

Sara Brunelli Machado Hudson

**Envelhecer enquanto mulher:**  
identidade e diferença no livro *Diálogos de Espelho*

Viçosa - MG  
Curso de Comunicação Social/Jornalismo da UFV  
2019

Sara Brunelli Machado Hudson

**Envelhecer enquanto mulher:**  
**identidade e diferença no livro *Diálogos de Espelho***

Artigo apresentado ao curso de Comunicação Social/Jornalismo da Universidade Federal de Viçosa, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Jornalismo.

Viçosa - MG  
Curso de Comunicação Social/Jornalismo da UFV  
2019



Universidade Federal de Viçosa  
Departamento de Artes e Humanidades  
Curso de Comunicação Social/Jornalismo

Artigo intitulado Envelhecer enquanto mulher: identidade e diferença no livro *Diálogos de Espelho*, de autoria da estudante Sara Brunelli Machado Hudson, aprovada pela banca examinadora constituída pelos seguintes professores:

---

Prof. Dr. Rennan Lanna Martins Mafra

Orientador

Curso de Comunicação Social/ Jornalismo da UFV

---

Profa. Dra. Mariana Ramalho Procópio Xavier

Curso de Comunicação Social/ Jornalismo da UFV

---

Profa. Dra. Simone Caldas Tavares Mafra

Departamento de Economia Doméstica da UFV

Viçosa, 04 de julho de 2019

## **Agradecimentos**

A graduação me trouxe inúmeros aprendizados que servirão para uma vida toda. Um dos mais fortes dele foi a ideia de que somos construídos, sempre, com base no outro. Nossa existência é porque a existência do outro também é. Assim vivemos.

Hoje, com a conclusão deste trabalho, destaco a importância de todas as vivências, contextos e pessoas que compartilharam suas experiências comigo e ajudaram a construir um pouco do que sou.

A todas as professoras, professores, funcionárias e funcionários do DCM, que sempre me socorreram, ouviram, ajudaram e me abraçaram.

Em especial, ao Rennan Mafra, meu orientador, que foi a pessoa mais humana e sensível que poderia ter compartilhado a fundo essa experiência de produzir o TCC comigo. Essa vitória é nossa e eu nunca vou esquecer do apoio que você me deu durante o processo e pelo quanto você acreditou em mim.

A todo o grupo de Pesquisa Risco Social e Envelhecimento, por terem me acolhido com paciência e cuidado, sendo parte fundamental na decisão de construir um TCC voltado ao envelhecimento. Em especial, a Simone Mafra, orientadora do grupo e do projeto no qual fiz parte.

À Mariana Procópio e novamente à Simone Mafra, por terem aceitado com tanto carinho e entusiasmo participar dessa banca. A presença de vocês nesse projeto é fundamental pra mim.

Ao 202, quarto em que morei durante toda a graduação e que me proporcionou o contato com mulheres incríveis.

Ao Só Bebs, os melhores amigos que alguém poderia fazer nessa vida. Essa graduação foi tão boa e leve por causa de vocês.

A todos os amigos que Viçosa me deu e que eu vou levar para a vida.

Aos meus familiares que estiveram presentes, de alguma forma, me ajudando. Em especial, ao meu irmão Caique Hudson, por ser minha metade nesse planeta e nunca me deixar sentir sozinha. Obrigada por segurar as barras comigo.

Ao meu melhor amigo e amor, Humberto, por trazer para esses anos de graduação uma leveza, confiança e respeito únicos na minha vida. Cada vitória minha é, também, sua.

E à minha avó, Dona Alzira, que mais do que um agradecimento, é uma dedicatória. Esse trabalho é seu, construído com o amor e a saudade que eu sinto todos os dias. Obrigada por me mostrar o lado mais sincero da vida e por ter cuidado de mim da forma mais pura possível.

**Envelhecer enquanto mulher:  
identidade e diferença no livro *Diálogos de Espelho*<sup>1</sup>**

Sara Brunelli Machado Hudson<sup>2</sup>

**Resumo:** Este artigo tem como objetivo refletir sobre o processo de produção do livro *Diálogos de Espelho*, obra criada como trabalho de conclusão de curso de Comunicação Social/Jornalismo, voltada a apresentar relatos de vida de mulheres entre 30 e 90 anos sobre seus processos de envelhecimento. As principais noções conceituais que fundamentam esse artigo se referem à ideia de envelhecimento a partir do corpo e da identidade como um processo marcado por relações de poder, no qual existe uma forte tensão das diferenças. Inspirada por essas duas noções, a metodologia de produção do livro se deu a partir de conversas com seis mulheres entre 30 e 90 anos, escolhidas a partir do principal critério que, socialmente, insinua o início do processo de envelhecimento feminino: os 30 anos. O processo de escrita do livro ocorreu a partir da construção de um texto que combinasse falas diretas e discursos indiretos, preenchidos também por poesias. Como considerações finais, o artigo reflete que o livro *Diálogos de Espelho* procura contrariar padrões socialmente disponíveis sobre a mulher que envelhece, visando gerar uma aproximação da temática com o leitor, levando em conta a necessidade de compreender a existência das mulheres e seu envelhecimento com um gesto comum, difuso e não necessariamente representado por um tipo de identidade.

**Palavras-chave:** envelhecimento; mulher; identidade; diferença; livro.

**Aging as a Woman:  
identity and difference in the book *Mirror dialogues***

**Abstract:** This article aims to reflect on the production process of the book *Mirror Dialogues*, work of conclusion of course of Social Communication / Journalism, aimed at presenting reports of the life of women between 30 and 90 years about their work processes. aging. The main conceptual notions underlying the article refer to the idea of aging and the identity of a process marked by power relations, there is no strong impact of the differences. Inspired by these two notions, the proposal to produce books for the choice of women between the ages of 30 and 90, chosen from the main criterion that, socially, insinuates the beginning of the process of female production: the 30 years. The process of writing the book came from the construction of a text that combines direct and indirect discourses, also filled by poetry. As

---

<sup>1</sup> Artigo apresentado como requisito parcial para obtenção do título de graduação em Comunicação Social/Jornalismo, pela Universidade Federal de Viçosa. Conforme normas regulamentadoras dos trabalhos de conclusão do curso de comunicação social/jornalismo, no caso de projetos experimentais, a estudante pode escolher entregar o produto final juntamente com um artigo que apresenta reflexão conceitual acerca do produto ao qual se refere, com uma apresentação da metodologia e do processo de elaboração do mesmo.

