

## Vulnerabilidades: depoimentos de mulheres idosas frequentadoras de um Núcleo de Convivência de Idosos na comunidade de Heliópolis, São Paulo

---

Ruth Gelehrter da Costa Lopes  
Camila Ferreira Soares  
Gabriela Martins de Jesus  
Sofia Vitória de Camargo Mendes  
Maria Elisa Gonzalez Manso

A população brasileira se encontra diante de uma configuração demográfica onde a velhice ganha espaço significativo. Em “Racismo e desenvolvimento humano” (Dutra-Thomé; et al. 2023), salienta-se o inusitado do aumento desta faixa etária, desde o início de sua expansão na década de 70 do século passado, decorrente dos avanços da medicina, melhorias sanitárias e de qualidade de vida.

O cenário do envelhecimento nos coloca frente a aspectos que exigem continuidade dos estudos para captarmos além do que enxergamos. Não basta quantificar, precisamos escutar aqueles envolvidos e através de recursos teóricos, analisar os discursos.

Os resultados compartilhados com a comunidade científica do projeto guarda-chuva *Vulnerabilidades na Pessoa Idosa: Vivências*, já foram publicados.<sup>1</sup> Na pesquisa *Vulnerabilidades: Depoimentos de Mulheres Idosas*, propusemos aprofundar o tema, relatando como mulheres idosas descrevem as discriminações que sofrem no seu cotidiano. O projeto, oriundo do estudo “Vulnerabilidades na pessoa idosa: vivências”, foi o resultado da parceria entre a Universidade São Camilo e o Núcleo de Estudo e Pesquisa do Envelhecimento (NEPE) da PUCSP.

---

<sup>1</sup> Publicados em: a) Manso, M. E. G.; Lopes, R. G. C. Violência contra a pessoa idosa, com ênfase no gênero feminino, no cenário da América Latina e Caribe: revisão narrativa. PAJAR, v.6, p.29-37, 2018; b) Manso, M. E. G., Mello, I. G. R., Lopes, R. G. C. Ageísmo: inter-relação com resiliência e variáveis relacionadas à capacidade funcional em um grupo de idosos. Revista Kairós-Gerontologia, v.27, n.1, p. 46-63, 2024. <https://doi.org/10.61583/kairs.v27i1.63>; e c) Manso, M. E. G.; Lopes, R. G. C.; Ferrarini, B. D. C.; Souza, V. D. C.; Novais, U. N. A. Velhices: Vulnerabilidades sociais e programáticas, segundo cor e gênero. Portal do Envelhecimento e Longevidade. 2023. <https://portaldoenvelhecimento.com.br/velhices-vulnerabilidades-sociais-e-programaticas-segundo-cor-e-genero/#>

Neri (2006) destaca que conhecer as pessoas idosas do ponto de vista das pesquisas sociológicas, econômicas e epidemiológicas em suas variáveis como nível de renda, classe social, escolaridade, etnia, nacionalidade, gênero, idade e saúde são preditores fracos da qualidade de vida, devendo esta avaliação considerar aspectos subjetivos, posto que seja a interação de todos os aspectos citados que permite entender atividade, envolvimento social, produtividade e manutenção da saúde física e funcionalidade, mesmo sob condições objetivas adversas.

A Gerontologia atual destaca a heterogeneidade do envelhecimento, onde as dificuldades e os desafios da velhice podem ser vividos de maneiras diferentes daí a importância de conhecer o processo de envelhecer destas pessoas idosas através de sua própria voz.

