



## Sobre as terminologias do envelhecer

### About the terminologies of aging



**Hércules Lázaro Morais Campos<sup>1</sup>**

[herculeslmc@hotmail.com](mailto:herculeslmc@hotmail.com)

O professor Hércules Lázaro Morais Campos é Fisioterapeuta e atualmente é professor do Instituto de Saúde e Biotecnologia (ISB UFAM/Coari) e Membro do grupo de pesquisa da Fiocruz (RJ), tendo aperfeiçoamento, especialidade e mestrado em Fisioterapia Geriátrica.

É membro da Associação Brasileira de Fisioterapia Gerontológica (ABRAFIGE). Membro da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG) e representante desta no Amazonas. É coordenador da Liga de Estudos e Intervenção em Fisioterapia Geriátrica e Gerontológica (LEIFIGG). Membro fundador do grupo de pesquisa Laboratório de Estudos e Pesquisa e Intervenções em Saúde Coletiva (LEPISC), com registro no CNPq, atuante na linha de pesquisa 'Epidemiologia do Envelhecimento, Funcionalidade e Qualidade de Vida em Idosos e Idosas'.

Também faz parte do Grupo de Pesquisa REMOBILIZE, que estuda mobilidade de idosos brasileiros na Pandemia pela COVID19.

#### Resumo:

Envelhecer é um desafio no Brasil, popularmente vê-se termos equivocados quando se referem ao processo de envelhecer, muito ligado ao preconceito que gira em torno desse privilégio da vida que é ficar velho ou velha. Discutimos brevemente sobre o bom uso de termos que envolvem a velhice.

**Palavras-chave:** Envelhecimento. Gerontologia. Velhices.

#### Abstract:

Growing old is a challenge in Brazil, popularly mistaken terms are seen when referring to the aging process, very linked to the prejudice that revolves around this privilege of life that is getting old or old. We discussed briefly about the good use of terms that involve old age.

**Keywords:** Aging. Gerontology. Old age.

**P**ara a Organização Mundial da Saúde, quando a população de um país atinge 13% de idosas e idosos, ela pode ser considerada uma população de velhas e velhos. O Brasil já está envelhecido e ficará, com o avançar dos anos, cada vez mais velho.

Temos, há quase três anos, desbravado as formas e as maneiras de envelhecer no interior do Amazonas, mais especificamente na cidade de Coari e, para além dela, sempre com o olhar para o velho e velha que vivem esse lindo processo da vida nas barrancas do Amazonas.

<sup>1</sup> Universidade Federal do Amazonas, Instituto de Saúde e Biotecnologia (ISB/UFAM) – Amazonas/Brasil.

**Citação ABNT:** CAMPOS, H.L.M. Sobre as terminologias do envelhecer. *Rev. Ens. Sa. Biotec. Amaz.*, v. 2, n.2, p. 01-02, 2020.

Nessa empreitada gerontológica, sempre percebo ser necessário esclarecer terminologias, muitas delas equivocadas sobre o processo do envelhecimento. Começamos com os termos “velho” e “velha”, extremamente, usados no mundo todo, mas que, no Brasil, ganham conotação ruim, negativa, visto que, culturalmente, temos a tendência de descartar tudo que “é velho”, não é? Mas é preciso esclarecer, de vez, que o termo velho/velha traz consigo uma carga forte de histórias positivas e negativas de uma pessoa que conseguiu chegar ao privilégio da velhice com “todas as dores e alegrias de ser o que se é”, parafraseando Caetano Veloso.

Envelhecer, num país em desenvolvimento e com precárias ações de saúde pública para os idosos e idosas, é um desafio gigantesco e, de fato, uma conquista à base de muita luta e resiliência.

Vamos, então, aos termos que me causam até certa repulsa, mas amplamente usados: “melhor idade”, “terceira idade”, “jovens de ontem” ... esses são os que mais me incomodam, quando nos referimos às idosas e aos idosos.

Sempre que sou questionado, ou ouço essas palavras, tento cumprir meu papel de profissional da gerontologia e saio esclarecendo: primeiro, para muitos, envelhecer pode não ser a melhor fase, principalmente, se levarmos em conta os processos de senescência e senilidade que atingem o envelhecimento; segundo, de onde saiu essa “terceira idade”? Sempre me pergunto, quando escuto isso, qual seria a idade “zero”, “segunda”, “quarta” e por aí vai...

Assumamos, com nossos idosos e

idosas, o que, de fato, traz todo o processo da velhice. Por fim, idosos não voltam a ser crianças, não devemos falar com eles como crianças e no diminutivo, não são jovens e nem são adultos; acima dos 60 anos, nos países em desenvolvimento, são considerados idosos, velhos, anciões, sem medo e sem preconceitos de usar bem todos esses termos.

Por fim, gerontologia é a área da ciência que estuda o envelhecimento em todas as suas nuances e seus processos, envolvendo qualquer profissional de qualquer área, da Matemática à Medicina, que tenham interesse pelo fato. Senescência é o processo fisiológico e natural do envelhecimento. É preciso assumir que ficar velho(a) trará algumas perdas e senilidade é quando o processo de envelhecimento é atingido por alguma patologia que tem impacto, direto ou não, na forma de envelhecer.

As transformações também acontecem pelo bom uso dos termos, das palavras e pela propagação do conhecimento. O eufemismo hipócrita e reducionista explicita o preconceito existente em nossa sociedade. Não devemos ter receio de usar as expressões corretas com os idosos e idosas que cruzam nossos caminhos, as nossas falas, os nossos textos científicos, as nossas aulas e palestras. A palavra adequada e ética valoriza o lugar de fala e dá respeito a nossa população de velhos e velhas ainda marginalizada por esse Brasil afora.

Hércules Lázaro Morais Campos