<sup>2</sup> Graduanda em Comunicação Social/Jornalismo pela Universidade Federal de Viçosa (UFV). E-mail: s.b.m.hudson@gmail.com.

the final conclusions, the article reflects the book *Mirror Dialogues*, the search for social patterns, the possibility of an approximation of it with the help of the reader, taking account of an idea about women and their aging with a common, diffuse and not aligns represented by a type of identity.

**Keywords:** aging; woman; identity; difference; book.

## 1. Introdução

Mulheres enfrentam, em todas as faixas etárias, problemáticas que são diretamente influenciadas pelo seu gênero, seja enquanto brincadeiras que reforçam estereótipos na infância, seja por cobranças corporais na adolescência e juventude, seja por menores salários na vida adulta. Quando idosas, essas mesmas mulheres encontram os desafios ligados ao sexismo enfrentados ao longo da vida, somados à realidade do envelhecimento, vivenciando desafios por serem mulheres e velhas:

As mulheres de idade avançada enfrentam muitos desafios gerados por leis e políticas sociais de uma sociedade sexista e gerofóbica. As crenças sexistas e gerofóbicas refletem a ênfase da sociedade na produtividade, no atrativo sexual e físico. O contexto social atual ensina e perpetua o descrédito na mulher idosa, começando com a representação da mulher velha nas histórias clássicas como bruxas, feias e malvadas. (SALGADO apud LESNOFF-CARAVAGLIA, 1984, p. 9)

Segundo Beauvoir (1990), o processo de envelhecimento consiste em mudanças em relação ao sujeito, tanto a caráter objetivo quanto a subjetivo, em relação a si e ao mundo. Essas mudanças, aliadas à situação em que se encontra a mulher no mundo patriarcal, independem da idade e causam uma necessidade de se repensar essa realidade vivenciada, entendendo o que envelhecer pode acarretar ao sexo feminino.

Esses processos de envelhecimento feminino sempre estiveram ligados ao meu cotidiano. Morei por vários anos com Dona Alzira, minha avó materna, uma figura forte, feminina e presente nos meus dias, de quem carrego amor e saudade.

Já durante a graduação, participei de um projeto<sup>3</sup> que visava promover ações que garantem a visibilidade da população idosa de Viçosa. Mesmo sendo uma cidade universitária, com uma grande população flutuante de jovens, a presença dessas pessoas

---

<sup>3</sup> O projeto “A Voz do Idoso” fez parte do Grupo de Pesquisa Risco Social e Envelhecimento, coordenado pela Professora Simone Mafra, do Departamento de Economia Doméstica da UFV. Minha participação deu-se início no ano de 2016 e foi até a metade do ano de 2018.

idosas era significativa: 11,04% da população era constituída de pessoas idosas, segundo dados do IBGE de 2010, porcentagem maior do que a média nacional, que era de 10,8%.

Por mais que o projeto não fosse voltado só para as mulheres, elas estavam em maioria. Durante toda minha participação, conheci pessoas e histórias, aprendi conceitos, desconstruí ideias, tive acesso a vivências que me fizeram refletir, escrevi sobre a temática do envelhecimento, bem como fotografei, editei e produzi os mais diferentes tipos de materiais.

Terminado o projeto, mas entendendo que o tema em si não havia terminado em mim, busquei vê-lo com outros olhares. Essa busca fez com que o envelhecimento fosse o tema central da construção desse artigo, parte integrante do meu Trabalho de Conclusão de Curso em Comunicação Social/Jornalismo. Assim, em linhas gerais, esse texto busca refletir sobre o processo de produção do livro *Diálogos de Espelho*, obra voltada a problematizar os processos de envelhecimento feminino a partir da entrevista com seis mulheres, entre 30 e 90 anos de idade.

Entretanto, como será visto sobretudo na seção “*O processo de produção de Diálogos de Espelho*”, esse projeto era voltado, inicialmente, para pessoas idosas, acima de 60 anos. Tal fato fez com que os lugares iniciais escolhidos para a procura de narrativas de vida de mulheres eram espaços destinados à pessoa idosa, como o Programa Municipal de Terceira Idade (PMTI)<sup>4</sup> e o Clube da Vovó<sup>5</sup>. Assim, o entendimento de envelhecimento presente nesses lugares era um pouco mais comum devido à convivência, às atividades e a escolha de frequentar.

Porém, ainda nessa realidade, era visível que a ideia de envelhecimento e de pessoa idosa não era única, só tratada com um pouco mais de naturalidade. Saindo desses espaços, a divergência entre compreensões sobre os processos de envelhecimento parece ser ainda

---

<sup>4</sup> O PMTI (Programa Municipal da Terceira Idade) é uma parceria entre a Prefeitura de Viçosa e a UFV. O programa objetiva a melhoria da qualidade de vida dos idosos, oferecendo diversas atividades direcionadas para a melhoria da saúde e da qualidade de vida dos idosos do município de Viçosa. Tais atividades são desenvolvidas sob acompanhamento do Departamento de Nutrição e saúde da UFV e da Secretaria Municipal de Assistência Social.

<sup>5</sup> O programa é de natureza filantrópica e social, surgindo do desejo de uma moradora propiciar a suas vizinhas, a maioria delas avós, um local de encontro para bate-papo, diversão e descontração, para preenchimento do vazio existencial com brincadeiras, piadas, músicas, leitura de mensagens de otimismo e esperança e troca de experiências e conhecimentos. Inicialmente, o projeto visava atender apenas idosas moradoras da rua onde funciona o clube, porém, hoje, abrange idosas de várias partes da cidade, tendo como objetivo atendê-las em suas necessidades de lazer e entretenimento, além de promover o convívio fraterno, a integridade, a amizade e estimular o espírito de solidariedade

maior, não só pelo fator idade, que engloba outros anos além dos 60, mas nas próprias concepções que tais processos insinuam em diversos contextos sociais.

