

The background of the entire cover is a close-up photograph of several hands, likely belonging to older individuals, with visible wrinkles and veins. The image is overlaid with a semi-transparent orange-to-yellow gradient. The title is printed in large, bold, blue capital letters.

# **POR UMA CAUSA MAIOR**

**Arte, Cidadania e Idadismo  
no Envelhecimento**

**COORDENAÇÃO**

**Paula Varanda  
Raquel Ermida**

Título

*Por uma Causa Maior*

*Arte, Cidadania e Idadismo no Envelhecimento*

Coordenação editorial e revisão científica

Paula Varanda e Raquel Ermida

Autores

Carlota Quintão, Feliciano Villar, Filipa Francisco, Joana S. Marques, João Maria André, José Soares Neves, Lara Seixo Rodrigues, Luísa Veloso, Maria João Lima, Maria José Fazenda, Miguel Pereira, Paula Varanda, Rafael Alvarez, Raquel Magayevski, Rita Wengorovius, Rui Telmo Gomes, Stella Bettencourt da Câmara.

Tradução

Susana Jesus Santos (texto em espanhol, de Feliciano Villar)

Fotografias

Bruno Simão, Cíntia Ferreira, Fernando Mendes, Francisco Diogo, Joana Linda, João Cardoso Ribeiro, João Peixoto, Lara Seixo Rodrigues, Louise Kendal, Magda Bizarro, Paulo Abrantes, Pedro Seixo Rodrigues, Rafael Alvarez, Teresa Raquel Martins.

Produção

Paula Varanda, Raquel Ermida e Sofia Gomes

Design gráfico

Rui Silveira

Impressão Finepaper, Lda

Tiragem 250 exemplares

© Companhia Maior e IHA-NOVA FCSH / IN2PAST, novembro 2025

Todos os conteúdos publicados (textos e imagens) são da exclusiva responsabilidade dos autores.

Os autores e autoras foram livres de usar ou não o novo Acordo Ortográfico.

Esta obra está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição - NãoComercial -

SemDerivações 4.0 Internacional.

Companhia Maior

Rua Jorge Castilho, n.º1613F, 1.ºA, 1900-272 Lisboa

website: <http://companhiamaior.pt/>

Instituto de História da Arte

Colégio Almada Negreiros, Campus de Campolide

1099-032 Lisboa, Portugal

website: <https://institutodehistoriadaarte.com/>

ISBN (suporte eletrónico): 978-989-9300-02-6

ISBN (suporte Impresso): 978-989-9300-03-3

DOI: <https://doi.org/10.34619/reuh-b5iy>

Depósito legal 557146/25

O IHA é financiado por fundos nacionais através da FCT - Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., no âmbito do projeto UID/00417/2025, DOI <https://doi.org/10.54499/UID/00417/2025>.

# Por uma Causa Maior

Arte, Cidadania e Idadismo no Envelhecimento

COORDENAÇÃO

Paula Varanda e Raquel Ermida

COMPANHIA MAIOR

Apoios



UMA INICIATIVA:



FUNDAÇÃO  
CALOUSTE  
GULBENKIAN



Parceiro Institucional



CULTURA, JUVENTUDE  
E DESPORTO



## AGRADECIMENTOS

---

Este livro resulta do empenho coletivo de várias pessoas, em diferentes etapas e funções, e do apoio de diversas instituições fundamentais para a sua realização. Agradecemos pessoalmente ao Mário Carneiro da Fundação GDA, à Narcisa Costa da Fundação Calouste Gulbenkian, à Laurentina Pereira da Câmara Municipal de Lisboa e à Dália Paulo da Câmara Municipal de Loulé. Todos eles representantes das instituições envolvidas na trajetória do projeto Causa Maior, que deu origem a este livro, asseguraram meios imprescindíveis para o publicar. Um muito obrigada à equipa executiva do Instituto de História da Arte — Ana Paula Louro, Frederico Duarte e Sofia Guiomar, sempre ao lado deste projeto — e ao nosso colega Bruno Marques, entusiasta coordenador do grupo CAST do IHA. Estamos também muito gratas à comissão científica e a todos os oradores e organizadores da conferência *Por uma Causa Maior: Arte Cidadania e Idadismo no Envelhecimento*, realizada em 2023 no Centro Cultural de Belém. Foi com grande generosidade que os autores se deram ao rigoroso trabalho de escrita e revisão dos seus textos para esta publicação, bem como à recolha e disponibilização das fotografias que ilustram as práticas aqui representadas. Agradecemos ainda à equipa da Companhia Maior pelo acompanhamento profissional e boa energia: Luísa Taveira (revisão), João Cardoso Ribeiro (fotografia) e Sofia Gomes (produção). Foi um prazer dialogar com todos e criar mais conhecimento sobre esta causa maior.

Paula Varanda e Raquel Ermida

## ÍNDICE

|                  |    |
|------------------|----|
| Introdução ..... | 4  |
| Resumos .....    | 11 |

### **Parte I**

#### **Estudos sobre o contributo das artes**

|   |           |
|---|-----------|
| <b>para um envelhecimento ativo .....</b> | <b>19</b> |
|---|-----------|

|  |    |
|--|----|
| Envelhecimento ativo, generatividade<br>e atividade artística na velhice<br>FELICIANO VILLAR ..... | 20 |
|--|----|

|   |    |
|---|----|
| O papel das artes no tempo da idade maior<br>JOÃO MARIA ANDRÉ ..... | 34 |
|---|----|

|   |    |
|---|----|
| Práticas culturais e participação artística:<br>contributo para a análise dos modos de relação<br>dos seniores com a cultura e as artes<br>JOSÉ SOARES NEVES, MARIA JOÃO LIMA E RUI TELMO GOMES ..... | 46 |
|---|----|

|  |    |
|--|----|
| A importância das práticas culturais intergeracionais<br>para o envelhecimento ativo<br>STELLA BETTENCOURT DA CÂMARA ..... | 71 |
|--|----|

### **Parte II**

|  |           |
|--|-----------|
| <b>Em análise: o caso da Companhia Maior .....</b> | <b>87</b> |
|--|-----------|

|  |    |
|--|----|
| Criar e interpretar na Companhia Maior:<br>memórias de vida, mudanças na continuidade<br>e experiências de transformação<br>MARIA JOSÉ FAZENDA ..... | 88 |
|--|----|

|   |            |
|---|------------|
| A singularidade de uma companhia de artes<br>performativas como lugar de exercício<br>de cidadanias maiores<br>LUÍSA VELOSO, JOANA S. MARQUES E CARLOTA QUINTÃO ..... | 127        |
| O Arquivo Digital da Companhia Maior<br>PAULA VARANDA E RAQUEL MAGAYEVSKI .....   | 155        |
| <b>Parte III</b>  |            |
| <b>Projetos artísticos com a idade maior .....</b>  | <b>173</b> |
| O trabalho com a minha mãe<br>MIGUEL PEREIRA .....  | 174        |
| Uma rede de afetos<br>FILIPA FRANCISCO .....  | 183        |
| <i>Tsugi</i> - Dança contemporânea e envelhecimento criativo<br>RAFAEL ALVAREZ .....  | 191        |
| O LATA 65 como garantia de acesso<br>e participação cultural a maiores de 65<br>LARA SEIXO RODRIGUES .....  | 203        |
| Teatro Umano:<br>os desejos não envelhecem nunca! O desejo<br>como construtor da arte e do envelhecimento criativo<br>RITA WENGOROVIVUS .....                         | 211        |
| <i>Quero dançar o poente</i> (Bonifrates).<br>Notas e memórias a propósito de uma criação teatral<br>sobre o envelhecimento criativo<br>JOÃO MARIA ANDRÉ .....        | 228        |
| Notas biográficas dos autores .....   | 242        |
| Programa da conferência 2023 .....  | 248        |

# A nossa causa maior: o envelhecimento como gesto artístico e de cidadania

PAULA VARANDA E RAQUEL ERMIDA

A discriminação com base na idade, assente em estereótipos e preconceitos contra as pessoas mais velhas, é um problema que de maneira generalizada atravessa os diferentes Estados-membros da União Europeia. Este tipo de idadismo é uma das principais conclusões apresentadas pela Assembleia Parlamentar do Conselho da Europa na Resolução 2592 (2025): *Combater a discriminação etária contra as pessoas mais velhas*<sup>1</sup>. O relatório ressalta que essa discriminação funciona como se fosse “natural” ou inevitável, quando na realidade o envelhecimento não deve resultar na perda de direitos, uma vez que estas pessoas mantêm (ou mantiveram) contribuição social significativa através do seu trabalho, experiência ou voluntariado ao longo das suas vidas.

O documento salienta ainda a importância de mudar o enfoque de uma visão assistencialista para uma perspetiva das pessoas mais velhas enquanto sujeitos de ação, afirmando-se a necessidade de uma abordagem

---

<sup>1</sup> O relatório pode ser consultado aqui: <https://rm.coe.int/as-ega-report-overcoming-age-based-discrimination-against-older-person/1680b2ba50>. Último acesso: 27/10/25. Título original em inglês: *Overcoming age-based discrimination against older persons*.

interseccional ao problema. Afinal, as pessoas *maiores*<sup>2</sup> não formam um grupo homogêneo e as experiências dessa fase da vida variam conforme gênero, orientação sexual, migração, etnia, situação socioeconômica ou de incapacidade física e mental. Pelo que são várias as áreas onde é necessário intervir. No documento, exorta-se os Estados a reverem leis e políticas que incluam a discriminação por idade de forma explícita, a educar e sensibilizar para uma mudança da narrativa social sobre o envelhecimento, a assegurarem aos mais velhos a sua autonomia e participação nas decisões que dizem respeito às suas vidas e ainda a garantirem o acesso à habitação, a cuidados de saúde e à informação<sup>3</sup>.

Para implementar estas medidas e combater um problema que é reconhecido como estrutural, a intervenção dos organismos públicos é essencial, embora não responda integralmente à sua complexidade. É também indispensável o envolvimento ativo da sociedade civil pois é nela, e em particular no campo da cultura (no seu sentido mais lato), que se jogam as transformações mais profundas e duradouras, das mais positivas às mais negativas.

Com efeito, é no campo da cultura que muitas das narrativas sobre a idade se formam e se reproduzem — nos *media*, nas imagens, nas histórias que contamos e nas verdades que ocultamos, porventura estrategicamente. Como defende Margaret Morganroth Gullette (2004), o envelhecimento é antes de mais uma construção cultural, moldada por discursos de declínio e obsolescência, construção essa que, segundo a autora, a arte tem o potencial de desafiar. Porém, para contrariar e inverter essa lógica, é imperativo dar visibilidade e voz às pessoas mais velhas, não apenas como destinatárias de políticas públicas, mas como produtoras de cultura e de conhecimento, capazes de atribuir novos sentidos às imagens consolidadas da velhice (Woodward, 2006; Hepworth, 2000). É aqui que as artes podem desempenhar um papel transformador: oferecem um espaço para imaginar outras temporalidades e

---

2 Termo emprestado do castelhano para nos referirmos às pessoas mais velhas.

3 A este respeito, o relatório refere ainda que a transformação digital em curso e a maior automação dos processos pode resultar na exclusão de pessoas mais velhas, sendo por isso necessário garantir outros modos de acessibilidade à informação que não passem pelo online.

devolver ao envelhecimento uma dimensão de criação, desejo e continuidade, como o demonstra Anne Basting (2009) no seu trabalho sobre *creative aging*. A gerontóloga e artista mostra como os processos de criação coletiva — especialmente através da construção de narrativas, do teatro e da *performance* — podem reconectar as pessoas e as comunidades, restituindo sentido, autoestima e pertença a quem a sociedade tende a excluir. As artes podem assim resgatar a experiência da velhice do plano meramente social, tornando-a num território de imaginação, de memória, de presente e de futuro. Aliás, o papel de instituições culturais e artísticas pode ser chave, pois contribui para a desconstrução de estereótipos e estimula o envolvimento efetivo das pessoas mais velhas na vida coletiva.

Tem sido esta a missão da Companhia Maior (CM) nos seus já 15 anos de existência. Este projeto de criação artística na área das artes performativas tem como pilar a promoção da criatividade na idade maior, mantendo uma atividade regular e profissionalizada com atores com mais de 60 anos. A intergeracionalidade é um dos alicerces da CM, pela qual têm passado prestigiados criadores de diversas faixas etárias. Esse trabalho conjunto tem estimulado o debate sobre o papel das artes e da cultura na construção de soluções eficazes para um envelhecimento com sentido, dignidade e reconhecimento, ao mesmo tempo que nos confronta com várias questões e instiga à procura de respostas: Que papel pode ter a criação artística — e as instituições culturais que a acolhem — na redefinição das representações convencionais da idade maior e na afirmação do valor da experiência como motor de renovação estética, humana e democrática? Que novas formas de participação e de cidadania cultural podem emergir quando as pessoas mais velhas deixam de ser vistas apenas como público e passam a ser autoras, intérpretes e mediadoras de processos criativos? De que modo o corpo envelhecido — tantas vezes invisibilizado ou associado ao declínio — pode tornar-se matéria estética e política, lugar de saber e de presença? Como podem as práticas artísticas e intergeracionais contribuir para reconfigurar o espaço público, afirmando a cultura enquanto lugar de diálogo, cuidado e reconhecimento mútuo?

A necessidade de alargar esta discussão e de incluir novos interlocutores, motivaram a organização da primeira edição da conferência *Por uma*

*Causa Maior: Arte, Cidadania e Idadismo no Envelhecimento*<sup>4</sup>. Realizada a 23 e 24 de novembro de 2023, no Centro Cultural de Belém (Lisboa), este foi o resultado de uma colaboração entre a Companhia Maior e os centros de investigação IHA-NOVA FCSH/IN2PAST, CIES\_Iscte e INET-md-Polo FMH - UL. Neste encontro interdisciplinar, reuniram-se investigadores, artistas e mediadores culturais de diferentes campos disciplinares, práticas culturais e formatos de criação artística.

É neste contexto que surge este livro, que reúne as várias comunicações apresentadas, revistas entretanto pelos autores para integrarem esta publicação. A sua estrutura em três partes reflete um percurso que vai do pensamento à prática e da reflexão teórica à criação, analisando o modo como as artes e as ciências sociais têm contribuído para repensar o envelhecimento e o lugar das pessoas mais velhas na cultura contemporânea.

Os textos reunidos na **Parte I - Estudos Sobre o Contributo das Artes para um Envelhecimento Ativo**, convergem numa ideia essencial: a idade em que o envelhecimento se acentua não é apenas uma etapa da vida, mas um processo no qual ocorre produção simbólica e social que pode — e deve — ser vivido como potência criadora. Feliciano Villar propõe um ponto de partida fundamental ao relacionar envelhecimento e generatividade, sublinhando que as atividades artísticas não são mero passatempo, mas formas de deixar um legado e de continuar a participar no mundo. Essa visão é retomada por João Maria André que, a partir do teatro, sublinha o papel do corpo como sujeito de expressão e de conhecimento, mostrando como as artes performativas articulam memória, presença e imaginação num tempo de maturidade. Por seu lado, José Soares Neves, Maria João Lima e Rui Telmo Gomes trazem a este debate um alerta sobre a realidade do terreno: com base em dados concretos, sublinham que as práticas culturais em Portugal continuam a reproduzir desigualdades de acesso, e que a ideia de envelhecimento ativo só ganha sentido quando traduzida em expressão efetiva e diferenciada na paisagem dos públicos da cultura. As estatísticas tornam-se

---

4 Para mais informações sobre a primeira edição da conferência, consultar aqui: <https://companhia-maior.pt/conferencia-causa-maior/>. Último acesso: 15/11/25.

aqui contraponto aos ideais, revelando as fronteiras ainda por transpor. Já Stella Bettencourt da Câmara propõe as práticas culturais intergeracionais como via de ação que, ao promoverem encontros entre gerações, desafiam a homogeneização etária, criam novos espaços de solidariedade e aprendizagem mútua e proporcionam uma perspetiva de longevidade para a qual nos devemos consciencializar e preparar desde cedo.

Em seguida, na **Parte II - Em Análise: o Caso da Companhia Maior**, mergulhamos num exemplo concreto, tomando a CM como caso de estudo. Os três textos que a compõem olham para o mesmo projeto a partir de ângulos distintos. Maria José Fazenda revisita a história da companhia e observa como os seus processos artísticos transformam a memória e o tempo em matéria performativa. Para Fazenda, os corpos que envelhecem em cena não ilustram a velhice, pensam-na: fazem dela gesto, ritmo, presença. Luísa Veloso, Joana Marques e Carlota Quintão, por seu turno, responsáveis pelo estudo de impacte realizado para o projeto Causa Maior<sup>5</sup>, deslocam o olhar para o plano institucional e político, entendendo a Companhia Maior como um espaço de exercício de cidadania. Para as autoras, o palco como lugar de emancipação e reconhecimento é, necessariamente, dotado de potencial democrático. Já Paula Varanda e Raquel Magayevski prosseguem os passos de salvaguardar um legado para o futuro: ao construírem o Arquivo Digital da CM, inscrevem o projeto numa temporalidade expandida, onde o passado se torna recurso e o testemunho se converte em património. No diálogo entre os três textos, emerge uma visão de conjunto: a Companhia Maior como corpo coletivo que reúne arte, memória e política, transformando o envelhecimento em ato criador e cívico.

Por fim, a **Parte III - Projetos Artísticos com a Idade Maior** alarga o campo das experiências e mostra a multiplicidade de linguagens que o envelhecimento pode inspirar nas artes contemporâneas. *O Trabalho com a Minha Mãe*, de Miguel Pereira, parte da intimidade radical entre mãe e filho para revelar a degeneração pela demência como espaço de vulnerabilidade e de

---

5 - Causa Maior foi um projeto desenvolvido pela Companhia Maior (2021-2024), apoiado pela Fundação Calouste Gulbenkian e pela Fundação "la Caixa" através da iniciativa PARTIS & Art for Change.



ternura — uma dança do cuidado que se equilibra entre humor, cumplicidade e risco. Noutro registo, Rafael Alvarez, com *Tsugi*, celebra o corpo envelhecido através da metáfora japonesa do *kintsugi*: reparar as fissuras com ouro para lhes dar valor. O corpo torna-se aqui arquivo e resistência, numa estética da imperfeição que responde à fragilidade descrita por Miguel Pereira com a afirmação da beleza do tempo.

Ao diálogo entre o íntimo e o simbólico juntam-se práticas que exploram o coletivo. *Uma Rede de Afetos*, de Filipa Francisco, parte do território e da relação entre gerações para pensar a dança como viagem de encontro e continuidade; o projeto *LATA 65*, de Lara Seixo Rodrigues, desloca a criação para o espaço público, permitindo que pessoas com mais de 65 anos assinem a cidade com a sua presença e expressão. Estes dois projetos desenharam uma geografia de corpos e lugares que configuram dois exemplos importantes de participação cultural. Rita Wengorovius, com o *Teatro Humano*, introduz o desejo como matéria criativa — um desejo que não envelhece e que reabre a capacidade de imaginar. Por fim, João Maria André regressa com *Quero Dançar o Poente*, propondo um “teatro testemunhal” que dá voz a quem foi silenciado, transformando a experiência vivida em matéria poética e partilhada.

No seu conjunto, os diferentes textos convergem para uma visão plural do envelhecimento enquanto processo criativo, relacional e político, propondo a criação artística como prática de reinterpretação simbólica das imagens que representam a idade, como exercício de cidadania cultural e como campo de diálogo entre estética e ética.

Todavia, o envelhecimento é presente e futuro e esse tempo é e será marcado por vários desafios. A Europa envelhece a um ritmo acelerado e o aumento da esperança de vida não tem sido acompanhado por medidas capazes de responder às suas implicações sociais e de saúde. Num contexto marcado pela retração do Estado social, pela precariedade das estruturas culturais e pela ascensão de discursos populistas e excludentes, a valorização da idade *maior* corre o risco de se tornar refém de agendas conjunturais. O crescimento da extrema-direita em vários países europeus, com a consequente desvalorização das artes, da solidariedade intergeracional e das políticas

de cuidado, torna ainda mais urgente afirmar o envelhecimento como uma questão de democracia cultural e de direitos humanos.

Projetos como a Companhia Maior e aqueles que aqui se reúnem são a evidência de que a cultura pode ser um espaço de resistência simbólica e de coesão social. Mas a continuidade dos mesmos depende de políticas públicas consistentes de financiamento, de reconhecimento institucional e de vontade coletiva. Investir na arte feita *por* e *com* pessoas mais velhas é investir numa sociedade que reconhece o valor da experiência, da escuta e da memória partilhada. Manter vivos estes lugares de criação e democratizar a fruição cultural é, por isso, garantir que uma etapa da vida marcada pelo envelhecimento não é apenas sobrevivência (à perda, à doença ou ao isolamento), mas um tempo aberto à imaginação e à possibilidade de participar na construção do comum.

## Referências

- Basting, A. D. (2009). *Forget Memory: Creating Better Lives for People with Dementia*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Conselho da Europa, Assembleia Parlamentar. (2024). *Overcoming age-based discrimination against older persons* (Relatório n.º 2592 (2025), Relatora: A. Eder-Gitschthaler). Conselho da Europa. <https://rm.coe.int/as-ega-report-overcoming-age-based-discrimination-against-older-person/1680b2ba50>
- Gullette, M. M. (2004). *Aged by Culture*. Chicago: University of Chicago Press.
- Gullette, M. M. (2017). *Ending Ageism, or How Not to Shoot Old People*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Hepworth, M. (2000). *Stories of Ageing*. Buckingham: Open University Press.
- Woodward, K. (2006). *Aging and Its Discontents: Freud and Other Fictions*. Bloomington: Indiana University Press.

## RESUMOS

---

### PARTE I

#### ESTUDOS SOBRE O CONTRIBUTO DAS ARTES PARA UM ENVELHECIMENTO ATIVO

##### **Envelhecimento ativo, generatividade e atividade artística na velhice**

FELICIANO VILLAR

No presente texto, explora-se a mudança de paradigma na visão das pessoas idosas, para uma visão mais positiva e menos centrada no declínio, e como a atividade artística na velhice pode contribuir para esta mudança. Assim sendo, começamos por rever o conceito de envelhecimento ativo, que sublinha a importância de se manter empenhado e ativo durante a reforma. No entanto, este conceito não diferencia os tipos de atividades e o seu impacto na pessoa idosa e na comunidade. Para tal, apresentamos o conceito de generatividade na velhice como forma de desenvolver atividades que, ao mesmo tempo que contribuem para o crescimento pessoal, melhoram os contextos familiares ou comunitários em que se inserem. Neste sentido, concluímos apresentando a atividade artística na velhice como uma atividade geradora em dois sentidos: em primeiro lugar, através da criação de uma obra, individual ou coletiva, que enriquece o artista e o seu público; em segundo lugar, porque oferece a oportunidade de orientar, supervisionar e ensinar em situações assimétricas (professor-aluno) ou simétricas (aprendizagem entre pares).

##### **O papel das artes no tempo da idade maior**

JOÃO MARIA ANDRÉ

Neste ensaio, num registo simultaneamente filosófico, antropológico e estético, começamos por caracterizar os quatro grandes dispositivos que são ativados nas artes performativas e que merecem uma atenção especial numa antropologia da idade maior: a consciência, o corpo, a memória e a imaginação. Juntamos a

esta perspetivação antropológica uma reflexão holística sobre os três principais sentidos mobilizados nas artes performativas e cuja ativação e intensificação se revelam de especial importância em fases da vida de uma idade mais avançada: a visão, o ouvido e o tato. Na última secção, propomos um programa de intervenção nacional e municipal que permita apoiar as instituições que acolhem e trabalham com pessoas de idade maior através do recurso a artistas/formadores especializados, numa perspetiva análoga à que está a ser implementada a nível educativo com o Plano Nacional das Artes.

### **Práticas culturais e participação artística:**

#### **contributo para a análise dos modos de relação dos seniores com a cultura e as artes**

JOSÉ SOARES NEVES, MARIA JOÃO LIMA E RUI TELMO GOMES

O envelhecimento ativo é reconhecido pelas políticas públicas e pelas instituições culturais com medidas que visam facilitar o acesso a práticas culturais e artísticas e por projetos de participação artística. O acesso e as práticas de visita às instituições e a eventos culturais e artísticos constituem uma vertente da relação dos seniores — normalmente reformados ou maiores de 65 anos — com a cultura, que estudos quantitativos permitem aferir. Outra vertente é a participação em atividades artísticas expressivas, objeto de estudos qualitativos. São duas vertentes que se complementam valorizando a integração social, o envelhecimento ativo e o bem-estar. Com este texto visamos contribuir para uma reflexão sobre o estado da arte dos modos de relação dos seniores com a cultura e as artes em Portugal, com base nos estudos atualmente disponíveis, dados sobre ingressos, inquéritos aos públicos, inquéritos às práticas culturais e outras fontes documentais, incluindo estudos sobre participação artística.

