

Etarismo em contato: a clínica gestáltica frente aos corpos que envelhecem

Resumo

O presente ensaio teórico propõe uma reflexão crítica e sensível sobre os modos de existência dos corpos que envelhecem à luz da Gestalt-Terapia. Ancorado na teoria do self, nos ajustamentos criativos e na autorregulação orgânica, o texto articula o envelhecimento com marcadores sociais como gênero, raça e classe, tensionando os dispositivos normativos que moldam, silenciam e controlam o corpo idoso, como o etarismo. Em diálogo com a fenomenologia, a biopolítica e a interseccionalidade, o ensaio sustenta que o envelhecer é um acontecimento relacional e histórico, atravessado por práticas discursivas que produzem modos de visibilidade e apagamento. Propõe-se, assim, uma escuta clínica encarnada, capaz de reconhecer o corpo envelhecido como território de memória, criação e resistência, onde a velhice pode ser compreendida não como declínio, mas como potência de presença. O argumento se organiza em três movimentos: (1) a teoria do self como base epistemológica e relacional da Gestalt-Terapia; (2) os efeitos do etarismo sobre a visibilidade e o apagamento do corpo velho; e (3) os atravessamentos interseccionais que complexificam o envelhecimento. A escrita, entrelaçada por uma linguagem poética e densidade crítica, é orientada por uma ética do cuidado sensível à singularidade dos corpos. Defende-se que a postura da clínica gestáltica, ao resgatar o valor estético, ético e político da corporeidade, constitui-se como campo contra-hegemônico, capaz de afirmar a velhice como experiência de potência relacional, invenção e continuidade do existir.

Palavras-chave: Gestalt-Terapia. Etarismo. Envelhecimento. Corporeidade. Interseccionalidade.

Ageism in contact: gestalt therapy and the aging body

Abstract

This theoretical essay offers a critical and sensitive reflection on the modes of existence of aging bodies through the lens of Gestalt Therapy. Grounded in the theory of self, creative adjustments, and organismic self-regulation, it articulates aging with social markers such as gender, race, and class, exposing the normative devices that shape, silence, and control the elderly body, notably ageism. In dialogue with phenomenology, biopolitics, and intersectionality, the essay argues that aging is a relational and historical phenomenon traversed by discursive practices that produce both visibility and erasure. It proposes an embodied clinical listening that recognizes the aging body as a territory of memory, creation, and resistance,

reframing old age not as decline but as a field of relational and existential potency. The discussion unfolds in three movements: (1) the theory of self as an epistemological and relational foundation of Gestalt Therapy; (2) the effects of ageism on the visibility and erasure of the old body; and (3) the intersectional crossings that complexify aging. Written with poetic language and theoretical depth, the essay is guided by an ethics of care attentive to bodily singularities. It concludes that the Gestalt-Therapeutic stance, by reclaiming the aesthetic, ethical, and political value of corporeality, emerges as a counter-hegemonic field capable of affirming old age as a living expression of creativity, dignity, and resistance.

Keywords: Gestalt-Therapy. Ageism. Aging. Embodiment. Intersectionality.

Introdução

Vivemos em uma sociedade que celebra a juventude como valor absoluto, enquanto silencia, deslegitima e segrega os corpos que envelhecem. Nesse cenário, o etarismo se manifesta como um sistema estrutural de opressão que ultrapassa preconceitos individuais, operando na cultura, na política, nas instituições de saúde e nos afetos. Como destaca a Organização Pan-Americana da Saúde (2022), o envelhecimento populacional traz à tona não apenas desafios demográficos, mas desigualdades profundas, marcadas por recortes de classe, raça, gênero e acesso aos cuidados.