Se pensarmos que alguns desses espaços são voltados apenas para pessoas acima de 60 anos, não entrando em méritos de validade ou não dessa definição, o público ali presente tende a se identificar mais com essa proposta colocada sobre o envelhecer. Saindo disso, há pessoas que, mesmo com 60 anos ou mais, não acreditam fazer parte do que é visto, lido e oferecido a esse público.

Dessa forma, validar esses processos de existência é fundamental para que as pessoas e, no caso deste trabalho em específico, as mulheres, vejam, em suas próprias existências, a capacidade de seguir caminhos, crenças, similitudes e diferenças que julgarem melhor em seus processos de identificação.

No lugar que ocupo, da Comunicação e do Jornalismo, enquanto mulher, cabe promover uma ponte para esse diálogo e essas experiências. Assim, surgiu a ideia de construção de um livro, por meio do qual eu pudesse apresentar essas diferentes realidades, identidades e processos.

Sendo assim, este artigo busca refletir sobre os processos de envelhecimento da mulher, sobretudo sob a ancoragem de uma discussão de identidade/diferença. Em linhas gerais, pretendo aqui tensionar um olhar sobre a mulher idosa em nossa sociedade, bem como tudo o que ele significa: os processos próprios que ele engloba, a problemática do termo e a necessidade de se trabalhar para além disso.

A maior expectativa de vida da mulher, causadora da feminização da velhice, é um fenômeno que deve ser pensado na medida em que a realidade da mesma é de vulnerabilidade e fragilidade, por um ponto de vista das relações de poder, situação contrária ao ato de envelhecer ligado ao sexo masculino. O gênero e a idade são os que mais definem, basicamente, os papéis e posições ocupadas em nossa sociedade (PEDEREÑO, 2000).

Pensando dessa forma, a mulher que envelhece se encontra frente a uma realidade de estigmas e silenciamentos duplos: por ser mulher e por estar perdendo a jovialidade. Promover a escuta empática, buscando alguma forma de validação, faz com que essa relação de poder existente, uma das grandes causadoras das dificuldades nesse processo, sinta suas rupturas.

Para além de escrever sobre esses processos, só o exercício de se ouvir falando sobre tais vivências já é um ponto crucial nessa validação de identidades e diferenças. Assim, as

mulheres que participaram da construção deste trabalho, já começam a exercer esse objetivo no momento em que elas param, pensam e se olham para construir, com autonomia e livre de cerceamentos, suas próprias respostas.

Nesse sentido, este artigo se organiza em algumas partes, para além desta introdução. No item *Sobre os corpos que envelhecem*, pretendemos problematizar o envelhecimento da mulher, a partir da ótica de alguns autores que investigam a noção social de *corpo*. Em seguida, no item *Sobre as identidades e as diferenças*, buscaremos tensionar a noção de identidade como processo social sempre provisório, precário e resultante de um campo discursivo de forças e de relações de poder com as diferenças. Adiante, na seção *O processo de produção de Diálogos de Espelho*, procuramos detalhar o processo de desenvolvimento de tal livro, apresentando detalhes de sua concepção, produção e finalização. Por fim, na seção *Considerações Finais*, refletimos sobre a proposta do artigo frente ao produto desenvolvido.

## **2. Sobre os corpos que envelhecem**

Desde o nosso nascimento até quando nos despedimos dessa realidade, carregamos um corpo responsável pelo nosso nome e por toda a nossa bagagem de existência. Em um âmbito social, esse mesmo corpo é visto como um capital. De acordo com MAUSS (1974 apud GOLDENBERG, 2006, p. 116 e 117),

o conjunto de hábitos, costumes, crenças e tradições que caracterizam uma cultura também se refere ao corpo. Assim, há uma construção cultural do corpo, com uma valorização de certos atributos e comportamentos em detrimento de outros, fazendo com que haja um corpo típico para cada sociedade. Esse corpo, que pode variar de acordo com o contexto histórico e cultural, é adquirido pelos membros da sociedade por meio da "imitação prestigiosa". Os indivíduos imitam atos, comportamentos e corpos que obtiveram êxito e que viram a ser bem-sucedidos.

Pensando dessa forma, existem padrões de encaixe para que tal corpo seja bem acolhido socialmente e um desses fatores é a jovialidade, que carrega consigo grande parte das implicações necessárias para uma aceitação social. Uma pele sem rugas e um corpo resistente e ativo são exemplos do que nos são vendidos como desejáveis e permitidos a sair, se divertir, possuir energia para trabalhar e serem sexualmente ativos.

Além de um capital físico, o corpo é também um capital simbólico, um capital econômico e um capital social. No entanto, é preciso ressaltar que este corpo capital não é um corpo qualquer. É um corpo que deve ser magro, jovem, em boa forma, sexy. Um corpo conquistado por meio de um enorme investimento financeiro, muito trabalho e uma boa dose de sacrifício. (GOLDENBERG, 2011, p. 78)

Entendendo o corpo como um grande receptor de estigmas, preconceitos e julgamentos, o corpo no processo de envelhecimento sofre as represálias que os sinais do tempo carregam. É importante destacar que, quando se vai discutir sobre o preconceito sofrido pelo corpo, fica reservado ao feminino uma carga muito superior de julgamentos, expectativas e insatisfações.

O preconceito de idade enfrentado pelas mulheres ao envelhecer está composto pelo sexismo e pela dupla mensagem que considera velha a mulher com idade inferior à do homem. Essa dupla mensagem da velhice leva a aceitar a visão de que enquanto os homens de idade avançada são “durões, rudes e viris”, as mulheres estão “enrugadas”. Os cabelos brancos e a calvície que fazem os homens parecerem “distintos e muito atrativos”, mostram uma mulher em “decadência”. A cultura hispano-americana, particularmente, vê a sexualidade da mulher idosa como fonte de humor – “grotesca, inapropriada”. Tal preconceito surge, em parte, ao igualar erroneamente a sexualidade feminina a sua capacidade reprodutiva. Portanto, não é errado assinalar que essa discriminação para com a mulher idosa está intimamente ligada ao sexismo e é a extensão lógica da insistência de que as mulheres valem na medida em que são atrativas e úteis ao homem. A sobrevivência da mulher, tanto física quanto psicológica, tem sido vinculada à habilidade de corresponder ao homem e aos padrões sociais estabelecidos que reforçam constantemente o poder que emana do patriarcado. (SÁNCHEZ, 2002, p.12)

As implicações que envelhecer sendo mulher causam em sociedade vão além das implicações que são atribuídas aos homens. Devemos pensar que as mulheres estão envelhecendo mais. Somos a maioria entre as pessoas com idades mais avançadas, o que causa um processo chamado de feminização da velhice.