#### **A importância das práticas culturais intergeracionais para o envelhecimento ativo**

STELLA BETTENCOURT DA CÂMARA

Vivemos uma transformação demográfica sem precedentes: a população mundial está a envelhecer rapidamente, enquanto a proporção de jovens diminui. Portugal destaca-se entre os países mais envelhecidos, com 24,1% da população

com 65 ou mais anos e apenas 12,8% com menos de 15. Esta transição gera desafios significativos, nomeadamente no reforço da coesão social e na promoção de um envelhecimento ativo e saudável. O envelhecimento ativo assenta em quatro pilares — saúde, segurança, participação e aprendizagem ao longo da vida — e requer políticas inclusivas que valorizem todas as idades. As práticas culturais intergeracionais (PCI) surgem como uma estratégia eficaz para combater o idadismo e promover a solidariedade entre gerações. Através da partilha de experiências, saberes e valores, as PCI reforçam o bem-estar, a autoestima, a empatia e a cidadania ativa, beneficiando tanto os mais velhos como os mais jovens. Ocorrendo em escolas, centros culturais ou espaços públicos, estas práticas estimulam a criatividade, preservam tradições e promovem a inovação cultural. São, assim, fundamentais para construir uma sociedade mais justa, inclusiva e coesa, onde todas as gerações tenham voz e lugar. Promover as PCI é investir num futuro em que envelhecer seja sinónimo de participação plena e digna.

## PARTE II

### EM ANÁLISE: O CASO DA COMPANHIA MAIOR

#### **Criar e interpretar na Companhia Maior: memórias de vida, mudanças na continuidade e experiências de transformação**

MARIA JOSÉ FAZENDA

No panorama euro-americano das artes performativas, tem-se assistido, nos últimos anos, a um interesse crescente por parte de vários artistas em trabalhar com intérpretes seniores. Um exemplo paradigmático desta tendência é o trabalho da Companhia Maior, grupo profissional fundado em 2010, em Lisboa. Centrando-nos especialmente em três das suas primeiras criações — *Bela Adormecida* (2010), peça escrita e encenada por Tiago Rodrigues; *Maior* (2011), coreografia de Clara Andermatt; e *Estalo Novo* (2013), com direção artística de Ana Borralho e João Galante —, propomo-nos discutir as representações postas em cena pelos criadores, bem como conhecer as motivações e as experiências vividas pelos intérpretes.

A colaboração entre criadores mais novos, como os referidos, e artistas de idade mais avançada parece configurar um contexto particularmente propício à exploração de temas ligados à temporalidade que estrutura a existência

humana — como a percepção do tempo e a memória. Para os performers, a atuação de memórias culturais e sociais partilhadas constitui um importante fator de aproximação afetiva e profissional. No entanto, o que mais valorizam neste trabalho é a possibilidade de darem continuidade à sua vida profissional e artística, bem como de se abrirem a novos desafios — vividos em conjunto — simultaneamente estimulantes e transformadores.

### **A singularidade de uma companhia de artes performativas como lugar de exercício de cidadanias maiores**

LUÍSA VELOSO, JOANA S. MARQUES E CARLOTA QUINTÃO

O presente texto condensa uma análise do projeto *Causa Maior*, desenvolvido pela Companhia Maior associação cultural, o qual contempla um processo de animação, reflexão e assunção, por parte do elenco, de um posicionamento de *advocacy* em torno do valor social desta companhia e da necessidade de promoção de políticas públicas direcionadas para pessoas seniores, conducentes à afirmação de uma “idade maior”, desprovida de estereótipos e de preconceitos. Foi desenvolvido um trabalho de proximidade e colaboração com o elenco durante três anos, assente numa metodologia que integrou a realização de entrevistas em profundidade a todos os elementos do elenco, a recolha e análise documental, a observação direta de momentos-chave do processo desenvolvido, momentos de auscultação conjunta de membros do elenco e o acompanhamento de um conjunto de atividades da Companhia Maior. Este trabalho permitiu-nos afirmar a Companhia Maior como um ator coletivo que condensa múltiplas formas de resistência: às condições materiais adversas da criação artística e à invisibilização de corpos dissonantes nas artes e na sociedade em geral. O processo percorrido com o elenco permitiu ainda afirmar a sua voz ativista e desenvolver um processo de co-construção do seu “cartão de identidade” com o qual concluímos este texto.

### **O Arquivo Digital da Companhia Maior**

PAULA VARANDA E RAQUEL MAGAYEVSKI

Este texto, feito a quatro mãos, descreve a pesquisa desenvolvida no âmbito da organização do espólio documental da Companhia Maior com vista à elaboração

do seu arquivo e, em particular, do output final, a criação do Arquivo Digital da Companhia Maior, disponível desde junho de 2023. Descrevem-se aqui as intenções, os materiais, a metodologia, a pesquisa concretizada em referências teóricas e arquivos digitais de artes performativas em diferentes tipos de organização, terminando com uma apresentação da estrutura final do arquivo em termos de categorização dos documentos e da sua disposição para acesso aberto online.

### PARTE III

#### PROJETOS ARTÍSTICOS COM A IDADE MAIOR

##### **O trabalho com a minha mãe**

MIGUEL PEREIRA

*Miquelina e Miguel*, o espectáculo que criei com a minha mãe, foi um marco no meu percurso pessoal e artístico. A minha mãe vem desenvolvendo há mais de dez anos, um processo de demência com implicações profundas no núcleo familiar e social. Assimilar a doença com a criação artística levou-me a uma reflexão sobre a minha identidade pessoal e profissional. Nesta apresentação revejo questões que me interessam, como o lado amador das artes, o corpo não experiente em cena, a arte como um espaço de risco, e a projeção do meu reflexo íntimo numa dimensão mais abrangente sobre a condição e existência humanas. Cheguei ao espectáculo *Miquelina e Miguel* numa nova fase das nossas vidas comuns, onde a relação mais formal e distante, de mãe e filho, se esbateu e permitiu uma nova aproximação dominada pela ternura, o cuidado e também pelo lúdico. Levar a minha mãe para o estúdio foi um processo maravilhoso. A peça oscila entre uma estrutura definida e a total imprevisibilidade. Cada apresentação é irrepetível. Foi a primeira vez que estive num lugar tão difícil quanto desafiante e prazeroso. Tudo pode realmente emergir e acontecer.

##### **Uma rede de afetos**

FILIPA FRANCISCO

Neste texto apresentamos uma breve síntese do que é e o que faz a associação Mundo em Reboição. Os seus afetos e a importância do projeto *A Viagem* no seu trabalho artístico. Tal como em *A Viagem*, a associação trabalha na ligação entre

diferentes territórios e pessoas; no cruzamento do tradicional com o contemporâneo; no empoderamento e na valorização. Procura espaços e linguagens que aumentem o encontro com o público.

### ***Tsugi* - Dança contemporânea e envelhecimento criativo**

RAFAEL ALVAREZ

*Tsugi* é um projeto de criação coreográfica e mediação artística, de carácter multidisciplinar (dança e fotografia), intergeracional e inclusivo, que convoca simbólica e metaforicamente a técnica artesanal e milenar japonesa do *kintsugi*, onde as fissuras e as marcas da passagem do tempo são realçadas, assumindo naturezas e presenças perfeitamente imperfeitas. A plataforma *Tsugi* investe numa lógica de cooperação artística, promovendo encontros e diálogos criativos de âmbito intergeracional e intercultural, reunindo e facilitando em diferentes momentos encontros e intercâmbios artísticos, em especial entre participantes maiores de 55 anos de diferentes regiões do país e, pontualmente, da região de Paris.

### **O LATA 65 como garantia de acesso e participação cultural a maiores de 65**

LARA SEIXO RODRIGUES

O LATA 65 consiste num workshop de arte urbana direccionado a maiores de 65, ministrado em ambientes de trabalho descontraídos, ideais para a aprendizagem das mais variadas técnicas de intervenção nas ruas. Este projecto pretende aproximar os menos jovens a uma forma de expressão habitualmente associada aos mais novos, provando desta forma que conceitos como envelhecimento activo e solidariedade entre gerações fazem, a cada dia, mais sentido. O LATA 65 pretende ainda demonstrar que a arte urbana tem o poder de fomentar, promover e valorizar a democratização do acesso à arte contemporânea, pela simplicidade e naturalidade com que atinge as mais variadas faixas etárias. Ao longo de mais de uma década de actuação, é possível confirmar que o LATA 65 resulta num aumento (ou retorno) de confiança, permitindo ao idoso a sua (re)descoberta, a sua inclusão na comunidade, restaurando a sua participação activa e simbólica na sociedade. O projeto demonstra assim que a idade é (apenas) um número.



**Teatro Umano: os desejos não envelhecem nunca!****O desejo como construtor da arte e do envelhecimento criativo**

RITA WENGOROVIVUS

Este artigo analisa o trabalho do Teatro Umano (TU) com idosos, investigando acerca da relação entre o teatro, o desejo e o envelhecimento criativo numa abordagem artística intergeracional, corporal e comunitária. A abordagem artística do TU desde 2012 com idosos, parte da premissa de que o desejo, como motor criativo, é perene e essencial para a construção de novas narrativas de vida na maturidade. A pesquisa-ação é a base metodológica, que integra prática artística e investigação em diversos contextos com comunidades seniores, promovendo a criatividade como um meio de transformação social. Discutem-se os impactos do teatro na saúde emocional, social e cultural dos seniores, avaliando-se o papel da arte como resposta ao isolamento social, à construção da identidade e à importância das relações intergeracionais. O artigo reflete também sobre as potencialidades do envelhecimento criativo através de uma abordagem artística inclusiva e inovadora.

***Quero dançar o poente* (Bonifrates). Notas e memórias****a propósito de uma criação teatral sobre o envelhecimento criativo**

JOÃO MARIA ANDRÉ

Neste texto procuramos apresentar o processo criativo da peça de teatro *Quero dançar o poente*, da Cooperativa Bonifrates de Coimbra, sobre o envelhecimento ativo e criativo. Assim, são referidas as diversas fases por que passou a construção, montagem e encenação da peça, que se inscreve no que chamamos teatro testemunhal, numa interação com a comunidade, são indicadas as personagens criadas nesse processo e algumas das cenas da peça e são extraídas notas conclusivas sobre este tipo de trabalho teatral e os recursos e dispositivos que mobiliza.



PARTE I

# **ESTUDOS SOBRE O CONTRIBUTO DAS ARTES PARA UM ENVELHECIMENTO ATIVO**

Elenco da Companhia Maior  
Fotografia © João Cardoso Ribeiro

# Envelhecimento ativo, generatividade e atividade artística na velhice

**FELICIANO VILLAR**

Departamento de Cognición, Desarrollo y Psicología de la Educación,  
Universidad de Barcelona (Espanha).

## **PALAVRAS-CHAVE**

ENVELHECIMENTO ATIVO, GENERATIVIDADE, DESENVOLVIMENTO PESSOAL,  
LEGADO, CRIATIVIDADE, ATIVIDADE ARTÍSTICA

## **Envelhecimento ativo e a importância da atividade**

É sabido que nas últimas décadas temos vindo a assistir a um processo de envelhecimento da população. Este processo envolve, por um lado, um aumento da longevidade (estamos a atingir idades cada vez mais elevadas) e, por outro, uma diminuição da taxa de natalidade, o que significa que o peso dos idosos no conjunto da população é cada vez maior. Assim, por exemplo, em países como Portugal, a percentagem de pessoas com mais de 65 anos de idade passou de 18,8% em 2011 para quase 24% em 2022. Ou seja, um aumento de quase cinco pontos percentuais em pouco mais de uma década (Eurostat, 2023).

No entanto, embora esta tendência demográfica seja importante, na nossa opinião é mais significativa a mudança no perfil das pessoas idosas a que também estamos a assistir. Ou seja, as mudanças não são apenas quantitativas, mas também qualitativas. Assim, as gerações de idosos que hoje atingem a velhice fazem-no em muito melhores condições de saúde do que as gerações anteriores. De acordo com os dados da OMS (2021), quando atingimos os 60 anos, podemos esperar ter uma esperança de vida saudável, sem incapacidade, de mais de 15 anos, ao nível mundial, sendo essa expectativa particularmente elevada (até 17 anos) em alguns países europeus. De forma semelhante, o nível de escolaridade das pessoas idosas melhorou muito significativamente nas últimas décadas. Por exemplo, em 2004, apenas 5% dos portugueses e 13% dos espanhóis com idades compreendidas entre os 55 e os 74 anos tinham formação universitária. Dezoito anos mais tarde, em 2022, estes números eram de 16,5% para os portugueses e 26% para os espanhóis (Eurobarómetro, 2023). Estas mudanças na saúde e na educação implicam, sem dúvida, mudanças fundamentais nos estilos de vida e nas expectativas das pessoas idosas.

Por outro lado, estes dados sugerem a importância de políticas sociais e de investigação que reflitam uma forma de envelhecimento saudável, e que potenciem o desenvolvimento do indivíduo e o seu bem-estar psicológico ao longo destes anos de vida. Estes dados colocam também um desafio quanto à forma de aumentar ainda mais estes anos de boa saúde e de reduzir, tanto

quanto possível, os anos de dependência ou de doença incapacitante durante este processo de envelhecimento.

Ainda assim, a tendência para observar o envelhecimento sobretudo na perspectiva da patologia ou das necessidades de cuidados que podem ser exigidos durante este período está ainda muito enraizada na nossa sociedade. Por exemplo, Ayalon et al. (2020), numa análise temática dos últimos 60 anos de investigação nas principais revistas de psicologia e gerontologia social, destacam que as principais publicações nestas revistas se centraram em temas como o funcionamento cognitivo na velhice e os cuidados dependentes que ocorrem formalmente em lares residenciais ou informalmente no âmbito das relações familiares. Ambas as temáticas tendem a realçar as dificuldades cognitivas enfrentadas pela pessoa à medida que envelhece ou a sobrecarga emocional de ser um prestador de cuidados de uma pessoa dependente. A superação destes marcos de declínio associados à velhice, necessitam de enquadramentos teóricos robustos que possam defender uma visão positiva e transversal do que significa envelhecer.

Nas últimas décadas, uma multiplicidade de termos tem sido proposta, tanto por organizações como pela própria investigação, numa tentativa de salientar a existência de um bom envelhecimento e quais os elementos que fariam parte dele. Termos como envelhecimento saudável (OMS, 2015), envelhecimento ativo (OMS, 2002) ou envelhecimento satisfatório ou bem-sucedido (Baltes e Baltes, 1993; Rowe e Kahn, 2015), entre outros, refletem este interesse pelo bom envelhecimento. Um dos que teve maior implementação teórica e ligação com as políticas sociais tem sido o envelhecimento ativo.

A ideia de se manter ativo como chave para envelhecer bem não é nova. Já na década de 60 do século passado, Havighst (1961) salientava este aspeto como um elemento fundamental para envelhecer bem. Anos mais tarde, a Organização Mundial de Saúde adotou este conceito para promover o que designou de envelhecimento ativo. Na sua formulação original, o envelhecimento ativo foi definido como “o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança para melhorar a qualidade de vida à medida que envelhecemos” (OMS, 2002, p. 22). A partir deste enquadramento, foram criados indicadores que permitem estabelecer um índice de

envelhecimento ativo para monitorizar e orientar as políticas comunitárias e nacionais neste domínio (Zaidi et al., 2018). Entre os indicadores considerados, incluem-se atividades como o trabalho remunerado, a participação em atividades de voluntariado em organizações do terceiro sector, os cuidados com os netos ou dependentes, a participação em atividades de aprendizagem ou a participação em ações políticas (Zaidi et al., 2018).

O conceito de envelhecimento ativo teve um grande desenvolvimento e impacto, quer nas políticas públicas, quer no imaginário social sobre o envelhecimento. Este enquadramento tem promovido a proposta de inúmeras atividades de lazer, formação e participação para as pessoas idosas, centradas na ideia de que “o que não se usa perde-se”, e que manter a agenda de atividades preenchida é fundamental para envelhecer de forma saudável e feliz.

### **Críticas ao envelhecimento ativo: todas as atividades valem o mesmo?**

Apesar da sua popularidade, o conceito de envelhecimento ativo tem sido alvo de críticas (Timonen, 2016). Por exemplo, foi salientado como o conceito de envelhecimento ativo pode levar a uma idealização do próprio processo de envelhecimento, projetando uma imagem demasiado positiva desse processo, sem ter em conta que muitas pessoas não querem ou não podem seguir um padrão de atividade elevado na velhice. Assim, a presença de problemas de saúde ou de obrigações de cuidados importantes para com os outros, pode impossibilitar a realização do ideal de uma velhice marcada por novos projetos e possibilidades.

O enquadramento do envelhecimento ativo foi também criticado por transmitir a mensagem de que “é preciso ser ativo na velhice”, uma mensagem que se traduz numa forte responsabilidade pessoal pela forma como se envelhece. Se envelhecer bem depender unicamente de nós, corremos o risco de atribuir também a “culpa” a nós próprios se não estivermos a envelhecer como gostaríamos, quando talvez existam outros fatores alheios a nós e fora do nosso controlo. Esta tendência individualista isenta também a responsabilidade social no bom envelhecer, ou seja, o compromisso necessário que a sociedade deve ter para fornecer recursos e possibilidades que

permitam à pessoa não só ser ativa, mas também escolher aquela atividade que melhor se adapta aos seus gostos ou competências. Além disso, ficam por esclarecer quais as atividades que promovem o bom envelhecimento, sendo necessário ter em conta a diversidade de atividades que as pessoas idosas podem realizar e, mais importante ainda, as motivações pelas quais alguém continua, por exemplo, a trabalhar até idades muito avançadas: será tal atividade realmente benéfica para esta pessoa ou ela realiza-a porque tem dificuldades socioeconómicas que não lhe permitem decidir por outro tipo de atividades no seu processo de envelhecimento?

Por outro lado, a mensagem de que “é preciso fazer algo, seja o que for” parece sugerir que todas as atividades têm o mesmo valor e o mesmo efeito benéfico para a pessoa. Isto, logicamente, não é assim, e existe uma grande diversidade no tipo de atividades que podem ser realizadas na velhice, cada uma com as suas próprias condicionantes, motivações e benefícios (Pinazo et al., 2023). Villar et al. (2020) propõem considerar esta diversidade nas atividades de envelhecimento ativo, classificando-as em dois eixos: o eixo da orientação pessoal-social da atividade e o eixo dos recursos necessários para realizar a atividade (figura 1). No primeiro eixo (orientação para a tarefa), existem atividades nas quais uma pessoa idosa se envolve e que têm uma componente mais pessoal no momento de as realizar, tanto nas motivações para participar, como nas consequências que tem para a pessoa a sua realização. Este seria o caso das atividades de formação ou de lazer, em que a pessoa se inscreve por uma motivação mais pessoal e em que o benefício seria também para a pessoa, sob a forma de bem-estar pessoal, conhecimento ou crescimento pessoal. Em contrapartida, outras atividades de envelhecimento ativo têm uma clara orientação social em que a principal motivação reside em ajudar ou melhorar o outro, seja ele uma pessoa específica, um grupo ou uma comunidade. O caso das pessoas idosas que desenvolvem atividades de voluntariado seria paradigmático neste sentido.

No segundo eixo (os recursos necessários), podemos observar atividades que são relativamente fáceis de realizar por todas as pessoas idosas, as quais não requerem recursos sociais ou pessoais (cognitivos, emocionais ou de desempenho físico) para se poderem realizar. No outro extremo, temos





**Figura 1:** Modelo teórico de classificação das atividades de envelhecimento ativo (baseado em Villar et al., 2020).

as atividades de envelhecimento ativo que, embora formalmente não exijam qualquer pré-requisito para participar nelas, como frequentar cursos universitários para idosos ou ser ativista político, o perfil dos idosos que participam tende a ser de idosos com melhores recursos sociais ou pessoais para as realizar (Menéndez et al., 2018; Serrat et al., 2017).

Assim, as motivações para realizar uma atividade ou outra, e também os benefícios para o indivíduo e para a comunidade de realizar uma atividade, serão diferentes dependendo do espaço do quadrante que a atividade ocupa.

Neste sentido, a proposta de generatividade na velhice aparece como um elemento que poderá estar subjacente a algumas das atividades realizadas pelas pessoas idosas como algo que lhes dá sentido, contribuindo para o desenvolvimento pessoal e comunitário. Ou seja, as atividades generativas na velhice podem ser, em certo sentido, um modo 'privilegiado' de envelhecer e de ser ativo nesta etapa da vida. Vejamos em que consiste a generatividade e que tipo de atividades podem ser consideradas generativas.

### **Atividades generativas na velhice**

O conceito de generatividade aparece na teoria de Erik Erikson. Este autor propõe um desenvolvimento ao longo do ciclo de vida dividido em oito etapas, cada uma das quais envolve um determinado desafio ou crise evolutiva (Erikson, 1963). A generatividade é o foco da sétima etapa e está cronologicamente ligada à meia-idade. Define-se como o interesse em orientar e assegurar o bem-estar da geração seguinte e, em última análise, deixar um legado que sobreviva para além de nós.

A generatividade pode expressar-se a partir de atividades muito variadas. Entre elas podemos citar a criação e a educação dos filhos, a prestação de cuidados a pessoas dependentes, a formação de jovens, a produção de bens e serviços, a mentoria ou o envolvimento social e a participação cívica e política. Em qualquer um dos casos, tal implica contribuir para o bem comum dos ambientes em que as pessoas participam (a família, a empresa, a comunidade, etc.), para reforçar e enriquecer as instituições sociais, assegurar a continuidade entre gerações ou para propor melhorias sociais.

Apesar do interesse que apresenta o conceito de generatividade, após as contribuições de Erikson, o seu trabalho teve pouca continuidade e gerou poucos estudos científicos. Quando se voltou a falar de generatividade em meados dos anos 80, já se havia perdido os pressupostos teóricos e conceituais relacionados com a psicanálise que caracterizavam a proposta original de Erikson. Devemos esta recuperação do conceito de generatividade sobretudo a John Kotre, cuja principal contribuição (Kotre, 1984, 1995) é a diferenciação entre dois tipos de generatividade: a generatividade comunitária, que implica nutrir e cuidar dos outros, estabelecer vínculos e intimidade com outras pessoas, e a generatividade agêntica, que se relaciona com o crescimento e fortalecimento do eu através da liderança, da produção ou da atividade criativa. Kotre propõe também o conceito de generatividade cultural, que se refere ao interesse dos adultos em transmitir os instrumentos e as ideias próprias de uma cultura às gerações.

Ainda que na sua abordagem original, Erikson situasse a generatividade numa única fase da vida (meia-idade) e privilegiasse uma atividade generativa em detrimento de todas as outras (paternidade), estudos mais

recentes mostram que o interesse e as atividades generativas podem surgir noutros momentos da vida. Nomeadamente, a manutenção da generatividade parece ser particularmente importante na velhice (e.g., Villar e Zacarés, 2024), com as pessoas de meia-idade a superarem os idosos apenas em algumas dimensões generativas, mas não em todas (McAdams, 2015; Sheldon e Kasser, 2001). Deste modo, a já referida transformação do perfil das pessoas idosas, em que as novas gerações de idosos são mais formadas e gozam de bons níveis de saúde durante mais anos, facilita cada vez mais que estas pessoas possam e queiram continuar a contribuir para os outros, quer na família (como avós que ajudam nas tarefas de educação e criação, como pais de filhos que tardam cada vez mais em tornarem-se independentes, ou como cuidadores de familiares dependentes), quer na comunidade (fazendo voluntariado ou participando em organizações cívicas de diversas naturezas).

Estas tendências, potenciadas pelo discurso do envelhecimento ativo e por uma visão mais otimista da velhice, como referido nas secções anteriores, reforçam a ideia de que os idosos podem contribuir de forma significativa nos contextos em que participam, tornando esses contextos, por sua vez, mais recetivos e sensíveis a esses contributos. Assim, falar de uma velhice generativa oferece um amplo quadro de trabalho que inclui diversas atividades e contextos, não apenas muito relevantes do ponto de vista científico, mas também de indiscutível interesse social e político, como são os contributos dos idosos para o sustento da família, o seu envolvimento na vida cívica e na participação social, o seu papel nas relações intergeracionais ou o seu envolvimento em processos de formação, capacitação e empoderamento. Conceber a generatividade como uma tarefa e um desafio também na velhice implica sublinhar as contribuições dos idosos para o bem comum e ver os idosos como um recurso e não como um fardo.