Foram entrevistadas 12 mulheres idosas, moradoras na comunidade do Heliópolis, São Paulo, e que frequentam ativamente um equipamento parte da política pública de Assistência Social da cidade denominado Núcleo de Convivência para a Pessoa Idosa (NCI). Sendo continuação de pesquisa anterior, seguiu o mesmo método. Como ferramenta foi utilizada para as entrevistas, a adaptação transcultural da escala VASS (Vulnerability to Abuse Screening Scale). Trata-se de escala que avalia a vulnerabilidade individual para a presença de violências de caráter idadista, institucional e familiar. (Maia; Maia, 2016)

A utilização dessa escala se deu não em busca de suas respostas, mas sim como um roteiro semiestruturado para que as alunas, iniciantes em pesquisa, pudessem caminhar nas entrevistas. No decorrer da pesquisa, entretanto, foi constatado que a escala VASS, não permitia abarcar toda a complexidade da vida destas mulheres, uma vez que, ao adentrar o território, as pesquisadoras atentaram que o tema e os subtemas abordados eram muito mais complexos e subjetivos, denotando limitações da ferramenta utilizada. Questões de gênero e raça não foram claras e suficientemente abordadas no roteiro adaptado do VASS, em razão disso, precisou-se refletir acerca de questões identitárias no contexto brasileiro.

Dentro dessa complexa formulação, referências que se alinham a propósitos decoloniais foram pautados, a fim de entender a violência com todos os seus possíveis pilares e consequências. Essa dissonância conduziu ao estudo sobre o território. A fim de entender historicamente o fluxo de movimentações que o fundaram, no contexto brasileiro, procurou-se apreender o cenário sociocultural no qual foi construído.

Compreender o território foi essencial para analisar os relatos e experiências denunciadas pelas entrevistadas. De acordo com a organização sem fins lucrativos UNAS (União de Núcleos, Associações dos Moradores de Heliópolis e Região) e Castilho (2013) os primeiros residentes de Heliópolis são famílias de favelas na Vila Prudente, que foram alocados “temporariamente” em Heliópolis para supostas reformas em vias públicas. Nos relatos das mulheres entrevistadas aparenta haver uma realimentação com novas pessoas, o ciclo da

cidade. Pessoas são continuamente despejadas e retiradas de outras áreas da cidade, por motivos variados.

Coube à presente pesquisa apresentar as questões identitárias (mulheres idosas) e territoriais (Núcleo de Convivência de Idosos no bairro de Heliópolis, Zona Sul de São Paulo) e aprofundar como a vivência - complexa e cotidiana - de uma mulher brasileira atravessam os respectivos sentimentos, histórias e relatos.

Sabíamos pelas trabalhadoras do NCI, que as entrevistadas eram mulheres, idosas e moradores de Heliópolis, nada mais. Realizadas por três alunas do Curso de Psicologia-PUCSP (7º, 8º, 9º períodos, estudantes de iniciação científica), as entrevistas foram gravadas e armazenadas no aplicativo gravador do telefone celular de cada pesquisadora. Posteriormente transcritas e salvas no Google Docs, sendo que, posteriormente, foram apagadas. As senhoras entrevistadas foram nomeadas por números, e qualquer menção de seus nomes foram apagados, assim como o nome de parentes ou outras pessoas.

As entrevistas variaram de tempo, algumas duraram sete minutos, outras vinte e quatro minutos, e algumas, uma hora completa. A sala que costumava ser o xerox da biblioteca do CEU (Centro Educacional Unificado) Heliópolis se tornou como uma propriedade de cada entrevistada, para ser usada do modo que lhes cabia, e proporcionaria às pesquisadoras um pequeno vislumbre da vida intrínseca das participantes.

Ecléa Bosi (1979), relata a importância do acolhimento da memória para captar uma sociedade como grupo. A autora, ao ouvir as memórias de idosos, dá existência a vivências negligenciadas e ao articulá-las nas intersecções, se aproxima dos produtos sociais. Seguem as revelações das análises dos depoimentos.

As entrevistas transcritas e categorizadas nortearam a identificação das vivências, bem como fatores de saúde relatados, adentrando o campo do sofrimento e da dor.

Apresentam-se a seguir as categorias que emergiram da pesquisa.