Dessa forma, todo o peso de ser mulher é agravado nessa fase de envelhecimento, na qual o corpo começa a apresentar os sinais do tempo, influenciando nos fatores que a nossa sociedade do consumo valoriza, como a jovialidade.

Ocupando o posto de segundo país onde mais se realizam cirurgias plásticas no mundo, ficando atrás apenas dos Estados Unidos, o Brasil encontra um solo fértil para essa

prática que cresce a cada ano. Segundo dados do ISAPS, Sociedade Internacional de Cirurgia Plástica e Estética, em 2017 houve um aumento de 5% no total de procedimentos cirúrgicos no Brasil.

Com a ideia de que o corpo no Brasil é um verdadeiro capital, é possível compreender porque as mulheres brasileiras, logo após as norte-americanas, são as maiores consumidoras de cirurgia plástica estética em todo o mundo. São preenchimentos faciais, botox, tintura para cabelo, entre outros inúmeros procedimentos para conquistarem o corpo capital. (GOLDENBERG, 2011, p.79)

É essencial pensar a aparência do corpo quando se discute envelhecimento, mas é também importante compreender que essa aparência é a parte visível de um problema que possui outras nuances. Para além das mudanças físicas externas, as mulheres que estão no processo de envelhecer vivem mudanças e processos internos, de aceitação, reconhecimento, questionamentos e aprendizados.

Assim, o envelhecimento masculino e o envelhecimento feminino são vistos de forma diferente pela sociedade, tendo em vista a divisão existente com base nos gêneros.

A divisão dos gêneros inscrita na ordem social das coisas, a divisão dos dias, do calendário de atividades rurais, de espaço, bem como a oposição entre a casa e a assembleia, todas as divisões objetivas se veem inscritas nos corpos, na forma de disposições e se tornam princípios subjetivos de visão, categorias cognitivas através das quais os indivíduos veem e constroem o mundo como realidade significativa, viva. Tendo se originado do mundo, tais esquemas de percepção estão de acordo com a ordem objetiva das coisas e nos inclinam a tomar o mundo como dado. Essa concordância espontânea entre as estruturas sociais e as estruturas cognitivas – quando ocorre – é a base da experiência tóxica da dominação masculina como inscrita na natureza das coisas, invisível, não questionada. (BOURDIEU, 1998, p.18)

Ao aceitar o corpo modificado pelos sinais do tempo e a nova realidade onde está inserida, a mulher idosa inicia um processo de aceitação e vivência de desafios totalmente diferentes dos que foram e ainda são esperados pela sociedade. É um processo de manutenção do desencaixe, antes vivido apenas pelo gênero e agora somado ao fator idade. Assim, essa dominação masculina ainda presente reflete diretamente em como a experiência do envelhecimento é para o gênero feminino.

Esse processo de aceitação e reconhecimento começa no corpo e vai muito além dele. Questões ligadas à família, emprego, sexualidade, lazer e outras são colocadas à prova e ainda mais questionadas quando, além de mulher, falamos de uma idosa. Na mídia, por exemplo, grandes atrizes são descartadas quando envelhecem. É como se a imagem da mulher envelhecida não fosse algo compatível com o que é vendido para a sociedade. “No momento em que as mulheres começam a tomar parte na elaboração do mundo, esse mundo é ainda um mundo que pertence aos homens.” (BEAUVOIR, 1980. p. 15).

Nesse ponto, é essencial destacar a importância da resistência feminina vinda da mulher que está envelhecendo, gesto que acontece sobretudo quando ela ocupa lugares que, por uma construção social, não a pertencem – ou mesmo quando seu corpo, mesmo não compondo um padrão aceitável, existe e resiste às mudanças naturais sem se ver na obrigação de retardar processos ou promover mudanças que não sejam por livre escolha.

Da mesma forma, espera-se que as mulheres envelheçam seguindo fórmulas, tendo filhos, cuidando da casa, muitas vezes exercendo jornada dupla, tudo isso aliado a um cuidado com a aparência, para que se mantenham sempre joviais, atendendo sempre a um padrão de comportamentos e expectativas.

A ideia patriarcal, totalmente ligada ao fato das mulheres precisarem ser belas e férteis, contrapõe à ideia de envelhecimento, marcada pela dificuldade e conseqüentemente a impossibilidade de se ter filhos. É como se a utilidade da mulher acabasse. Partindo dessa motivação, surge a necessidade de se retratar esses processos pelos quais as mulheres passam ao envelhecer. Ao notar os sinais da idade, as mulheres são lidas de outra forma pela sociedade. Essas formas, majoritariamente, carregam preconceitos, estereótipos e expectativas que excluem as mulheres que, de alguma forma, não contemplam os requisitos de jovialidade ou envelhecimento ativo que são esperados.

Um reflexo disso é o próprio conceito de mulher idosa. Mesmo com o Brasil estabelecendo esse termo para mulheres acima de 60 anos, muitas não consideram esse um termo válido para a idade. Isso foi notado no início do processo de construção do livro, momento este no qual as mulheres com mais de 60 anos abordadas para as entrevistas se mostravam pouco confortáveis com o termo, expressando sua insatisfação e recusa em aceitar a denominação idosa. Essa foi a motivação principal na reestruturação do livro, que passou a ser de relatos sobre o envelhecimento feminino de mulheres de 30 a 90 anos, mostrando dessa forma as várias nuances, visões e vivências presentes nesse processo.