No entanto, a generatividade na velhice envolve também uma componente de desenvolvimento pessoal, de crescimento e de maturidade. Implica enquadrar as últimas décadas de vida num modelo de desenvolvimento que nos permita ser ainda mais otimistas e potenciar as possibilidades de ganho na velhice. Estes ganhos podem até surgir na presença de perdas. Ou seja,

por vezes, a vivência de perdas permite-nos aprender lições vitais, conhecer melhor os nossos limites, implementar competências que desconhecíamos ou alterar prioridades vitais para discernir entre o acessório e o fundamental (Black & Rubinstein, 2009, de Medeiros, 2009).

Em suma, falar de generatividade na velhice permite-nos combinar dois tipos de desenvolvimento:

- ▷ O desenvolvimento social e comunitário, uma vez que as atividades gerativas são orientadas para o cuidado, a manutenção e a melhoria tanto das pessoas com quem nos relacionamos como das instituições em que participamos;
- ▷ O desenvolvimento individual, porque a partir da ação generativa a pessoa encontra um sentido para a sua vida e é capaz de melhorar as competências, aptidões e interesses que alargam, por sua vez, o leque de atividades gerativas possíveis para uma determinada pessoa.

Atividades como ser avô (Villar et al., 2012), o voluntariado (Ding e Schuett, 2020) ou o ativismo político (Serrat et al., 2017) são claramente expressões de desejos generativos na velhice, já que nelas o compromisso com os outros pode levar ao crescimento comunitário e social.

Alguns autores defendem mesmo que as atividades, apesar de terem uma acentuada orientação individual, podem também estar ligadas a interesses generativos. Um exemplo é a participação em atividades educativas, que geram espaços de socialização e de reflexão pessoal que podem ajudar a pessoa idosa a envolver-se em atividades que têm um objetivo claramente generativo, como ajudar em ações de voluntariado ou envolver-se mais na vida da comunidade e do bairro. Esta visão da educação das pessoas idosas não apenas como um potenciador do crescimento pessoal, mas também como mecanismo de mobilização do crescimento da comunidade, destaca o valor da educação ao longo da vida, incluindo a educação das pessoas idosas (Villar e Celdrán, 2012). Por exemplo, um programa educativo em belas-artes pode não só aumentar o conhecimento e a sensibilidade artística dos participantes, mas também tornar-se num contexto em que surjam ou se fomentem programas de voluntariado para idosos, tal como uma atividade intergeracional em museus, contribuindo com o que aprenderam no

programa. Ou seja, a formação na velhice pode aumentar as nossas competências e interesses para realizar ações generativas.

Também algumas atividades de lazer podem motivar ações generativas, especialmente quando são realizadas de forma intergeracional. Assim, pintar, fazer ginástica ou aprender uma nova língua de forma intergeracional, fomentando a ajuda mútua entre os jovens e idosos, pode estimular a expressão da generatividade nos idosos, cujo saber e experiência podem ser validados e reconhecidos pelos jovens.

Neste sentido, podemos perguntar se o envolvimento em atividades artísticas poderia, também, ter uma vertente generativa.

### **Envolvimento em atividades artísticas e generatividade na velhice**

Como já referimos, a generatividade envolve criar e manter algo que sobreviva para além de nós e que seja um legado para os outros; que se torne uma extensão do eu e possa, de algum modo, saciar o nosso desejo de transcendência e dar sentido à nossa vida. Desta forma, a atividade artística (independentemente do tipo de atividade, seja ela visual ou performativa) pode ser generativa em pelo menos dois sentidos (Chacur, 2024).

Em primeiro lugar, o artista é basicamente um criador. Quer seja pintando, esculpindo, ou envolvendo-se em teatro ou dança, os artistas são capazes de produzir algo que vai além deles mesmos, gerando um produto (a pintura, a escultura, a coreografia, a peça de teatro) que representa uma extensão de si próprios. Este produto, para além disso, é criado para ser dado aos outros, para persistir e ter um impacto nos outros, o que está de acordo com o que entendemos por generativo, uma vez que é o impacto no público que dá sentido à obra, seja ela individual ou coletiva.

Assim, o artista (também o artista idoso) é capaz de criar uma obra que tem impacto nos outros, contribuindo para o seu desenvolvimento (e, em geral, para o desenvolvimento cultural), ao mesmo tempo que, ao fazê-lo, é capaz de vivenciar um processo de crescimento pessoal e uma experiência de (com) significado. A partir da obra, do seu impacto e da sua sobrevivência, o artista consegue alcançar aquilo a que se chamou “imortalidade simbólica” (Kotre, 1984).

No caso dos artistas não profissionais, o valor atribuído à transcendência e à imortalidade simbólica das obras artísticas pode ser tão importante como no caso dos artistas profissionais. Por exemplo, em Rubistein et al. (2015), uma mulher idosa que se dedicava ao artesanato e à costura destacava a importância do seu trabalho, enfatizando como as suas criações (os seus bordados) seriam apreciadas por pessoas que provavelmente viveriam muito mais tempo do que ela, como forma de assegurar que alguns aspetos da sua pessoa (o seu trabalho e o impacto do trabalho nos outros) perdurariam para além da sua própria vida.

Em suma, podemos compreender que a prática artística como expressão generativa pode ser desenvolvida através da transcendência da obra artística como um legado. No entanto, a generatividade nos artistas também pode ser canalizada, pelo menos, de uma segunda forma: por meio do ensino, orientação ou tutoria de outras pessoas na prática artística.

Neste sentido, ser mentor, orientar e ensinar outras pessoas (frequentemente de gerações mais novas, mas não necessariamente) é fundamental para a transmissão da prática artística. O papel do artista, por exemplo, pode ser uma forma particularmente interessante de canalizar as necessidades generativas por meio dos processos de aprendizagem que vão para além do ensino de competências técnicas.

A obra de arte é sempre uma tarefa colaborativa, na qual o artista ativa conhecimentos aprendidos formal ou informalmente, e é capaz de criar um produto diferente. No caso das atividades artísticas performativas, como o teatro ou a dança, há ainda o facto de serem frequentemente realizadas em grupo, o que enquadra processos de aprendizagem colaborativa. Ou seja, o trabalho só pode ser realizado com o empenho de todos os membros do grupo, e um desempenho satisfatório implica um processo de ensaio e de aprendizagem prévia, em que uns aprendem com os outros e todos aprendem com a pessoa encarregada de coordenar este esforço coletivo.

O papel do professor, do guia ou do supervisor, quer nos processos de aprendizagem entre iguais, quer na transferência de competências dos mais experientes aos menos experientes, não se resume à aprendizagem da técnica: trata-se também de aprender mais sobre si próprio e de aprender a extrair

significado do trabalho artístico. A oportunidade de aprender com um educador experiente também oferece uma oportunidade de crescimento. Em suma, é um processo em que o guia canaliza as suas necessidades generativas e é capaz, ao ensinar os outros, de se desenvolver pessoalmente e de encontrar sentido na tarefa.

Alguns estudos mostram que a aprendizagem colaborativa de atividades artesanais ou artísticas pode servir para preservar práticas que fazem parte de uma identidade cultural. Assim, por exemplo, grupos de mulheres que elaboram colchas são capazes de se verem a si próprias como conservadoras de uma tradição que podem projetar no futuro, para as novas gerações (Cheek & Piercey, 2004). Do mesmo modo, as artesãs cretenses estavam empenhadas em transmitir a sua arte aos outros como depósitos de elementos fundamentais da sua cultura (Tzanidaki & Reynolds, 2011).

## **Conclusões**

A escolha de uma ou outra atividade à qual a pessoa idosa queira dedicar o seu tempo responde a uma série de motivações, em que a generatividade pode desempenhar um papel muito importante.

Contemplar as atividades de envelhecimento ativo, e em particular as atividades artísticas, a partir desta perspetiva da generatividade, permitiria aos responsáveis e participantes nestas atividades observar como o conhecimento, relações, criações e as implicações positivas que essa atividade tem na pessoa idosa se podem transferir para a comunidade (para um público) por meio de ações de melhoria e enriquecimento pessoal e comunitário.

Numa sociedade em que a presença de preconceitos idadistas e discriminatórios face às pessoas idosas (HelpAge International Espanha, 2020) ainda é comum, e até mesmo normalizada em alguns casos, é urgente repensar a visão e o tratamento dado às pessoas idosas, respeitando os seus direitos, entre os quais está o de poderem participar e contribuir para a sociedade, assim como o de terem oportunidades de desenvolvimento pessoal. A atividade artística é um caminho que pode ajudar a alcançar esses objetivos, contribuindo ao mesmo tempo para valorizar os idosos e o seu potencial.

## Referências

- Ayalon, L., Lev, S., & Lev, G. (2020). What can we learn from the past about the future of gerontology: Using natural language processing to examine the field of gerontology. *The Journals of Gerontology: Series B*. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa066>
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (Eds.). (1993). *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*. Cambridge University Press.
- Chacur, K. (2024). Generativity and artistic practices throughout adulthood. En F. Villar, H. Lawford & M. Pratt (2024). *The development of generativity throughout adulthood* (pp. 151-165). Oxford University Press.
- Cheek, C., & Piercy, K. (2004). Quilting as age identity expression in traditional women. *Journal of Aging and Human Development*, 59(4), 321-37. <https://doi.org/10.2190/TIRO-D8TW-ML6Y-VYYL>
- Ding, C., & Schuett, M. A. (2020). Predicting the Commitment of Volunteers' Environmental Stewardship: Does Generativity Play a Role?. *Sustainability*, 12(17), 6802.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. New York, NY: Norton.
- Eurobarometer (2023). Population by educational attainment level, sex and age. <http://appsso.eurostat.ec.europa.eu/nui/submitViewTableAction.do>
- Eurostat (2023). Healthy life years and life expectancy at age 65 by sex. [https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-datasets/-/TEPSR\\_SP320](https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-datasets/-/TEPSR_SP320).
- Havighurst, R. J. (1961). Successful aging. *The Gerontologist*, 1(1), 8-13.
- HelpAge International España (2020). *La discriminación por razón de edad en España*. <https://www.helpage.org/spain/noticias/documento-de-helpage-espaa-sobre-la-discriminacin-por-razn-de-edad-en-espaa/>
- Kotre, J. (1984). *Outliving the self: Generativity and the interpretation of lives*. The Baltimore: Johns Hopkins University Press
- Kotre, J. (1995). Generative outcome. *Journal of Aging Studies*, 9, 33-41.
- McAdams, D. P. (2015). *The art and science of personality development*. The Guilford Press.
- Menéndez, S., Pérez-Padilla, J., y Maya, J. (2018). Empirical research of university programs for older people in Europe: a systematic review. *Educational Gerontology*, 44(9), 595-607. <https://doi.org/10.1080/03601277.2018.1518459>
- OMS [Organización Mundial de la Salud] (2002). *Active Ageing: A Policy Framework*. Organización Mundial de la Salud. [https://www.who.int/ageing/publications/active\\_ageing/en/](https://www.who.int/ageing/publications/active_ageing/en/)
- OMS [Organización Mundial de la Salud] (2021). *Life expectancy and healthy life expectancy. Data by WHO región*. <https://apps.who.int/gho/data/view.main.SDG2016LEXREGv>
- Pinazo-Hernandis, S., Zacaes, J. J., Serrat, R., & Villar, F. (2023). The role of generativity in later life in the case of productive activities: Does the type of active aging activity matter? *Research on Aging*, 45(1), 35-46. <https://doi.org/10.1177/01640275221122914>



- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (2015). Successful aging 2.0: Conceptual expansions for the 21st century. *The Journals of Gerontology: Series B*, 70(4), 593-596.  
<https://doi.org/10.1093/geronb/gbv025>
- Rubinstein, R. L., Girling, L. M., de Medeiros, K., Brazda, M., & Hannum, S. (2015). Extending the framework of generativity theory through research: A qualitative study. *The Gerontologist*, 55(4), 548-559. <https://doi.org/10.1093/geront/gnu009>
- Serrat, R., Villar, F., Giuliani, M. F., & Zacarés, J. J. (2017). Older people's participation in political organizations: The role of generativity and its impact on well-being. *Educational Gerontology*, 43(3), 128-138.
- Timonen, V. (2016). *Beyond successful and active ageing: A theory of model ageing*. Policy Press.
- Tzanidaki, D., & Reynolds, F. (2011). Exploring the meanings of making traditional arts and crafts among older women in Crete, using interpretative phenomenological analysis. *British Journal of Occupational Therapy*, 74(8), 375-382.  
<https://doi.org/10.4276/030802211X13125646370852>
- Villar, F., & Celdrán, M. (2012). Generativity in older age: A challenge for universities of the third age (U3A). *Educational Gerontology*, 38(10), 666-677.  
<https://doi.org/10.1080/03601277.2011.595347>
- Villar, F., & Zacarés, J. J. (2024). Generativity, ego integrity, and the achievement of aging well. En F. Villar, H. Lawford & M. Pratt (2024). *The development of generativity throughout adulthood* (pp. 79-95). Oxford University Press.
- Villar, F., Celdrán, M. & Triadó, C. (2012). Grandmothers offering regular auxiliary care for their grandchildren: An expression of generativity in later life? *Journal of Women & Aging*, 24, 292-312. <https://doi.org/10.1080/08952841.2012.708576>
- Villar, F., Serrat, R., Celdrán, M., & Pinazo, S. (2020). Active aging and learning outcomes: what can older people learn from participation?. *Adult Education Quarterly*, 70(3), 240-257. <https://doi.org/10.1177/0741713619897589>
- Zaidi, A., Harper, S., Howse, K., Lamura, G., y Perek-Białas, J. (Eds.). (2018). *Building evidence for active ageing policies: active ageing index and its potential*. Palgrave-McMillan.

# O papel das artes no tempo da idade maior

**JOÃO MARIA ANDRÉ**

Cooperativa Bonifrates e Instituto de Estudos Filosóficos,  
Universidade de Coimbra.

## **PALAVRAS-CHAVE**

ARTES E IDADE MAIOR, ANTROPOLOGIA DO ENVELHECIMENTO,  
ANTROPOLOGIA E FILOSOFIA DAS ARTES PERFORMATIVAS

1. As artes performativas, em que o teatro e a dança merecem um destaque especial, revelam-se da maior importância numa política de intervenção no quadro de situações existenciais e de saúde marcadas por alguma acentuada vulnerabilidade, assumindo a saúde no seu pleno sentido de um bem-estar que proporcione o desenvolvimento de todas as potencialidades do ser humano. Nesse contexto, não é a ausência de doença ou o seu tratamento que está em causa, mas a capacidade de corresponder criativamente ao relacionamento consigo, com o mundo e com os outros e de exprimir também criativamente, através da cultura e da arte, a riqueza desse mesmo relacionamento. E trata-se também de reconhecer que quem chega à idade maior já viveu muito, já aprendeu bastante, atingiu uma sabedoria que nem a ciência nem a religião proporcionam e que se enraíza na experiência pessoal sempre aberta à partilha generosa com os de menor idade. Refere Angela Evers no *Grande livro de arte-terapia*:

Uma pessoa idosa, dobrada sobre si mesma, atingida por uma doença degenerativa ou não, tem uma vida interior à qual a expressão artística permite dar uma forma, uma visibilidade, para ela própria e para o que ou quem a rodeia (Evers, 2014, p. 63)

Neste âmbito, pode equacionar-se a articulação das artes performativas com os processos de envelhecimento a partir de uma dupla perspetiva: em primeiro lugar, há que reconhecer que, segundo o artº 27 da Declaração Universal dos Direitos Humanos, toda a pessoa, incluindo as pessoas mais idosas, “tem o direito a tomar parte livremente na vida cultural da comunidade, de fruir as artes e de participar no progresso científico e nos benefícios que deste resultam” (Nações Unidas, 2017, p. 14); em segundo lugar, deve sublinhar-se o papel que a criação e as expressões artístico-culturais podem desempenhar numa fase da vida que, apesar de ser marcada pelo enfraquecimento de algumas funções biológicas, orgânicas ou até mesmo comportamentais, nem por isso deixa de ser sempre uma fase de alguém que tem futuro e tem direito, consequentemente, a desenhar e a desenvolver esse futuro.

Se a primeira perspetiva implica, da parte do Estado, o desenvolvimento de uma política cultural que permita a todos, sem exceção, ter acesso aos

bens e serviços de natureza cultural e artística, a segunda perspectiva obriga o Estado a não restringir as atividades criativas artístico-culturais aos mais jovens ou aos adultos ativos na sua vida profissional, mas a abri-las também aos mais idosos, juntando à eventual intervenção dos cuidadores de saúde a intervenção de artistas profissionalmente preparados para trabalhar as potencialidades criativas dessas pessoas com especificidades muito próprias.

2. As artes performativas, como o teatro e a dança, têm como característica fundamental promoverem uma dilatação do corpo e da mente em situação de representação (Barba, 2005, pp. 32-33). Como reconhece Augusto Boal na sua obra *O arco-íris do desejo*, especialmente dedicada à utilização do teatro na terapia, uma das características essenciais do teatro (e ao teatro acrescentaríamos a dança), é que, nele, o ser humano se auto-observa: “pode ver-se no acto de ver, de agir, de sentir, de pensar. Pode sentir-se a sentir, ver-se a ver e pode pensar-se a pensar. Ser humano é ser teatro!” (Boal, 2004, p. 25). E consegue fazê-lo porque o teatro e a dança são “formas de jogo” que, como todo o jogo, vivem da criação de um espaço e de um tempo estéticos que se inscrevem e demarcam, com uma diferenciação qualitativa, face ao espaço e ao tempo quotidianos (André, 2016, pp. 52-56; 171-209; 211-251). É nesse espaço e nesse tempo estéticos que aquele que faz teatro, ao dilatar-se no seu corpo e na sua mente, tem a capacidade de se observar nessa mesma dilatação, aumentando assim o seu poder e a sua capacidade de agir e intervir em contexto social e comunitário.

Tal dilatação é operada fundamentalmente através de faculdades ou dispositivos, de que agora destacaríamos quatro, cuja importância é crucial na relação do teatro com as atividades do cuidado ao serviço de um bem-estar pleno e integral: a consciência, o corpo, a memória e a imaginação.

2.1. A consciência é a principal interface do ator, profissional ou não, numa abertura para o seu mundo interior. É pela consciência que se mapeiam as emoções, é pela consciência que se mapeia o corpo, é pela consciência que se mapeiam, para dentro, os outros com os quais interagimos e é pela consciência que mapeamos dentro de nós o mundo em que nos movimentamos (Damásio, 2010). A consciência é, assim, um dos principais dispositivos na

cartografia da nossa saúde física e mental e do nosso equilíbrio. E se o é para qualquer pessoa, é-o com redobrado impacto para o ator ou para o dançarino (Brites & Teatro O Bando, 2023, pp. 77-90 e 166). Porque o que caracteriza o ator ou o dançarino é a sua duplicação: ele não é apenas a pessoa que representa ou que dança, mas desdobra-se nessa pessoa e na personagem que ela põe em cena (André, 2016, pp. 133-170). O que implica uma intensificação nessa também duplicação da consciência, permitindo que a pessoa se olhe a ela própria e se olhe no que representa, ao mesmo tempo que assume a consciência de quem ou daquilo que representa e a expressão cartográfica dos respetivos sentimentos e emoções: a pessoa pode não estar triste, mas representar alguém que chora, como pode não estar alegre e representar alguém que ri de felicidade (Le Breton, 2004, pp. 169-197). Além disso, é necessário ter em conta que o processo de envelhecimento arrasta consigo muitas vezes um processo de ensimesmamento que se traduz num fechamento e numa clausura em relação ao mundo e aos outros. A intensificação da consciência, em contrapartida, obriga à intensificação de outros sentidos, dado que é através deles que a consciência cartografa o mundo exterior. Ou seja, ao mesmo tempo que a consciência permite olhar para dentro, obriga também a olhar para fora e a restabelecer o contacto com um mundo que fugiu ou que se foi perdendo. Por isso, como operadores da consciência, o teatro e a dança são, assim, simultaneamente, uma alquimia de emoções, através do desenvolvimento de uma dupla consciência, cuja importância é incontornável, e uma janela aberta para o mundo cujo significado para o equilíbrio físico e mental é também incontestável.

2.2. Se a consciência é a nossa interface para o mundo interior (ainda que com janelas para o mundo que nos rodeia), o corpo é a nossa interface para o mundo exterior. É através do corpo que existimos no mundo, e o corpo não é, como as antropologias dualistas nos quiseram convencer, um mero instrumento da alma, mas é, antes, uma das nossas dimensões essenciais. Como o médico e filósofo espanhol Pedro Laín Entralgo gostava de dizer, “eu sou um corpo que diz eu” (Laín Entralgo, 2003, p. 321). E nós, artistas, acrescentaríamos: “eu sou um corpo que atua”, “eu sou um corpo que dança”, porque o teatro e a dança são, fundamentalmente, artes do corpo, corpo-sujeito mais

do que do corpo-objeto, ou seja do corpo-próprio: pois o corpo não é um instrumento do «eu», mas integra o «eu», assumindo-se também como sujeito. Ter consciência de mim é, em primeiro lugar, ter consciência do corpo que sou. E mostrar-me ou representar-me é fundamentalmente mostrar-me ou representar-me no corpo com que existo. E, longe de ser mera matéria física, o corpo é um vetor semântico (Le Breton, 1992, pp. 3-6): um espaço de sentidos e de expressões que o teatro e a dança desenvolvem de uma maneira exponencialmente significativa. No teatro a corporeidade assume uma dimensão interpessoal comunicativa, que passa por uma componente transpessoal que, no regresso a si, produz reajustamentos na percepção que cada um tem do seu corpo, pois, como refere Waltar Orioli (2010, p. 50), “o aspeto terapêutico do trabalho do ator consiste justamente em reorganizar a imagem corporal”. Ora uma das primeiras consequências dos processos de envelhecimento pode ser o esquecimento do corpo. E com o esquecimento do corpo pode dar-se, progressivamente, um esquecimento da pessoa. Por isso, o cuidado de si deve começar sempre por um cuidado com o corpo e a recuperação de si deve começar pela recuperação do corpo. E quando falamos do corpo, falamos do corpo todo. Falamos do corpo nos seus órgãos, nos seus músculos, no seu aparelho de locomoção. Falamos da pele que é simultaneamente a fronteira entre o nosso interior e o nosso exterior e a ponte entre o nosso exterior e o nosso interior (Anzieu, 1995). Parafraseando Pascal (Fragmento 277 - 1972, p. 134), poderíamos dizer que a pele tem as suas razões que a razão desconhece, tem os seus segredos e as suas memórias, tem o seu passado e tem o seu futuro. Recuperar o corpo é também recuperar a pele do corpo que somos. E, com a pele, todos os outros sentidos: o olfato, o paladar e, claro, o ouvido, a voz e o olhar. No seu tempo e nos seus tempos. No seu ritmo e nos seus ritmos. Em todas as suas expressões. É disso que são feitos o teatro e a dança: do corpo feito arte na arte feita corpo (André, 2016, pp. 75-113). Daí a excepcional importância terapêutica das artes performativas no quadro dos processos de envelhecimento: aprender teatro e dança, fazer teatro e dança, exprimir-se em teatro e dança é reaprender o corpo de que nos vamos esquecendo, é sentir no corpo o que vamos sentindo, é vermo-nos a pensar e a agir com o corpo, nosso e das personagens que representamos,

num mundo que, ao mesmo tempo que é o nosso mundo, é também o seu mundo e o mundo de quem nos observa no acontecimento espetatorial.

Se com o corpo existimos no espaço, no aqui e no agora, se com a consciência percebemos esse espaço e percebemos o presente em que estamos, temos, no entanto, outras duas faculdades que nos desdobram e nos inscrevem noutras dimensões temporais que são fundamentais para o nosso equilíbrio mental: a memória e a imaginação. Com a memória enraizamos-nos no passado, pela imaginação projetamo-nos para o futuro que é a terra do ainda não.

