.], 2019. Disponível em: https://ourworldindata.org/age-structure

ROSA, M. C. **Design & envelhecimento**: técnicas de identificação de demandas dos maiores de 60 anos. 145 f. Dissertação (mestrado) – Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Departamento de Artes e Design, 2015.

SANTOS, D. F. **Intergeracionalidade:** cartas na mesa.1.ed.São Paulo: Portal do Envelhecimento, 2019.

SELIGMAN, M. E. P. **Felicidade autêntica**: usando a nova psicologia positiva para a realização permanente. Tradução Neuza Capelo. Rio de Janeiro: Objetiva, 2009.

_____. **Florescer**: uma nova compreensão da felicidade e do bem-estar. Tradução Cristina Paixão Lopes, 1.ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 2019.

SHAFIK, M. **Como cuidar uns dos outros**: um novo contrato social. Tradução Paula Santos Diniz. 1.ed. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2021.

SHLOCHAUER, C. **Lifelong learners:** o poder do aprendizado contínuo: a prenda a aprender e manter-se relevante em um mundo repleto de mudanças. São Paulo: Ed. Gente, 2021.

SILVEIRA, E. Universidade não tem idade: número de idosos em cursos de graduação cresceu 56% em 10 anos. **Revista Piauí**, [s.l.], 13 de julho de 2023. Disponível em: https://piaui.folha.uol.com.br/universidade-nao-tem-idade/

SIMON, H. A., **The sciences the artificial**. 3.ed. Cambridge: MIT Press,1996 [livro eletrônico]

TAVARES, M. F. **Trabalho e longevidade**: como o novo regime demográfico vai mudar a gestão de pessoas e a organização do trabalho. 1.ed. Rio de Janeiro: Qualitymark Editora, 2015.