### 3. Sobre as identidades e as diferenças

Quando as mulheres questionam os termos utilizados para determinar a idade que elas possuem, o questionamento principal se refere ao que esse termo representa em sociedade. Nesse caso, o termo *peessoa idosa* possui uma carga negativa, associada à invalidez, rugas, dependências e outros estereótipos que são reproduzidos no dia a dia.

Essa construção do que representa a idosa possui características da própria identidade, que é elaborada social e culturalmente. Silva (2000) afirma que

ao dizer algo sobre certas características identitárias de algum grupo cultural, achamos que estamos simplesmente descrevendo uma situação existente, um "fato" do mundo social. O que esquecemos é que aquilo que dizemos faz parte de uma rede mais ampla de atos linguísticos que, em seu conjunto, contribui para definir ou reforçar a identidade que supostamente apenas estamos descrevendo.

Quando se define uma identidade, se define também a diferença presente nessa identidade. Ser idosa significa também tudo que ser idosa não significa. Olhando para essa diferença, as respostas obtidas por essas mulheres que negam o termo nesse processo de envelhecer representam tudo o que ser idosa não é, significação esta na qual elas se reconhecem.

Assim, ao se falar ou se ler o termo idosa, a carga que existe é além do que ser idosa significa, mas perpassa também tudo o que ser idosa não significa. Se na construção do termo, limitações, dependências, rugas e invalidez estão inseridos nesse significado, alguém que não se identifica com essas características se entende na ideia que compreende a diferença desse termo, no caso, o não ser idosa.

O signo idosa deixa então de representar apenas a mulher de 60 anos ou mais e passa a existir num contexto onde não ser idosa representa e diz tanto quanto o ser idosa diz. Por isso, voltar a reflexão para o papel identitário construído acerca do envelhecimento é também pensar sobre tudo o que transforma as mulheres que estão envelhecendo em quem elas são hoje e em como é difícil se desvencilhar de tudo isso.

A mulher não se define nem por seus hormônios nem por misteriosos instintos e, sim, pela maneira que reassume, através de consequências

estranhas, o seu corpo e sua relação com o mundo; o abismo que separa o adolescente da adolescente foi cavado de maneira concertada desde os primeiros anos de infância; não há como impedir mais tarde que a mulher não seja o que foi feita e ela arrastará sempre esse passado atrás de si (Beauvoir, [1979] 2009, p. 494).

Entretanto, existem novos movimentos identitários que, de algum modo, sugerem novos pontos de identificação da mulher com os processos de envelhecimento:

Ocorre um forte apelo para que a mulher idosa de todas as classes sociais assuma essa nova imagem, de forma a se alinhar com os conceitos/preceitos positivos em relação ao envelhecimento. Trata-se da tentativa de criação de um consenso associando a velhice a apenas alguns aspectos que podem ser benéficos. Este alinhamento se revela, principalmente, pela adoção de um discurso que omite as dificuldades presentes nesta fase do ciclo vital (“estou na melhor idade”) e/ou pela incorporação de comportamentos ávidos pela manutenção da juventude, tão amplamente divulgados pela mídia e pela indústria de cosméticos e a de entretenimento. (BELO, 2013, p. 6)

Nesse contexto, é necessário pensar acerca das identidades aplicadas a cada grupo social, entendendo as relações de poder representadas. Se há uma não identificação, precisamos repensar formas de identidade que buscam fugir do binarismo do ser e do não ser.

Por isso, reformular a produção do livro (como será visto adiante) se fez necessário entendendo que essa pluralidade existente no processo de envelhecimento feminino precisa ser representada como uma forma de validação. O processo engloba diferentes idades e etapas, fazendo com que cada uma sinta o passar do tempo à sua maneira.

Assim, ressignificar o que é belo, útil, aceitável, através da visibilidade dessas mulheres e suas vivências, facilita o ideal de que todas e todos tenhamos acesso às várias formas de experimentar esse processo que é envelhecer. É com esse intuito que nasceu o projeto do livro *Diálogos de Espelho*, como será detalhado a seguir.

Objetivando mostrar as histórias dessas mulheres, as entrevistas foram colocadas frente a um ambiente empático, no sentido a validar todas as experiências retratadas, entendendo que existem questões identitárias esperadas para essas mulheres, mas não as tomando como uma verdade absoluta.

Dessa forma, produzir um livro que retrata essas vivências com respeito e diálogo se torna importante ao seguir a ideia de que, a partir das leituras dessas realidades, tenhamos o acesso necessário para conduzir uma validação dessas existências.

Só é possível entender as identidades e diferenças da mulher idosa se conhecermos o processo pela qual elas passam ao envelhecer, validando essas existências para que elas sejam um norte nesse entendimento de negação ou afirmação das expectativas e identidades.

#### **4. O processo de produção de Diálogos de Espelho**

##### **4.1 A ideia inicial**

A vontade de escrever um livro veio desde sempre, mesmo lá nas brincadeiras de criança nas quais eu preferia o lápis e o papel ao invés dos brinquedos. A vontade de escrever um livro sobre envelhecimento veio do contato que tive com minha avó materna e de todo o conhecimento que adquiri participando do projeto “A Voz do Idoso” durante a graduação.

Esse projeto, desenvolvido no Departamento de Economia Doméstica na UFRV e sendo coordenado pela professora Simone Mafra, promoveu ações no âmbito da pesquisa e da extensão, durante quase 3 anos, com a população idosa de Viçosa - MG.

Semanalmente eram feitos encontros no PMTI e no Clube da Vovó, visando mesclar ações de pesquisa e extensão, de forma a promover uma troca com essa população. Dessa forma, aplicaram-se questionários, grupos focais e entrevistas à mesma medida em que eram levadas palestras com temas pertinentes ao envelhecimento, como saúde, cuidados em casa e vida financeira, bem como atividades recreativas, como filmes, música, eventos e artesanato.

O projeto também promoveu eventos acadêmicos com o objetivo de discutir o envelhecimento. A preocupação que permeou tudo que foi produzido e pensado era a de incluir essa população com uma voz ativa. A ideia do projeto surgiu, justamente, dessa percepção de que quem deve falar sobre envelhecimento é quem está envelhecendo.