2.3. Nós não somos sem a nossa memória: é ela que nos dá a nossa identidade, pois nós somos o que fomos e o que vamos sendo. O envelhecimento pode arrastar consigo algumas perturbações no mecanismo da memória: ou porque as sinapses não se desenvolvem da mesma forma e perdem-se em labirintos complexos e escuros, ou porque o passado se absolutiza e se dilata de tal forma que não deixa espaço nem para o presente, nem para o futuro, ou porque a memória pura e simplesmente se apaga, diluindo-se assim o que nela é transportado. Qualquer uma destas perturbações pode ser acompanhada de outras tantas perturbações ao nível das emoções: a angústia, o medo, o desespero são sempre expressões de uma memória perturbada com dificuldade em fazer as pazes consigo própria. Ora o teatro é uma permanente convocação da memória, sobretudo, da nossa memória emocional, como sublinha Stanislávski (2018, pp. 253-294). Não se criam situações ou personagens sem memória. Não se desenvolvem gestos sem memória. Não se interage sem memória. E há muitos tipos de memórias que mobilizamos permanentemente nas artes através das quais dilatamos o corpo e a mente: memórias visuais, memórias auditivas, memórias olfativas, memórias gestuais, memórias corporais, memórias emotivas, memórias mentais. Ou seja, não é apenas a mente ou o pensamento que tem memória. O corpo também é um arquivo vivo de lembranças afetivas, também se recorda e muitas vezes recorda-se daquilo que a mente já esqueceu. É por isso que o recurso ao teatro e à dança em pessoas vulneráveis como são os idosos é também uma excelente ajuda para a memória, através dos múltiplos canais de acesso que a ela temos. Mas, porque se trata de

teatro ou de dança, esse acesso à memória é um acesso que se transforma em expressão corporal, que passa para o olhar e para o riso, para a superfície da pele que, às vezes, é o mais profundo de nós próprios, para a curvatura dos ombros, para o movimento das mãos, para o deslizar dos pés, para o peso do corpo, mesmo na sua insustentável leveza. As artes performativas revelam-se, assim, dispositivos essenciais para a vivência do tempo que passou e que nos marcou, para a sua pacificação e para o nosso equilíbrio emocionalmente temporal.

2.4. Se não somos sem a nossa memória, não somos também sem a nossa imaginação. E se uma memória enfraquecida se traduz num desempenho menos eficiente na cartografia do passado, também o processo de envelhecimento pode ser acompanhado de uma alteração na capacidade de imaginar. Porque, afinal, a imaginação também faz parte da nossa identidade: nós não somos apenas o que já fomos ou vamos sendo, mas somos também os futuros que projetamos ser. Daí que o reencontro da identidade passe pela formulação de um projeto de vida que é impossível sem o trabalho da imaginação, já que é a imaginação a faculdade que nos permite criar com-possíveis, alternativas ao presente, propostas de futuro que não deixam de determinar o que somos no presente. Tal como com a memória, um enfraquecimento da capacidade de imaginar tanto pode passar pela sua clausura ou o seu fechamento (o que significa a aniquilação da capacidade de sonhar), como pode passar pela sua absolutização numa ruptura com o presente (o que significa a vivência única e exclusiva num mundo fictício sem pontes com o mundo real e sem raízes no presente), como pode ainda passar pela sua distorção, transformando em pesadelo o tempo do futuro. A imaginação é, assim, o outro lado que complementa a memória, até porque não há imaginação sem memória. E nas artes performativas, artes especiais da criação do espaço e do tempo, a imaginação é uma faculdade indispensável. À fantasia se referiu Pirandello, no início do prefácio a *Seis personagens à procura de autor*, nestes termos: “Há muitos anos que está ao serviço da minha arte (e parece que foi ontem) uma criadita muito despachada, mas que parece sempre que está cá há pouco tempo. Chama-se Fantasia” (2005, p. 2). E à imaginação se referiu também Stanislávski com estas palavras:



Em todos estes trabalhos [do ator] o nosso ajudante principal é a imaginação com o seu *se fosse* mágico e as *circunstâncias sugeridas*. Não só completa o que o autor, o encenador e os outros não disseram até ao fim, como também anima o trabalho de todos os criadores do espetáculo, que oferecem o seu trabalho criador aos espetadores, antes de mais, mediante o êxito dos atores (2018, p. 94).

Sem fantasia, sem imaginação, não há teatro, nem dança, porque sem ela não há a invenção do futuro com as suas alternativas ao presente, que, em situações de maior idade, pode ser um presente implodido. A imaginação é um dispositivo fundamental para reencontrar o equilíbrio de um bem-estar tanto físico como mental. Como é um dispositivo fundamental na criação teatral. Como refere Walter Orioli ao falar da imaginação no seu livro sobre arte e terapia, “a função imaginativa desenvolve uma percepção particular, codificada na ação orgânica da cena teatral”, na medida em que “esta percepção inédita produz uma nova imaginação de si no ator e consequentemente no espetador também” e “esta perspetiva é tanto mais nova quanto é mais coerente e baseada em imagens ‘materiais’ e na medida em que suscita emoções poéticas importantes” (Orioli, 2010, p. 143).

Uma pessoa em idade maior não perdeu a capacidade de sonhar: tem direito à esperança, tem direito à utopia, tem direito ao futuro. Uma pessoa em idade maior tem futuro e o seu tempo é um tempo tão bonito e tão promissor como o tempo do recém-nascido.

3. Apresentadas assim as faculdades que as artes performativas ativam em todas as pessoas, mas em especial nas pessoas de idade maior, gostaria de fazer uma referência à importância que a sensibilidade tem, através dos cinco sentidos, na percepção quotidiana (Bailly, 2014), na criação e na expressão estéticas. Mas dos cinco sentidos merecem-nos agora especial atenção três mais mobilizados e intensificados nas artes performativas. Sem pretender desvalorizar o gosto e o cheiro, que também podem desempenhar, ainda que mais pontualmente, um papel importante no teatro e na dança, gostaria de me referir em particular a um triângulo de três sentidos que devem ser vistos numa perspetiva holística e inter-relacional: a vista, o ouvido e o tato e as respetivas atividades de olhar, escutar e tocar. Destes, a Modernidade

privilegiou sobretudo a vista, na chamada Galáxia de Gutenberg, como a designou McLuhan (1998). E, à partida, também o teatro, até pela sua etimologia (*theatron* significa etimologicamente o lugar em que se vê), parece ser sobretudo uma arte da visão. Mas não podemos esquecer que a visão é também o mais dominador dos nossos sentidos. Se mais não houvesse, o panótico de Bentham (1979) — que Foucault reaprofundou para simbolizar uma sociedade concentracionária, vigilante e repressiva (Foucault, 2015, pp. 474-511) —, o *Big Brother* de Orwell (1984) ou o olhar objetivante e aniquilador tematizado por Sartre (1976, pp. 298-349) estão aí para no-lo lembrar. Daí que seja importante fecundar a capacidade de olhar com a capacidade de ouvir e tocar ou ser tocado. Há que ver como quem escuta (e o ouvido é um dos nossos sentidos mais recetivos e, ao mesmo tempo, mais holísticos), tal como há que ver como quem toca e é tocado. E se dissemos no início, citando Augusto Boal, que atuar é também ver-se, devemos acrescentar que representar ou dançar é também escutar e escutar-se, como é igualmente tocar e ser tocado, porque o tato é, de algum modo, uma fusão do tocar com o ser tocado, como a experiência da visão pode ser a experiência do ver e do ver-se ao mesmo tempo que se é visto, numa reversibilidade do que vê e do visível análoga à reversibilidade do que toca e do tocado (Merleau-Ponty, 1964, pp. 170-201). À medida que os anos avançam, as pessoas podem perder ou ver diminuída a capacidade de ver, de ouvir e até de tocar. Daí a importância de ativar esses sentidos em tempos de idade maior. Ativar e educar a vista, aprendendo a ver o invisível (e nesta idade há uma predisposição especial para ver o invisível, sendo o teatro sagrado, como o definiu Peter Brook: “o Teatro do Invisível-que-se-torna-Visível” (2008, p. 57). Ativar e educar o ouvido, sobretudo porque a capacidade de escutar pressupõe o silêncio e, depois do silêncio, o acolhimento e a hospitalidade do outro e daquilo que nos rodeia. Ativar e educar a capacidade de tocar e ser tocado, sobretudo porque o tato foi talvez o sentido mais esquecido ao longo da cultura ocidental (Maurette, 2017), sendo o órgão do tato o mais extenso do nosso corpo, uma vez que é a pele em toda a sua superfície. Até mesmo o beijo, que parece estar ligado ao sentido do gosto e do paladar, é também um exercício supremo do sentido do tato. Além disso, o tato tem duas faces:

pelo tato tocamos, mas também pelo tato sentimo-nos tocados no corpo que somos. E as pessoas de idade maior, mesmo com um corpo mais lento, uma pele mais rugosa, não perdem a sensibilidade do toque e carecem do contacto corporal e da ativação da pele tanto ou mais quanto carecem da ativação da capacidade de pensar, de dialogar e de amar. Convém, entretanto, não esquecer que vemos e olhamos também com o ouvido e com o tato, escutamos também com a vista e com a pele, tocamos e somos tocados também com os olhos e com os ouvidos, porque cada sentido inclui os outros numa dimensão holística e integradora (André, 2023).

4. É por todos estes motivos que reclamamos que uma política séria para o envelhecimento ativo e criativo em Portugal dê à educação artística e às expressões das artes performativas o lugar que merecem nos projetos de cuidado dos mais idosos e com os mais idosos. Com uma salvaguarda: o trabalho com as expressões artísticas no mundo da idade maior não pode ser entregue a quem não saiba da arte e do ofício. Ninguém vai entregar os cuidados médicos a quem não é médico. Não se entreguem também os cuidados com as expressões artísticas nestes contextos a quem não sabe de artes do corpo, por um lado, e a quem não sabe de geriatria, por outro. A conjugação destes dois tipos de saber pode ser difícil. Será decerto dispendiosa. Mas terá de ser encontrada. Isto significa substituir muitas técnicas de entretenimento, feitas com a melhor das boas intenções, para preencher os tempos livres dos idosos, por programas de ação criativa desenvolvidos por profissionais das artes com preparação adequada conduzindo a resultados em que os sujeitos envolvidos, mesmo com 70, 80 ou 90 anos, invistam, plasmem e reconheçam o seu potencial artístico e criativo.

Para isso, é necessário começar por fazer um levantamento do estado da questão nas instituições e nos projetos que desenvolvem atividades com idosos, distinguindo técnicas de entretenimento de dinâmicas criativas. Implica depois o estabelecimento de objetivos claros, no sentido de dotar todas essas organizações com profissionais e com espaços de trabalho adequados. Pressupõe ainda o desenho de programas que permitam cumprir esses objetivos e, porque não há política sem a respetiva avaliação, isso supõe

finalmente equipas de acompanhamento e de retificação dos projetos postos em execução. Ao mesmo tempo, no campo educativo e da formação, deve ser feito um esforço no sentido de serem criados espaços e tempos de formação para profissionais devidamente habilitados a trabalhar nesta área, com componentes ao nível da Psicologia, da Antropologia, da Geriatria, da Filosofia e da Estética e das Artes do Espetáculo, através de cursos de mestrado ou de cursos de pós-graduação não conferentes de grau. Mas tal projeto implica também pensar um programa de convivialidade geracional nas artes, pois a solução de criar espetáculos só para a sua faixa etária, acaba por constituir também uma forma de segregação que só a plena integração geracional pode contrariar nas suas nefastas consequências.

Trata-se, no fundo, de fazer nesta área de intervenção algo idêntico ao que o Plano Nacional das Artes faz com a educação das crianças e dos jovens (Plano Nacional das Artes, 2019). Mas numa articulação entre poder central, nos diversos ministérios e direções gerais envolvidos, e as autarquias. Atrever-me-ia até a sugerir que cada autarquia criasse uma bolsa de colaboradores especializados com o objetivo de dotar com recursos humanos e de implementar um programa criativo que envolvesse lares e centros de dia, oferecendo possibilidades de um acompanhamento competente por pessoas especialmente preparadas para o efeito.

Claro que tudo isto supõe uma política criativa para a idade maior. Saibam os políticos aprender, pela memória, com os erros do passado e inventar criativamente, com a imaginação, os caminhos do futuro, que está sempre já ao virar da esquina. Não se esqueçam, senhores ministros e senhores presidentes das câmaras, que daqui a pouco também vós estareis aí, do lado de lá do poente. E é sempre bonito dançar, mesmo quando se está desse lado.

## Referências

- André, J. M. (2016). *Jogo, corpo e teatro: a arte de fazer amor com o tempo*. Angelus Novus.
- André, J. M. (2023). Manifesto a favor da sinestesia: por uma sensibilidade múltipla do mundo, do tempo e da arte. <https://musicateatral.com/25-anos-cmt-2/>
- Anzieu, D. (1995). *Le Moi-peau*. Dunod.
- Barba, E. (2005). *L'arte segreta dell'attore. Un dizionario di antropologia teatrale*. Ubu Ibri.
- Bailly, J. C. (2014). *Les cinq sens*. Bayard Éditions.
- Bentham, J. (1989). *El panóptico*. Las Ediciones de la Piqueta.
- Boal, A. (2004). *El arco iris del deseo. Del teatro experimental a la terapia*. (J. C. Moreno, trad.). Alba Editorial.
- Brites, J. e Teatro O Bando (2023). *Atriz e ator artistas. Vol I. Representação e consciência da expressão*. Bicho do Mato.
- Brook, P. (2008). *O espaço vazio*. (R. Lopes, trad.) Orfeu Negro.
- Damásio, A. (2010). *O livro da consciência. A construção do cérebro consciente*. Temas e debates.
- Avers, A. (2014). *Le grand livre de l'art-thérapie*. Groupe Eyrolles.
- Foucault, M. (2015). *Surveiller et punir*. em Foucault, M. (2015). *Œuvres II*. (pp. 261-613). Gallimard
- Entralgo, P. L. (2003). *Corpo e alma. Estrutura dinâmica do corpo humano*. (M. S. Pereira, trad.). Almedina.
- Le Breton, D. (1992). *La sociologie du corps*. Presses Universitaires de France.
- Le Breton, D. (2004). *Le théâtre du monde*. Les Presses de l'Université de Laval.
- Maurette, P. (2017). *El sentido olvidado. Ensayos sobre el tacto*. Mardulce Editora.
- McLuhan, M. (1998). *La galáxia de Gutenberg. Génesis del homo typographicus*. (J. Novella, trad.). Círculo de lectores.
- Merleau-Ponty, M. (1964). *Le visible et l'invisible*. Gallimard.
- Nações Unidas (2017). *Declaração universal dos direitos humanos*. Nações Unidas.
- Orioli, W. (2010). *Théâtre et thérapie*. Macroéditions.
- Orwell, G. (1984). *Mil novecentos e oitenta e quatro*. (L. Morais, trad.). Moraes Editores.
- Pascal, B. (1972). *Pensées*. Librairie Générale Française.
- Pirandello, L. (2005). *Sei personaggi in cerca d'autore. Enrico IV*. A cura di R. Alonge. Mondadori (R. Marnoto, trad. do prefácio): <https://estudogeral.uc.pt/bitstream/10316/43300/1/Sei-Introd-on-line.pdf>
- Plano Nacional das Artes (2019). *Plano Nacional das Artes. Uma estratégia, um manifesto*. Ministério da Cultura, Ministério da Educação e Plano Nacional das Artes.
- Sartre, J.P.(1976). *L'être et le néant. Essai d'ontologie phénoménologique*. Gallimard.
- Stanislávski, K. (2018). *Preparação do ator no seu processo criador de vivência das emoções [Diário de um discípulo]*. (N. Guerra e F. Guerra, trad.). Bicho do Mato.

# **Práticas culturais e participação artística: contributo para a análise dos modos de relação dos seniores com a cultura e as artes**

**JOSÉ SOARES NEVES**

**MARIA JOÃO LIMA**

**RUI TELMO GOMES**

Iscte-Instituto Universitário de Lisboa,

Centro de Investigação e Estudos de Sociologia (CIES-Iscte),

Observatório Português das Atividades Culturais.

## **PALAVRAS-CHAVE**

SENIORES, ENVELHECIMENTO ATIVO, PRÁTICAS CULTURAIS,

PARTICIPAÇÃO ARTÍSTICA, POLÍTICAS PÚBLICAS

## **Introdução**

Neste texto propomo-nos fazer um percurso exploratório a partir da bibliografia, em especial trabalhos académicos nas áreas dos estudos sobre artes, cultura e comunicação, e de outras fontes secundárias disponíveis sobre visitas, práticas culturais e participação artística, por forma a contribuir para a análise dos modos de relação dos seniores com as artes e a cultura em Portugal.

A informação administrativa dos sistemas de bilhética das organizações culturais permite a obtenção de dados quantitativos relativos a visitas por parte de categorias específicas de visitantes, objeto de reduções ou isenções de tarifa de ingresso, designadamente os reformados ou maiores de 65 anos. Os estudos de práticas (consumos) culturais e de públicos permitem aproximações relevantes para a caracterização dos perfis sociais e de práticas através do recorte da idade e/ou da situação profissional de reforma ou aposentação. A visita a instituições e eventos culturais e a participação artística são modos de relação que se complementam valorizando a integração social, a educação não-formal, o envelhecimento ativo e o bem-estar. Nesta abordagem utilizamos fontes secundárias quantitativas, mais especificamente três, que vários autores (Santos et al., 2002; Bollo et al., 2012; Hanquinet, O'Brien & Taylor, 2019) consideram ser, em articulação, um sistema de informação relevante sobre o acesso à cultura e às práticas culturais:

- i. as fontes administrativas - aquilo que as organizações culturais registam e transmitem sobre os ingressos em atividades culturais;
- ii. os estudos sobre públicos da cultura - que visam conhecer as características dos públicos efetivos de uma determinada organização ou atividade;
- iii. os inquéritos à população sobre práticas culturais e participação artística.

## Estudos sobre práticas culturais dos seniores

São escassos os estudos específicos sobre as práticas culturais da população sénior. O estudo *Reformados e Tempos Livres* é um dos raros casos, a sugerir a sua repetição uma vez que tem já mais de vinte anos (Rosa, 1999). Trata-se de um inquérito à população portuguesa que inclui o grupo dos 65 aos 84 anos e que abrangeu diversas atividades culturais e de lazer (mais precisamente dezanove) centradas a) no domicílio e b) fora dele. No plano dos estudos sobre práticas culturais dispomos de um inquérito recente, o *Inquérito às Práticas Culturais dos Portugueses 2020* (Pais, Magalhães & Antunes, 2022) que inclui, entre os recortes etários, o grupo com 65 e mais anos.

Quanto a estudos de públicos, situam-se frequentemente num determinado domínio cultural. É o caso do estudo *Museus e público sénior em Portugal: perceções, utilizações, recomendações* (Teixeira, Faria & Vlachou, 2012), seguramente um dos mais importantes, senão mesmo o único disponível nesta altura que aborda especificamente as matérias que nos ocupam. Para além deste estudo sobre públicos seniores de museus, com um foco analítico nos museus da Rede Portuguesa de Museus, dispomos de um conjunto de 14 estudos sobre os públicos de outros tantos museus nacionais, no âmbito do Estudo de Públicos de Museus Nacionais (DGPC & CIES-IUL, 2016)<sup>1</sup>.

Nos últimos anos temos assistido a um interesse crescente por estas temáticas em contexto académico, com teses de doutoramento e dissertações de mestrado que têm vindo a ser realizadas e disponibilizadas para consulta pública nos repositórios universitários. Estes trabalhos, em diversas áreas disciplinares e cursos de formação pós-graduada, desenvolvem abordagens interessantes e constituem um sinal da relevância que o tema suscita e que se traduz numa dinâmica assinalável de produção de conhecimento sobre esta realidade em Portugal. Como exemplo deste interesse,

---

<sup>1</sup> Trata-se de um estudo inédito em Portugal, que abrangeu um número alargado de museus (14, com tutela da então DGPC - Direção-Geral do Património Cultural), com recolha de informação de longa duração (ao longo de 12 meses). O estudo foi promovido pela DGPC e teve a coordenação científica de José Soares Neves e a participação de Jorge Santos (CIES-Iscte). As publicações, em que participaram vários autores, para além de José Soares Neves, Jorge Santos e Maria João Lima (CIES-Iscte) com os resultados dos 14 museus estão disponíveis em formato digital em <https://opac.cies.iscte-iul.pt/>.



citam-se alguns trabalhos académicos que abordam os impactos dos regimes de gratuidade dos museus nacionais nos públicos seniores (Pereira, 2016); a relação entre os museus e os públicos seniores (Fernandes, 2023); a programação no domínio das artes performativas por parte dos serviços educativos de organizações culturais e dirigida a este segmento de público (Dias, 2014) bem como os públicos e não-públicos das artes performativas em contexto não-urbano (Mansilha, 2015).

*Museus e públicos seniores*

Iniciamos a vertente de dados empíricos com a fonte administrativa dos ingressos e pelo estudo sobre os públicos dos museus, e neste caso, especificamente os públicos seniores dos museus da Rede Portuguesa de Museus (RPM) (quadro 1). Repare-se que, entre o total de visitas individuais e em grupos, os públicos seniores representam menos de 10%. Embora tenha havido uma diminuição de 2008 para 2010, durante o período estudado a percentagem de ingresso manteve-se dentro do patamar dos 10%.

**Quadro 1. Total de visitas a museus**

| Ano  | Total de visitantes | Total de visitas individuais seniores |     | Total de visitas em grupo sénior |     |
|------|---------------------|---------------------------------------|-----|----------------------------------|-----|
|      | n                   | n                                     | %   | n                                | %   |
| 2008 | 3.585.128           | 266.579                               | 7,4 | 38.847                           | 1,1 |
| 2009 | 3.772.668           | 224.403                               | 5,9 | 53.121                           | 1,4 |
| 2010 | 4.422.930           | 255.938                               | 5,8 | 53.603                           | 1,2 |

Fonte: (Teixeira, Faria & Vlachou, 2012, p. 26)

Nota: Dados do inquérito realizado em 2011 aos museus da RPM (114 respostas válidas).

O quadro 2 evidencia a importância das atividades dirigidas aos públicos seniores nos serviços educativos dos museus da RPM. Neste sentido, nos três anos analisados cresceu de 60% para 72,2% o conjunto dos museus desta rede com atividades para os públicos seniores inseridas no seu plano de atividades.

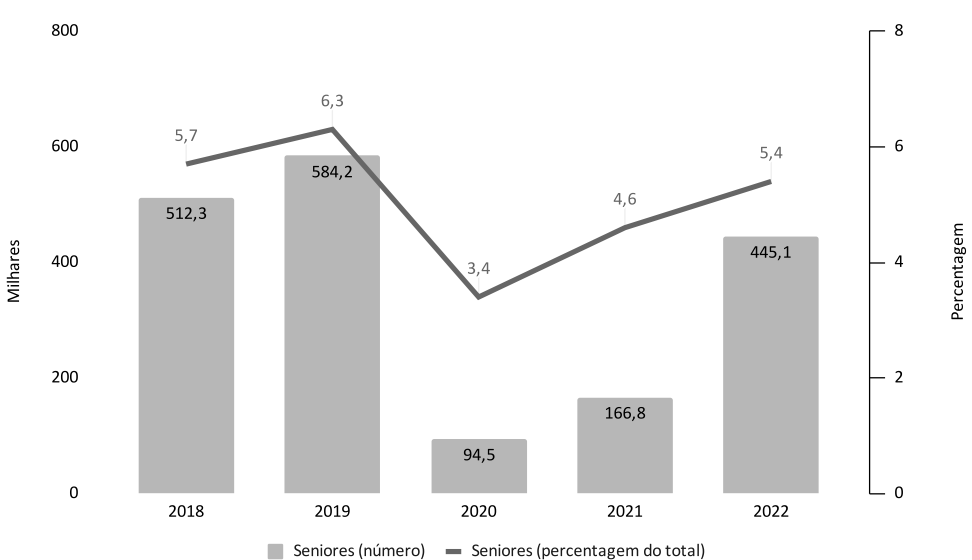
Quadro 2. Museus cujo plano de atividades incluía os públicos seniores

| Ano  | %    |
|------|------|
| 2009 | 60,0 |
| 2010 | 68,7 |
| 2011 | 72,2 |

Fonte: (Teixeira, Faria & Vlachou, 2012, p. 24)  
Nota: Dados do inquérito realizado em 2011 aos museus da RPM (114 respostas válidas).

Dados mais recentes do *Diagnóstico de monitorização dos museus da RPM* (Santos, Fradique & Pacheco, 2024), relativos a 2022, mostram que a tendência de crescimento, no entanto, não se manteve nos anos seguintes: menos de metade (48,9%) dos museus da RPM declararam ter atividades educativas e culturais dirigidas para públicos especializados e tais atividades, aliás, não são especificamente para maiores de 65 anos uma vez que a pergunta de recolha dos dados inclui, para além destes, doentes neurológicos, reclusos, entre outros (p. 99).

Gráfico 1. Entradas de seniores nos museus da RPM, 2018-2022 (n e %)



Fonte: DGPC/RPM, 2023 (Santos, Fradique & Pacheco, 2024, p. 124).  
Nota: Museus com respostas válidas.