Ao mesmo tempo, cresce o imperativo da performatividade corporal, em que o envelhecimento é medicalizado, estetizado e, por vezes, apagado. A velhice se torna aquilo a ser disfarçado, ocultado ou corrigido, um corpo que não performa, que não produz e que não seduz mais. Como observa Concone (2007), o medo de envelhecer é, frequentemente, o medo de parecer velho. Nesse contexto, a tecnicidade segundo Foucault (2020), pode ser entendida como o conjunto de tecnologias que controlam, modificam ou normatizam os corpos, atua como dispositivo biopolítico, determinando modos de ser e de aparecer no mundo

A Gestalt-Terapia, ao valorizar a experiência encarnada, o campo organismo/ambiente e a teoria do self como processo relacional, oferece um solo fértil para a crítica ao etarismo. Ao invés de interpretar o corpo como falha ou decadência, propõe escutá-lo como presença viva, território de memória, potência e criação (Perls, Hefferline e Goodman, 1997; Alvim, 2011; Merleau-Ponty, 1994).

Nesse ensaio, propõe-se um percurso em quatro movimentos interligados: (1) a teoria do self como base epistemológica e relacional da Gestalt-Terapia; (2) o corpo envelhecendo como figura incômoda em uma sociedade que privilegia a juventude e (3) os atravessamentos

interseccionais de gênero, raça e classe, que torna complexa a experiência do envelhecimento (Crenshaw, 1989; Collins e Bilge, 2016).

A escrita se ancora na ética da escuta encarnada e na linguagem poética, sem perder o rigor conceitual. Ao afirmar o corpo velho como presença legítima e criativa, o ensaio convida a uma clínica gestáltica comprometida com a dignidade do envelhecer, uma clínica que não apenas resiste ao etarismo, mas que o enfrenta em contato, gesto e vínculo (Alvim e Lins, 2020).

A teoria do self como solo fértil da Gestalt-Terapia

Em Gestalt-Terapia, Perls, Hefferline e Goodman (1997) concebem o self não como uma estrutura fixa, mas como um processo de contato em constante formação na fronteira entre o organismo e o ambiente. Trata-se de um sistema vivo e flexível, que se configura a cada momento de encontro e se reduz quando o contato se enfraquece. O self é, portanto, um acontecimento fenomenológico, uma função integradora que dá forma à experiência e possibilita o crescimento do organismo no campo.

Ser um corpo é, antes de tudo, existir em contato. A teoria do self, tal como formulada por Perls, Hefferline e Goodman (1997), dissolve a rigidez da identidade como substância para erguê-la como relação em um processo vivo na fronteira entre o organismo e o ambiente. Nesse campo, o self não é posse, mas acontecimento. Ele emerge, efêmero, no toque que se oferece, na palavra que hesita ou no olhar que busca. É uma resposta ao campo em mutação, que configura uma coreografia e uma dança entre figura e fundo.

A Gestalt-Terapia, segundo Perls, Hefferline e Goodman (1997) propõe uma ontologia relacional que rompe com dicotomias clássicas, tal como sujeito e objeto, mente e corpo, razão e emoção, convidando à escuta do entre. O conceito de ajustamento criativo é, nesse sentido, um gesto ético que convoca a uma reorganização frente ao inédito, construindo formas singulares de presença mesmo diante de campos adversos (Perls, Hefferline e Goodman, 1997). Somando a esse aspecto, na poética gestáltica de Alvim (2014), a *awareness* é presença encarnada, saber que pulsa na pele, na respiração e nos gestos que nascem.

O corpo, portanto, não é apenas onde o self acontece: ele é o self em movimento. Como propõe Alvim (2011), somos campos em fluxo, e a corporeidade não é o corpo-objeto, mas o corpo vivido, o *Leib* fenomenológico que sente, deseja, recorda e resiste. Inspirado em Merleau-Ponty (1994), essa noção reinscreve o corpo como o primeiro solo de mundo, do qual ele é abertura ao real, fonte de expressão estética e campo de sentido e aposta.

Nesse contexto, o self enquanto fronteira de contato ganha densidade política. O corpo é também o lugar em que operam saberes, poderes e resistências. Se Foucault (2020) denuncia

os modos pelos quais o corpo é adestrado pelas técnicas disciplinares, para se tornar útil, dócil e previsível, a Gestalt-Terapia se interessa, justamente, por aquilo que escapa, a partir do gesto interrompido, a pausa que insiste, o silêncio carregado de forma, permitindo a transgressão.