Voltando à produção do livro, na proposta inicial, ele seria sobre mulheres idosas de Minas Gerais e os espaços que elas ocupam em nossa sociedade. Eu entrevistaria essas mulheres e escreveria sobre essas histórias. Dessa forma, seguindo a definição de pessoa idosa adotada no Brasil, eu deveria procurar mulheres de 60 anos ou mais para se encaixar nesse

perfil. Ao pesquisar e conversar com possíveis fontes, alguns questionamentos se repetiram e me causaram incômodo: “por que idosa? Eu não me acho idosa. Podemos falar ‘mulher mais velha’?”

Essas mulheres não se liam como pessoas idosas, mesmo com a idade numérica dos 60 anos, estabelecendo essa leitura. Esse incômodo que surgiu se transformou em dias pensando sobre como eu iria abordar essas mulheres e seguir com o tema, tendo uma metodologia a cumprir. Encarei como um problema que inviabilizaria a construção do livro. Até que, em uma das reuniões de orientação, verbalizar essa insegurança me mostrou que o caminho a seguir seria entender que essa era a realidade e que ela precisava ser mostrada, mesmo que uma reorganização das ideias fosse necessária. Se essas mulheres se enxergam de formas diferentes do esperado, por que não falar desses processos? Assim, um livro que seria sobre mulheres idosas virou um livro sobre mulheres e o processo de envelhecer, de modo que, nesse artigo, buscamos justamente tensionar noções de envelhecimento e identidade.

#### **4.2 A reformulação da ideia**

Depois dessa definição, tudo começou a fluir. Procurei por mulheres a partir dos 30 anos de idade, entendendo que, a partir dos 30, nós, mulheres, já começamos a ser lidas nesse processo de envelhecimento, a partir de mudanças físicas, comportamentais e de expectativas geradas, como constituir família, engravidar, ser bem sucedida, manter a jovialidade com procedimentos estéticos, entre outras.

Segundo Netto (2002), o declínio do nosso sistema orgânico começa a partir dos 30 anos de idade, outra razão para a qual essa idade foi escolhida como um ponto inicial das entrevistas.

Nas produções cinematográficas, nas campanhas de TV, nos livros e conversas do dia a dia, a mulher a partir dos 30 anos já é vista com estigmas relativos à idade. Essa década marca também o momento em que as mulheres começam a sentir as pressões sobre engravidar, com a queda da fertilidade, que surge nesse processo de envelhecer.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS),

A menopausa é a fase da vida da mulher que cessa a capacidade reprodutiva. Os ovários deixam de funcionar e a produção de esteroides e peptídeo hormonal diminui e conseqüentemente se produzem no organismo diversas

mudanças fisiológicas, algumas resultantes da função ovariana e de fenômenos menopáusicos a ela relacionados e outros devido ao processo de envelhecimento.

Vivendo numa sociedade patriarcal, na qual a fertilidade é um fator que mede a utilidade feminina, esse marco temporal faz parte de uma ruptura forte no processo de envelhecimento feminino, de uma maneira geral.

Assim, o envelhecimento feminino é marcado muito antes das mulheres completarem os seus 60 anos, fazendo com que todo o processo faça parte dessa construção, entendimento, sentimentos e expectativas.

### **4.3 As entrevistas**

De início, optei por indicações do meu próprio círculo social e entrei em contato com essas mulheres, a partir dos 30 anos, através das redes sociais, telefone ou e-mail que as mesmas possuíam. Notando uma certa dificuldade de agenda, disponibilidade e interesse, aderi a outras plataformas de busca, como grupos só de mulheres no *Facebook*, entendendo que ali haveria uma possibilidade maior de encontro. Assim, as entrevistas foram realizadas entre os dias 14 de abril e 13 de junho de 2019, possibilitadas a partir de diversos recursos e situações, como será detalhado a seguir.

Primeiro entrevistei Lindalva, que é mãe de um ex-colega de trabalho. Nessa entrevista, a ideia ainda era retratar apenas as mulheres acima de 60 anos, e ela estava justamente na casa dos 60. Ela se dispôs a conversar comigo, mas de forma tímida, preferiu que falássemos apenas por áudio do WhatsApp. Nossa conversa durou um domingo à tarde e tratou de temas sensíveis, com leveza.

A próxima entrevista foi com Avelina, na casa dos 80 anos. Ela mora em Conselheiro Lafaiete e é avó de uma conhecida minha. Ao saber da minha procura por mulheres idosas, ela foi indicada pelo seu perfil que destoa um pouco do que vemos como a mulher idosa que descansa, fica em casa e cuida dos netos.

A entrevista também foi *online* e contou com vários momentos de conversa para além da entrevista oficial, fazendo com que a aproximação e a confiança fossem maiores, auxiliando no processo de escrita.

Depois dessa, as fontes já se encaixavam na ideia de envelhecimento mais ampla, limitando apenas a idade por década. Aí foi a vez de entrevistar Marta, na casa dos 50 anos, mãe de um amigo muito querido. Essa entrevista, também *online* pela distância de Viçosa à Nova Friburgo, foi feita no dia em que o Brasil ia às ruas pela educação (dia 15 de maio de 2019). Marta, como professora, estava sensibilizada na conversa e eu sinto que isso guiou suas falas.

A próxima foi com Brenda, vereadora de Viçosa, já conhecida na cidade e que veio à minha mente por se encaixar na idade dos 40 anos. Essa foi a única entrevista presencial, depois de uma sessão da Câmara sobre doulas.

Na casa dos 30 anos, encontrei Carolina. Fiz uma postagem em um grupo feminista em que participo no Facebook, explicando a ideia do trabalho e buscando uma fonte. Várias mulheres demonstraram interesse, mas nem todas retornaram as mensagens. Carolina retornou e conversamos *online* num dia a noite, pós trabalho.

A fonte mais difícil foi a última, de 70 anos. Todas as mulheres as quais eu encontrei não se disponibilizavam a conversar e cheguei a cogitar não escrever sobre essa idade. Até que uma conhecida minha, sabendo dessa procura incessante, falou que sua avó conversaria comigo.

A entrevista se dividiu em duas etapas até que ela se sentisse confortável. Primeiro, falamos um pouco pelo *WhatsApp* e depois eu liguei para a mesma.