### ***Velhices sobrecarregadas por familiares dependentes***

Tanto Bosi (1979), como Djamila Ribeiro (2020) expõem o medo das vozes silenciadas de delatar violências estruturais vindas de indivíduos privilegiados. Aí reside a importância de ouvir os saberes geracionais das populações oprimidas, a fim de capturar como suas lutas/confrontos perpassam o dia a dia. É na escuta e no acolhimento que vão se revelar as demandas e queixas enunciadas nos diálogos. Um espaço seguro para o depoimento de vivências individuais das entrevistadas, onde os efeitos das múltiplas opressões experienciadas se refletem.

*Queria voltar na casa. Liguei para ela e perguntei porque você está assim? Que que aconteceu? Vem aqui para nós*

*conversarmos. Ela mandou eu t... no c... Ela é bocuda. Já me f... muito na vida, não quero mais não. (Nº7)*

*[...] faleceu com 84 e achava que os jovens não sabiam, e quem sabia era só ele. A vida é assim e depois você cai na real: é verdade, é verdade. (Nº3)*

### **Sociabilidades complexas**

Avaliar a saúde da pessoa idosa significa ir além da questão biológica e física, incluindo a avaliação do estado emocional, da saúde mental, integração social, suporte familiar e independência econômica, já que todos estes fatores afetam a capacidade funcional destas pessoas.

*Eles acham que nós somos imortais de ferro: - Ah a mãe saiu ontem, a mãe está bem. Nós vivemos correndo atrás de atenção. (Nº 6)*

### **Um lugar chamado meu**

Na maioria dos casos, a vida social - ou grande parte dela -, é completa pelas atividades e oficinas oferecidas pelo equipamento social, cujo papel é incalculável, mas é necessário distinguir os fatores que levam o NCI a ser um dos pilares da rede de apoio destas mulheres suprimindo tanto o não pertencimento, como a rotina familiar intensa.

*[...] meu aniversário trago um bolo de fubá para as senhorinhas comerem. No começo eu senti muito porque eu estava muito sensível em relação à família. (Nº 4)*

*Aonde me veem, aqui, no ônibus e, em todo lugar. Eu sou uma pessoa muito comunicativa e é isso que me faz ser mais feliz quando o Café com Leitura começa. Chego às 7:00h e saio meio-dia. Primeiro faço ginástica de uma hora, depois faço aula de yoga, aí eu venho para o Café com Leitura que é palestra para idosas. Dançamos, conversamos, cantamos, tomamos café maravilhoso. Depois vou para uma Oficina Financeira para aprender esses golpes que estão aí tanto com idosos, quanto com jovens: no celular não para de chegar mensagem. Confio desconfiando. (Nº 3)*

### **Ambiente de identificação**

Ao promover maior sensibilidade com os afetos, dores e vivências relatados por esse grupo de mulheres, o ambiente do NCI dialoga intrinsecamente com as palavras de Vilma Piedade, em “Dororidades” (2019). A autora nos encanta ao

abrir as perspectivas do indivíduo ao se perceber enquanto ser humano, um “ser” afetivo, com o foco de estreitar e empoderar uma relação de trocas de dores, promovendo a sororidade feminina; daí, surgem “dororidades”. Através desse neologismo, Piedade nos entrega a hipocrisia de uma sociedade que custa a permitir que parte da população se entenda como pertencente ao grupo nação brasileira.

*Estou muito contente com as minhas atividades. Sinto companhia porque minha filha sai às 7:00 da manhã e só chega às 10:00 da noite. Ela vem e faz cursinho no Etec, antes eu me sentia sozinha. (Nº 1)*

### **Terapêutico**

A experiência em diferentes situações (em atendimento clínico, em pesquisa, em grupos de convivência) tem revelado o maior temor das pessoas idosas com o avançar da idade: a perda da autonomia e da independência para realizar as atividades da vida diária, como consequência de doenças incapacitantes. Por esta razão, compreende-se o fato de que eventos que remetem a um possível quadro de enfermidade, dependência e falta de controle possam representar alto nível de estresse para estas pessoas, particularmente, aqueles com idade acima de 80 anos, cuja realidade aproxima-se a cada dia deste quadro temido. (Neri, 2006)

