

## Livre pensar

### **SOBRE O DELÍRIO DE ROMANTIZAR O ENVELHECIMENTO**

#### **About the delusion of romantizing aging**

Dr. Guanís de Barros Vilela Junior<sup>1,2,3</sup>

1- Universidade Metodista de Piracicaba – UNIMEP

2- Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida – CPAQV

3- Faculdades Integradas Metropolitanas de Campinas - Metrocamp

#### **Resumo**

Envelhecer é ao mesmo tempo, conhecer o paraíso e o inferno. No paraíso nos lambuzamos nas bênçãos da vitória de termos chegado aos 60, 80, 100 anos, afinal, tantos ficaram para trás. No inferno, vivemos as pungentes dores físicas em qualquer parte da carcaça que enrugada, teimamos em passar cremes faciais testados com perversidade em cães da raça beagle, sob o argumento de que estes são mais dóceis. E essa é a dor que mais dói, do desrespeito à vida, do achincalhamento que a mídia faz com sua estética feia de homens tipo barbies-dependentes e de mulheres ficcionais, caricatas, botoxizadas, siliconizadas. Provas cabais de que essa geração que se anuncia terá uma enorme ressaca, pois não suportarão o bafo quente e mal-cheiroso do envelhecimento. Esses não terão tempo e cabeça para vinte anos de análise lacaniana para tentar algum nível de centralidade em suas precárias existências. Idosos, pelo simples fato de viverem mais tempo consumindo, são poluidores por excelência e deixam uma enorme pegada de carbono na atmosfera do planeta, isso é um desafio para os mais jovens, despoluir o planeta. A genial e mercadológica saída para esse cenário, é a óbvia romantização da velhice. Um engodo para desviar o foco do ônus de envelhecer, para o indivíduo e para o planeta. Idosos não precisam ser alvos mercadológicos, precisam apenas de respeito, por suas vidas, com acertos e erros. É sobre isso que tentarei expor minha percepção, afinal, vivo esse processo de envelhecimento, e agora me anunciaram que daqui há seis anos, de repente, numa manhã de abril, acordarei idoso.

**Palavras-chave:** envelhecimento, plenitude, solicitude.

#### **Abstract**

Getting old is at the same time, knowing paradise and hell. In paradise, we smeared ourselves with the blessings of the victory of reaching 60, 80, 100 years, after all, so many were left behind. In hell, we live the stinging physical pains in any part of the carcass that wrinkles, we insist on applying face creams perversely tested on beagle dogs, on the grounds that these are more docile. And this is the pain that hurts the most, the disrespect for life, the ridicule that the media makes with its ugly aesthetic of dependent Barbie-type men and fictional,

caricatured, botoxized, siliconized women. Full proof that this emerging generation will have a huge hangover, as they will not be able to withstand the hot and stinky breath of aging. Those will not have the time and head for twenty years of Lacanian analysis to attempt some level of centrality in their precarious existences. The elderly, simply because they live longer and consume more, are polluters par excellence and leave a huge carbon footprint in the planet's atmosphere. This is a challenge for younger people to clean up the planet. The ingenious and market-oriented way out of this scenario is the obvious romanticization of old age. A decoy to divert the focus from the burden of aging, for the individual and the planet. Elderly people do not need to be marketing targets, they just need respect, for their lives, with successes and mistakes. This is what I will try to expose my perception about, after all, I live this aging process, and now they have announced to me that six years from now, suddenly, on an April morning, I will wake up elderly.

**Key words:** aging, fullness, solicitude.

### **Você não quer uma receita de bem-viver, quer?**

Começamos a envelhecer ao nascer; inicia-se nesse instante a contagem regressiva de nossas vidas. Muitos terão a sorte ou azar (alguns têm o direito de assim pensar) de ter uma vida longa, onde, provavelmente, passarão por inúmeras situações desafiadoras na única saída possível: ou se adaptar aos diferentes tipos e níveis de estresse ou morrer muito precocemente.

Manter a calma em um assalto com uma arma apontada para sua cabeça, pode significar a diferença entre uma vida longa ou uma vida breve.

Realizar aquele exame de colonoscopia preventivo aos 45 anos, pode fazer toda a diferença entre morrer de câncer no intestino aos 60 ou chegar bem aos 85 anos.

Praticar atividade física regularmente ao longo do processo de envelhecimento, provavelmente, fará muita diferença, quando aos 90 anos, você sofrer uma queda e não fraturar o colo do fêmur.

Fazer boas escolhas nutricionais nos prazeres da mesa ao longo da vida, provavelmente, te ajudará a não cair nas apavorantes estatísticas da obesidade mundial.

