

ARTIGO

Posso envelhecer? Pistas para um cuidado antietarista em Gestalt-terapia

May I grow old? Pathways toward anti-ageist care in Gestalt therapy

Bruno Leonel Mendes de Abreu

Rodrigo Jorge Salles

Universidade São Judas Tadeu

Resumo

O ensaio teórico analisa como o etarismo condiciona o contato e o reconhecimento dos corpos que envelhecem, discutindo implicações para a clínica gestáltica. A partir de uma leitura interpretativa, articula a teoria do *self* e a corporeidade à perspectiva interseccional e aos estudos do envelhecimento. Examina como gênero, raça, classe e sexualidade participam da distribuição desigual de recursos e possibilidades de pertencimento, incluindo as velhices LGBTQIA+. Sustenta que o sofrimento deve ser compreendido nas relações e nas condições concretas de existência, sem reduzi-lo a déficits individuais. Propõe uma escuta encarnada que acolha desejos e perdas, favoreça a participação nas decisões e associe a construção de suporte ao exame dos preconceitos da pessoa terapeuta. Conclui que o enfrentamento do etarismo requer reconhecer a pluralidade das velhices e articular o cuidado clínico a respostas institucionais e coletivas que ampliem as condições de participação.

Palavras-chave: Gestalt-terapia, etarismo, envelhecimento, corporeidade, interseccionalidade.

Abstract

This theoretical essay examines how ageism shapes contact and recognition of aging bodies, discussing implications for Gestalt clinical practice. Through an interpretive reading, it brings the theory of *self* and embodiment into dialogue with intersectionality and aging studies. It explores how gender, race, class, and sexuality shape the unequal distribution of resources and opportunities for belonging, including in LGBTQIA+ aging. It argues that suffering must be understood within relationships

and concrete living conditions, without reducing it to individual deficits. It proposes embodied listening that attends to desires and losses, supports participation in decisions, and connects building support with examining therapists' prejudices. It concludes that addressing ageism requires recognizing diverse experiences of aging and linking clinical care with institutional and collective responses that expand opportunities for participation.

Keywords: Gestalt therapy, ageism, aging, embodiment, intersectionality.

Introdução

Vivemos em uma sociedade na qual a juventude é frequentemente celebrada como medida de valor, enquanto os corpos que atravessam o envelhecimento podem ser silenciados, deslegitimados ou segregados. Nesse cenário, o etarismo ultrapassa o preconceito individual e participa da organização de práticas culturais, institucionais e relacionais. A Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS, 2022) compreende o idadismo a partir dos estereótipos, preconceitos e discriminações relacionados à idade, reconhecendo suas manifestações institucionais, interpessoais e autodirigidas. Emprega-se aqui o termo etarismo, delimitando a análise à discriminação contra pessoas idosas, embora o fenômeno possa atingir diferentes grupos etários.

Ao mesmo tempo, o imperativo da performatividade corporal associa o valor dos corpos à produtividade, à velocidade e à aparência juvenil, favorecendo a medicalização e a estetização do envelhecimento quando suas marcas são tratadas como inadequações a disfarçar, ocultar ou corrigir. Nessa lógica, o corpo velho corre o risco de ser reduzido à suposta perda de capacidade produtiva e de

desejabilidade, como se tais atributos determinassem a legitimidade de sua presença no mundo. Concone (2007) mostra como o incômodo diante das pessoas idosas pode envolver a recusa de seu pertencimento aos espaços cotidianos e a dificuldade de reconhecer o próprio envelhecer.

A dimensão política dessa desqualificação pode ser aprofundada pela crítica de Müller-Granzotto e Müller-Granzotto (2012, pp. 132-133) ao controle biopolítico dos corpos e do tempo. Os autores discutem como as exigências de produção e consumo podem converter o mal-estar vivido nas relações de sujeição em suposto fracasso individual, advertindo que as próprias práticas clínicas podem contribuir para a manutenção dessa dominação. Em diálogo com essa crítica, torna-se necessário interrogar, no envelhecimento, práticas de cuidado que responsabilizam a pessoa idosa por conservar desempenho e aparência juvenil, desconsiderando as condições sociais que restringem suas possibilidades de participação e reconhecimento. O medo de parecer velho remete, assim, às relações que atribuem valor às marcas do tempo e podem transformar o envelhecimento em ameaça ao pertencimento social.

A Gestalt-terapia, ao valorizar a experiência encarnada, o campo organismo/ambiente e a compreensão do self como processo de contato, oferece um solo fértil para a crítica ao etarismo. Perls, Hefferline e Goodman (1997, pp. 42–45, 49) compreendem os fatores socioculturais como constitutivos da experiência, o que permite examinar o envelhecimento nas relações em que os corpos são reconhecidos ou desqualificados. A leitura da corporeidade desenvolvida por Alvim (2011; 2014, pp. 223–231) permite reconhecer o corpo vivido como abertura ao mundo, memória em ato e possibilidade de criação. Escutar o corpo que

envelhece implica, portanto, acolhê-lo como presença viva, cuja história e cujas possibilidades não se esgotam nas transformações biológicas nem nos padrões sociais que as interpretam como falha ou decadência. Essa escuta exige acompanhar os sentidos que emergem na experiência, reconhecendo as possibilidades de criação, os limites e os impedimentos encontrados nas relações, sem transformar a potência em uma exigência permanente de vitalidade.

