

ENVELHECER É MODERNO

Em vez de recuar diante dos preconceitos, a geração prateada cria as próprias oportunidades na capital. Conheça as histórias de quem voltou à universidade, virou podcaster de sucesso e decidiu ditar o ritmo do próprio futuro

» LETÍCIA MOUHAMAD
» MANUELA SÁ*

Às 11h de uma quarta-feira, Maurício Ferreira esperava para se encontrar com a reportagem em frente à Livraria do Chico, no prédio principal da Universidade de Brasília (UnB). Com um fichário e um livro, escrito por ele próprio, em mãos, dispensou ser chamado de senhor e avisou que a próxima aula seria apenas às 14h. Durante a conversa, ao menos cinco pessoas o reconheceram e o cumprimentaram. Aos 67 anos, Maurício é um fenômeno. Com 13 mil seguidores no Instagram, ele movimentou o perfil @IdosonaUnB, onde conta com irreverência os causos e desafios de um estudante 60+.

“Só faltei uma vez quando precisei viajar a trabalho, mas detesto perder aulas”, comenta. Aluno do terceiro semestre de ciências econômicas, o morador de Sobradinho diz sentir-se em casa na universidade. “Nunca percebi qualquer situação que remetesse a preconceito por idade. Ao contrário, sou muito querido. Sinto que, se eu levantar a mão, os ‘meninos’ vêm me ajudar. Eu aprendo com eles e eles, comigo. É uma troca de experiências”, afirma. E a cumplicidade não se restringe à sala de aula. “Outro dia, joguei ping-pong com eles (demais alunos) no centro acadêmico e dei uma ‘surra’ no pessoal”, conta, orgulhoso.

O profissional da área de tecnologia, aposentado há dois anos do Ministério da Saúde, é um dos 594 estudantes idosos da UnB ingressos no Vestibular 60+. “Como não consigo ficar parado, escutei o conselho do meu filho e fiz a prova. Depois que terminar esse curso, quero fazer dupla diplomação com psicologia”, revela. Foram os três filhos, inclusive, que o incentivaram a criar o perfil na rede social.

“Muitas pessoas da minha idade mandam mensagens falando que ficaram animadas para voltar a estudar após assistir a meus vídeos. Curiosas, perguntam como o processo funciona. Os jovens também gostam, mostram aos pais. Isso me enche de satisfação e me motiva a continuar gravando. Agora, estou no TikTok também”, avisa. Fora da universidade e das redes, no entanto, as pessoas nem sempre são tão amistosas.

Esta é a quarta reportagem da série *Envelhecer é moderno*, que traça um diagnóstico sobre o que significa ter mais de 60 anos no Distrito Federal em 2026. Nesta edição, o **Correio** aborda o etarismo, preconceito que tenta rotular a terceira idade, mas que esbarra na energia de quem decidiu ignorar os estereótipos de incapacidade, infantilização e perda de produtividade. Maurício e Sylvia Yano são exemplos.

Arquivo pessoal



Sylvia Yano tem 67 anos e é uma das vozes do podcast *Viajantes Bem-Vividas*

Protagonismo sem data de validade

Viajante bem-vivida

Foi na farra dentro do Fusca da mãe, a caminho de diferentes cidades no Brasil, que Sylvia Yano descobriu o gosto pelas viagens. Mais velha de cinco irmãos, ela adorava passar o tempo ao lado da família. “Era emocionante conhecer novos destinos com quem amamos”, comenta. No decorrer de cada ano, ela esperava ansiosamente as férias, quando teria a oportunidade de ver de perto São Paulo (SP) ou Teresina (PI). “O ‘bichinho’ de viajar foi instaurado em mim ali”, conta.

Sylvia visitou todas as capitais do Brasil — “menos Palmas” — e conhece 56 países. Aos 67 anos, aposentada, ela e a amiga Lilian Azevedo são as vozes no podcast *Viajantes Bem-Vividas*, no qual dão dicas de viagens e procuram incentivar as pessoas, independentemente da idade, a se aventurar no mundo. Com 103 episódios, o programa também desmistifica os mitos em torno de viajar sozinha depois dos 60.