*É uma terapia: converso, escuto, aprendo. É minha vida, por isso falo que não me sinto sozinha. Cada história ... Eu falo: - gente eu não tenho problema porque hoje em dia a maior parte dos problemas é dinheiro. (Nº 3)*

### **Relações serviços**

*Hoje eu já estou me libertando disso: se não tiver comida eles fazem pão ou fazem alguma comida. Antes, jamais eu sairia ... eu perdia coisa, chegava muito atrasada por causa de ter que deixar pronto para meu marido. (Nº 7)*

As denúncias, em geral, foram feitas por mulheres que o documentário “Estrada das Lágrimas, 1400” (1992) chama de “chefes de família”, ou seja, mulheres periféricas que, além de trabalhar fora de casa, cuidar dos filhos, ainda precisam cuidar dos maridos, da família e dos afazeres domésticos. A Nossa Senhora da Tripla Jornada, como ressalva Matos (2021).

Esse aspecto fica evidente dentre as respostas da pergunta 10 da escala VASS: Alguém da sua família fá-lo ficar na cama ou diz-lhe que está doente quando não está? Um exemplo marcante:

*Não, muito pelo contrário minha filha. Eu sou a chave... eu sou a .... quem toma frente de tudo quem movimenta tudo, eu não posso me dar esse luxo. E nem vou admitir um dizer que estou doente quando não tô, Deus me livre! (Nº 2)*

### **Idadismo nos atendimentos ditos prioritários**

*É um horror, o tratamento: muitos lugares que falam que nós temos prioridade não tem nada não. ... local público: posto de saúde, hospitais, tudo o que nós vamos. Diz que banco tem ... quando nós envelhecemos, nós saímos para ser cuidados. Porque nós não saímos cinco horas da manhã, seis horas da manhã ... para você fazer um exame você tem que madrugar, principalmente exame de sangue. (Nº 6)*

Entre a vida privada e as estruturas sociais, a violência interseccional se replica.

*Então, isso pra mim é uma violência, a gente sair da casa da gente, ir embora cinco e pouco, que já tava escurecendo, na hora de rush, condução cheia, ninguém quer saber, ninguém... que nem eu já ouvi a frase: 'Não sei o que veio fazer na rua uma hora dessa'... Eu já ouvi! (Nº 6)*

### **Medos**

O racismo, inclusive proferido em uma das entrevistas, será lido através da experiência da favela, em relação a violência provocada pela cidade: inacessibilidades, violência financeira, falta de garantia de direitos, entre outras.

*Tenho muito medo. Minha filha mais ainda, de acontecer alguma coisa principalmente na rua, principalmente dia 5, dia 20. Ela fala: - mãe não sai de casa hoje por causa da violência dos assaltos, de tudo ... mas graças a Deus (Nº1)*

*Tudo na mesma casa mesmo lugar. Ali era meu porto seguro, me senti violentada ter que sair porque os outros decidiram que eu tinha que sair, não por minha vontade para mim foi uma violência... (Nº6)*

### **Rede de proteção**

Em meio a todos esses fatores, foram relatadas práticas de rede de apoio. Além do equipamento social, família, amigas, vizinhas e igrejas apareceram como fatores de saúde e de enfrentamento às violências, auxílio na solidão e provocadora de reflexões que levam a vários lugares de autonomia.

Por esse resultado, a violência de gênero e classe, indissociáveis, são bem importantes para seguir com a leitura das vivências cotidianas. Vinculada à essa premissa, a solidão foi um aspecto por vezes tido como um peso (sentir-se

sozinha), e por outras, como necessário (um espaço para refletir e distanciar-se de todas essas responsabilidades).