O objetivo central do presente ensaio é analisar como o etarismo, articulado às relações de gênero, raça, classe e sexualidade, condiciona as possibilidades de contato e reconhecimento dos corpos que envelhecem, discutindo as consequências dessa análise para a clínica gestáltica. Sustenta-se que uma abordagem processual do self permite compreender o sofrimento sem reduzi-lo a um déficit individual, desde que a referência ao campo seja acompanhada da análise das condições concretas de existência. A perspectiva interseccional contribui para explicitar essas condições e para evitar uma representação universal da velhice.

O argumento se organiza em quatro movimentos interligados: a teoria do self como fundamento relacional da Gestalt-terapia; a visibilidade e o apagamento do corpo que envelhece; os atravessamentos interseccionais das velhices; e as implicações clínicas para o cuidado. A escrita preserva uma dimensão poética como forma de aproximação da experiência, articulada à demonstração conceitual. Afirmar o corpo velho como presença legítima não significa exigir vitalidade permanente: sua dignidade também precisa ser reconhecida no cansaço, na dependência, no sofrimento e na necessidade de cuidado.

A teoria do self como solo fértil da Gestalt-Terapia

Revista IGT na Rede, v. 23, no 45, 2026, p.1-26 DOI **10.5281/zenodo.22753255**

Disponível em <http://www.igt.psc.br/ojs> ISSN: 1807-2526

Em Gestalt-terapia, o *self* é o sistema de contatos em uma situação, definido por Perls et al. (1951/1997) como “a fronteira-de-contato em funcionamento” (p. 49), atividade pela qual necessidades e possibilidades adquirem forma na experiência. Essa compreensão permite examinar o sofrimento relacionado ao etarismo nas relações em que a pessoa sente, participa e se reconhece, considerando as condições que favorecem ou restringem o contato sem associar a legitimidade da existência à produtividade da pessoa ou à intensidade e fluidez desse processo.

Ser um corpo é, antes de tudo, existir em contato, processo no qual a fronteira articula diferenciação e troca ao delimitar e proteger o organismo enquanto o coloca em relação com o ambiente, sem se reduzir ao contorno anatômico nem separar entidades previamente independentes (Perls et al., 1951/1997, pp. 43–44). A pele oferece uma imagem dessa articulação ao participar tanto da delimitação quanto da sensibilidade ao toque, mas o contato abrange também reconhecer uma palavra como dirigida a si, aproximar-se de alguém ou recusar uma solicitação, de modo que sua qualidade depende de como a relação se realiza, sem exigir proximidade ou disponibilidade constantes.

Perls et al. (1951/1997, p. 43) compreendem o campo organismo/ambiente como uma unidade na qual as condições orgânicas, físicas e socioculturais participam conjuntamente da experiência humana. Se me canso durante uma tarefa e meu corpo pede uma pausa, a possibilidade de acolher essa necessidade envolve o tempo de que disponho, os recursos ao meu alcance e a maneira como sou recebido por quem está comigo, pois encontrar escuta para meu cansaço ou ser tratado como incapaz afeta o que sinto e as condições que encontro para continuar.

Ainda em consonância com os autores, a organização da experiência se situa na dinâmica de figura e fundo, afirmando que “a necessidade e energia do organismo e as possibilidades plausíveis do ambiente são incorporadas e unificadas na figura” (p. 45). Nessa dinâmica, o interesse que emerge como figura é sustentado por condições corporais, experiências anteriores e possibilidades ambientais que permanecem operantes no fundo, mesmo quando não ocupam o foco da atenção, como ocorre na tomada da palavra, apoiada em hábitos de linguagem e nas relações com os interlocutores. Essa configuração se reorganiza no decorrer do contato, de modo que a realização do interesse predominante pode ceder espaço à emergência de outras necessidades e possibilidades.

Esse movimento evidencia o caráter temporal do *self*, que Ginger e Ginger (1987/1995) situam em sua relação com as circunstâncias vividas: “Não é o seu ‘ser’, mas seu ‘ser no mundo’ — variável conforme as situações” (p. 126). Essa variação inclui a assimilação das experiências e sua participação no sentimento de identidade, discutidas pelos autores ao abordarem a função personalidade (p. 128), permitindo compreender a continuidade biográfica como a retomada de modos de agir e significações que oferecem familiaridade ao presente e podem ser transformados nas novas situações. No envelhecimento, mudanças nas ocupações, nos vínculos e nas capacidades corporais podem alterar os apoios habituais da experiência, exigindo novas articulações entre a história assimilada, os recursos disponíveis e aquilo que precisa ser elaborado.