Ativar sua mente com informação de qualidade através de boas leituras, da literatura e poesia passando pelas maravilhas sobre o funcionamento dos sistemas biológicos, dos mais simples aos mais complexos (lembrando, provavelmente, não somos os mais complexos, nem tão pouco os mais evoluídos, mas certamente, os mais complicados, basta ver o que estamos fazendo o com o planeta) até os mistérios físicos-matemáticos do universo. Tudo isso, muito provavelmente, te livrará das agruras de um *Alzheimer* em estado avançado.

Exercer, ao menos tentar, a empatia e a solidariedade, por mais que isso pareça impossível, não apenas com as pessoas que você se identifica ou ama, mas sim, e talvez principalmente, com as pessoas anônimas, ou até mesmo para aquelas que temos uma legítima (esse critério é exclusivamente individual) antipatia e, secretamente, damos uma risadinha quando algo dá errado na vida delas. Esse é um enorme desafio, para todos nós, afinal, todo mundo é amigo em momentos de comemorar os gols da seleção brasileira de futebol, talvez a única unanimidade nesse país que habitamos.

Ser parcimonioso no consumo das drogas que ingerimos, lícitas ou ditas ilícitas, pois não dá para aceitar que alguém decida por nós, sobre a licitude das substâncias que ingerimos, afinal, até oxigênio puro sob pressão duas vezes superior à normal, pode te matar em algumas horas em função dos danos irreversíveis aos pulmões. Sim, são irrefutáveis os malefícios de qualquer fumaça inalada, do cigarro comercialmente vendido até em padarias, passando

pela maconha, crack, narguilés, até, a fumaça oriunda de escapamentos de veículos movidos a combustíveis fósseis, além daquela que sai da queima de lenha nos fogões de gente muito pobre na vastidão interior desse país, sem exceção, todas são cancerígenas.

Parece ser complicado dar conta de tudo isso, afinal, morrer é fácil, difícil é viver bem, dentro do seu entendimento do que seja isso.

Cada um, no exercício de sua autonomia possível, que tenha a nobreza de fazer as melhores escolhas ao longo da vida, e claro, muitas vezes pensamos estar fazendo a melhor escolha, mas, por exemplo, uma escolha mediada prioritariamente por hormônios sexuais durante a juventude ou vida adulta, pode desaguar em uma velhice maçante, emburrecedora, limitada e aquela nefasta sensação de que agora, na velhice, não sei mais viver sem ela ou ele. Justo eu que acreditei na família feliz da propaganda de uma margarina qualquer. Mas os meus filhos, meus tesouros, agora, ridiculamente canonizados como príncipezinhos e princesinhas pela mídia, pais e avós. Eles são meu esteio para uma velhice segura, quanta ilusão, filhos não são, necessariamente, garantia de uma velhice melhor, somos muitos parecidos com tartaruguinhas que nascem, e pequeninas se lançam ao mar, elas, provavelmente, nunca estarão com suas mães nos momentos e limitações da velhice. Abençoadas são as mães e pais que conseguem ter essa dádiva.

Elefantes são mais nobres que nós humanos, nas reverências aos mais velhos da manada e serão eternamente lembrados por todos pelos ensinamentos que receberam, afinal, são esses ensinamentos que garantem a sobrevivência de todos. Dizem que índios eram assim também, hoje estão mais

preocupados com os lucros fáceis de ONGs que atuam na floresta amazônica.

### **Então vamos jogar o jogo ou questionar as regras do jogo?**

Mas talvez, caro(a) leitor(a), você goste de receitinhas de felicidade, é simples, basta seguir o passo-a-passo do jogo a seguir:

- 1) Para quem não teve a sorte de nascer em uma família bem estruturada (econômica, afetiva e culturalmente), vá três casinhas para trás e lute feito um(a) leão(a) feroz para expor seus ferohormônios, o mundo te escolheu para bater mais forte e isso fará de você, na sua percepção, e só nela, um exemplo de superação humana. As pessoas não estão preocupadas com isso, por mais que você poste essas asneiras em redes sociais, templos sagrados de cases de sucesso incontestes. Esse tipo de discurso da apologia da vitimização, não sobrevive ao primeiro fracasso que venha à tona. É importante termos orgulho de nossos inúmeros fracassos, sejam eles profissionais, nos negócios, afetivos, ou até mesmo, para quem percebê-los assim, os cabelos brancos e a sementeira das rugas em todo seu corpo que outrora parecia uma pele-de-pêssego. Eles (nossos fracassos) são nossos melhores mestres.
- 2) Tente, mas com a sutileza de uma raposa, coisa que se aprimora com o envelhecimento, passar suas verdades a respeito de qualquer assunto, afinal, elas são absolutas e universais, mas lembre-se, só na sua bolha existencial, fora dela, todas suas supostas verdades se esfacelam como castelinhos de areia na praia. Pesquisadores,