Inclusive, como mais uma responsabilidade na vida idosa, o trabalho apareceu como outro fator relevante, já que o custo de vida não condiz com o dinheiro da aposentadoria, como muito bem explicado pela senhora:

*A aposentadoria não dá, tem que ser de 5 mil pra lá. Com 2 mil eu não pago aluguel, e quem paga aluguel, eles não comem, tem vontade de comer alguma coisa, e é o que eu falo pra todo mundo, o custo de vida hoje tá muito caro. Com os 1400 que o governo dá, contando aluguel não dá pra sobreviver não. E depois eu graças a Deus não compro remédio, um remédio que eu tomo são: pressão, cálcio, vitamina D, remédio pra não dar inchaço, mas eu pego tudo no posto. E a gente que compra? Eu sou privilegiada graças a Deus. (Nº 3).*

A preocupação com o dinheiro contínua, se constitui como um modo de violência cotidiana. Outro modo de violência foi a familiar e conjugal. A briga familiar por herança e a vulnerabilidade de pessoas idosas, inclusive sob a ótica institucional, é grande. A conjugal aparece de forma muito marcante e intrafamiliar, como também apresentado na pesquisa de Manso (2020).

A mulher cuidadora e invisível, se evidenciam em gestos cotidianos:

*Então, por exemplo, outro dia eu tava me trocando, esse meu filho passa pelo meu quarto e não quer nem saber. (Nº 10)*

Por fim, é importante frisar que, por mais que a amostra seja pequena, ela é representativa para a finalidade deste estudo qualitativo. Com as entrevistas realizadas, além do fornecimento de um espaço de escuta e acolhimento para elementos sensíveis e fatores de vulnerabilidade, o que foi apresentado está propício para uma argumentação em relação às variadas formas de violência. Heliópolis, o lugar em que elas estão e convivem, é pautado por experiências de migração, principalmente nordestinas (Castilho, 2013, p. 164), algo que constitui a vivência de várias mulheres ouvidas. Djamilia Ribeiro, em “Lugar de fala” (2019), menciona:

Melhorar o índice de desenvolvimento humano de grupos vulneráveis deveria ser entendido como melhorar o índice de desenvolvimento humano de uma cidade, de um país. E, para tal, é preciso focar nessa realidade ou, como as feministas negras afirmam há muito: nomear. Se não se nomeia uma realidade, nem sequer serão pensadas melhorias para uma realidade que segue invisível. (Ribeiro, 2019, p. 40-41)

Sublinhamos que o estudo não tem o intuito de classificar violências, pois isso já foi feito (Manso, et. al. 2020). Como resultado, a pesquisa constatou que a violência contra idosas ocorre de forma domiciliar, intrafamiliar, com agravantes em relação a violência de gênero, histórico psiquiátrico, etnia, relações de dependência, evolução de doenças crônico-degenerativas, ambientes físicos inacessíveis, violência financeira e de acesso a direitos básicos, muitas vezes de forma simultânea (p.10-12).

Visto isso, esse estudo conjura um espaço de denúncia. A produção das entrevistas no NCI, com foco em ouvir mulheres, se dispôs a escutar declarações sensíveis sobre os respectivos cotidianos.

As mulheres ouvidas tiveram diferentes reações, influenciadas também pela mudança de espaço, pelo calor e pelo tempo disponível entre as atividades. A escuta feita pelas entrevistadoras foi vista como algo importante, tanto pelas voluntárias quanto pelas trabalhadoras da ONG, que têm o intuito de melhorar a qualidade de discussão e enfrentamento das inúmeras vulnerabilidades a que estão expostas as mulheres de 60 e mais, já que esse espaço é tido, muitas vezes, como rede de apoio das frequentadoras.

## Referências

Bosi, E. **Memória e sociedade: lembranças de velhos** (3a ed.). São Paulo: Companhia das Letras, 1994.

Castilho, J. V. **A favelização do espaço urbano em São Paulo. Estudo de caso: Heliópolis e Paraisópolis**. Dissertação de mestrado, Faculdade de Arquitetura e Urbanismo, Universidade de São Paulo, São Paulo. doi:10.11606/D.16.2013.tde-06082013-095903.

Dutra-Thomé, L.; Rabelo, D. F.; Ramos, D.O.; Góes, E. F. **Racismo e desenvolvimento humano**. Salvador: EDUFBA, 2023.