As conversas duraram cerca de uma hora cada e seguiram um roteiro pré entrevista que objetivou dar um norte, mas não delimitar perguntas específicas. De início, pedi para se apresentarem, com nome, idade, lugar onde nasceram e falar um pouco sobre a família. A partir daí as perguntas se voltaram a tentar reconstituir os caminhos que essas mulheres percorreram, falando sobre suas escolhas e os espaços que ocuparam. Depois de conhecê-las, introduzi o assunto envelhecimento, perguntando a forma como elas sentiam e lidavam com isso.

Todas as conversas foram leves, mesmo as que perpassavam por assuntos delicados, como relacionamentos abusivos, violência, preconceito, machismo, doença e outros. O processo de escrita dos relatos se deu logo após cada entrevista, entendendo que a imersão na conversa causava um sentimento capaz de retratar essas narrativas de uma forma mais sensível, dialogando diretamente com a minha proposta.

É importante destacar que o método utilizado nas entrevistas *online* variou entre mensagens de texto, áudios, ligações e chamadas de vídeo. Essa escolha partiu de cada entrevistada e foi uma forma de adaptar horários, disponibilidade, timidez e outros fatores que as mesmas julgaram pertinentes. A minha preocupação inicial era que, dessa forma, a aproximação fosse prejudicada, o que não ocorreu. Essa liberdade causou o efeito contrário e eu consegui sentir que, deixando as entrevistadas bem à vontade e orientando as entrevistas por um tom de conversa, a afetação causada e a confiança gerada fizeram com que o conteúdo fosse ainda mais sincero e forte, promovendo trocas entre nós.

Outro ponto importante a se destacar é que, dentre essas mulheres, existem mulheres negras, trans e com deficiência. Ao entrevistar, não toquei nesses assuntos, entendendo que a representatividade é extremamente importante, mas a busca pela fala em outras pautas também. Assim, elas poderiam falar sobre essas pautas se quisessem, mas não foi meu objetivo retratá-las somente com essa vivência, não limitando as falas apenas quando se diziam respeito a esses recortes.

#### **4.4 A escrita**

A escrita dessas narrativas buscou entender a sensibilidade que cada história, por ser única, carrega. O processo de envelhecer, de passar dos anos, é o mesmo, mas cada mulher que o está vivendo, imprime a ele sua forma.

Na reformulação da ideia, a partir da qual eu me vi frente a questionamentos acerca do termo e das identidades, veio o entendimento de que, junto com essa nova forma de pensar o livro, eu deveria repensar também a abordagem. O objetivo foi criar um ambiente onde elas se sentissem confiantes em se abrir, sendo sinceras frente ao processo, sem a necessidade de querer representar algo pré sugerido por mim, seja de pontos positivos seja de aspectos negativos sobre o envelhecer.

Assim, ao ouvir a primeira entrevista e colocá-la no papel, percebi que eu dialogava e me entendia em muitas falas. Resolvi, então, tecer os comentários durante essa escrita, para que eles não ficassem só no meu pensamento e pudessem contemplar outras visões, fosse na concordância ou não.

Cada história ganhou também uma poesia única, escrita por mim e pensada de acordo com o que eu senti de cada relato. Essas poesias foram escritas de forma livre, não seguindo

um modelo ou padrão único, entendendo que os nossos processos retratados também não são assim.

Outro ponto importante a se destacar é sobre o texto que antecede o prefácio do livro. Pensando na minha avó, escrevi de forma a inseri-la nessas histórias e nessa construção, entendendo a importância e a falta que criam a minha imagem dela.

#### **4.5 O livro**

O nome do livro veio da ideia de diálogo presente na escrita das entrevistas, em que eu me permiti inserir nas narrativas através de comentários, utilizando de um recurso narrativo que convida o leitor a se aproximar do que está sendo contado, tecendo seus próprios comentários e criando essa ideia de diálogo. Assim, busquei promover um ambiente empático e respeitoso, no qual o leitor pode se inserir com o cuidado e sensibilidade que cada narrativa pede.

A ideia de espelho veio das histórias que foram contadas. Cada mulher, ali, falou um pouco sobre si mesma, sua história, sentimentos, sonhos, angústias e pensamentos, como se estivessem diante de um espelho analisando tudo que fez com que elas se tornassem o reflexo de hoje.

A escolha por um livro artesanal partiu da vontade de ter algo produzido manualmente, de forma intimista, que não carregasse a ideia da produção de um livro comercial, ao qual estamos acostumados a ver. A capa feita de tecido busca criar um aconchego maior em quem lê o livro, estimulando-o a entendê-lo como uma produção que difere de outras narrativas e convida o leitor a se sentir como parte do processo, remetendo a ideia de caderno – plataforma feita para anotar ideias e tecer comentários.

O tecido escolhido foi o algodão cru, sem estampas, casando com a ideia de minimalismo e de não definição. Não delimitar uma estampa, nesse caso, significou não estabelecer previamente uma ideia de envelhecimento que pudesse cair nessas definições de identidade.

A ilustração apresentada na contra-capla é um desenho do meu irmão, pessoa que acompanhou todo o meu processo de vida e compreendeu a ideia que eu queira passar com o

livro. Feita com traço único e acompanhando a grafia do título, o traço retratado forma uma mulher.

Ao optar por uma diagramação simples eu apostei na ideia de minimalismo. Além de ser um gosto pessoal, essa escolha fez com que os relatos e a escrita fossem as partes mais fortes do livro, partes estas para as quais eu tento direcionar o leitor para que, nelas, instaure-se toda a atenção. A fonte utilizada para o corpo do texto foi a Cambria, por ser uma fonte legível no impresso e recomendada para leitura. Nos títulos de cada narrativa foi utilizada a fonte xxxxx, do estilo caligrafia, para acompanhar a ideia de uma escrita artesanal. O papel utilizado foi o pólen bold 90g.

A diagramação foi pensada em conjunto com Andressa de Abreu, que a executou. Andressa foi quem ficou responsável também pela encadernação e montagem do livro, produzido artesanalmente. Ela já trabalha com artesanato em Viçosa e foi peça fundamental na construção do livro.