cientistas e pseudocientistas são mestres na obscura arte de pesquisar quinze sujeitos, dar um certo ar de sofisticação com uma estatística que não dominam, afinal eles *calculam* (com softwares) o tamanho do efeito, o poder do teste e a correlação entre as variáveis (que tornam causais!) e bradam que seus robustos achados são divisores de água, de tudo que foi pesquisado sobre aquele tema até o momento. Tolos, eles não acreditam nem neles mesmos. A verdade absoluta nunca será algo que uma ciência séria venha a buscar. E não se esqueça, você se tornou um(a) idoso(a), então, trate de tomar seis litros de água por dia, zero de açúcar, o protetor solar, os óculos escuros, alimentos orgânicos e claro, só leia artigos científicos que tenham *DOI*, *crossref* e fator de impacto superior a 8,0, afinal, pesquisadores assim são meros lacaios de uma poderosa e bilionária indústria de publicações científicas. Se você é pesquisador(a) e não caiu nesse sistema de produção científica de indisfarçável *neofordismo* pós-moderno, avance seis casinhas. Se você nunca publicou um artigo científico permaneça na casinha onde está.

É bem provável, que cada vez mais a inovação tecnológica com potencial para melhorar a vida de milhões de humanos e outros animais e plantas, em todo o planeta, emergjam de *big techs*.

Cada vez mais as universidades estão se tornando obsoletas nos quesitos de formação e inovação, elas são caras, arcaicas e pouco eficientes, quando comparadas com uma empresa transnacional com investimentos massivos nas fronteiras da ciência, que investem

internamente na qualificação de seus funcionários, com transparência, *compliance* e intervenções de sustentabilidade aplicadas de fato.

- 3) Você, idoso(a) cômico(a) que é, separa as embalagens plásticas, de vidro e de alumínio, e orgulhosamente, as coloca corretamente nas lixeiras plásticas coloridas. Parabéns pela intenção, mas no Brasil, boa parte desse esforço individual, não passa do caminhão que faz a coleta destes resíduos. Nos países ricos, os idosos(as) são mais refinados; eles(as) pegam os recicláveis mais nobres como vidro e os menos lucrativos são exportados em *containers* para os países pobres. Isso mesmo, eles jogam boa parte do lixo que produzem, em outros países; ou simplesmente jogam nos oceanos de todo o planeta, formando gigantescas ilhas de plásticos e subprodutos, que mutilam e matam a fauna marinha. Fato é que as melhores expectativas reportam que apenas 13% do lixo produzido mundialmente seja reciclado; para ficar mais impactante: imagine que de cada 100 Kg de lixo produzido em sua casa, 87 Kg você armazene no seu quintal. A cruel realidade é que estamos longe de resolver esse problema que criamos para nós e para séculos adiante. Nós, os idosos do planeta, por motivos óbvios, somos os maiores responsáveis pelo lixo que o mundo se tornou. Portanto, se você tem até 35 anos, avance quatro casinhas, se tem entre 35 e 60 permaneça na casinha onde está, se tem mais de 60 anos, lamento, retroceda, seis casinhas.
- 4) Idosos ricos viajam de avião (na média) mais que idosos de que classe média. Idosos pobres, provavelmente, viverão toda a sua existência, sem a xarope experiência de ficar num ambiente usualmente apertado,

vendo no máximo nuvens sem graça por uma janelinha minúscula, comendo bolachinhas sem gosto em embalagens plásticas. Um idoso, portanto, no Brasil com mais de 60 anos, que tenha, por exemplo, realizado, uma viagem para Europa ou América do Norte por ano, na classe econômica, deixará uma pegada de carbono (*Carbon footprint*) de mais de 155 toneladas métricas de CO<sub>2</sub> na atmosfera do planeta. Para neutralizar essa pegada de carbono de um único idoso, apenas em seus voos ao longo da vida, seria necessário o plantio de quase 7 mil árvores. Um simples voo ida e volta e lá se vai todo o carbono sequestrado por todas as árvores do Bosque dos Jequitibás em Campinas, cidade onde moro. Somos poluidores por excelência, nenhum plano realístico até o presente ano de 2013, nenhuma política pública mundial foi iniciada para enfrentar esse problema. Se você nunca fez um voo transatlântico avance quatro casinhas no jogo. Se você fez um voo doméstico por ano, retroceda uma casinha, se você fez um ou mais voos transatlânticos por ano, volte sete casinhas.