A espontaneidade permite compreender a qualidade desse envolvimento temporal, que Perls et al. (1951/1997, pp. 182–183) situam no modo médio, em que agir e ser afetado se articulam na participação em uma mesma experiência. Em uma

conversa, por exemplo, a resposta se constitui a partir da história e do interesse de quem fala, mas também daquilo que escuta e das possibilidades abertas pela interlocução, podendo ser reconhecida como própria mesmo quando surpreende quem a pronúncia. A orientação da experiência se esclarece e se transforma no decorrer do contato, sem depender da antecipação de todos os seus sentidos ou do controle integral de seus resultados.

Esse funcionamento pode ser examinado pelas funções *id*, *ego* e personalidade, apresentadas por Perls et al. (1951/1997, pp. 183–184) como estruturas parciais do *self* relacionadas ao ajustamento criativo. Müller-Granzotto e Müller-Granzotto (2012, pp. 45–47) desenvolvem uma leitura dessas funções como perspectivas concomitantes de uma mesma experiência, permitindo acompanhar o fundo sensível do contato, os movimentos de identificação e recusa e o reconhecimento do vivido em sua implicação recíproca. Nessa leitura, as distinções conceituais tornam visíveis diferentes aspectos da situação, sem convertê-los em compartimentos internos ou exigir sua distribuição em uma sequência rígida de etapas observáveis.

A função *id* refere-se ao fundo de excitamentos orgânicos, situações inacabadas e sentimentos incipientes que vinculam organismo e ambiente (Perls et al., 1951/1997, p. 184), cuja dimensão corporal e situacional é ressaltada por Alvim (2014, pp. 236–237). Um desconforto, um interesse ainda vago ou uma disposição para aproximar-se de algo podem mobilizar a experiência antes de adquirirem contornos definidos, como ocorre quando um ambiente familiar suscita conforto ou tensão antes que se formule uma explicação sobre o que se sente. A função *id* permite compreender essa participação sensível do vivido, que ganha sentido na

situação e orienta o contato sem depender inteiramente de uma lembrança deliberada ou de uma nomeação imediata.

A função *ego* concerne às identificações e alienações pelas quais o contato se orienta, acolhendo certas possibilidades e recusando outras (Perls et al., 1951/1997, pp. 184–185), sendo a alienação empregada, nesse contexto, para designar a não identificação com possibilidades da experiência, sem equivaler automaticamente à expropriação em sentido sociopolítico. Essa seleção envolve percepção e ação, pois concentrar-se em uma tarefa implica deixar outros interesses em segundo plano, mobilizar recursos e modificar a relação com o ambiente. Alvim (2014, p. 237) ressalta a dimensão corporal dessa deliberação, permitindo compreender a função *ego* como participação efetiva na situação, cujas alternativas dependem tanto do interesse predominante quanto das condições de sua realização.

Perls et al. (1951/1997) caracterizam a função personalidade como “réplica verbal do *self*” (p. 188), vinculando-a às atitudes e experiências assimiladas por meio das quais alguém se reconhece, assume compromissos e responde por sua participação nas relações. Reconhecer-se em um ofício, em um vínculo ou em uma comunidade pode oferecer apoio para novos encontros, mesmo quando as circunstâncias se modificam, pois a história assimilada fornece referências para a orientação no presente. A função personalidade participa dessa continuidade sem esgotar os sentidos que ainda podem emergir no contato.

A compreensão da assimilação exige distingui-la da incorporação de exigências que permanecem pouco discriminadas, questão abordada por Polster e Polster (1973/2001, pp. 87–89) ao discutirem a introjeção e a possibilidade de diferenciar e reestruturar valores recebidos do ambiente. Assimilar envolve tornar a

experiência utilizável de maneira própria, conservando, modificando ou recusando elementos do vivido, de modo que a procedência social de um valor não basta para caracterizá-lo como introjeto. A distinção depende de sua participação na experiência, seja como referência apropriada e passível de elaboração, seja como exigência que se impõe sem suficiente discriminação.

Essa distinção permite compreender por que a função personalidade não pode ser reduzida a um depósito de discursos impostos, uma vez que as atitudes assimiladas oferecem continuidade e responsabilidade, embora identificações rígidas possam restringir o contato (Perls et al., 1951/1997, pp. 187–189). No envelhecimento, permanecer ligado a um papel significativo pode sustentar pertencimento e orientação, tornando necessário investigar em que condições essa referência oferece apoio ou limita outras formas de participação. A possibilidade de transformar o vivido depende também dos lugares que se pode ocupar nas relações presentes, nas quais a história pessoal pode ser reconhecida, reelaborada ou desqualificada.

Uma situação ilustrativa permite reunir essas funções: ao comentar uma fotografia antiga, uma pessoa idosa pode reconhecer-se em uma atividade que já não realiza, emocionar-se com a lembrança e escolher outra maneira de narrar sua relação com aquele período. A memória que a afeta, a seleção do que contar e a identificação com uma história pertencem à mesma experiência, cujo sentido também se constitui na resposta de quem escuta, favorecendo novas associações ou restringindo a conversa a uma imagem já conhecida da pessoa. A continuidade biográfica comporta, assim, uma diferenciação entre reconhecer-se no vivido e os sentidos que podem emergir de sua retomada.