O conceito de self, em sua natureza processual, oferece base crítica para resistir às formas sutis de subjetivação que se impõem sobre os corpos, especialmente aqueles que não se encaixam no ideal produtivo, jovem e normativo. O ajustamento criativo, conforme formulado por Perls, Hefferline e Goodman (1997), configura-se como uma resposta ética e viva às demandas do campo. Trata-se de um movimento de reorganização que não abdica da singularidade, mas a reafirma criando figura onde antes havia exclusão e instaurando presença onde antes predominava o apagamento. A autorregulação organísmica, por sua vez, sustenta uma confiança radical na sabedoria do corpo. Trata-se de um princípio que reconhece que o organismo tende naturalmente ao equilíbrio, desde que não seja reprimido ou colonizado por imposições externas Perls, Hefferline e Goodman (1997). Quando forças sociais operam para silenciar essa autorregulação, como no caso do etarismo ou das normativas tecnológicas do corpo, a clínica gestáltica emerge como um espaço de escuta e reconexão com esse fluxo vital, sobretudo pela falência da função da personalidade em se expressar e narrar a própria identidade.

A clínica gestáltica é compreendida como um espaço de resistência e criação, em que o terapeuta não assume o papel de quem oferece respostas, mas de quem sustenta a presença e o vínculo. Conforme apontam Muller-Granzotto e Muller-Granzotto (2012), trata-se de uma escuta que acolhe as micro-revoluções da experiência no contato, reveladas na expressividade de uma lágrima contida, na palavra que enfim se pronuncia e no corpo que se autoriza a existir sem precisar justificar-se.

O corpo em envelhescência: visibilidade, silêncio e etarismo

O corpo que envelhece, em uma leitura neoliberal, percebido somente como enrugado, mais lento, mais denso de tempo, expõe o que os discursos de produtividade e performance tentam silenciar. Ele desorganiza a lógica da eficácia, escapa ao ideal da juventude permanente. Em um imaginário social que idolatra a velocidade, a beleza jovem e a capacidade de consumo, o corpo velho é percebido como excesso, ruído, deslocamento (Concone, 2007; OPAS, 2022).

A Gestalt-Terapia, ao propor a escuta da experiência encarnada, revela um interessante paradoxo de que o corpo idoso é tanto arquivo quanto abertura. É memória vivida, mas também potência criativa para narrativas e expressividades. Como afirma Alvim (2012), o corpo é

campo de significações em fluxo, e a velhice, quando não capturada por estereótipos, pode ser figura viva que transgrede no fundo da normatividade.

O etarismo atua como uma moldura invisível que define quais corpos podem ser vistos, escutados ou cuidados. O medo de “parecer velho”, como analisa Concone (2007), evidencia a recusa simbólica da velhice e o desconforto social diante do tempo inscrito no corpo. A pessoa idosa é, muitas vezes, empurrada para a invisibilidade social, estética e política, ou então convertida em figura idealizada, utilizada para suavizar as tensões que o envelhecer provoca na cultura.

Para a Gestalt-Terapia, o corpo é o lugar onde se entrelaçam a estética e a ética do existir (Perls, Hefferline e Goodman, 1997). Na clínica com pessoas idosas, o foco não está em corrigir nem em atenuar, mas em afirmar a singularidade do ser que envelhece no mundo. A vitalidade não se mede pela rapidez dos passos, mas pela densidade da presença, pela inteireza dos gestos e pela capacidade de permanecer em contato, mesmo em meio às perdas.

Nesse horizonte, a função personalidade torna-se um campo sensível, onde se condensam os discursos que o sujeito introjeta sobre si. Conforme formulam Perls, Hefferline e Goodman (1997), ela representa a “réplica verbal do self” (p.188), isto é, o conjunto de atitudes e valores que estruturam a identidade pública e os modos de ser no mundo. Nessa instância, circulam também os saberes normativos que determinam como o corpo deve se apresentar, envelhecer e performar. Quando tais discursos são excludentes, a função personalidade tende a cristalizar-se em formas de negação, vergonha ou culpa (Muller-Granzotto e Muller-Granzotto, 2012).