No fim, a junção da escrita, da montagem e do *design* do livro remeteram aos aspectos que eu busquei em toda a construção, fazendo que tudo fosse entendido como uma unidade, porém feita com seus próprios padrões e diferenças.

## **5. Considerações finais**

Este artigo teve como objetivo refletir sobre o processo de produção do livro *Diálogos de Espelho*, obra elaborada como Trabalho de Conclusão do curso de Comunicação Social/Jornalismo da UFV. O livro teve como inspiração reflexões acerca de envelhecimento, identidade e diferença.

O livro foi realizado no primeiro semestre de 2019, a partir de entrevistas com seis mulheres entre 30 e 90 anos, referentes ao modo como elas encaram suas próprias histórias e as narrativas de vida de suas existências.

A produção do livro foi muito importante no sentido de permitir a construção de um espaço de interação com a realidade, de forma a abordar o envelhecimento feminino como algo natural, mas também cheio de desafios, relações de poder, violências e processos mais diversos possíveis, experimentados por mulheres a partir dos 30 anos.

Sendo assim, cabe destacar que outros trabalhos, tanto aplicados quanto científicos, são fundamentais no sentido de compreender que os processos identitários do que se chamam

de *mulher idosa* ou *envelhecimento feminino* são atravessados por inúmeras relações de poder que acabam diminuindo possibilidades de existência para mulheres.

Cabe dizer que este livro busca estimular trabalhos desta natureza, de forma que seja possível compreender que os processos de envelhecimento, muito antes do que marcas identitárias, fazem parte da existência de sujeitos que, numa contemporaneidade cheia de desafios, de processos sombrios e de violência, querem dignamente existir e ocupar espaços.

Construir este artigo, juntamente com o livro, fez parte de uma experiência intensa, marcada pelos mais variados sentimentos. Passei pelo reconhecimento, pelas descobertas, pelo entendimento, pelo respeito, pela escuta e pelo diálogo. Conectar-me com essas histórias através das trocas realizadas foi fundamental nos meus processos. A experiência foi satisfatória e sensível, sendo o motor inicial para a construção de outros livros que continuem essas histórias, dialoguem com outras mulheres e contribuam para discussões sobre envelhecimento feminino.

## 6. Referências

BEAUVOIR, Simone de. “A Velhice”. Tradução de Maria Helena Franco Monteiro. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

BEAUVOIR, Simone de. “Na Força da Idade”. Tradução Sérgio Milliet. São Paulo: Difusão Européia do Livro, 1961.

BEAUVOIR, Simone de. “O Segundo Sexo”. Tradução Sérgio Milliet. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

BELO, Isolda. “Velhice e Mulher: vulnerabilidade e conquistas.” Revista Feminismos v. 1 n.3 Setembro/Dezembro 2013. Disponível em: <http://www.feminismos.neim.ufba.br/index.php/revista/article/viewFile/84/82>. Acesso em: 22/05/2019.

BOURDIEU, Pierre. “Conferência do Prêmio Goffman: a Dominação Masculina Revisitada”. In Lins, Daniel (org.). “A Dominação Masculina Revisitada”. Campinas/SP: Papyrus, 1998.

CAMARANO, Ana Amélia e PASINATO, Maria Tereza. “Envelhecimento, condições de vida e política previdenciária: como ficam as mulheres?” Texto para Discussão nº 883. Rio de Janeiro, Ipea, 2002.

CARVALHO, Rosana Ribeiro; FERNANDES, Maria e OLIVEIRA, Michelly Cristina Rodrigues. “O papel do idoso na sociedade capitalista contemporânea: uma tentativa de análise.” 2001 Disponível em: [http://www.joinpp.ufma.br/jornadas/joinpp2011/CdVjornada/JORNADA\\_EIXO\\_2011/TRANSFORMACOES\\_NO\\_MUNDO\\_DO\\_TRABALHO/O\\_PAPEL\\_DO\\_IDOSO\\_NA\\_SOCIEDADE\\_CAPITALISTA\\_CONTEMPORANEA.pdf](http://www.joinpp.ufma.br/jornadas/joinpp2011/CdVjornada/JORNADA_EIXO_2011/TRANSFORMACOES_NO_MUNDO_DO_TRABALHO/O_PAPEL_DO_IDOSO_NA_SOCIEDADE_CAPITALISTA_CONTEMPORANEA.pdf). Acesso em 01/06/2019.

DEBERT, Guita. “A Reinvenção da velhice”. São Paulo: Edusp, 1999.

GOLDENBERG, Mirian. “O corpo como capital: para compreender a cultura brasileira.” Revista Eletrônica da Escola de Educação Física e Desportos - UFRJ. v. 2 n. 2 Julho/Dezembro 2006. Disponível em: <https://revistas.ufrj.br/index.php/am/article/download/9083/7213>. Acesso em 30/05/2019.

GOLDENBERG, M. (org). “Corpo, envelhecimento e felicidade.” Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2011.

NETTO, Mateus Papaléo. “Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada.” São Paulo: Atheneu, 2002.

SALGADO, Carmen Delia Sánchez. “Mulher idosa: a feminização da velhice. Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento”, v. 4, p. 7 a 19, 2002. Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/4716/2642>. Acesso em: 13/06/2019.

SILVA, Tomaz Tadeu da. "Identidade e diferença: a perspectiva dos estudos culturais". Rio de Janeiro: Editora Vozes, 2000.

**ANEXO A - Entrevistas**

<b>Fonte:</b>	<b>Dia da entrevista:</b>	<b>Tipo de entrevista:</b>
Lindalva Maria Borges	14/04/2019	Online, por áudios de Whatsapp
Avelina Queluz	02/05/2019	Online, por áudios de Whatsapp e ligação de telefone
Marta da Conceição Oliveira	15/05/2019	Online, por áudios de Whatsapp
Brenda Santunioni	23/05/2019	Presencialmente, na Câmara de Viçosa
Carolina Biagi Pereira	05/06/2019	Online, por áudios de Whatsapp e chamada de vídeo
Maria Geralda de Araújo	13/06/2019	Online, por áudios de Whatsapp e ligação de telefone