O ajustamento criativo descreve o trabalho de assimilação da novidade implicado nessa dinâmica, em que, conforme Perls et al. (1951/1997), “Criatividade e ajustamento são polares, são mutuamente necessários” (p. 45). Alvim (2014, pp. 231–234) desenvolve essa relação ao discutir a articulação entre conservação e transformação, permitindo compreender que a criação se realiza com os recursos e limites da situação e modifica a relação entre organismo e ambiente. Essa novidade pode se expressar em alterações no ritmo de uma atividade, no uso de um recurso ou na sustentação de um vínculo, caracterizando-se pela elaboração da diferença encontrada no contato.

A criação, contudo, envolve condições e custos, pois uma resposta produzida em circunstâncias adversas pode preservar algo necessário à continuidade da vida e restringir outras possibilidades. O silêncio diante de uma situação ameaçadora, por exemplo, pode exercer uma função protetiva e implicar o adiamento de um desejo, exigindo que seu sentido seja compreendido na relação entre aquilo que preserva, o que impede e as alternativas disponíveis. Por isso, atribuir a um ajustamento um significado de emancipação política requer examinar seus efeitos sobre as relações e as possibilidades de participação, preservando a distinção entre a definição do conceito e a análise ética e política de suas consequências.

Müller-Granzotto e Müller-Granzotto (2012) contribuem para essa articulação ao defenderem a importância de “resgatar a pluralidade de pontos de vista” (p. 8), distinguindo a dimensão ética, voltada à gênese da experiência, a antropológica, relacionada aos recursos sociais atuais, e a política, dirigida às relações de poder que participam da definição do desejo (pp. 7–8). A compreensão de uma forma de contato requer, assim, articular sua constituição às condições que a sustentam no

presente e às exigências que orientam a utilização dos recursos disponíveis. A análise do funcionamento do *self* ganha densidade quando essas perspectivas são colocadas em relação, conservando as diferenças entre o surgimento da experiência, suas condições de realização e os processos de sujeição que podem atravessá-la.

A autorregulação organísmica permite precisar a participação das necessidades nessa organização, descrita por Perls et al. (1951/1997, pp. 83–85) a partir da dominância de uma necessidade que mobiliza as funções de contato e orienta a busca de realização. Essa organização provisória da atenção e da ação também comporta falhas, como os autores assinalam ao afirmarem que “A experiência neurótica é também auto-reguladora” (p. 85), o que impede associar a existência de autorregulação a resultados necessariamente favoráveis ao bem-estar. Uma resposta pode ser compreensível em suas condições de produção e, simultaneamente, acarretar custos persistentes para outras possibilidades de contato.

Autorregulação e ajustamento criativo se articulam na relação entre a emergência de uma necessidade e o trabalho necessário à sua realização, que depende das condições encontradas no ambiente. A percepção de cansaço pode orientar a busca de descanso, cuja concretização exige a possibilidade de interromper uma atividade, encontrar um lugar de repouso e contar com os recursos necessários. No envelhecimento, mudanças corporais podem modificar tanto as necessidades predominantes quanto os meios disponíveis para atendê-las, incluindo situações em que o apoio de outras pessoas integra as condições que tornam a ação possível.

A corporeidade dá espessura a esse funcionamento, pois Alvim (2014) descreve o organismo como “uma totalidade mente-corpo sempre em situação, ou seja, em interação com o ambiente” (p. 225), na qual percepção, movimento e significação se articulam. Em diálogo com a fenomenologia de Merleau-Ponty, a autora desenvolve a compreensão do corpo vivido como condição sensível do contato (pp. 225–230), o que permite reconhecer no gesto aprendizagens, disposições e possibilidades de expressão que adquirem sentido na situação. Essa participação corporal precisa ser compreendida na relação organismo/ambiente, preservando a distinção entre a corporeidade e a totalidade do funcionamento do *self*.

A atenção ao contato se desdobra, assim, no exame das condições em que a experiência encontra expressão e reconhecimento, pois manifestar uma necessidade ou participar de uma decisão envolve também a disponibilidade de interlocutores e os lugares que a pessoa pode ocupar nas relações. No envelhecimento, essa análise exige acompanhar como as expectativas associadas à idade atravessam a escuta, as decisões e os vínculos, interrogando as situações em que a presença da pessoa idosa é acolhida, silenciada ou desautorizada e nas quais o etarismo adquire consequências concretas para sua participação no mundo compartilhado.

O corpo que envelhece entre visibilidade e silenciamento

O corpo que envelhece traz, em suas rugas, ritmos e marcas, a passagem de um tempo que os discursos de juventude permanente procuram manter à distância, sobretudo quando o valor da presença é associado à produtividade e ao consumo.

Concone (2007) examina como o estranhamento diante das pessoas idosas se relaciona aos lugares que ocupam e às expectativas sobre como deveriam se comportar, permitindo compreender a desqualificação que se produz quando a lentidão é interpretada como incapacidade ou a necessidade de ajuda como ausência de autonomia. As marcas do tempo adquirem, assim, sentidos nas relações, nas quais podem ser acolhidas como parte de uma história ou utilizadas para desautorizar quem as carrega.