Editorial. Revista Mais 60. **O Envelhecimento Populacional é um dos Principais Desafios da América Latina e do Caribe**. 2024. Disponível em: <https://www.sescsp.org.br/editorial/ed-86-o-envelhecimento-populacional-e-um-dos-principais-desafios-da-america-latina-e-do-caribe/>

Maia, R. S.; Maia, E. M. C. Evidências psicométricas da adaptação transcultural do Vulnerability Abuse Screening Scale (VASS) para detecção de violência contra idosos. **Rev. bras. geriatr. gerontol.** v.19, n.06, 2016.

Manso, M. E. G., Mello, I. G. R., Lopes, R. G. C. Ageísmo: inter-relação com resiliência e variáveis relacionadas à capacidade funcional em um grupo de idosos. **Revista Kairós-Gerontologia**, v.27, n.1, p. 46-63, 2024. <https://doi.org/10.61583/kairs.v27i1.63>

Manso, M. E. G., Lopes, R. G. C. Violência contra a pessoa idosa, com ênfase no gênero feminino, no cenário da América Latina e Caribe: revisão narrativa. **PAJAR**, v.6, p.29-37, 2018.

Manso, M. E. G.; Lopes, R. G. C.; Ferrarini, B. D. C.; Souza, V. D. C.; Novais, U. N. A. Velhices: Vulnerabilidades sociais e programáticas, segundo cor e gênero. Portal do Envelhecimento e Longevidade. 2023. <https://portaldoenvelhecimento.com.br/velhices-vulnerabilidades-sociais-e-programaticas-segundo-cor-e-genero/#>

Matos, E. M. **Documentário Nossa Senhora da Tripla Jornada**. 2021. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=kTa2TgUK03k>.

Neri, A. L. Contribuições da psicologia ao estudo e à intervenção no campo da velhice. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano** (Online), 2006. Disponível em: <http://seer.upf.br/index.php/rbceh/article/view/46>  
Piedade, V. **Dororidade**. São Paulo: Editora Nós, 2019.

Ribeiro, D. **Lugar de Fala**. São Paulo: Editora Jandaira, 2020.  
UNAS. **Heliópolis, a maior favela de São Paulo**. 2023. Disponível em: <https://www.unas.org.br/heliopolis>

União de Núcleos, Associações dos Moradores de Heliópolis e Região. UNAS. **Documentário Estrada das Lágrimas**. 1992. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=BhXtiiWgAYQ>.

*Data de recebimento: 12/03/2026; Data de aceite: 25/03/2026*

---

**Ruth Gelehrter da Costa Lopes** - Possui graduação em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, mestrado em Psicologia (Psicologia Social) pela PUC-SP e doutorado em Saúde Pública pela USP. É professora Associada da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. Tem experiência na área de Saúde Coletiva, com ênfase em Gerontologia e Psicogerontologia, atuando principalmente nos seguintes temas: processo de envelhecimento, psicoterapia em grupo para idosos, velhice e família.

**Camila Ferreira Soares** - graduanda curso de Psicologia PUC SP.

**Gabriela Martins de Jesus** - graduanda curso de Psicologia PUC SP.

**Sofia Vitória de Camargo Mendes** - graduanda curso de Psicologia PUC SP.

**Maria Elisa Gonzalez Manso** - Médica e bacharel em Direito. Mestrado e pós-doutorado em Gerontologia Social PUC-SP. Doutorado em Ciências Sociais-Antropologia PUC-SP. Pós-graduada em Direito Sanitário FSP-USP, Educação Médica USP e Docência em Saúde UFRGS. Professora titular dos cursos de Medicina e Direito São Camilo SP. Pesquisadora do Núcleo de Estudo e Pesquisa do Envelhecimento (NEPE). Colaboradora do Portal do Envelhecimento e Espaço Longevidade.



Esta obra está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional que permite o uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que a obra original seja devidamente citada.