Este mesmo diagnóstico (gráfico 1) evidencia ainda o número de entradas de seniores e o seu significado no conjunto dos ingressos nestes museus no período de 2018 a 2022 (Santos, Fradique & Pacheco, 2024, p. 124). Os dados mostram o forte impacto da pandemia pelo COVID-19, seguido de uma recuperação em 2022, ainda abaixo dos valores pré-pandémicos — quando a tendência era de crescimento. No entanto, as percentagens mantiveram-se sempre bastante abaixo de 10%, sendo a mais elevada de 6,3% em 2019. É importante destacar ainda que estes números se referem a entradas totais, incluindo quer os visitantes seniores de nacionalidade portuguesa quer os visitantes seniores com outras nacionalidades.

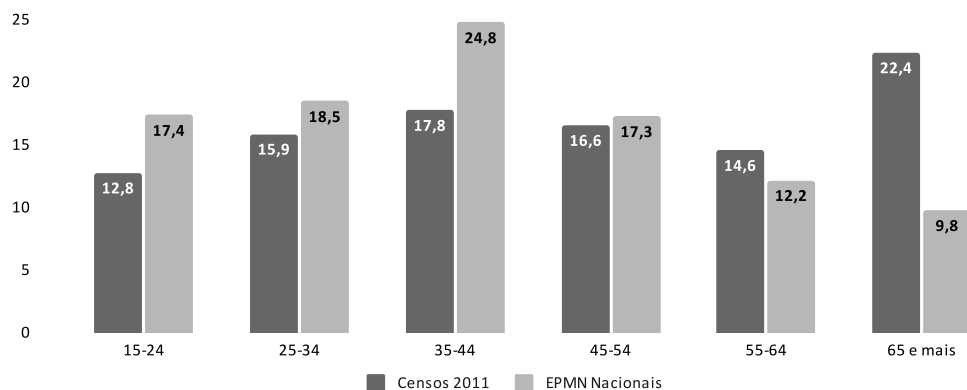
### *Os seniores como públicos da cultura*

Olhamos agora para a informação sobre a presença dos seniores enquanto públicos das instituições culturais. De acordo com os dados globais do estudo de públicos que abrangeu 14 museus nacionais (DGPC e CIES-IUL, 2016), um em cada 10 visitantes de nacionalidade portuguesa tem 65 ou mais anos (gráfico 2). Estamos, assim, de novo, no patamar dos 10%.

Os dados resultantes deste estudo permitem a comparação entre a estrutura etária dos públicos dos museus nacionais (dados de 2015) com a estrutura etária da população (dados referenciados a 2011, provenientes do Censo). Assim, os dados apresentados no gráfico 2 podem ter, naturalmente, várias leituras consoante o ponto de vista adotado. Uma leitura refere-se especificamente aos visitantes de museus nacionais com 65 ou mais anos que representavam 9,8% da amostra, enquanto na estrutura da população portuguesa os indivíduos com 65 ou mais anos representavam 22,4%. Isto aponta para uma sub-representação deste segmento da população enquanto público de museus nacionais. Embora de forma menos evidenciada, esta sub-representação estende-se ao segmento dos 55-64 anos.

Numa outra leitura que tem em conta os demais escalões etários, constata-se que sobretudo os de idade mais jovem, estão sobre-representados na amostra, o que se parece concretizar uma renovação dos públicos.

## Gráfico 2. População Portuguesa e Públicos portugueses nos museus nacionais por escalão etário em 2015 (%)



Fontes: Estudo de Públicos de Museus Nacionais, (DGPC & CIES-IUL, 2016; INE, 2011) (maiores de 15 anos).

Avançamos agora alguns dados adicionais provenientes de outros estudos que incidem sobre diversos domínios artísticos e culturais. No estudo sobre o Festival Materiais Diversos de 2014 (Mansilha, 2015), que inclui teatro e dança, a edição observada registou 6,7% de espetadores maiores de 65 anos (novamente abaixo do patamar dos 10%). No Doclisboa - Festival Internacional de Cinema, em três edições muito recentes, observou-se 7% de espetadores com 65 e mais anos na edição de 2021, 10% na de 2022 e 8% na de 2023 (Neves et al., 2022, 2023, 2024).

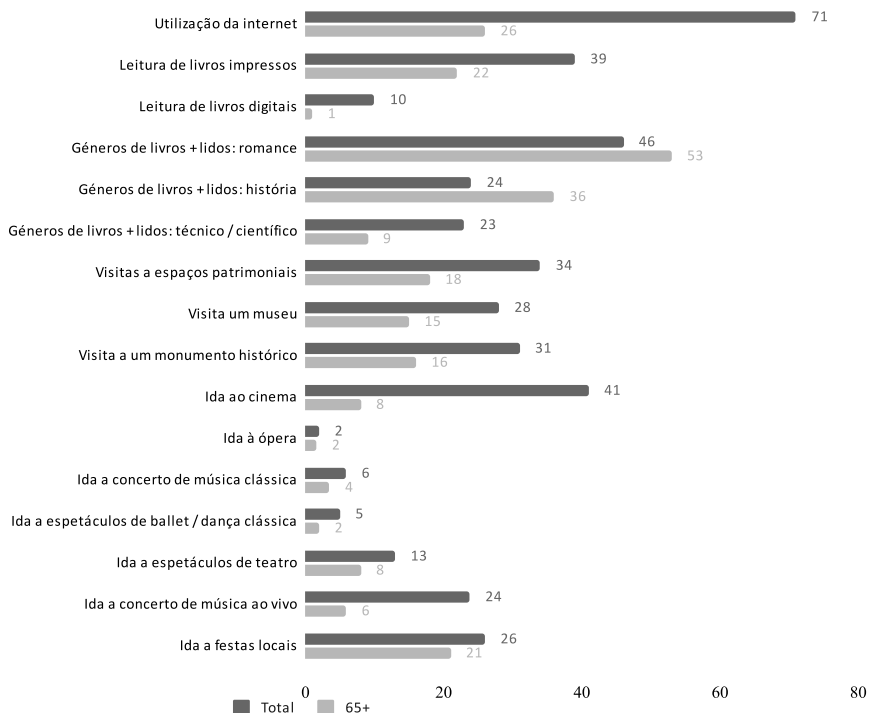
Por outro lado, no Museu do Fado, identificou-se que, de entre os envolvidos em atividades relacionadas com o fado, 60% são públicos seniores (Fernandes, 2023). Num outro estudo sobre os públicos de exposições e mostras da Biblioteca Nacional de Portugal (Henriques, 2023) constatou-se que 30% dos visitantes têm 65 e mais anos. Em ambos os casos os valores estão muito acima dos 10%.

### *Práticas culturais dos portugueses: população e maiores de 65 anos*

Deixamos agora os dados provenientes dos registos de ingressos e dos estudos de públicos e passamos aos resultados de inquéritos sobre práticas culturais dos portugueses. De acordo com o estudo de Pais, Magalhães & Antunes

(2022) quanto ao uso da Internet, práticas de leitura de livros e práticas culturais de saída, verifica-se um distanciamento significativo dos maiores de 65 anos face à média nacional na generalidade das práticas consideradas (gráfico 3), com destaque para a utilização da internet (26% para os com 65 e mais anos face a 71% da população), a leitura de livros digitais (1% e 10%, respetivamente) e a ida ao cinema (8% e 41%, respetivamente). Apenas quanto à ida à ópera se verifica proximidade (2% na população e nos maiores de 65 anos), e apenas em duas práticas os contingentes dos maiores de 65 anos são mais elevados do que os totais: a leitura de livros do género romance (53% e 46%) e do género história (36% e 24%). Será ainda de notar a relativa proximidade, e a um nível expressivo, a ida a festas locais (21% e 26%, respetivamente).

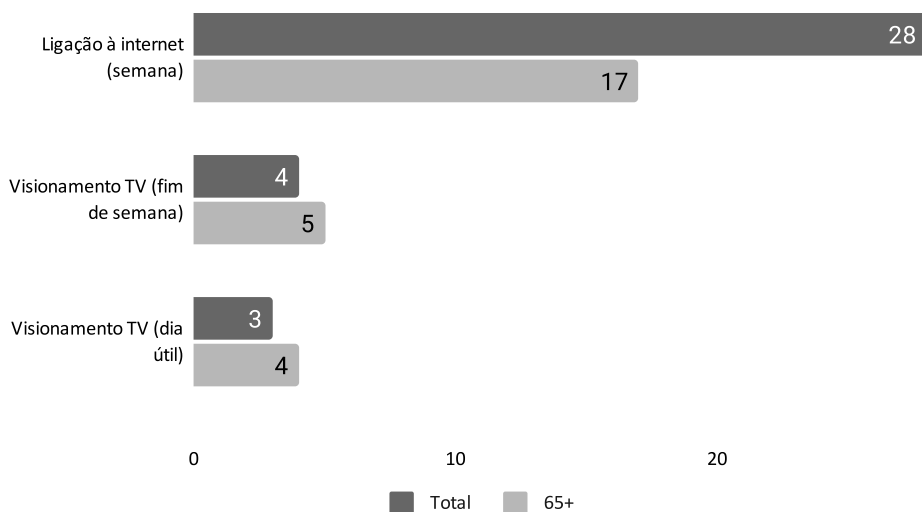
**Gráfico 3. Práticas culturais dos portugueses: comparação população (>15anos) e maiores de 65 anos (%)**



Fonte: Práticas Culturais dos Portugueses (Pais, Magalhães & Antunes, 2022).

O gráfico 4 mostra o predomínio do tempo despendido com ligação à Internet em detrimento do tempo despendido no visionamento de televisão — seja ao fim de semana ou durante a semana — mas com impactos diferenciados nos maiores de 65 anos, que se situa muito abaixo da média da população quanto à Internet e sensivelmente acima da média quanto à televisão.

**Gráfico 4. Tempo despendido com ligação à Internet e a assistir a televisão (horas)**



Fonte: Práticas Culturais dos Portugueses (Pais, Magalhães & Antunes, 2022).

### Perfis sociais e culturais: os seniores

Avançamos agora algumas características que ajudam a situar o perfil social e de práticas culturais daqueles que têm 65 e mais anos de idade. Aqui recorreremos a duas citações longas e intercaladas, mas que devem ser vistas articuladamente, sobre os perfis sociais e culturais do tipo que José Machado Pais nomeou como *cluster* ou Classe 5 (Pais, 2022) — o autor identifica outras quatro classes, a análise é multivariada, mas a que aqui importa é a referida Classe 5. Esta tipologia tem em conta um conjunto muito alargado de informação. O que nos interessa fundamentalmente transmitir aqui é o perfil deste *cluster*

em que se incluem os maiores de 65 anos ou em que os maiores de 65 anos se situam preferencialmente. Com um conjunto de características que são relativamente conhecidas do ponto de vista dos capitais escolares: muito baixos, não só dos próprios, mas também dos seus progenitores, e com atividades pouco qualificadas, e que inclui o reconhecimento de que vive com dificuldades; e, por outro lado, um retrato do ponto de vista das práticas culturais que confirma o distanciamento face à Internet (que já antes referimos) mas remete muito para aquilo que costumamos designar como as práticas culturais domésticas, com maior proximidade sobretudo com a televisão e a rádio.

... [a classe 5] constata-se que o seu perfil sociográfico é caracterizado por uma expressiva sobre-representação de idosos. Com efeito, 87% dos inquiridos desta classe têm 55 ou mais anos, havendo 66% com mais de 65 anos (...). Outro traço distintivo é a escassez de capitais escolares da larga maioria dos inquiridos acolhidos nesta classe, pois 87% detêm um grau de instrução inferior ao 3º ciclo da escolaridade obrigatória. Aliás, a carência de capitais escolares estende-se aos progenitores, pois mais de 90% — tanto mães, quanto pais — também não concluíram o 3º ciclo de ensino. Nesta classe regista-se, ainda, uma sobre-representação de inquiridos do sexo feminino, residentes na região Norte do país, em *habitat* rural, com profissões pouco qualificadas — uma prevalência de operários (53%) e de trabalhadores de serviços (29%) — e compartilhando uma perceção negativa da situação económica individual, pois metade deles reconhece viver com dificuldades.

(...)

Nenhum dos inquiridos da classe 5, representando 29% da população inquirida, usa a Internet. Em consequência, nesta classe regista-se uma completa ausência de atividades culturais mediadas pela Internet. Os livros também não fazem parte dos seus interesses culturais, pois 84% não leram qualquer livro nos últimos 12 meses. Durante a sua infância e adolescência, também não terão beneficiado de incentivos à leitura por parte dos pais ou outros familiares, pois apenas 5% tiveram o gosto de ser presenteados com um livro. Nesta classe, a cultura em domicílio restringe-se aos consumos televisivos e radiofónicos. Aliás, mesmo em relação à rádio, a maioria (54%) não a ouve. Em contrapartida, a televisão é

uma fiel companheira do dia a dia: 97% têm acesso diário à televisão, como se ela fosse um elo de restabelecimento de vínculos sociais perdidos, quiçá uma possibilidade de fuga à solidão. (Pais, 2022, pp. 316, 321)

*Evolução de práticas culturais em Portugal*

Neste percurso pontuado por indicadores sobre práticas culturais dos seniores, trazemos agora um estudo com dados de Portugal para os anos de 2016 e 2022 (INE, 2023).

Por um lado, constata-se uma diminuição significativa dos níveis de práticas culturais de 2016 para 2022, o que pode ser justificado com o período de pandemia por COVID-19 também com impacto conhecido nas práticas culturais (quadro 3). A prática de assistir a espetáculos ao vivo surge como uma das mais significativas, porém com valores sempre mais baixos quer no segmento de 55 a 69 anos quer nos outros inativos. Porém, quando considerada a diferença entre os resultados obtidos em 2022 e os de 2016, os níveis de práticas culturais daqueles com 55 a 69 anos de idade diminuem, mas diminuem menos do que as práticas culturais ao nível da população.

**Quadro 3. População que participou em atividades culturais em várias modalidades (nos últimos 12 meses), 2016 e 2022 (%)**

| Portugal                                       | 2016        | 2022        | Diferença     |
|--|-------------|-------------|---------------|
|  | %           | %           | %             |
| <b>Assistir a espetáculos públicos ao vivo</b> | <b>67,2</b> | <b>52,8</b> | <b>- 14,4</b> |
| Dos 55 aos 69 anos                             | 53,9        | 41,8        | - 12,1        |
| Outros inativos                                | 52,0        | 35,2        | - 16,8        |
| <b>Assistir a sessões de cinema</b>            | <b>45,6</b> | <b>40,5</b> | <b>- 5,1</b>  |
| Dos 55 aos 69 anos                             | 21,0        | 19,4        | - 1,6         |
| Outros inativos                                | 18,2        | 15,1        | - 3,1         |
| <b>Visitar locais culturais</b>                | <b>46,4</b> | <b>36,8</b> | <b>- 9,6</b>  |
| Dos 55 aos 69 anos                             | 36,3        | 27,0        | - 9,3         |
| Outros inativos                                | 33,2        | 20,6        | - 12,6        |



| Portugal   | 2016        | 2022        | Diferença     |
|--|-------------|-------------|---------------|
|  | %           | %           | %             |
| <b>Leitura de jornais ou revistas</b>            | <b>91,9</b> | <b>75,4</b> | <b>- 16,5</b> |
| Dos 55 aos 69 anos                               | 48,4        | 34,7        | - 13,7        |
| Outros inativos                                  | 42,9        | 29,3        | - 13,6        |
| <b>Leitura de livros como atividade de lazer</b> | <b>38,8</b> | <b>41,3</b> | <b>2,5</b>    |
| Dos 55 aos 69 anos                               | 34,1        | 32,1        | - 2,0         |
| Outros inativos                                  | 32,8        | 28,6        | - 4,2         |

Fonte: Inquérito à Educação e Formação de Adultos (INE, 2023).

Nota: Outros inativos exclui estudantes.

Repare-se ainda que, do ponto de vista da leitura de livros como atividade de lazer, os valores aumentam não só para o total da população, como depois a diminuição é também relativamente baixa entre os 65 e 69 anos (de 34,1% para 32,1%). Assinalam-se, portanto, alguns sinais positivos. Menos positivos são porém os resultados de um outro estudo, à escala europeia, que compara a participação cultural (qualquer tipo de atividade), nos últimos 12 meses prévios à realização do trabalho de campo, entre 2015 e 2022 (Eurostat, 2024, p. 5). Os dados deste estudo confirmam o que já se sabe — a participação cultural diminui consistentemente à medida que a idade avança — e mostram ainda que os níveis de participação do grupo de idades com 65 e mais anos baixam em quase todos os 32 países no referido arco temporal. Em Portugal a diminuição é de mais de 10 pontos percentuais (de 36,3% em 2015 para 25,5% 2022), percentagens substancialmente mais baixas do que as registadas no grupo dos 16 aos 29 anos (que baixam de 86,8% em 2015 para 81,2% em 2022). Ainda assim, também é possível encontrar sinais positivos neste estudo, uma vez que Portugal está muito longe de registar os valores mais baixos no conjunto dos 32 países observados, mesmo entre a população com 65 e mais anos.

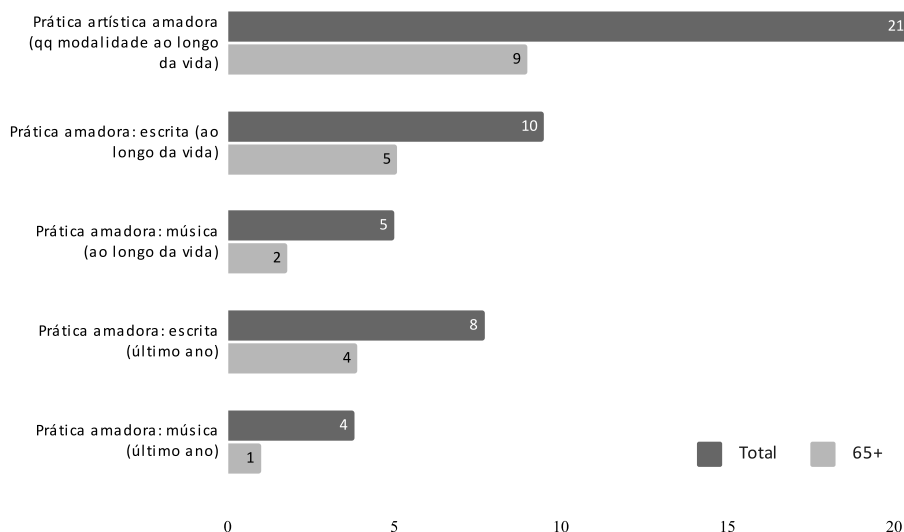
*Práticas artísticas amadoras*

Passamos agora ao que se designa como práticas artísticas amadoras com base no voluntariado (gráfico 5). Refere-se a uma outra forma de expressão artística e cultural que acrescenta ao facto de sermos públicos e termos um conjunto

de práticas culturais, de realizarmos leituras de livros, jornais, revistas, de vermos televisão, também de assistirmos a espetáculos, de utilizarmos a Internet e meios digitais. Trata-se de uma outra forma de participação, mais próxima àquelas que outros textos referem, mas que na sua totalidade nos permite dar conta da diversidade de modos de relação com a cultura. Trata-se de uma relação com as várias atividades, instituições, eventos artísticos e culturais de diversas configurações que definem diferentes modos de relação com a cultura.

Verificamos de novo um desvio significativo dos maiores de 65 anos quando comparados com a população total. A diferença é grande se considerarmos a prática artística amadora no seu conjunto (qualquer modalidade ao longo da vida) (21% para o total da população contra 9% para os com 65 e mais anos). Atenua-se depois em algumas modalidades, designadamente na prática amadora da escrita.

### Gráfico 5. Práticas artísticas amadoras, população (>15 anos) e 65 e mais anos (%)

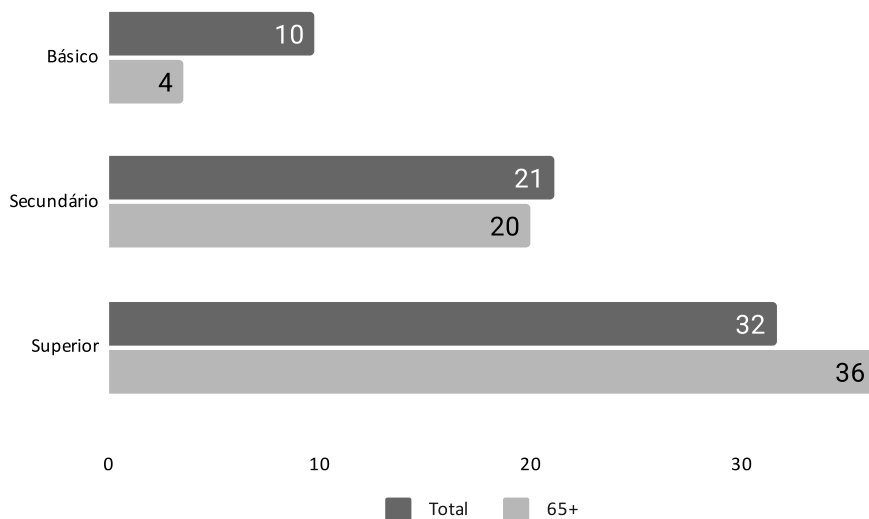


Fonte: Práticas Culturais dos Portugueses (Gomes, 2022).

Uma leitura ventilada por idade e escolaridade permite verificar o efeito distintivo dos capitais culturais (gráfico 6). É certo que a população maior de 65

anos está, também neste aspeto, globalmente afastada da prática cultural; mas se recortarmos o segmento dos maiores de 65 anos diplomados do ensino superior, observa-se que a prática amadora é mais expressiva até que na população em geral (respetivamente 36% e 32%). Constata-se, portanto, o enorme diferencial da educação nas gerações mais velhas e o correspondente impacto nos modos de relação com a cultura. Por outro lado, o segmento mais escolarizado da população sénior evidencia, junto com outros indicadores já citados, uma prática próxima do que se designa como «cultura cultivada». Este grupo constituirá um nicho certamente minoritário, mas relevante para as instituições culturais.

**Gráfico 6. Práticas artísticas amadoras dos portugueses: comparação população (>15anos) e maiores de 65 anos, segundo o nível de escolaridade (%)**



Fonte: Práticas Culturais dos Portugueses (Gomes, 2022), base de dados.

### *Prática de cantar*

Passamos agora a uma comparação entre Portugal e a média da União Europeia na evolução de 2007 para 2013, que são os últimos dados de que dispomos a partir do Eurobarómetro (quadro 4). Estamos a falar na prática

de cantar, uma prática cultural amadora. Temos, de novo, a diminuição tanto ao nível da União Europeia como ao nível de Portugal. Mas, apesar deste quadro de diminuição, temos alguma resistência. Os dados em Portugal descem, mas menos do que na União Europeia (UE) quando falamos dos mais velhos, neste estudo considerados como maiores de 55 anos.

**Quadro 4. A prática de cantar segundo a Idade (UE-27 e Portugal, 2007 e 2013) (%)**

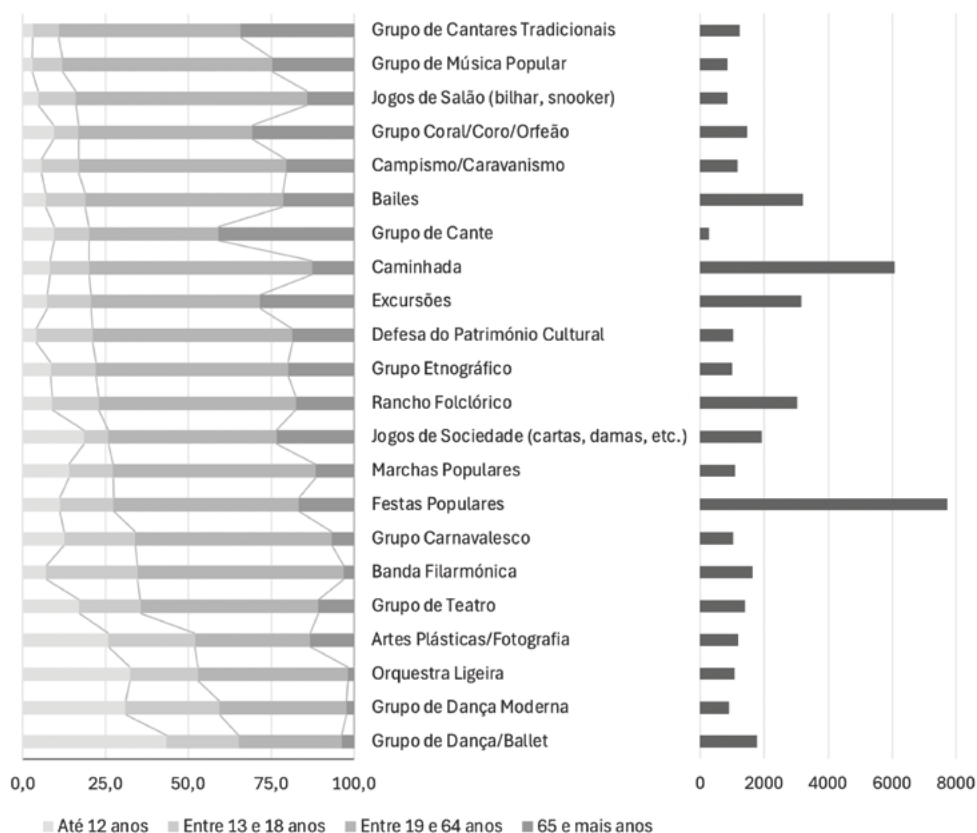
|                     | EU-27       |             | Portugal   |            |
|---------------------|-------------|-------------|------------|------------|
|                     | 2007        | 2013        | 2007       | 2013       |
| <b>Total</b>        | <b>14,6</b> | <b>10,9</b> | <b>5,0</b> | <b>5,9</b> |
| <b>Idade</b>        |             |             |            |            |
| <b>15-24</b>        | 20,8        | 15,9        | 11,5       | 10,7       |
| <b>25-39</b>        | 14,7        | 10,6        | 5,6        | 8,3        |
| <b>40-54</b>        | 14,6        | 11,7        | 4,0        | 5,2        |
| <b>+ de 55 anos</b> | 11,6        | 8,5         | 2,1        | 3,7        |

Fontes: (Eurobarómetro, 2007, 2013); (Lima, 2022, p. 57).  
Notas: Dados ponderados por ‘Weight EU-27’ (EU-27) e por “q1 nationality portugal” (Portugal), de acordo com especificações técnicas do Eurobarómetro; Qui-quadrado estatisticamente significativo para todos os cruzamentos ( $p < 0,001$ ).