Nessas relações, o etarismo atua como uma moldura que delimita quais corpos podem ser vistos, escutados ou considerados desejáveis, atualizando-se em gestos cotidianos como dirigir-se ao acompanhante sem incluir a pessoa idosa na conversa, infantilizá-la, desqualificar uma decisão apenas por sua idade ou tratar seu interesse amoroso como inconveniência. Ao se repetirem, essas práticas podem estreitar os espaços em que necessidades e desejos encontram interlocução, fazendo com que a pessoa precise justificar sua presença onde deveria poder participar. O reconhecimento passa a depender da conformidade a papéis previamente autorizados, restringindo a possibilidade de ser escutada em sua singularidade.

A noção de campo permite acompanhar como essa desqualificação participa da experiência, como na situação hipotética de uma pessoa idosa que manifesta o desejo de retomar uma atividade e ouve repetidamente que já passou da idade, passando a antecipar o ridículo ou a silenciar diante de novas oportunidades. A tensão corporal, a apreensão e uma eventual narrativa de incapacidade podem ser interrogadas com os recursos da teoria do *self* de Perls et al. (1951/1997, pp. 184–188), considerando o fundo de excitação e sentimentos incipientes na função

id, as possibilidades de identificação e recusa na função *ego* e as referências assimiladas de reconhecimento de si na função personalidade. Essas distinções orientam perguntas sobre uma mesma situação de contato, sem permitir deduzir uma falha do funcionamento a partir da idade ou de uma manifestação isolada.

Müller-Granzotto e Müller-Granzotto (2012, pp. 166–175) aprofundam essa discussão ao abordarem os ajustamentos de inclusão em situações nas quais perdas, conflitos e exclusões comprometem referências sociais de reconhecimento, fazendo com que o sofrimento solicite uma presença solidária capaz de oferecer suporte à reconstrução de possibilidades. A aproximação com o etarismo, proposta neste ensaio, permite considerar que a dificuldade de sustentar um projeto pode envolver a ausência de condições para realizá-lo, mesmo quando o desejo permanece presente. Pedir apenas que a pessoa se expresse com mais autenticidade, nessas circunstâncias, pode recolocar sobre ela a responsabilidade por uma exclusão que também precisa ser enfrentada nas relações que a produzem.

O corpo idoso é tanto arquivo quanto abertura, memória vivida e possibilidade de outras expressões, sem que toda perda precise se transformar em crescimento ou encontrar rapidamente um novo sentido. Alvim (2011) afirma que “O gestalt-terapeuta busca a totalidade da forma” (p. 235), incluindo a fala e os gestos na situação compartilhada, o que permite compreender o reconhecimento estético a partir da experiência sensível, sem reduzi-lo à beleza, ao vigor motor ou ao desempenho expressivo. Uma pausa, um silêncio ou um movimento limitado precisam encontrar escuta na relação dialógica em que surgem, pois, isoladamente, não autorizam concluir que a experiência de contato esteja empobrecida.

A dimensão política da clínica ganha consistência ao acompanhar quem pode decidir, recusar e ocupar um lugar nas relações, considerando, com Müller-Granzotto e Müller-Granzotto (2012), as “formas de poder que definem o desejo ou virtualidade” (p. 8), sem converter a teoria do *self* em explicação suficiente de todos os processos sociais. No recorte do etarismo, essa atenção permite interrogar as normas de produtividade e aparência que atravessam o cuidado e podem ser reproduzidas pela própria pessoa terapeuta, sobretudo quando a melhora passa a ser reconhecida apenas na retomada do desempenho, da independência ou de uma imagem corporal valorizada. A escuta precisa alcançar também os limites e as necessidades de apoio, para que o enfrentamento da discriminação não se converta em outra exigência de corresponder a um ideal.

A vitalidade não precisa ser medida pela rapidez dos passos, e a obrigação de uma presença sempre intensa apenas substituiria um padrão excludente por outro, pois a dignidade do corpo que envelhece antecede sua capacidade de corresponder aos ideais clínicos de criação e autenticidade. Reconhecer a velhice como experiência legítima inclui acolher suas ambivalências: desejar mudanças na aparência, sentir saudade do corpo de outros tempos, precisar de ajuda e experimentar prazer podem coexistir na mesma história, sem que uma vivência invalide a outra ou que a aceitação do envelhecer se transforme em mais uma exigência a cumprir.

Velhices plurais e condições desiguais de reconhecimento

O corpo envelhece em uma história de relações, de modo que as possibilidades de descansar, desejar e receber cuidado se constituem em condições

distintas de pertencimento e proteção. Ao examinar experiências de mulheres negras, Crenshaw (1989) demonstra como análises que isolam racismo e sexismo deixam de reconhecer formas de discriminação produzidas por sua articulação, enquanto Collins e Bilge (2020) destacam a constituição recíproca das relações de poder nas instituições e na vida cotidiana. Essa perspectiva permite interrogar como gênero, raça, classe e sexualidade participam da distribuição dos recursos e do reconhecimento ao longo da vida, tornando insuficiente uma compreensão do etarismo que tome a idade como explicação isolada do sofrimento.