A clínica gestáltica propõe-se a tensionar esse campo, não oferecendo correções, mas abrindo caminhos de expressão e de presença. Em vez de reproduzir a lógica do ajuste normativo, sustenta o corpo vivido como manifestação legítima do self, reconhecendo no envelhecimento um território de histórias, sentidos e potências (Muller-Granzotto e Muller-Granzotto, 2012).

O corpo envelhecido pode, assim, encontrar nesses espaços novas possibilidades de significação, desde que suas rugas e marcas não sejam apagadas, mas acolhidas como inscrições de uma biografia viva. A vitalidade não reside na adequação a padrões de beleza ou desempenho, mas na capacidade de estar em relação, de contatar e ser contactado. O corpo não é um projeto a ser concluído, e sim uma narrativa em constante reescrita, moldada pela experiência e pelo encontro. Em última instância, trata-se de resistir ao apagamento e afirmar a presença. A clínica, nesse horizonte, torna-se um espaço de reencantamento com a vida, onde

as dobras do tempo se transformam em versos e a escuta se torna um gesto ético de acolhimento da singularidade.

Em última instância, trata-se de recusar o apagamento e afirmar a presença. A clínica, nesse horizonte, torna-se espaço de reencantamento com a vida, onde até as dobras do tempo podem ser versos, e a escuta, gesto ético de acolhimento da singularidade.

Interseccionalidade: quando gênero, raça e classe atravessam o envelhecer

O corpo envelhece, mas não o faz sozinho. Ele carrega história, território e atravessamentos. Tem gênero, cor, classe e orientação sexual. Cada uma dessas camadas imprime sua marca na carne e nas possibilidades de existir. Como propõe Crenshaw (1989), a interseccionalidade é a lente que nos permite enxergar como múltiplas opressões se imbricam e operam simultaneamente, formando experiências complexas e, muitas vezes, silenciadas.

A mulher negra idosa, por exemplo, não é apenas uma mulher e nem apenas uma pessoa idosa. Ela é atravessada por sistemas históricos de exclusão, tal qual o racismo estrutural, a misoginia, a desvalorização da velhice e a precariedade econômica. Seu corpo é campo de luta e território de resistência. Como reforçam Collins e Bilge (2016), pensar interseccionalmente é recusar universalismos e afirmar as condições materiais e simbólicas em que se dá a existência.

A teoria da interseccionalidade, especialmente quando lida em chave crítica, permite denunciar a ilusão de neutralidade na velhice. Não há velhice em abstrato, mas há velhices situadas, desigualmente distribuídas, marcadas por violências específicas e, ainda assim, potentes. Para Hirata (2014), é preciso compreender a consubstancialidade entre gênero, raça e classe, isto é, sua articulação inseparável. O que está em jogo não é apenas a soma de opressões, mas uma nova qualidade de experiência.

Na clínica gestáltica, isso implica escutar o corpo com atenção às suas marcas contextuais. O sofrimento psíquico não pode ser compreendido à margem da cultura, pois ele é sempre atravessado por narrativas sociais, memórias coletivas e normatividades. Como afirmam Muller-Granzotto e Muller-Granzotto (2012), a singularidade só se sustenta quando enraizada em sua historicidade.

Retomando a Perls, Hefferline e Goodman (1997) descrevem três sistemas parciais do self — id, ego e personalidade — que representam etapas ou aspectos do ajustamento criativo. O id corresponde ao fundo de excitações e possibilidades; o ego à ação de escolha, manipulação e direcionamento do contato; e a personalidade à figura formada, isto é, à assimilação da experiência que se integra ao organismo. A personalidade, portanto, não é uma estrutura permanente, mas o resultado provisório das figuras que o self criou e incorporou em seu

processo de crescimento. É o modo pelo qual o sujeito se reconhece e se narra, reunindo memórias, valores e papéis sociais que expressam as sedimentações de contatos anteriores.

Nessa leitura, o conceito de identidade na Gestalt-Terapia difere das noções tradicionais de “eu” ou de “ego” como substância. A identidade é fluida, situada e relacional, formada pelas sucessivas sínteses entre o que é assimilado e o que é alienado. O processo de identificação e alienação descrito por Perls, Hefferline e Goodman (1997) traduz o movimento criativo do self diante das demandas do campo, a capacidade de reconhecer o que é próprio e de diferenciar-se do que é estranho. Quando o sujeito consegue se identificar com seu self em formação, permanece aberto ao novo e em crescimento; quando se prende a identificações rígidas ou falsas, cristaliza-se e perde vitalidade.