*Práticas por modalidade artística, cultural e de lazer em contexto associativo*  
Uma outra ilustração. No Inquérito Nacional às Associações de Cultura, Recreio e Desporto, foi possível apurar o número de praticantes para o conjunto de modalidades existentes nessas associações (Neves et al., 2023; Nunes, Pereira, Neves & Fernandes, 2024). Sabemos que estas associações são muito heterogêneas, muito diversificadas, mas também muito participadas, tendo por isso um significado especial, com lastros temporais alargados, sendo muito relevantes na sociedade portuguesa. Foi apurado, para cada uma dessas modalidades, o total de praticantes e a sua segmentação por idade (gráfico 7). Verificam-se segmentações muito diversas, com os mais jovens mais próximos de atividades de cultura erudita no quadro associativo e, por outro lado, os mais idosos com maior proximidade, de novo, com

algumas atividades que estão eventualmente mais próximas das suas identidades culturais de base local. Modalidades de prática como o Grupo de cante e Grupo de Cantares Tradicionais estão entre as mais significativas, acima de 30% dos praticantes com mais de 65 anos. Portanto, evidenciam-se diversos níveis de atração das modalidades segundo as idades.

**Gráfico 7. Praticantes por modalidade artística, cultural e de lazer e por faixa etária (% e número)**



Fonte: Inquérito às Associações de Cultura, Recreio e Desporto, 2022 (Neves et al, 2023).

Base: 945 respostas de associações.

Nota: As percentagens referem-se à faixa etária dos praticantes por modalidade.

Excluem-se as não respostas. Excluem-se ainda as modalidades com baixos contingentes de respostas (<11 associações) e de praticantes.

## Políticas culturais

Do ponto de vista das políticas públicas culturais enunciam-se, a título ilustrativo, algumas medidas e propostas direcionadas aos seniores com o duplo objetivo de facilitar o acesso às práticas culturais e mitigar o impacto das desigualdades económicas a esse nível.

### *Reduções de tarifas para maiores de 65 anos e reformados (nas instituições culturais)*

Uma das medidas de política cultural, talvez a mais remota no tempo, e que prevalece, de democratização cultural, refere-se a facilitar o acesso na perspetiva da redução das desigualdades económicas. Isto corresponde a entradas gratuitas ou a reduções nas tarifas de ingresso para este segmento da população nas instituições culturais<sup>2</sup>.

Sendo uma prática comum em instituições sob tutela do Ministério da Cultura, também está presente ao nível municipal, com entradas gratuitas integrais — e não tanto nas reduções de tarifas — e, portanto, provavelmente com um impacto mais significativo.

Esta é uma medida política com um largo espectro temporal e que permanece. Porém, estudos recentes apontam algumas dificuldades inerentes à sua aplicação. Por exemplo, é defendida a necessidade de uma melhor comunicação das reduções e regimes de gratuidade (nos museus) aplicáveis aos maiores de 65 anos, uma vez que se constata que os potenciais destinatários nem sempre têm conhecimento dos benefícios que podem ter nestes equipamentos culturais (Pereira, 2016). Outro exemplo é o da necessidade de mais e melhor articulação entre as organizações culturais (museais) e as instituições públicas e privadas direcionadas para, ou com atividades com seniores (Fernandes, 2023).

---

2 Citam-se alguns exemplos atuais de organizações culturais sob tutela da Administração Central. No domínio das artes performativas: Teatro Nacional de São Carlos - desconto 15% para 65 e mais anos; Teatro Nacional D. Maria II, descontos de 25% para Seniores (maiores de 65 anos); Teatro Nacional São João, desconto 40% para maiores de 65 anos; Teatro Camões - desconto de 25% para maiores de 65 anos. Nos 37 museus, palácios e monumentos tutelados pela Museus e Monumentos de Portugal, E.P.E. os visitantes com idade igual ou superior a 65 anos têm desconto de 50%. Na Cinemateca Portuguesa, o preço normal de entrada é de €3,20, para reformados é de €2,15.

### *Serviços e projetos artísticos e culturais para idosos*

No presente, as políticas públicas vocacionadas para a formação de públicos estão principalmente centradas no segmento dos públicos jovens, não se encontrando (ainda?) na fase da preocupação com os públicos mais idosos. As atividades orientadas para idosos representam um patamar em torno de 10% da programação formativa e dos serviços educativos nas instituições culturais na esfera das políticas públicas, como vimos.

É, por exemplo, o caso da Rede Nacional de Bibliotecas Públicas. Num levantamento sobre as atividades de promoção da leitura nas bibliotecas públicas constatava-se, em 2008, que 6,5% dessas atividades tinham como destinatários os idosos — valor que, ainda assim, representava uma novidade (Neves & Lima, 2009, p. 96). Ou seja, esta preocupação existe, está presente, mas não é claramente a mais significativa. Por exemplo, se olharmos para o público-alvo jovens, estes correspondem a 20% dos destinatários destas atividades (*ibidem*).

Já em 2014, um outro estudo identifica a “fraca oferta” de atividades performativas destinadas a seniores promovidas pelos serviços educativos das redes culturais (Dias, 2014).

Por outro lado, são de referir atividades neste âmbito desenvolvidas por entidades privadas (sobretudo não lucrativas). Destaca-se aqui a Fundação Calouste Gulbenkian e, mais especificamente, a iniciativa *PARTIS & Art For Change* iniciada em 2014 (Cruz, 2019) e também o programa *Entre vizinhos* com início em 2017<sup>3</sup> (Vieira, 2023).

As datas dos estudos e publicações aqui convocadas coincidem com a baliza temporal de outros testemunhos que convergem no presente livro — como o projeto LATA 65, por exemplo, iniciado na segunda década do século XXI. Há aqui uma aproximação: na primeira década do século XXI, do ponto de vista das políticas públicas e dos interesses por parte dos agentes, estamos a falar em grande medida de crianças e jovens. É essa a questão central, a formação de públicos, e esses os principais destinatários, as crianças e os jovens.

---

3 O projeto *Entre Vizinhos* surgiu na sequência do projeto O Nosso Km2 (2012-2016), onde uma das iniciativas realizadas foi um conjunto de visitas ao Museu Gulbenkian por parte de instituições seniores (Vieira, 2023, pp. 41-42).

A relevância dos processos participativos (Gomes, 2023) e das preocupações com os maiores de 65 anos ganha novos contornos no início da década de 2020. Veja-se o relatório final do *Grupo de Projeto Museus no Futuro* (Camacho et al., 2022), uma iniciativa da ministra da Cultura, Graça Fonseca, que evidencia uma preocupação com a população sénior, com informação relevante que os decisores políticos e gestores culturais devem considerar. São aí apresentadas potencialidades e desafios. Qual é a evolução previsível? Que desafios se colocam às organizações culturais? É, pois, imperativo que nos preparemos para essas questões.

No relatório referido, constata-se que os museus e monumentos têm potencialidades e desafios a enfrentar relacionados com o envelhecimento ativo. Neste sentido, o aumento dos níveis de escolaridade dos públicos seniores pode levar a um incremento do número de idosos em voluntariado e nas associações dos “grupos de amigos”, além de maior participação nas atividades programadas (Camacho et al., 2022, p. 15). Ao nível da saúde mental da população sénior, as respostas por parte dos museus e dos monumentos poderão atender a formas de acessibilidade integrada (física, sensorial e cognitiva), adotando o *design* universal e integrando zonas de descanso nos percursos expositivos (Camacho et al., 2022, p. 15). Com o aumento da esperança média de vida, é expectável que a população cultive a formação ao longo da vida, exerça diferentes profissões e diversifique os seus interesses pessoais, o que constitui um desafio para os museus e monumentos no contexto da aprendizagem não formal (Camacho et al., 2022, pp. 15-16).

Ao nível de programas promovidos pela Administração Central, agora no domínio das artes performativas, chama-se à atenção para o facto de o projeto “Cante pela sua Saúde”<sup>4</sup>, iniciado em 2017 como um estudo experimental no âmbito do Orçamento Participativo, ter servido de base para o Programa de Apoio em Parceria - Arte e Envelhecimento Ativo. Este programa, fruto de um acordo entre a Direção-Geral das Artes (DGARTES) e a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa (SCML), contou com uma dotação financeira de €350.000. O objetivo principal deste programa foi contribuir, através das

---

4 Para mais informações sobre o projeto “Cante pela sua Saúde”, ver Arriaga et al. (2021).



artes, para a saúde, bem-estar e qualidade de vida da população idosa, promovendo a integração e a construção de relações sociais mais inclusivas, solidárias e saudáveis, diminuindo a solidão e o isolamento.

Implementado em 2022 e 2023, o programa Arte e Envelhecimento Ativo teve a duração de 18 meses, durante os quais foram submetidos 109 projetos a concurso, dos quais 18 foram apoiados, com valores entre €10.000 e €40.000. Este programa demonstrou uma preocupação centrada nos idosos e é talvez o primeiro com alcance significativo no que diz respeito às iniciativas que alberga. É um sinal de interesse — que se espera não esmoreça — por parte das políticas públicas relativamente a estas questões.

De um outro ponto de vista, o *Compromisso de Impacto Social das Organizações Culturais* (CISOC), concretiza uma medida do Plano Nacional das Artes (PNA) (Vale, Brighenti, Pólvora, Fernandes & Albergaria, 2019, p. 25). Trata-se de uma iniciativa do PNA, que — tal como o Plano Nacional de Leitura e o Plano Nacional do Cinema — tem uma ancoragem muito forte nas escolas e, portanto, uma especial preocupação com crianças e jovens, mas comporta algumas dimensões muito importantes dentro dos temas aqui tratados.

O CISOC situa-se numa perspetiva que visa o aprofundamento da relação das organizações culturais com as pessoas, o desenvolvimento de públicos, facilitar o acesso e promover processos participativos, colocar as pessoas no centro das organizações culturais e medir e (auto)avaliar impactos sociais. Tem três objetivos estratégicos:

- i. manter e incrementar os públicos da organização cultural enquanto agentes culturais ativos;
- ii. diversificar os públicos, envolver pessoas que não são praticantes habituais;
- iii. reforçar a responsabilidade educativa do ponto de vista das organizações. Finalidades e objetivos estratégicos que abrangem especificamente os mais velhos, incluindo entre os indicadores sugeridos.

Entre os instrumentos disponibilizados no *Kit CISOC* (Camacho et al, 2023), estão os indicadores de impacto, sugeridos e propostos no sentido de as organizações selecionarem os que mais se adequam às suas missões, atividades e objetivos com vista ao acompanhamento e (auto)avaliação. As áreas a que se

referem partem da realidade já existente em algumas organizações, mas, para outras, são eventuais novas áreas de trabalho. Vários indicadores dos quatro objetivos estratégicos têm em conta especificamente as pessoas maiores de 65 anos e as pessoas sem possibilidade ou com dificuldade de participação, designadamente pessoas em centros de dia ou residências de idosos (quadro 5).

Afirma-se, pois, uma preocupação muito centrada nas pessoas, seja como públicos, como visitantes, como utilizadores ou como participantes, procurando reforçar esta perspetiva no processo de planeamento e avaliação por parte das organizações culturais. Entre estas preocupações estão especificamente iniciativas que visam justamente os maiores de 65 anos. Portanto, há aqui uma preocupação significativa com a relação das organizações culturais com os seniores, de diversos modos, sendo que o que se procura valorizar é que justamente as organizações culturais estejam atentas a esses diversos modos de relação dos mais velhos com a cultura.

## **Conclusão**

Procuramos neste texto contribuir para um levantamento de tópicos e iniciativas desenvolvidas em Portugal no âmbito das políticas públicas e pelas organizações culturais dirigidas aos públicos seniores — genericamente os maiores de 65 anos — que visam facilitar a participação cultural deste segmento da população mitigando as desigualdades sociais e económicas que a obstaculizam.

O levantamento da investigação produzida sobre a relação da população portuguesa com mais de 65 anos com as artes e com a cultura, com ênfase nos trabalhos académicos, bem como a sistematização de dados secundários que aqui realizámos, permitiram identificar um conjunto de características e tendências, mas revelou também a insuficiência de evidências empíricas, pelo que há que destacar a necessidade de promover mais e atualizados estudos específicos que contribuam para um melhor conhecimento das práticas, dos perfis sociais e das necessidades com vista à elaboração de recomendações para as políticas públicas.

Quanto às tendências identificadas, observa-se, por exemplo, a emergência de processos participativos (expressivos, amadores) e comunitários,

### Quadro 5 - Exemplos de indicadores de impacto social previstos no CISOC direcionados para os maiores de 65 anos

| Objetivo estratégico  | Objetivo  | Impacto  | Indicador   |
|---|---|--|---|
| (A) Manter e incrementar os públicos como agentes culturais ativos                  | Aumentar o número de pessoas e a sua participação   | Maior frequência e participação na organização cultura                 | Variação anual de participantes presenciais com mais de 65 anos (1.1.7.)  |
| (B) Diversificar os públicos e envolver pessoas que não são participantes habituais | Ampliar as oportunidades de acesso e aumentar a participação dos segmentos da população sub-representados | Mais participantes de segmentos da população sub-representados         | <p>Percentagem de participantes presenciais com mais de 65 anos relativamente ao total de participantes presenciais (2.4.3.)</p> <p>Percentagem de participantes presenciais com mais de 65 anos relativamente à população com mais de 65 anos residente em Portugal (2.4.4.)</p>   |
|   | Fortalecer as oportunidades de participação e as conexões cívicas   | Incremento da participação de pessoas e grupos nas atividades          | <p>Percentagem de atividades específicas destinadas a pessoas com mais de 65 anos relativamente às atividades da organização cultural (3.3.4.)</p> <p>Variação anual de participantes presenciais com mais de 65 anos em atividades específicas (3.3.5.)</p> <p>Média de participantes presenciais com mais de 65 anos em atividades específicas (3.3.6.)</p> |
| (C) Reforçar a responsabilidade educativa   | Fortalecer a organização cultural como território educativo   | Maior utilização de recursos educativos por pessoas de todas as idades | <p>Número de ações de formação para pessoas com mais de 65 anos (8.1.3)</p> <p>Número de participantes presenciais com mais de 65 anos em ações de formação (8.1.4.)</p>  |

Fonte: (Camacho et al, 2023).

que envolvem idosos em projetos artísticos, a par das práticas culturais amadoras, associativas. Num contexto das últimas décadas muito marcado pelas políticas de formação de públicos jovens (Gomes & Lourenço, 2009), parece existir agora uma crescente, ainda que limitada, atenção aos idosos em projetos públicos que envolvem grupos diferenciados, procurando esbater desigualdades sociais, no sentido da cidadania ativa, do envelhecimento ativo, do bem-estar.

Os impactos destas medidas e projetos na população portuguesa ainda são reduzidos, seja na perspetiva dos públicos — no que diz respeito à fruição —, seja das práticas culturais, do acesso à cultura e das práticas artísticas participativas — na perspetiva da democratização da cultura —, seja ainda nas práticas comunitárias no contexto da democracia cultural (Matarasso, 2019, pp. 58-59). Uma vez que o envelhecimento é uma realidade com forte impacto na estrutura da população portuguesa, abrangendo perto de um quarto (23,4%, de acordo com o Censo 2021), e se prevê que se acentue, será fundamental alargar a oferta de atividades culturais e artísticas direcionadas para este grupo, tendo em conta a sua heterogeneidade social, com atenção aos mais afastados da participação cultural (Pais, 2022), e baixos capitais culturais (Gomes, 2022). Em qualquer caso, importa colocar as pessoas seniores (seja como públicos, utilizadores, participantes) no centro das preocupações das organizações culturais (Camacho et al, 2023).

## Referências

- Arriaga, P., Ribeiro, R., Azevedo, S., Lima, L., Galinha, I., & Pires, A., Frizza, J., Fontão, S., Baião, P., D'Assis Almeida, M., Antunes, A., Ferreira, E., Freixinho, N., Barata, M. T., Dias, C. P., Lourenço, J., Pinto, S., Veloso, J., Cabeças, A. M., Gaspar, S., Van-der Kellen, M., & Precatado, H. (2021). *Cante pela Sua Saúde: Memória do Projeto Grupos de Canto para Seniores*. Iscte-Instituto Universitário de Lisboa.  
<http://hdl.handle.net/10071/24127>
- Bollo, A., Pozzolo, L. D., Frederico, E. D., & Gordon, C. (2012). *Measuring Cultural Participation*. UNESCO-UIS.
- Camacho, C. F. (Ed.). (2021). *Grupo de Projeto Museus no Futuro. Relatório Final*. Direção-Geral do Património.

- Camacho, C. F. (Ed.), Fernandes, M. A., Maravalhas, F. & Neves, J. S. (2023). *Compromisso de Impacto Social das Organizações Culturais. Fundamentos, Metodologia e Instrumentos de Apoio*. Plano Nacional das Artes.
- Cruz, H. (Ed.). (2019). *Arte e Esperança. Percursos da Iniciativa PARTIS 2014-2018*. Fundação Calouste Gulbenkian.
- DGPC & CIES-IUL. (2016). *Resultados globais do Estudo de Públicos de Museus Nacionais*. Direção-Geral do Património Cultural e Centro de Investigação e Estudos em Sociologia.
- Dias, S. L. D. E. S. (2014). *Programação em artes performativas para idosos nos serviços educativos das redes culturais* [Mestrado em Educação Artística, especialização de Teatro na Educação, Escola Superior de Educação de Lisboa]. <http://hdl.handle.net/10400.21/12013>
- Eurostat. (2024). *Culture statistics - cultural participation*. *Statistics Explained*, 17 pp.
- Fernandes, J. S. S. (2023). *Museus e público sénior: encontro entre as perspetivas da oferta e da procura. Estudo de caso no município de Lisboa* [Mestrado em Estudos e Gestão da Cultura, Iscte - Instituto Universitário de Lisboa]. <http://hdl.handle.net/10071/29660>.
- Gomes, R. T. (2022). Participação artística e capitais culturais. Em J. M. Pais, P. Magalhães, & M. L. Antunes (Eds.), *Práticas culturais dos portugueses. Inquérito 2020* (pp. 285-310). Imprensa de Ciências Sociais.
- Gomes, R. T. (2023). Singularidade e partilha na prática artística participativa. Em C. P. Cruzeiro, C. Madeira, & B. Marques (Eds.), *Dentes de Leão. Ativar a Participação nas Artes. Volume 2 Ensaios Críticos* (pp. 28-43). Materiais Diversos, Culturgest, Pó de Vir a Ser.
- Gomes, R. T., & Lourenço, V. (2009). *Democratização cultural e formação de públicos. Inquérito aos «serviços educativos» em Portugal*. Observatório das Actividades Culturais.
- Hanquinet, L., O'Brien, D., & Taylor, M. (2019). *The coming crisis of cultural engagement? Measurement, methods, and the nuances of niche activities*. *Cultural Trends*, 28(2-3), 198-219.
- Henriques, S. C. P. (2023). *Públicos das exposições e mostras da Biblioteca Nacional de Portugal* [Mestrado em Estudos e Gestão da Cultura, Iscte - Instituto Universitário de Lisboa]. <http://hdl.handle.net/10071/30247>.
- INE. (2023). *Destaque. Inquérito à Educação e Formação de Adultos 2022*. Instituto Nacional de Estatística.
- Lima, M. J. S. A. P. (2022). *Cantar em coro: expressividade e sociabilidade* [Doutoramento em Sociologia, Iscte-Instituto Universitário de Lisboa]. <http://hdl.handle.net/10071/28861>.
- Mansilha, T. M. C. (2015). *Públicos e não-públicos das artes performativas em contexto não-urbano. Um estudo sobre o Festival Materiais Diversos* [Dissertação de Mestrado em Comunicação, Cultura e Tecnologias da Informação, Iscte-Instituto Universitário de Lisboa]. <http://hdl.handle.net/10071/10641>.

- Matarasso, F. (2019). *Uma arte irrequieta. Reflexões sobre o triunfo e importância da prática participativa*. Fundação Calouste Gulbenkian.
- Neves, J. S., Lima, M. J., Santos, J., Macedo, S. C., Martins, A., Pratas, S., Pereira, J., & Nunes, N. (2023). [Democracia cultural e políticas públicas: o papel do associativismo popular. \*Análise Associativa\*, 10, 14-42.](#)
- Neves, J. S., & Lima, M. J. (2009). *Promoção da Leitura nas Bibliotecas Públicas*. GEPE - Gabinete de Estatística e Planeamento da Educação. <http://hdl.handle.net/10071/16489>.
- Neves, J. S. (coord.), Santos, J., & Lima, M. J. (2024). *Públicos e participantes no Doclisboa 2023 - 21º Festival Internacional de Cinema. Relatório de progresso*. Observatório Português das Atividades Culturais, CIES-Iscte.
- Neves, J. S. (coord.), Santos, J., & Lima, M. J. (2023). *Públicos e participantes no Doclisboa 2022 - 20º Festival Internacional de Cinema. Relatório de progresso*. Observatório Português das Atividades Culturais, CIES-Iscte.
- Neves, J. S., (coord.), Santos, J., Apolinário, S., & Luz, C. (2022). *Públicos e participantes no Doclisboa 2021 - 19º Festival Internacional de Cinema. Relatório*. Observatório Português das Atividades Culturais, CIES-Iscte.
- Nunes, N., Pereira, J., Neves, J. S., & Fernandes, S. (Eds.). (2024). *O associativismo popular português no século XXI*. Almedina.
- Pais, J. M. (2022). Práticas culturais e clivagens sociais. Em J. M. Pais, P. Magalhães, & M. L. Antunes (Eds.), *Práticas culturais dos portugueses* (pp. 311-351). Imprensa de Ciências Sociais.
- Pais, J. M., Magalhães, P., & Antunes, M. L. (Eds.). (2022). *Práticas culturais dos portugueses. Inquérito 2020*. Imprensa de Ciências Sociais.
- Pereira, T. H. D. M. M. (2016). *Regimes de Gratuidade em Museus Nacionais: Impactos nos Públicos Seniores* [Dissertação de Mestrado em Gestão e Estudos da Cultura, Iscte - Instituto Universitário de Lisboa]. <http://hdl.handle.net/10071/12579>.
- Rosa, M. J. V. (1999). *Reformados e tempos livres. Resultados do inquérito à população ativa e reformada sobre atividades de lazer*. Colibri e INATEL.
- Santos, J., Fradique, N., & Pacheco, C. (2024). *Diagnóstico de monitorização dos museus da RPM. Relatório*. Museus e Monumentos de Portugal, E.P.E.
- Santos, M. L. L., (Ed.), Gomes, R. T., Neves, J. S., Lima, M. J., Lourenço, V., Martinho, T. D., & Santos, J. A. (2002). *Públicos do Porto 2001*. Observatório das Actividades Culturais.
- Teixeira, G., Faria, M. L. D., & Vlachou, M. (2012). [Museus e público sénior em Portugal. \*Percepções, utilizações, recomendações\*](#). GAM - Grupo para a Acessibilidade nos Museus.
- Vale, P. P., Brighenti, S. B., Pólvora, N., Fernandes, M. A., & Albergaria, M. E. (2019). [Plano Nacional das Artes. Uma Estratégia Um Manifesto 2019-2024](#). Plano Nacional das Artes.
- Vieira, J. F. C. (2023). *Práticas Participativas em Museus de Arte: os projetos no Museu e no Centro de Arte Moderna da Fundação Calouste Gulbenkian* [Mestrado em Estudos e Gestão da Cultura, Iscte - Instituto Universitário de Lisboa]. <http://hdl.handle.net/10071/29820>.