A distribuição do trabalho de cuidado oferece uma aproximação concreta a essa discussão, pois envolve tanto quem assume a responsabilidade por cuidar quanto as condições em que poderá receber cuidado. Hirata (2014) examina a imbricação das relações de gênero, raça e classe na organização e na desvalorização desse trabalho, contribuindo para compreender como atividades indispensáveis à vida podem coexistir com baixa remuneração e pouco reconhecimento social. Ao trazer essa análise para o envelhecimento, interessa acompanhar como trajetórias de trabalho, responsabilidades familiares e acesso à proteção social se relacionam com a possibilidade de descansar, compartilhar tarefas e ter as próprias necessidades reconhecidas, sem presumir uma experiência comum a todas as mulheres negras idosas.

Reconhecer essas trajetórias também exige considerar os saberes que nelas se produziram, como adverte Kyrillos (2020) ao discutir o apagamento das lutas e elaborações de mulheres negras anteriores à nomeação da interseccionalidade. A aproximação com a Gestalt-terapia precisa acolher essas mulheres como interlocutoras que interpretam as relações em que vivem, constroem vínculos e

produzem formas coletivas de ação, evitando que suas histórias sejam utilizadas apenas para ilustrar conceitos clínicos. Essa interlocução envolve conhecer como elas próprias nomeiam as desigualdades, reconhecem seus apoios e atribuem sentido ao envelhecer.

A possibilidade de recusar uma tarefa ou solicitar descanso envolve as condições concretas para sustentar essa decisão, como a existência de alguém com quem compartilhar responsabilidades e a segurança de preservar os apoios necessários à vida cotidiana. Quando essas condições são precárias, expressar um limite pode implicar conflitos ou perdas que tornam a recusa difícil, mesmo quando a pessoa reconhece seu cansaço e deseja uma mudança. A análise interseccional permite investigar como gênero, raça e classe participam da distribuição desses custos e possibilidades, acompanhando também as formas de negociação e apoio construídas em cada trajetória.

É nesse ponto que a análise interseccional contribui para a leitura gestáltica do contato: recursos materiais, reconhecimento e riscos participam do que pode ganhar figura e encontrar resposta, em diálogo com a compreensão dos fatores socioculturais como constitutivos da experiência em Perls et al. (1951/1997, p. 43). Essa aproximação preserva a especificidade dos referenciais, pois a descrição do processo de contato precisa ser acompanhada da investigação histórica das relações de poder, que a teoria do *self* não substitui. Reconhecer-se como alguém que merece descanso ou respeito pode modificar a maneira de participar de uma relação, mas não assegura que a recusa seja acolhida nem que a discriminação deixe de ocorrer.

As possibilidades de reconhecimento também assumem configurações particulares nas velhices LGBTQIA+, quando a história afetiva e a expressão de gênero encontram expectativas que restringem os modos legítimos de envelhecer. Henning (2017) examina os pressupostos heteronormativos presentes na produção gerontológica e as disputas em torno do reconhecimento das velhices LGBT, permitindo problematizar tanto a imagem de um desamparo inevitável quanto a suposição de uma capacidade excepcional de enfrentar adversidades. Sua análise ressalta diferenças entre as experiências estudadas, o que exige considerar como gênero, raça e classe atravessam as possibilidades de intimidade e pertencimento, reconhecendo que a sigla LGBTQIA+, adotada neste ensaio, abrange experiências que receberam atenção desigual nessa literatura.

Essa diversidade alcança as relações de cuidado, conforme Henning (2025) analisa em pesquisas etnográficas na região metropolitana de São Paulo, ao discutir as redes de apoio de homens homossexuais cisgêneros e de mulheres trans e travestis na meia-idade e na velhice. O autor evidencia situações em que a responsabilização pelo próprio cuidado se intensifica diante da insuficiência do apoio familiar, dos vínculos escolhidos e das respostas institucionais, mostrando que o pertencimento a uma família de origem ou a uma família do coração não garante, por si só, proteção. Em diálogo com essa contribuição, cabe distinguir a importância afetiva de um vínculo das condições efetivas para sustentar o cuidado: a disponibilidade de tempo, renda e serviços participa da possibilidade de permanecer ao lado de alguém quando suas necessidades se modificam.

Nessa leitura, o reconhecimento se concretiza na possibilidade de nomear uma parceria, ter a identidade de gênero respeitada e participar das decisões sobre

quem pode acompanhar o cuidado. Quando a expressão da intimidade envolve o risco de perder moradia, apoio ou acesso a um serviço, preservar aspectos da própria história pode constituir uma forma situada de proteção, cujo sentido requer considerar as ameaças presentes naquela relação. O diálogo com a teoria do *self* permite acompanhar como essas condições atravessam a expressão dos desejos e a construção de pertencimentos, preparando a discussão de um cuidado clínico atento aos apoios de que cada pessoa dispõe para envelhecer sem precisar renunciar à própria história.