A função personalidade, nesse contexto, é o ponto em que o self se torna linguagem e representação, onde os contatos vividos se transformam em narrativas sobre quem se é. É uma função simbólica, social e histórica, na qual se condensam as experiências passadas e os discursos culturais que moldam a imagem de si. Assim, a identidade é sempre uma construção situada, modulada por forças sociais, memórias e expectativas. Reconhecer essa natureza processual do self significa compreender que o “ser alguém” é uma experiência de contato com o mundo, e não uma essência estável.

Na velhice, especialmente entre corpos marcados por gênero e racialidade, essa função tende a se formar sob intensa pressão normativa. O envelhecer feminino, negro e pobre é constantemente narrado a partir de lugares de silêncio, déficit ou exotização. Esses discursos se cristalizam como verdades na função personalidade, afetando a imagem de si, o pertencimento e o campo do possível. Como enfatizam Müller-Granzotto e Müller-Granzotto (2012), o que está em jogo não é apenas uma questão clínica, mas também ética e política: a escuta do sofrimento precisa considerar os regimes discursivos que sustentam esse sofrimento.

Como observa Kyrillos (2020), o apagamento das produções e resistências das mulheres negras, especialmente na velhice, precisa ser enfrentado para que a interseccionalidade não se esvazie em tecnicidade ou abstração. A escuta clínica, nesse sentido, precisa ser política, capaz de acolher não apenas a dor, mas também a força histórica dos corpos que resistem.

A clínica gestáltica de Müller-Granzotto e Müller-Granzotto (2012) propõe esse deslocamento: escutar o corpo não como ruína, mas como obra em processo, em situação e em constante relação. O ajustamento criativo, então, deixa de ser apenas técnica de adaptação e se torna gesto político, resposta viva às condições do campo. Trata-se de sustentar a alteridade e permitir que novas figuras emergjam, não para normalizar, mas para reencantar.

Dessa forma, interseccionalidade e teoria do self se entrelaçam, onde ambas afirmam que o sujeito é sempre relacional, situado e plural. E que todo corpo, ao envelhecer, carrega marcas que precisam ser escutadas com presença, afeto e responsabilidade clínica, inclusive aquelas que falam através da função personalidade, nos silêncios herdados, nas palavras colonizadas e nas imagens que pedem para ser rescritas.

Considerações finais

“O ponto é ser um corpo. Quando você é um corpo, quando se experimenta totalmente como corpo, então você é alguém”
(Perls, 2002, s/d).

Esse trecho de Laura Perls ressoa como um chamado ontológico e clínico, onde ser alguém é ser corpo em presença e não qualquer corpo, mas aquele situado, vivido, que toca e é tocado pelo campo relacional e dialógico. Em tempos de padronização estética, hiperprodutividade e normatividade digital, essa afirmação se torna subversiva. O corpo que envelhece, com suas rugas, pausas e memórias, é também um corpo que afirma sua existência.

O ensaio percorreu os caminhos da Gestalt-Terapia em diálogo com os atravessamentos contemporâneos do envelhecimento. Revisitamos a teoria do self como fundamento epistemológico, ético e clínico, afirmando sua natureza processual e relacional (Perls, Hefferline e Goodman, 1997). Identificamos como o etarismo, ao operar como lógica cultural e institucional, infiltra-se no contato, silenciando corpos que não performam juventude. Reconhecemos que o corpo envelhecido, longe de ser ruína, é presença estética, histórica e política.

A função personalidade, compreendida como o espaço em que o self se torna linguagem e representação, constitui um campo sensível de disputas simbólicas, no qual se acumulam os discursos que moldam a identidade e, por vezes, negam o valor da velhice. Na clínica gestáltica, a escuta encarnada e responsiva possibilita que essas narrativas sejam revisitadas e ressignificadas no contato vivo, permitindo que o sujeito recupere sua presença e autenticidade. O ajustamento criativo, nesse contexto, manifesta-se como um gesto ético e vital, que afirma a singularidade do ser diante de campos marcados por exclusão, normatividade e apagamento.