- 5) Ao envelhecer, é fácil constatar como os menos velhos, tendem a infantilizar os mais velhos. Tudo começa com piadinhas sem graça a respeito da libido (vista numa perspectiva muito simplista). É evidente que isso é fisiológico, mas também é muito gradual e hoje, medicações como Viagra<sup>®</sup>, Cialis<sup>®</sup> resolvem boa parte do problema para quem considera isso um problema. Mas a libido parece ir muito além da dimensão dita sexual, afinal como bem lembra Jung, ela é *energia psíquica* e talvez, pela resiliência construída ao longo da existência, nisso os idosos sejam campeões.

Outra dimensão, dessa infantilização dos idosos é a tendência dos menos idosos que fazem uma relação causal imediata entre perda de capacidade física com perda de capacidade cognitiva. Isso é tão grotesco quanto tratar um idoso cadeirante como um idoso com doença de Alzheimer na fase 4.

Se você fez alguma piadinha infantilizando os idosos na relação entre a dimensão física e cognitiva, volte cinco casinhas no jogo. Se você afirmar que nunca fez isso, volte dez casinhas no jogo, pois muito provavelmente, está mentindo.

Este modesto exercício do livre-pensar é um bom ponto de partida para uma reflexão final mais radical sobre os equívocos da romantização do envelhecimento e se refere à medicalização da sociedade.

### **Sobre os perigos da medicalização da velhice**

Com o surgimento e consolidação da grande indústria farmacêutica nos últimos 50 anos, que como todo negócio tem como objetivo maximizar os lucros, destaque para as cinco maiores do planeta (Johnson & Johnson®, Roche®, Pfizer®, Novo Nordisk®, Lilly®) fica patente o poder de influência econômica na indicação e normatização de fármacos para tudo: de crise de ansiedade e flatulência excessiva até vacinas de última geração e antidepressivos.

Nesse contexto, é comum idosos reclamarem de médicos que não receitam nenhum medicamento após uma consulta. As redes de farmácias e planos de saúde, em parceria com essas grandes indústrias transnacionais,

simulam descontos especiais para idosos em praticamente qualquer medicação e a maioria deles têm a percepção de que fizeram uma grande negócio.

De fato, vivemos em um mundo onde encontramos dois tipos de pessoas: as que estão doentes e as que adoecerão o mais breve possível. A fome da indústria farmacêutica é infinita; quanto antes fechado um diagnóstico de uma doença, um transtorno ou um distúrbio, melhor, afinal, é na infância que se fideliza um cliente até a sua morte. Basta ver como as diferentes versões do Classificação Internacional de Doenças (CID) tem ficado cada vez maior e mais detalhada; claro que isso tem seus benefícios para as estatísticas e epidemiologia das doenças, mas mostra também, essa compulsão por essa medicalização da sociedade e muito especialmente, dos idosos.

No inconsciente coletivo brasileiro ir a uma farmácia é como ir comprar pão na padaria; estima-se, segundo o ministério da saúde, que metade dos medicamentos vendidos no país, é fruto da equivocada automedicação, que pode ser, em parte, explicada pela dificuldade de acesso a serviços médicos de qualidade. A tempestade perfeita se avizinha: de um lado uma massa de consumidores afoitos em tomar algum remédio (a lógica do *deve servir para alguma coisa*), de outro, a indústria farmacêutica que vê nos países em desenvolvimento a galinha dos ovos de ouro que precisa ser mantida eternamente viva e lucrativa.

Uma possível rede de eventos hiper conectada é facilmente identificada: idosos infantilizados tendem a se perceber menos capazes cognitivamente e podem ficar mais suscetíveis a uma menor imunidade biológica e assim ficarem com mais e mais doenças e distúrbios, consumindo mais medicamentos, que atravessam o planeta de avião para abastecer as farmácias, todos eles

embalados em plásticos que serão descartados e ficarão a boiar nos oceanos até a chegada do meteoro Apophis. *Qui vivit, videbit*, ou não?

### **Considerações finais**

O processo de envelhecimento como qualquer outra fase da vida, é agriçoce, cheia de altos e baixos, de momentos de plenitude e outros de decrepitude. Não é a melhor fase da vida, nem a pior. Pergunte para uma pessoa idosa que tenha passado fome na infância ou sofrido abuso sexual, qual a melhor fase da vida dela?

Mas afinal é na velhice que cada um de nós espera morrer. E quem foi que disse que isso é ruim? E fica a questão colocada anteriormente: vamos jogar esse jogo ou começar a questionar as regras do jogo?

Como escreveu Clarice Lispector: *não se pode dar uma prova da existência daquilo que é mais verdadeiro.*

**Obs.:** O autor declara não existir conflito de interesse de qualquer natureza.

### **Contato:**

Dr. Guanís de Barros Vilela Junior

guanís@gmail.com