Presença e suporte na clínica do envelhecer

Na clínica com pessoas idosas, a atenção ao contato se traduz em investigar como o sofrimento se constitui nas relações e quais apoios tornam possíveis outras formas de participação. Ao discutir a aflição diante da frustração dos esforços, Perls et al. (1951/1997) afirmam que “deve haver também uma mudança nas relações sociais de modo que seus esforços frutifiquem” (p. 235), contribuição a partir da qual se desenvolvem as proposições clínicas a seguir.

Polster e Polster (1973/2001, pp. 86–89) relacionam o trabalho com a introjeção à recuperação da capacidade de discriminar experiências e reconhecer escolhas. No manejo do etarismo, essa perspectiva permite investigar como certas exigências associadas à idade continuam sendo confirmadas nas relações e como a pessoa as vive ao falar de si, propondo, quando houver interesse, a diferenciação entre o que aprendeu a esperar de si e o que percebe necessitar no presente. Acompanhar o desconforto, o alívio ou a hesitação que surgem nessa investigação ajuda a elaborar os sentidos atribuídos a essas exigências, considerando sua

eventual função de proteção e as condições materiais e relacionais para questioná-las.

Em diálogo com Alvim (2014, pp. 281–284), a vergonha corporal pode ser explorada a partir de como a pessoa se percebe diante de outros e de como essa experiência se atualiza no encontro terapêutico. O ritmo das perguntas, a maneira de olhar e o espaço concedido ao silêncio participam dessa situação, tornando importante conversar sobre o efeito da própria presença profissional. Gestos e sensações oferecem caminhos para uma investigação compartilhada, na qual a pessoa pode escolher o que deseja explorar, interromper uma proposta ou modificar a distância e o ritmo da interação, experimentando a possibilidade de ter seus limites reconhecidos.

A sexualidade também integra essa escuta, e a crítica de Henning (2017) aos pressupostos heteronormativos da gerontologia contribui para examinar quais experiências de intimidade encontram legitimidade. No encontro clínico, pode-se acolher tanto o interesse amoroso quanto sua ausência e explorar os sentidos do prazer, das mudanças corporais e da privacidade, respeitando o que a pessoa deseja compartilhar. Quando o medo de discriminação atravessa suas escolhas, interessa conhecer os riscos envolvidos e as condições em que se sente segura para falar, preservando sua participação nas decisões sobre a própria intimidade.

As perdas solicitam uma escuta capaz de acompanhar ausências e mudanças nos vínculos, nas atividades e nas possibilidades corporais, reconhecendo o lugar que ocupavam na vida da pessoa. Perls et al. (1951/1997, p. 85) reconhecem o choro e o luto como respostas regulatórias diante da morte de alguém amado, oferecendo fundamento para acolher o sofrimento. No envelhecimento, essa escuta

pode incluir narrativas, silêncios e objetos significativos, sustentando a elaboração do vivido sem apressar novos projetos e articulando outros cuidados quando a situação o exigir, inclusive diante de perdas de parcerias cuja importância não tenha sido reconhecida nas relações familiares ou institucionais.

A construção de suporte requer investigar tanto a disponibilidade do apoio quanto as condições sob as quais ele é oferecido, em diálogo com a análise de Henning (2025) sobre os limites das redes de cuidado. Conhecer quem pode compartilhar tarefas, oferecer companhia e facilitar o acesso a serviços permite negociar a participação da rede com a pessoa atendida, examinando se a ajuda favorece suas decisões ou passa a condicioná-las; o trabalho pode incluir a busca conjunta de recursos de saúde, assistência social e convivência. Também a escolha entre atendimento presencial e mediado por tecnologias participa dessa negociação, conforme as condições de acesso, comunicação, privacidade e a preferência da pessoa.

A própria pessoa terapeuta participa dessas condições de reconhecimento, pois Alvim (2014, p. 301) ressalta como teorias, valores e crenças orientam o olhar dirigido ao outro. Examinar a prática envolve perceber quando a expectativa de independência, de expressão emocional ou de retomada de atividades passa a conduzir o encontro, tornando necessário distinguir os desejos da pessoa atendida dos resultados esperados por quem a acompanha. Quando uma intervenção é vivida como exigência ou desqualificação, acolher essa experiência, conversar sobre o desencontro e ajustar a proposta torna-se parte do cuidado, em um processo também sustentado pela supervisão e pela formação continuada.

Considerações finais

Laura Perls (1992/2004, p. 61) afirma que “quando você é um corpo, quando se sente como um corpo, então você é alguém” [tradução dos autores], aproximando a experiência de ser corpo ao reconhecimento de si como alguém. Ao retomar essa formulação, acolhemos o corpo que envelhece como presença ativa e situada de uma história que continua a se fazer nas relações.

A articulação desenvolvida no ensaio permitiu examinar como o etarismo restringe as condições de contato e reconhecimento, alcançando os modos de sentir, escolher e participar do mundo compartilhado. O diálogo entre a teoria do *self* e a perspectiva interseccional aprofundou essa compreensão ao situar gênero, raça, classe e sexualidade na distribuição desigual de recursos e possibilidades, indicando que os sentidos atribuídos à própria existência precisam ser compreendidos junto às condições de moradia, renda, cuidado e pertencimento.