Por fim, atravessamos também o plano das interseccionalidades, reconhecendo que não há velhice universal, mas velhices situadas, racializadas, generificadas, marcadas por classe e território. A escuta clínica, portanto, exige um posicionamento político e não se trata apenas de compreender o self, mas de escutar o mundo que nele reverbera. A clínica gestáltica, nesse cenário, torna-se um campo de resistência estética e política. Um espaço onde o corpo velho

não é domesticado nem estetizado, mas escutado em sua inteireza. O terapeuta, nesse horizonte, é guardião do vínculo e facilitador da emergência do self.

Chegamos, portanto, não a um ponto final, mas a uma dobra no percurso. Que a velhice possa ser reconhecida como potência criativa, que o corpo envelhecido continue dançando sobre os ritmos do próprio tempo. E que a clínica, em sua dimensão ética e poética, siga sendo lugar de presença, de nomeação e de reencantamento da existência.

Referências

ALVIM, M. B. O lugar do corpo em Gestalt-Terapia: dialogando com Merleau-Ponty. **Revista IGT na Rede**, v. 8, n. 15, p. 228–238, 2011.

ALVIM, M. B. O corpo e a clínica gestáltica. In: FRAZÃO, L. M.; FUKUMITSU, K. O. (orgs.). **Modalidades de intervenção clínica em Gestalt-Terapia**. São Paulo: Summus, 2012. p. 25–46.

ALVIM, M. B. **A poética da experiência: Gestalt-terapia, fenomenologia e arte**. Rio de Janeiro: Garamond, 2014.

ALVIM, M. B.; LINS, R. O. A mundaneidade do corpo: (re)pensar a cultura individualista e suas implicações para a Gestalt-Terapia. **Phenomenological Studies – Revista da Abordagem Gestáltica**, v. 26, n. 3, p. 305–316, 2020.

BAYLES, M. C. S. W. Is physical proximity essential to the psychoanalytic process? An exploration through the lens of Skype. **The Humanistic Psychologist**, v. 40, n. 4, p. 367–380, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1080/10481885.2012.717043>.

COLLINS, P. H.; BILGE, S. **Intersectionality**. Cambridge: Polity Press, 2016.

CONCONE, M. H. V. B. Medo de envelhecer ou de parecer? **Revista Kairós**, v. 10, n. 2, p. 19–44, 2007.

CRENSHAW, K. Demarginalizing the intersection of race and sex. **University of Chicago Legal Forum**, v. 1989, n. 1, p. 139–167, 1989.

FOUCAULT, M. **Vigiar e punir: nascimento da prisão**. Tradução de Lúcia Costa. Petrópolis: Vozes, 2020. (Obra original publicada em 1975).

HIRATA, H. Gênero, classe e raça: interseccionalidade e consubstancialidade das relações sociais. **Tempo Social**, v. 26, n. 1, p. 61–73, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-20702014000100005>.

KYRILLOS, G. M. Uma análise crítica sobre os antecedentes da interseccionalidade. **Revista Estudos Feministas**, v. 28, n. 1, e56509, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1806-9584-2020v28n156509>.

MERLEAU-PONTY, M. **Fenomenologia da percepção**. 2. ed. Tradução de Carlos Ribeiro. São Paulo: Martins Fontes, 1994.

MULLER-GRANZOTTO, M. J.; MULLER-GRANZOTTO, R. L. **Clínicas gestálticas: sentido ético, político e antropológico da teoria do self**. São Paulo: Summus, 2012.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). **Relatório mundial sobre o idadismo**. Washington, D.C.: OPAS, 2022. DOI: <https://doi.org/10.37774/9789275724453>.

PERLS, F.; HEFFERLINE, R.; GOODMAN, P. **Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 1997.

PERLS, L. **Living at the boundary**. New York: The Gestalt Journal Press, 2002.

PICÓ VILA, D.; KEYES, H. A.; VALANTIN, B. Internet-mediated Gestalt therapy: excitement and growth in an online field. **British Gestalt Journal**, v. 30, n. 2, p. 36–45, 2021.