O projeto nasceu há cinco anos, durante a pandemia. As duas, que tinham os próprios blogs, decidiram unir forças para alimentar a imaginação do público em um período de isolamento. Sylvia, além de viajar acompanhada, passou a conhecer lugares mais distantes somente depois dos 40. “Uma das principais dificuldades advindas da idade é a vulnerabilidade a golpes e furtos. Criminosos costumam enxergar o público 60+ como alvo mais fácil. O essencial é ter malícia e atenção redobrada para não se deixar enganar”, alerta.

Suas aventuras, com frequência, despertam o receio de amigas, que perguntam como superar o medo, e o julgamento de terceiros, que rotulam suas experiências como loucura. Para Sylvia, o essencial é se planejar. Ela defende que o preparo minucioso, muitas vezes negligenciado pelos jovens, é indispensável para a segurança. “Medo tem que ser um estímulo para não se deixar congelar. Cada vez que você viaja sozinha, você se empodera”, destaca.

Para acompanhar o ritmo de caminhadas nas viagens, a podcaster diz fazer musculação toda semana. Com a idade, ela reconhece que seus limites físicos mudaram, mas a prática de exercícios físicos a permite seguir na ativa. Com relação à aparência, Sylvia não se preocupa. “Deixei de ser uma gatinha para virar uma ‘gatosa’”, brinca. O importante, segundo a viajante bem-vivida, é não deixar as ideias do que corresponde a cada idade ditarem seu comportamento. “Limitante é a forma de ver a vida, tanto para jovens quanto para idosos”, destaca.

Competição desleal

De acordo com Otávio de Toledo Nóbrega, professor da UnB e conselheiro titular dos direitos do idoso do DF, estudos mostram que o contato frequente entre diferentes gerações estimula a memória, a linguagem e a atenção, além de reduzir a solidão e o sentimento de inutilidade. “Esse convívio ajuda a desconstruir o etarismo e favorece relações mais empáticas. Idosos com uma rede familiar ativa e próxima de filhos e netos tendem a preservar a memória e a funcionalidade por mais tempo”, defende.

O pesquisador da área do envelhecimento e longevidade também destaca que o DF tem idosos mais escolarizados e de renda mais alta, mas que sofrem com a exclusão laboral. “Há um paradoxo: profissionais qualificados e estáveis são vistos como ultrapassados. Isso ocorre porque o Brasil é um país maduro que ainda lida com angústias adolescentes, valorizando apenas a juventude. As empresas operam focadas na jovialidade, desperdiçando um capital humano experiente e valioso”, explica Otávio.

“Brinco que tenho o dom de fazer os jovens dormirem. Basta eu subir no ônibus para todos pegarem no sono. Alguns até babam”, conta o estudante 60+ da UnB Maurício Ferreira. A atitude, porém, não o chateia. “Não ligo. Eu mesmo já dei lugar para pessoas mais novas sentarem, até porque, muitas vezes, me vejo com mais energia do que elas. Mas, claro, não é assim com todos os idosos. Então, é preciso ter bom senso”, recomenda.

Se no transporte público a reação dissimulada dos passageiros não o incomoda tanto, no mercado de trabalho o preconceito assume contornos financeiros. Maurício recorda que o “peso” da idade começou a se fazer sentir logo após os 50 anos, momento em que as entrevistas de emprego passaram a dar lugar a justificativas corporativas veladas.

Na dinâmica do setor privado, ele percebeu que a bagagem acumulada em décadas de atuação na área de tecnologia encontrava uma barreira no comodismo das empresas, que tendem a priorizar profissionais mais jovens por questões de custo salarial. “A desculpa era sempre de que preferiam alguém começando para poder expandir e viajar. Eu dizia que também podia viajar, não teria impedimentos. Ficou um sentimento de marginalização”, relembra.

Diante de uma competição desleal, a saída encontrada pelo estudante de ciências econômicas não foi o recuo, mas o empreendedorismo. Ao criar o próprio negócio, que presta serviços tecnológicos para empresas privadas, Maurício passou a ditar o ritmo da própria carreira. Quanto aos estudos, ele projeta: “Quero continuar estudando na UnB para, daqui a alguns anos, dividir os corredores com o meu neto, que hoje tem 15 anos, assim que ele passar no vestibular”.

*Estagiária sob a supervisão de Patrick Selvatti

NA PRÓXIMA REPORTAGEM: VAMOS CONTAR COMO A TERCEIRA IDADE SE DIVERTE NO DF.



Maurício Ferreira, 67, é estudante da UnB e influenciador digital