Na clínica gestáltica, essa discussão se desdobra em uma escuta atenta às formas pelas quais a pessoa idosa encontra apoio para expressar necessidades, elaborar perdas e participar das decisões que lhe dizem respeito. A revisão de narrativas e a experimentação de outras possibilidades de contato ganham consistência quando acompanhadas da construção compartilhada de suporte e do exame das expectativas de quem cuida, reconhecendo os limites da intervenção clínica diante de desigualdades que também demandam respostas institucionais e coletivas.

Por seu caráter teórico, as proposições desenvolvidas permanecem abertas à investigação em contextos concretos de cuidado, com a participação das próprias pessoas idosas na produção de conhecimento sobre suas experiências. Esse

desdobramento poderá aprofundar a compreensão das possibilidades e dos limites de uma prática gestáltica comprometida com o enfrentamento do etarismo.

Chegamos, portanto, a uma dobra no percurso, em que reconhecer as muitas maneiras de envelhecer implica acolher histórias, desejos e possibilidades de criação que se fazem nas relações. Que o corpo que envelhece encontre espaço para dançar nos ritmos do próprio tempo e que a clínica gestáltica, em sua dimensão ética e poética, siga sendo lugar de presença, de reconhecimento e de reencantamento da existência.

Referências

- Alvim, M. B. (2011). O lugar do corpo em Gestalt-terapia: Dialogando com Merleau-Ponty. *IGT na Rede*, 8(15), 227–237.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.15042527>
- Alvim, M. B. (2014). *A poética da experiência: Gestalt-terapia, fenomenologia e arte*. Garamond.
- Collins, P. H., & Bilge, S. (2020). *Intersectionality* (2ª ed.). Polity Press.
- Concone, M. H. V. B. (2007). Medo de envelhecer ou de parecer? *Revista Kairós-Gerontologia*, 10(2), 19–44.
<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/2588>
- Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the intersection of race and sex: A black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics. *University of Chicago Legal Forum*, 1989(1), 139–167.
<https://chicagounbound.uchicago.edu/uclf/vol1989/iss1/8/>
- Revista IGT na Rede, v. 23, no 45, 2026, p.1-26 DOI **10.5281/zenodo.22753255**
 Disponível em <http://www.igt.psc.br/ojs> ISSN: 1807-2526

- Ginger, S., & Ginger, A. (1995). *Gestalt: Uma terapia do contato* (S. de S. Rangel, Trad.). Summus. (Trabalho original publicado em 1987)
- Henning, C. E. (2017). Gerontologia LGBT: Velhice, gênero, sexualidade e a constituição dos “idosos LGBT”. *Horizontes Antropológicos*, 23(47), 283–323.
<https://doi.org/10.1590/S0104-71832017000100010>
- Henning, C. E. (2025). Etnografando famílias de sangue & famílias do coração: Envelhecimento, redes de apoio social e sobre-responsabilização de homens cisgêneros homossexuais e mulheres trans e travestis pela gestão do próprio cuidado. *Sexualidad, Salud y Sociedad – Revista Latinoamericana*, (41), Artigo e22310. <https://doi.org/10.1590/1984-6487.sess.2025.41.e22310.a.pt>
- Hirata, H. (2014). Gênero, classe e raça: Interseccionalidade e consubstancialidade das relações sociais. *Tempo Social*, 26(1), 61–73.
<https://doi.org/10.1590/S0103-20702014000100005>
- Kyrillos, G. M. (2020). Uma análise crítica sobre os antecedentes da interseccionalidade. *Revista Estudos Feministas*, 28(1), Artigo e56509.
<https://doi.org/10.1590/1806-9584-2020v28n156509>
- Müller-Granzotto, M. J., & Müller-Granzotto, R. L. (2012). *Clínicas gestálticas: Sentido ético, político e antropológico da teoria do self*. Summus.
- Organização Pan-Americana da Saúde. (2022). *Relatório mundial sobre o idadismo*.
<https://doi.org/10.37774/9789275724453>
- Perls, F. S., Hefferline, R. F., & Goodman, P. (1997). *Gestalt-terapia* (F. R. Ribeiro, Trad.; 3ª ed.). Summus. (Trabalho original publicado em 1951)
- Revista IGT na Rede, v. 23, no 45, 2026, p.1-26 DOI **10.5281/zenodo.22753255**
Disponível em <http://www.igt.psc.br/ojs> ISSN: 1807-2526

Perls, L. (2004). *Viviendo en los límites* (C. Castanedo, Trad.; 3ª ed.). Plaza y Valdés.

(Trabalho original publicado em 1992)

Polster, E., & Polster, M. (2001). *Gestalt-terapia integrada* (S. Augusto, Trad.).

Summus. (Trabalho original publicado em 1973)

Bruno Leonel Mendes de Abreu

Universidade São Judas Tadeu

Correspondência: blmabreupsico@gmail.com

Rodrigo Jorge Salles

Universidade São Judas Tadeu

Correspondência: prof.rodrigosalles@ulife.com.br