# **A importância das práticas culturais intergeracionais para o envelhecimento ativo**

**STELLA BETTENCOURT DA CÂMARA**

Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas,

Universidade de Lisboa.

## **PALAVRAS-CHAVE**

PRÁTICAS CULTURAIS INTERGERACIONAIS, INCLUSÃO INTERGERACIONAL,  
ENVELHECIMENTO ATIVO, CULTURA E ENVELHECIMENTO, IDADISMO

“What has become obvious is that in the new demographic mix, people need to embrace the need for mutually beneficial and satisfying relationships between generations.”  
(Zaidi, Gasior e Sidorenko, 2010, p.2)

## **Introdução**

Atualmente, a humanidade vive um momento singular em termos demográficos: nunca tantas pessoas atingiram idades tão avançadas. No entanto, a população jovem (considerada aqui como indivíduos com menos de 15 anos de idade) tem registado uma diminuição relativa, refletindo uma transformação na estrutura etária global. Enquanto a representatividade dos jovens na população total tem vindo a decrescer, a dos mais velhos (65 anos ou mais) continua a aumentar.

No início do século XXI, havia 421 milhões de pessoas com 65 ou mais anos no mundo, representando 7% da população global. Em 2023, esse número praticamente dobrou, atingindo 804 milhões, o equivalente a 10% da população mundial (WBG, 2023). Em contrapartida, a proporção de jovens, que em 2000 correspondia a 30,4% do total da população, passou para 25% em 2023. Embora o número absoluto de jovens tenha aumentado em 148 milhões, entre 2000 e 2023, esse crescimento é significativamente inferior ao registado entre os mais velhos, que tiveram um aumento de 383 milhões no mesmo período. De acordo com a ONU (2023), a população com 65 ou mais anos poderá duplicar até 2050, alcançando 1,6 mil milhões de pessoas.

Em Portugal, esta tendência é ainda mais acentuada, colocando o país entre os mais envelhecidos do mundo. Atualmente, a população jovem representa apenas 12,8%, enquanto a dos mais velhos atinge 24,1% (INE). Entre 2000 e 2023, a população com 65 ou mais anos cresceu em 876 mil pessoas, enquanto a população com menos de 15 anos registou uma redução de 315 mil. As projeções do INE indicam que, em 2050, os mais velhos poderão representar 35,3% do total da população portuguesa.



A transição demográfica aqui retratada, que se caracteriza pelo predomínio de uma estrutura envelhecida, levou Wallace (1999) a referir-se a esse fenómeno como um “terramoto geracional”, destacando que a mudança requer um ajuste radical, não apenas nas atitudes e expectativas, mas também na forma como as sociedades se organizam.

Em termos globais, um bebé nascido em 2021 pode esperar viver, em média, quase 25 anos a mais do que um recém-nascido em 1950, atingindo os 71 anos. No caso de Portugal, a esperança de vida à nascença em 2023 era de 81 anos (78,3 anos para homens e 83,6 anos para mulheres), representando um aumento de mais de duas décadas desde 1950 (INE, 2023).

O envelhecimento populacional, impulsionado pela baixa natalidade e pelo aumento da longevidade, traz desafios significativos para as relações intergeracionais. Se, por um lado, há mais gerações em convivência, por outro, torna-se fundamental preparar os indivíduos para uma vida mais longa e com qualidade.

Apesar do aumento da longevidade e da crescente presença de pessoas idosas na sociedade, o envelhecimento ainda é frequentemente associado a estereótipos negativos. O idadismo, refere-se à discriminação e aos preconceitos baseados na idade, afetando principalmente os mais velhos (Butler, 1980). Este fenómeno manifesta-se de diversas formas, desde a exclusão no mercado de trabalho até às representações culturais que reforçam a fragilidade e a inatividade das pessoas mais velhas. Para promover um envelhecimento verdadeiramente ativo e inclusivo, é fundamental combater o idadismo e valorizar as relações intergeracionais como uma ferramenta para desconstruir estereótipos e fortalecer a coesão social (WHO, 2022).

Assim, face às alterações da estrutura etária das populações, em que os mais velhos suplantam, em número, os mais jovens e que as pessoas tendem a viver, em média mais tempo, torna-se essencial refletir sobre como as sociedades podem promover um envelhecimento ativo e saudável e fomentar uma maior solidariedade intergeracional. Consideramos que as relações intergeracionais podem desempenhar um papel central neste processo, pois facilitam a troca de conhecimentos, fortalecem laços sociais e contribuem para a inclusão de todas as faixas etárias. Neste contexto, as

práticas culturais intergeracionais surgem como uma estratégia valiosa, permitindo que diferentes gerações interajam, aprendam umas com as outras e preservem o património cultural.

Como podem, então, as práticas culturais intergeracionais contribuir para o envelhecimento ativo? É a esta questão que procuraremos responder ao longo deste artigo. Para isso, começamos por definir conceitos essenciais, como envelhecimento nas suas perspetivas demográfica e individual, envelhecimento ativo, relações intergeracionais, práticas intergeracionais e práticas culturais intergeracionais. Em seguida, abordamos os princípios e benefícios dos projetos intergeracionais e, por fim, analisamos o impacto das práticas culturais intergeracionais no envelhecimento ativo.

## **1. Conceitos e sua operacionalização**

### **1.1. Envelhecimento: duas perspetivas**

O envelhecimento pode ser analisado sob duas perspetivas: a individual e a demográfica. O envelhecimento individual refere-se às alterações biológicas, psicológicas e sociais que ocorrem ao longo da vida de cada pessoa. Já o envelhecimento demográfico diz respeito às mudanças na estrutura etária da sociedade, caracterizadas pelo aumento, tanto relativo quanto absoluto, da população com 65 ou mais anos (António, 2012, p.141).

Dois fatores principais explicam esse fenómeno: (i) o aumento da longevidade, associado à redução da mortalidade, inicialmente mais evidente nos primeiros anos de vida e, posteriormente, nas idades avançadas; e (ii) o declínio da fecundidade, que é o fator mais influente na transformação demográfica (António, 2008, p.9).

### **1.2. Envelhecimento ativo**

O conceito de envelhecimento ativo foi inicialmente definido pela Organização Mundial da Saúde (WHO, 2002) como o processo de otimização das oportunidades para a saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida das pessoas à medida que envelhecem. Em 2015, foi acrescentado um quarto pilar: a aprendizagem ao longo da vida (WHO, 2015). Assim, o envelhecimento ativo assenta na promoção da saúde,

da aprendizagem contínua, da segurança e da participação. Cada um destes quatro pilares tem um significado específico:

- i. Saúde - Refere-se tanto ao estado clínico diagnosticado quanto à percepção subjetiva do bem-estar pelo próprio indivíduo;
- ii. Segurança - Abrange aspectos como o planeamento urbano, as condições habitacionais, os espaços públicos e um ambiente social seguro e não violento;
- iii. Participação - Relaciona-se com o envolvimento ativo na comunidade, incluindo interações familiares, laços sociais, exercício da cidadania e voluntariado e,
- iv. Aprendizagem ao longo da vida - Pressupõe a redistribuição dos tempos de vida entre formação e trabalho, permitindo mudanças de carreira, novas aprendizagens e uma ocupação significativa após a reforma (Ribeiro & Paúl, 2018).

Os quatro pilares — Saúde, Aprendizagem ao Longo da vida, Participação e Segurança —, têm como pressupostos:

- i) A atividade não se restringe à atividade física ou à participação na força de trabalho. Ser “ativo” abarca também o envolvimento com significado na vida social, cultural, espiritual e familiar, bem como no voluntariado e em causas cívicas;
- ii) Aplica-se a pessoas de todas as idades, com ou sem fragilidades;
- iii) Incentiva a autonomia e a independência assim como a interdependência - a troca recíproca entre indivíduos e,
- iv) Promove a solidariedade intergeracional, o que significa a distribuição justa dos recursos por todas as faixas etárias, mas, também, que se preste atenção ao bem-estar de cada geração e à promoção de oportunidades de encontro e apoio entre gerações (ILC, 2015).

### 1.3 Gerações

Como defendem Newman & Sánchez, o conceito de geração é polissémico (2007, p. 36) e pode assumir diferentes significados consoante a perspetiva adotada. Do ponto de vista demográfico, refere-se a um grupo de pessoas nascidas num determinado período histórico, classificadas como uma *coorte*

dentro da estrutura populacional. Na perspectiva genealógica, está relacionado com laços familiares, de parentesco e afinidades. Do ponto de vista sócio-histórico, diz respeito a pessoas que partilham experiências comuns, formando identidades sociais, culturais ou políticas. Já na perspectiva económica, as gerações podem ser definidas pelo grupo etário e pelos padrões de consumo. Por fim, na abordagem pedagógica, o termo pode estar associado à aprendizagem intergeracional (Rawlings-Way et al., 2024, p. 4).

Neste artigo, adotaremos o conceito de geração segundo a abordagem demográfica.

#### 1.4. Relações Intergeracionais

As relações intergeracionais referem-se às interações entre indivíduos de diferentes faixas etárias, tanto no contexto familiar quanto fora dele. No âmbito familiar, incluem-se as relações entre pais e filhos, avós e netos, entre outros laços de parentesco. Fora do contexto familiar, estas relações podem ocorrer no local de trabalho, na escola ou em espaços públicos em geral (António, 2012, p.142).

#### 1.5 Práticas Intergeracionais

As Práticas Intergeracionais (PI) podem ser definidas como compromissos e interações sociais que unem gerações mais jovens e mais velhas com um objetivo comum (St Monica Trust, 2018, p.6). Essas práticas promovem atividades que beneficiam mutuamente os participantes, incentivando um melhor entendimento e respeito entre gerações (MATES, 2009, p.20).

As Práticas Intergeracionais baseiam-se nos seguintes princípios:

Benefícios mútuos e recíprocos - As PI garantem que todas as gerações envolvidas obtenham benefícios. Ao trabalharem juntas, as diferentes idades partilham conhecimentos e mantêm vivas competências tradicionais para as gerações futuras;

Valorização das capacidades individuais - As PI apoiam as gerações a descobrir e potenciar as suas forças, promovendo relações baseadas na compreensão e no respeito mútuo;

Adaptação ao contexto cultural - As PI devem ser ajustados às

necessidades, atitudes e contextos específicos de cada comunidade, reconhecendo a diversidade cultural existente;

Fortalecimento dos laços comunitários e cidadania ativa - As PI incentivam conexões entre as pessoas, fortalecendo os laços intergeracionais e promovendo um maior envolvimento cívico. Essa interação contribui para um capital social mais rico e para o compromisso dos cidadãos com a democracia local e os desafios sociais e,

Combate ao preconceito etário - Jovens e pessoas idosas enfrentam estereótipos e discriminação baseados na idade. As PI proporcionam espaços de encontro e colaboração, permitindo que diferentes gerações se conheçam melhor e percebam o valor da convivência intergeracional (MATES, 2009).

Para que as Práticas Intergeracionais (PI) sejam bem-sucedidas, é essencial que sejam:

Participadas - Os participantes devem estar plenamente envolvidos na construção do programa, sentindo um verdadeiro sentido de pertença e influência no seu planeamento e desenvolvimento. Uma PI eficaz é dinâmica e promove a interação tanto no nível intra como intergeracional.

Bem planeadas - As PI não pretendem substituir as relações naturais, mas sim refletir sobre elas e promover mudanças positivas que coexistam com os processos naturais de interação. Para isso, devem estar baseadas em programas ou projetos estruturados. O planeamento é um elemento essencial para o sucesso de qualquer PI, tal como em qualquer outro projeto.

Interdisciplinares - As PI representam uma oportunidade para os profissionais ampliarem a sua experiência, adotando abordagens mais inclusivas e colaborativas. Esse trabalho conjunto fortalece a troca de conhecimentos entre diferentes áreas, estimulando uma visão mais ampla sobre o desenvolvimento das práticas intergeracionais.

## 1.6. Práticas Culturais Intergeracionais

Práticas culturais intergeracionais (PCI) referem-se a atividades culturais e artísticas que promovem a interação entre diferentes gerações, criando oportunidades de aprendizagem mútua, fortalecimento dos laços sociais e transmissão de valores e conhecimentos (MATES, 2009, p.20).

Essas práticas (PCI) baseiam-se na ideia de que a cultura é um meio poderoso para unir pessoas de diferentes idades, permitindo que partilhem experiências, preservem tradições e inovem juntas (Shih & Tseng, 2025). As PCI podem ocorrer em diversos contextos, como escolas, ERPI's (Estabelecimentos Residenciais para Pessoas Idosas), centros comunitários, museus e espaços públicos. A relação entre cultura e programas de aprendizagem intergeracional para adultos mais velhos e crianças pequenas é complexa e multifacetada.

Podem identificar-se como principais características das Práticas Culturais Intergeracionais, as seguintes (Shih & Tseng, 2025; Campbell et al., 2023; Kim & Chung, 2022; Martins et al., 2019; Park, 2014):

Troca de conhecimento e experiência - Os mais velhos partilham saberes tradicionais, enquanto os mais jovens trazem novas perspectivas e tecnologias;

Promoção da inclusão social - Combate ao isolamento da população idosa e fortalecimento do sentido de pertença dos jovens;

Valorização do património cultural - Preservação e reinterpretação de tradições, histórias e expressões artísticas;

Desenvolvimento de competências - Estímulo à criatividade, comunicação e empatia entre gerações e;

Bem-estar e qualidade de vida - Atividades culturais contribuem para a saúde mental, emocional e social dos participantes.

Após a explanação dos conceitos e sua operacionalização considerados fulcrais para este artigo, nomeadamente o envelhecimento nas duas perspetivas, envelhecimento ativo, relações intergeracionais e práticas culturais intergeracionais, passaremos a abordar a questão da importância e benefício das práticas culturais intergeracionais, para as pessoas mais velhas, para as crianças e jovens e para ambas gerações, referindo-se, também, os impactos (nos planos social, psicológico e cultural), desafios de implementação e exemplos de programas culturais intergeracionais.

## 2. Práticas Culturais Intergeracionais

### 2.1. Benefícios das práticas culturais intergeracionais

De seguida, na tabela 1, são apresentados os benefícios das práticas culturais intergeracionais para as pessoas mais velhas, para as crianças e jovens e para ambas as gerações e, na tabela 2, são apresentados os benefícios mais amplos.

**Tabela 1 - Benefícios das Práticas Culturais Intergeracionais**

| Pessoas mais velhas   | Crianças e Jovens   | Ambas as Gerações   |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensação de revigoração, melhor saúde e bem-estar geral;</li> <li>- Estar mais atualizado com as tendências;</li> <li>- Aumento da atividade física, mental e criativa.</li> <li>- Melhoria do funcionamento do cérebro;</li> <li>- Sentir-se menos isolado, vazio ou solitário;</li> <li>- Mais oportunidades de inclusão social;</li> <li>- Redescobrir a alegria de interagir com crianças de diferentes idades.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender valores e normas, e como interagir com pessoas idosas de diferentes origens;</li> <li>- Desenvolvimento de competências de trabalho em equipa;</li> <li>- A oportunidade de descobrir que as pessoas mais velhas já foram jovens e que tiveram uma vida interessante;</li> <li>- Aprender sobre as realidades do ciclo de vida num ambiente natural e não escolar.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Experiências quotidianas mais interessantes;</li> <li>- A oportunidade de descobrir tanto uns como os outros;</li> <li>- Aprender coisas novas e ver o mundo de outra perspetiva;</li> <li>- Desfrutar de atividades divertidas enquanto interagem;</li> <li>- Aumentar a confiança, a autoestima e o humor;</li> <li>- Sentir-se útil e valorizado, e desfrutar um sentimento de realização;</li> <li>- Desafiar preconceitos sobre a geração oposta e contrariar estereótipos e comportamentos negativos;</li> <li>- A capacidade de partilhar experiências culturais;</li> <li>- Aumento da compreensão e respeito.</li> <li>- A oportunidade de fazer novos amigos.</li> </ul> |

Fonte: Adaptado de St Monica Trust (2018).

**Tabela 2 - Benefícios das Práticas Culturais Intergeracionais mais amplos****Benefícios das Práticas Culturais Intergeracionais mais amplos**

- Uma melhor ligação entre gerações, ajudando a construir pontes e a colmatar lacunas;
- Melhoria dos laços sociais e da solidariedade entre jovens e pessoas mais velhas;
- Pode reduzir os níveis ou o medo do crime através de uma melhor compreensão dos jovens;
- Oferece excelentes oportunidades de transmitir memórias coletivas da comunidade e memórias de vida às crianças e aos jovens;
- Leva a que mais pessoas sejam cidadãos ativos na sua comunidade;
- Resulta na partilha de espaços, instalações e recursos;
- Aumento da satisfação com casa e com o bairro.

Fonte: Adaptado de St Monica Trust (2018).

## 2.2. Impactos das Práticas Culturais Intergeracionais

No plano social:

Redução da segregação etária: ao aproximar jovens e pessoas mais velhas em atividades culturais, diminui-se a segregação geracional e fomenta-se a convivência intergeracional;

Promoção do respeito mútuo: através da partilha de experiências e conhecimentos, os participantes desenvolvem um respeito mais profundo pelas diferentes gerações e culturas.

No plano psicológico:

Aumento da autoestima: para as pessoas idosas, ensinar ou partilhar cultura com os mais jovens pode aumentar a autoestima e reforçar o seu papel ativo na sociedade;

Redução da ansiedade e depressão: para os mais jovens, a participação em atividades intergeracionais pode proporcionar um ambiente seguro e positivo, reduzindo a ansiedade e promovendo o bem-estar emocional.

No plano cultural:

Preservação de tradições e identidade cultural: as práticas culturais intergeracionais são uma forma eficaz de garantir que o património cultural seja transmitido de geração em geração;



Inovação cultural: ao integrar as perspectivas das diferentes gerações, as práticas culturais intergeracionais podem resultar em novas formas de expressão cultural que misturam tradições com elementos contemporâneos.

### 2.3. Tipos de Atividades Culturais Intergeracionais

As atividades culturais intergeracionais podem variar amplamente, dependendo das necessidades e interesses da comunidade. Algumas das principais práticas incluem:

Programas de arte colaborativa: oficinas de pintura, escultura ou outras expressões artísticas que envolvem tanto jovens quanto idosos, incentivando a colaboração criativa;

Música e dança: Atividades que envolvem a partilha de tradições musicais, como corais intergeracionais ou danças típicas de diferentes épocas, criando um ambiente de aprendizagem mútua;

Contar histórias: as pessoas mais velhas podem partilhar contos, histórias familiares ou culturais com as gerações mais jovens;

Teatro: as gerações mais jovens podem ajudar na encenação e dramatização de histórias contadas pelas pessoas mais velhas, promovendo o intercâmbio de conhecimento e experiências e a própria atualização dessas narrativas a valores e estéticas da atualidade;

Exposições e festivais culturais: organização de eventos onde diferentes gerações podem apresentar e celebrar o património cultural local, mostrando as diferentes contribuições geracionais;

Iniciativas culturais e tecnológicas: os mais jovens podem ensinar tecnologia às pessoas mais velhas, desconstruir obstáculos ou alertar para perigos.

### 2.4. Reflexão sobre o Futuro das Práticas Intergeracionais

À medida que a sociedade continua a envelhecer e as gerações se tornam cada vez mais diversas, as práticas intergeracionais ganham um papel cada vez mais crucial. O futuro destas práticas dependerá da nossa capacidade de expandi-las para incluir diferentes esferas da vida social, como o trabalho, a educação, a saúde e o lazer. Para que se tornem mais inclusivas, é essencial que essas práticas não sejam vistas apenas como uma troca de saberes entre

gerações, mas como uma verdadeira oportunidade de colaboração mútua, onde todas as partes envolvidas possam aprender, ensinar e crescer juntas.

Para que isso aconteça, algumas melhorias podem ser feitas. Por exemplo, a integração de novas tecnologias nas atividades intergeracionais pode ajudar a tornar essas práticas mais atraentes e acessíveis, especialmente para as gerações mais jovens, que muitas vezes têm um domínio maior das ferramentas digitais. A criação de programas inclusivos e adaptados a diferentes realidades, incluindo contextos rurais ou urbanos, pode ajudar a alcançar um público mais amplo e garantir que todas as idades se sintam representadas.

Além disso, parcerias entre instituições — como escolas, centros comunitários, organizações culturais e instituições de saúde — podem garantir que as práticas intergeracionais não sejam pontuais, mas que se tornem parte integrante da vida social e cultural de uma comunidade. A formação de profissionais, que compreendam a importância dessas interações e saibam como facilitar esses encontros de maneira eficaz, também será fundamental.

O impacto destas práticas não se limita ao fortalecimento dos laços entre as gerações. As práticas culturais intergeracionais podem, de facto, ajudar a moldar uma sociedade onde a solidariedade, o respeito e a empatia não sejam apenas valores teóricos, mas atitudes vividas no dia a dia. Com um maior investimento e apoio institucional, as práticas culturais intergeracionais têm o potencial de transformar a forma como encaramos a velhice, a juventude e, acima de tudo, a nossa capacidade de construir um futuro mais justo e inclusivo para todos.

### **3. Em jeito de conclusão - A Importância das Práticas Culturais Intergeracionais para o Envelhecimento Ativo**

A importância das práticas culturais intergeracionais para o envelhecimento ativo é inegável, especialmente quando consideramos os quatro pilares fundamentais já referidos: segurança, saúde, participação e aprendizagem ao longo da vida. Essas práticas não apenas promovem um envelhecimento mais saudável e ativo, mas também desafiam e desmantelam as barreiras do idadismo, que muitas vezes marginaliza os mais velhos, mas também os

mais jovens e perpetua estereótipos negativos. Assim, revemos precisamente o contributo das PCI para esses quatro pilares:

A interação entre gerações cria um ambiente de segurança emocional e social. Quando os mais velhos se envolvem em atividades culturais com os jovens, sentem-se valorizados e respeitados, o que fortalece sua autoestima e reduz a sensação de isolamento. Para os jovens, essa interação também proporciona um sentimento de segurança, pois eles aprendem a respeitar e valorizar a sabedoria dos mais velhos, criando um espaço onde todos se sentem acolhidos e seguros.

As práticas culturais intergeracionais têm um impacto positivo na saúde física e mental das pessoas idosas, mas também beneficiam os jovens. Atividades como dança, música e artesanato estimulam a criatividade e promovem a atividade física, essenciais para todos. Além disso, a convivência com os mais velhos pode ajudar os jovens a desenvolver empatia e habilidades sociais, contribuindo para o seu bem-estar emocional e mental.

A participação ativa em práticas culturais permite que as pessoas idosas se sintam parte de algo maior, enquanto os jovens têm a oportunidade de se envolver em projetos comunitários e eventos culturais. Essa colaboração não apenas fortalece os laços entre as gerações, mas também ensina aos jovens a importância da cidadania e da responsabilidade social, desafiando o idadismo, porventura de mútua parte, ao mostrar que todos têm algo a oferecer.

As práticas culturais intergeracionais incentivam a aprendizagem contínua, ao longo da vida, um aspeto vital para o envelhecimento ativo. As pessoas mais velhas podem ensinar habilidades e tradições, enquanto os jovens introduzem novas tecnologias e tendências. Essa troca de conhecimentos enriquece a vida de ambas as gerações, promovendo uma mentalidade de crescimento e desafiando a ideia de que a aprendizagem é algo que termina na juventude. Para os jovens, essa interação é uma oportunidade valiosa de adquirir habilidades práticas e conhecimentos que podem ser aplicados nas suas vidas.

As práticas culturais intergeracionais são uma ferramenta poderosa para promover o envelhecimento ativo pois não só fortalecem os pilares de segurança, saúde, participação e aprendizagem ao longo da vida, como

também desafiam o idadismo, criando um futuro mais coeso e solidário. Possamos então continuar a incentivar essas interações, reconhecendo o valor que cada geração traz e celebrando a riqueza da experiência humana em todas as suas fases.

Em suma, as práticas culturais intergeracionais desempenham um papel fundamental para o envelhecimento ativo porque proporcionam uma vida com propósito e mais significativa para as pessoas idosas, mas também, contribuem para uma sociedade mais resiliente, diversificada e solidária.

#### **4. E por fim, prepararmo-nos para viver mais e melhor**

À medida que a esperança de vida continua a aumentar, torna-se imperativo que cada sociedade — e cada indivíduo — se prepare não apenas para viver mais tempo, mas para viver com qualidade, propósito e envolvimento social. A longevidade não pode ser encarada apenas como um dado demográfico, mas como uma oportunidade de reinvenção e de participação contínua ao longo de toda a vida. Isso exige uma cultura que valorize a continuação da aprendizagem, promova ambientes inclusivos e incentive estilos de vida ativos e socialmente ligados. As práticas culturais intergeracionais, ao fomentarem o encontro entre gerações, ajudam a construir essa cultura, onde o envelhecimento é vivido de forma ativa, criativa e solidária. Prepararmo-nos para uma vida longa passa, assim, por criar e aderir a oportunidades de participação cultural, social e comunitária, desde cedo, reconhecendo que o envelhecimento é um processo contínuo que deve ser vivido com sentido e dignidade.

#### **Referências**

- António, S. (2008). Prospectiva Demográfica. *Cadernos de Economia*, 84, jun/set, 7-12.
- António, S. (2012). Envelhecimento demográfico e relações intergeracionais. *Rediteia. Revista de Política Social*, 45, 139-154.
- Butler, R. (1980). Ageism: a foreword. *J Soc Issues*, 36(2), pp 8-11. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1540-4560.1980.tb02018>
- Campbell, F., Whear, R., Rogers, M., Sutton, A. Robinson-Carter, E., Barlow, J., Sharpe, R., Cohen, S., Wolstenholme, L. & Thompson-Coon, J. (2023). Non-familial intergenerational interventions and their impact on social and mental wellbeing

- of both younger and older people—A mapping review and evidence and gap map, *Campbell Systematic Review*, Volume19:e1306, DOI: 10.1002/cl2.1306
- ILC (2015). ILC - International Longevity Centre Brazil. *Active Ageing: A Policy Framework Response to the Longevity Revolution*. ILC-Brasil.
- Kim, J.; Chung, S. (2022). Is an Intergenerational Program Effective in Increasing Social Capital among Participants? A Preliminary Study in Korea. *Sustainability*, 14, 1796. <https://doi.org/10.3390/su14031796>
- MATES (2009). *Guia de Ideias para Planear e Implementar Projectos Intergeracionais. Juntos: ontem, hoje e amanhã*. Associação Valorização Intergeracional e Desenvolvimento Activo, Portugal.
- ONU (2023). *World Social Report 2023: Leaving no one behind in an ageing world*. DESA. [WorldSocialReport2023.pdf](https://www.un.org/development/desa/pubs/2023/02/2023-world-social-report-leaving-no-one-behind-in-an-ageing-world/)
- Park, J. (2014). Do Intergenerational Activities do any Good for Older Adults' Well-Being? A Brief Review, *Journal of Gerontology & Geriatric Research*, 3(5), p.181, DOI: 10.4172/2167-7182.1000181 <http://dx.doi.org/10.4172/2167-7182.1000181>
- Ribeiro, O. & Paúl, C. (Coords). (2018). *Manual de Envelhecimento Ativo*. Lidel.
- Wallace, P. (1999). *Agequake*. Nicholas Brealey Publishing.
- WHO - World Health Organization (2002). *Active ageing: a policy framework*. World Health Organization.
- WHO - World Health Organization (2015). *Age-friendly world*. World Health Organization.
- WHO - World Health Organization (2022). *Relatório mundial sobre o idadismo. Organização Pan-Americana da Saúde*. <https://doi.org/10.37774/9789275724453>.
- Rawlings-Way, O., Parker, D., Brown, D., Sutton, N., & McAllister, G. (2024). Shared Site Intergenerational Care Programs with Older Adults and Young Children: A Scoping Review. *Journal of Intergenerational Relationships*, 1-33. <https://doi.org/10.1080/15350770.2024.2413627>
- St Monica Trust (2018). *A Guide for Older People. Intergenerational Activity - How to be part of it and why*. St Monica Trust. [www.stmonicastrust.org.uk/guide](http://www.stmonicastrust.org.uk/guide)
- Martins, T., Midão, L., Veiga, S. M., Dequech, L., Busse, G., Bertram, M., McDonald, A., Gilliland, G., Orte, C., Vives, M. & Costa, E. (2019). Intergenerational programs review: Study design and characteristics of intervention, outcomes, and effectiveness, *Journal of Intergenerational Relationships*, 17 (1), 93-109, DOI: 10.1080/15350770.2018.1500333
- Zaidi, A., Gasior, K. & Sidorenko, A. (2010). Intergenerational Solidarity: Policy Challenges and Societal Responses. [http://www.imsero.es/imsero\\_06/el\\_imsero/relaciones\\_internacionales/rel\\_intern\\_europa/conferencia\\_envejecimiento\\_activo\\_saludable/index.htm#ancla1](http://www.imsero.es/imsero_06/el_imsero/relaciones_internacionales/rel_intern_europa/conferencia_envejecimiento_activo_saludable/index.htm#ancla1)



PARTE II

# **EM ANÁLISE: O CASO DA COMPANHIA MAIOR**

Elenco da Companhia Maior  
Fotografia © João Cardoso Ribeiro

# **Criar e interpretar na Companhia Maior: memórias de vida, mudanças na continuidade e experiências de transformação**

**MARIA JOSÉ FAZENDA**

Escola Superior de Dança - Instituto Politécnico de Lisboa,

CRIA - Centro em Rede de Investigação em Antropologia, Polo Iscte-IUL.

## **PALAVRAS-CHAVE**

COMPANHIA MAIOR, DANÇA, TEATRO, INTERGERACIONAL,

EXPERIÊNCIAS DE TRANSFORMAÇÃO, MEMÓRIA COLETIVA, COMUNIDADE DE PRÁTICA



### **Nota da autora à edição em português**

Este texto é uma versão traduzida, com pequenas revisões e alguns acréscimos, de *Creating and Performing in Companhia Maior: Memories of Life, Experiences of Continuity and Transformation*, originalmente publicado em inglês, em 2017, no volume *Intensified Bodies from the Performing Arts in Portugal*, coordenado por Gustavo Vicente (Peter Lang). O estudo tem por base um trabalho de campo realizado com a Companhia Maior, nos primeiros anos da sua atividade, e acompanha o coletivo de artistas em pleno processo criativo, atendendo às suas práticas artísticas e motivações, e considerando tanto os percursos e as experiências singulares dos participantes como as dinâmicas relacionais estabelecidas no seio do grupo.

Agradeço à editora Peter Lang a autorização para a publicação do texto em português, permitindo que os testemunhos verdadeiramente singulares recolhidos, tanto pelo momento em que foram produzidos — formação de um coletivo artístico e constituição de uma comunidade de prática — como pelo que revelam das vivências, relações e das práticas artísticas em curso, possam agora ser lidos por mais pessoas e na língua em que foram originalmente produzidos, o português. Com a disponibilização da versão em português pretende-se ainda contribuir para a transmissão de conhecimento sobre o trabalho desenvolvido pela Companhia Maior — uma estrutura que afirma a continuidade da criação na idade maior, inscrevendo no palco uma diversidade de formas de presença. Ao promover a visibilidade e a valorização social e cultural dos artistas seniores, a Companhia afirma-se, também, como um espaço de resistência ao idadismo.

Desde a publicação original, algumas pessoas da Companhia deixaram de figurar no elenco. A sua presença, porém, permanece na memória dos elementos da Companhia Maior e, neste texto, é evocada como contributo duradouro para a trajetória criativa do coletivo.

Optou-se por manter integralmente o texto original, respeitando o seu carácter de testemunho e de etnografia situada. As informações, relatos, referências, análises, perceções e interpretações nele contidas remetem diretamente para esse tempo, e são aqui preservadas na íntegra por

se considerar fundamental manter o seu contexto de produção. Procedeu-se à reorganização de algumas secções, com o objetivo de reforçar a coerência interna do texto. Foram feitas pequenas modificações que não modificam os objetivos nem a base teórica da versão original. Estas modificações são de duas ordens: por um lado, a clarificação da argumentação; por outro, a introdução de alguns aspetos observados, relacionados com a dinâmica entre os vários elementos do coletivo e registados à época no caderno de campo, mas que não haviam sido integrados no texto original. Estes últimos, tal como foram analisados com base em apontamentos elaborados no caderno de campo e interpretados à luz do enquadramento teórico do estudo, são agora incorporados, sobretudo nas conclusões, com o intuito de evidenciar os traços distintivos do trabalho da Companhia Maior. Foram ainda acrescentadas duas referências teóricas que sustentavam implicitamente a análise original e que, nesta versão, passam a estar explicitamente identificadas.

### **Corpo, idade e criação artística: o terreno da investigação**

Na dança teatral de tradição euro-americana, a juvenilidade constitui um cânone. A flexibilidade, a resistência, o virtuosismo, a amplitude de movimentos e a memorização — desenvolvidas através do treino necessário para a aquisição de técnicas corporais extra-quotidianas — são características valorizadas nos intérpretes. Contudo, vários artistas têm manifestado, nos últimos anos, interesse em trabalhar com *performers* com mais de 60 anos — uma faixa etária em que os indivíduos experienciam, com a aposentação, um corte com as relações de trabalho, e em que as competências físicas tendem a decrescer em função de perdas das capacidades e das funções fisiológicas (Coleman, 2013; Paterson & Stathokostas, 2002; Rice & Cunningham, 2002).

O trabalho desenvolvido pela Companhia Maior, um grupo profissional cujo elenco tem, na sua maioria, mais de 60 anos de idade, integra este novo cenário artístico. A companhia, vocacionada para as artes performativas — teatro, dança, *performance* —, foi criada em 2010, estabelecendo-se, em regime de residência artística, no Centro Cultural de Belém (CCB), uma estrutura de programação e de produção de espetáculos, em Lisboa.

Neste texto, debruço-me sobre o trabalho desta companhia, focando-me em duas das suas dimensões: a criação e a interpretação<sup>1</sup>. A análise resulta de um trabalho de campo desenvolvido entre 2010 e 2015, que permitiu um acompanhamento próximo da atividade da Companhia Maior — ensaios, *workshops* e quotidiano social do grupo<sup>2</sup>. No que diz respeito à primeira dimensão, situamo-nos no domínio das representações que os criadores transportam para cena; na segunda, no domínio da experiência vivida pelos intérpretes. Analiso e interpreto três das suas primeiras obras, nomeadamente: *Bela Adormecida* (2010), com texto e encenação de Tiago Rodrigues; *Maior* (2011), com coreografia de Clara Andermatt; e *Estalo Novo* (2013), com direção artística de Ana Borralho e João Galante<sup>3</sup>.

A escolha destas obras deve-se essencialmente a duas razões: em primeiro lugar, por estarem entre as que marcam o início da companhia, abrangendo as três vertentes performativas da sua atividade — teatro, dança e *performance*; em segundo lugar, pelo facto de os respetivos criadores se moverem frequentemente entre vários territórios disciplinares, tornando, em alguns momentos do seu percurso, indeléveis as fronteiras entre as várias artes performativas, nomeadamente as que separam a dança do teatro. Tiago Rodrigues (n. 1977) é ator, encenador e dramaturgo, tendo colaborado em várias produções com profissionais da área da dança. Clara Andermatt (n. 1963),

---

1 A distinção entre criação e interpretação é aqui adotada como ferramenta analítica, útil para estruturar a observação e a análise. Esta separação acompanha também os papéis convencionalmente atribuídos aos diferentes agentes artísticos no campo das artes performativas. Contudo, na prática artística da Companhia Maior — mas não só —, os intérpretes são também criadores: a sua contribuição vai além da execução, participando ativamente na construção das obras, a partir das suas experiências, representações e corporalidade. Trata-se de uma distinção que, embora funcional, tem sido frequentemente discutida — tanto na teoria como na prática artística contemporânea. Contudo, por extravasar os objetivos deste texto não será aqui aprofundada.

2 Agradeço a todos os membros e colaboradores da Companhia Maior a confiança que, ao longo deste período, depositaram em mim, a sua disponibilidade e a imensa generosidade, em especial a Ana Borralho, Ana Díaz, António Pedrosa, Bruno Simão, Carlos Nery, Clara Andermatt, Celeste Melo, Cláudia Gaiolas, Cláudia Varejão, Cristina Gonçalves, Diana Coelho, Eduardo Sérgio, Elisa Worm, Gabriela Cerqueira, Helena Marchand, Isabel Millet, Isabel Simões, Iva Delgado, João Galante, Jorge Falé, Júlia Guerra, Kimberley Ribeiro, Luísa Taveira, Luís Moreira, Luna Andermatt, Manuela de Sousa Rama, Magda Bizarro, Michel, Paula Bárcia, Tiago Rodrigues, Vítor Lopes e Vítor Rua. Agradeço ao Centro Cultural de Belém o acolhimento.

3 Utilizo os nomes reais de todos os artistas, prestando assim tributo ao trabalho que realizam e atendendo ao estatuto público inerente à sua atividade.

bailarina e coreógrafa, tem desenvolvido projetos em articulação com atores e criadores teatrais. Ana Borralho (n. 1972) e João Galante (n. 1968) trabalham em conjunto nos domínios da dança e do teatro; nas suas criações mais recentes, que designam como *performances*, procuram diluir as fronteiras disciplinares, integrando diversas formas de expressão, como o texto, o movimento e os elementos visuais. Os próprios intérpretes da Companhia Maior podem ter trajetos distintos, provenientes da dança, do teatro, da música ou, em alguns casos, sem qualquer experiência prévia nestes domínios artísticos.

Dois conjuntos de questões orientaram a investigação — articulando etnografia e entrevistas semiestruturadas com interpretação antropológica —, cada um dirigido a um grupo distinto de agentes artísticos: por um lado, os impulsionadores do projeto e os criadores; por outro, os intérpretes<sup>4</sup>. O que procuram os criadores? Quais são os seus objetivos? Que ideias, experiências e visões do mundo expressam nos espetáculos? Em que contexto artístico e social se inscreve o seu trabalho? E os intérpretes, quais os fatores que os levam a integrar a Companhia Maior? Que motivações orientam o seu envolvimento no processo criativo? O que experienciam? Que significado assume este trabalho para cada um deles? Como se relacionam os seus interesses com os propósitos definidos pelos criadores?

O trabalho desenvolvido por criadores pertencentes a faixas etárias mais jovens, como é o caso dos mencionados, com artistas de idade mais avançada, configura um contexto particularmente propício à exploração de temas ligados à temporalidade que estrutura a existência humana — como a percepção do tempo e a memória — justamente pela maior longevidade e pela acumulação de experiências que caracterizam os intérpretes.

A memória que os indivíduos constroem a partir da sua experiência e

---

4 Nas práticas artísticas contemporâneas, os intérpretes participam frequentemente de forma ativa no processo criativo, através da improvisação, da partilha de experiências, entre outros modos de trabalho, contribuindo assim para a definição dramática ou coreográfica da obra, como se observa nos processos criativos das obras aqui convocadas. No entanto, essa implicação criativa não elimina a existência de estruturas de trabalho e modelos de organização autoral que continuam a reger os processos artísticos. Daí que se recorra à distinção entre “criadores” e “intérpretes” como categorias analíticas operatórias, reconhecendo que, nas práticas artísticas contemporâneas em contexto profissional, essa fronteira pode ser permeável. Tal distinção permite analisar com mais rigor as diferentes formas de agência, responsabilidade e participação no interior do projeto artístico.

vivência num dado momento da história política, cultural e social — o que Lambek designa como “practical subjectification of the past” (2003, p. 208) —, bem como a memória enquanto função que permite a repetição de gestos e inscreve no corpo as suas formas, suscitam o interesse dos criadores e são tematizadas nas obras criadas. No que respeita aos intérpretes, a principal motivação para integrarem a Companhia Maior reside na possibilidade de darem continuidade ao seu percurso, retomando projetos ou concretizando desejos que as circunstâncias da sua vida pessoal e profissional os fez adiar ou que a aposentação obrigara a interromper. Simultaneamente, este trabalho constitui uma abertura a novos desafios, potencialmente estimulantes ou mesmo transformadores.

A Companhia Maior emerge num contexto artístico marcado pela valorização da maturidade e pela expressão da diversidade das experiências corporais, enquadrando-se também numa cultura da memória em expansão e num sistema de organização social em transformação, resultado do decréscimo da natalidade e do aumento da longevidade. Neste quadro, propõe e veicula uma conceção positiva das faixas etárias mais velhas<sup>5</sup> e dos seus desempenhos artísticos.

### **O início da atividade da Companhia e a poética da memória**

A Companhia Maior iniciou a sua atividade pública com o espetáculo *Bela Adormecida*, estreado no Pequeno Auditório do CCB, a 28 de outubro de 2010.

---

5 No seu sentido literal, expressões como “faixas etárias mais velhas” e “intérpretes mais velhos” podem referir-se a alguém com mais idade do que quem as enuncia ou basear-se em critérios legais definidos por cada país. Existem ainda outras formas de designar estes grupos etários, como “terceira idade” ou “acima de [determinada idade]”, também frequentemente utilizadas em função dos contextos relacionais ou institucionais (Amans, 2013a), sendo, no entanto, todas elas problemáticas. Neste texto, uso as expressões “faixas etárias mais velhas” e “pessoas mais velhas”, para referir uma vertente atual das artes performativas, em particular da dança, centrada no trabalho com intérpretes com mais de 40 ou 50 anos — uma faixa etária que, no contexto da dança teatral de tradição euro-americana, é frequentemente entendida como o limite da carreira profissional, independentemente da idade cronológica específica de cada indivíduo. Esta escolha terminológica fundamenta-se, por um lado, na consciência das implicações sociais, simbólicas e culturais da nomenclatura habitualmente associada às etapas mais tardias da vida, muitas vezes marcada por estigmas ou generalizações redutoras (Amans, 2013a); por outro, no reconhecimento do caráter relacional que atravessa o contexto em estudo — a coexistência de criadores mais jovens e intérpretes mais velhos, sendo essa diferença geracional um dado significativo para a análise.

O elenco foi definido num *workshop*, intitulado *o nosso tempo é amanhã*, dirigido por Tiago Rodrigues, que decorreu entre 4 e 14 de março desse ano, no CCB. O tema da atividade havia sido formulado nos seguintes termos:

As memórias e experiências dos participantes serão o ponto de partida para o desenvolvimento de uma proposta artística contemporânea que gira em torno de temas como os sonhos de infância, a adolescência, o enamoramento, a descoberta da sexualidade e a entrada na idade adulta. (Documento público de divulgação do *workshop*.)

No final do *workshop* foi feita uma apresentação pública do trabalho desenvolvido, fazendo-se coincidir esse momento com o da comunicação à imprensa e à comunidade do surgimento desta nova estrutura de criação. Este *workshop* foi muito importante porque, por um lado, propiciou o conhecimento mútuo de todas as pessoas envolvidas e o desenvolvimento de cumplicidades e afetos fundamentais ao trabalho da Companhia, e, por outro lado, permitiu a Tiago Rodrigues encontrar orientação e matéria-prima para o texto que escreveria depois para o espetáculo *Bela Adormecida*. Nas palavras do dramaturgo e encenador:

A ideia deste primeiro *workshop* foi a de utilizar relatos pessoais, ou seja, um jogo mais confessional por parte de intérpretes, e de perceber como poderia depois transformar isso no próprio discurso dramático ou num discurso partilhado, onde eu de alguma forma perseguisse aquilo que me interessava através da voz dos outros. Peguei no batizado, no enamoramento, no casamento, como momento crucial de definição pessoal e profissional, momento em que se decide: “a minha vida vai ser isto”. Interessou-me explorar não tanto os temas, mas antes a memória desses temas. (T. Rodrigues, comunicação pessoal, fevereiro de 2011)

Depois deste primeiro *workshop*, que funcionaria ainda como uma audição, realizaram-se mais três, já com um objetivo formativo nas áreas da dramaturgia, da música e da dança contemporânea, orientados, respetivamente, por Jacinto Lucas Pires, João Lucas e Clara Andermatt. Estes *workshops* foram frequentados por 16 participantes, 14 dos quais — dez mulheres e quatro homens — viriam a integrar a criação de *Bela Adormecida*<sup>6</sup>. Após as

---

6 Não estava definido à partida se todos os intérpretes que frequentaram os *workshops* iriam ou não

apresentações no CCB, a companhia iniciou uma digressão nacional com o espetáculo, tendo o número de locais de apresentação excedido largamente o inicialmente previsto, o que atesta o forte interesse das estruturas pelo projeto artístico<sup>7</sup>.

Ficava assim definido o modelo de temporada da companhia: *workshops* de formação; início do trabalho de criação em setembro, com ensaios diários e a tempo inteiro; estreia do espetáculo ainda no último trimestre do ano; e, posteriormente, digressão. Este modo de funcionamento — ao qual se acrescentam o trabalho remunerado dos intérpretes (mediante contrato), dos criadores e produtores, bem como uma divulgação adequada dos espetáculos, com anúncios, cartazes, comunicações à imprensa — configura, desde o início, a estrutura profissional do grupo.

Em 2011, novos *workshops* de formação — orientados por Vítor Rua, na área da música, e, novamente, por Clara Andermatt, no âmbito da dança, abriram as portas à entrada de mais quatro elementos. A partir de então, a equipa artística passou a ser constituída por dezoito intérpretes, dezasseis dos quais participariam na segunda produção do grupo, *Maior*, com coreografia de Clara Andermatt<sup>8</sup>. O elenco contou ainda com a participação especial de Luna Andermatt — bailarina, professora de dança e fundadora da Companhia Nacional de Bailado —, que, aos 86 anos de idade, aceita o desafio que lhe é lançado pela filha para dançar em *Maior*, depois de já ter participado, no ano anterior, em *Durações de Um Minuto* (2010), um espetáculo de Clara Andermatt e Marco Martins (sobre este espetáculo, ver adiante). A coreografia *Maior* foi estreada a 8 de dezembro, no CCB. No ano seguinte, entre janeiro e maio, a companhia faz uma digressão pelo país<sup>9</sup>.

---

participar no espetáculo, mas Tiago Rodrigues acabou por decidir que ninguém ficaria de fora. Saíram, a meio do projeto, dois elementos — um homem e uma mulher —, por decisão própria.

7 Assim, entre dezembro de 2010 e maio de 2011, a *Bela Adormecida* foi apresentada em 11 teatros: Teatro Municipal de Bragança, Cine-Teatro de Estarreja, TEMPO, em Portimão, Centro Cultural Vila Flor, em Guimarães, Teatro Viriato, em Viseu, TECA, no Porto, Teatro Micaelense, em Ponta Delgada, Teatro Virgínia, em Torres Novas, Teatro Municipal da Guarda e Casa da Cultura, em Alfândega da Fé.

8 Dois dos intérpretes interromperam temporariamente a atividade, por razões de saúde.

9 O espetáculo foi apresentado em quatro teatros, para além do CCB, um número bem inferior ao das apresentações do espetáculo anterior, *Bela Adormecida*, facto que em grande parte se terá devido à crise económica então sentida em Portugal e à consequente contração orçamental que afetou todas as estruturas de apresentação de espetáculos no país.

A Companhia Maior possui, desde a sua criação, um Conselho Consultivo “cuja função”, segundo se pode ler no dossiê de apresentação pública do projeto, documento divulgado em 2010, “será a de assegurar uma discussão contínua sobre o funcionamento da companhia, a sua missão artística e o seu impacto, que transborda claramente as fronteiras estritas da criação artística”<sup>10</sup>. Assim se torna desde o início explícita a clara consciência dos seus fundadores de que o trabalho que esta companhia desenvolver transportará e reproduzirá socialmente uma determinada percepção das pessoas mais velhas. Este Conselho Consultivo é integrado por Daniel Sampaio, psiquiatra, que preside, Eduardo Marçal Grilo, administrador da Fundação Calouste Gulbenkian, e pelos escritores António Mega Ferreira e Jacinto Lucas Pires.

Qual a motivação para a criação de uma companhia de artes performativas constituída por intérpretes com idades superiores a 60 anos? Nas palavras de Luísa Taveira, bailarina, professora, diretora artística da Companhia Nacional de Bailado<sup>11</sup> e impulsionadora deste projeto singular, no contexto português:

A alma do projecto desta companhia, cuja ideia data de 2007 é o aproveitamento da experiência acumulada de artistas provenientes das diversas vertentes das artes performativas. Trata-se de valorizar a maturidade, os saberes forjados e aperfeiçoados ao longo do tempo e o intenso desejo de comunicar desta fase da vida, em que a reflexão e a ponderação já tiveram mais espaço para vaguear, mais tempo para duvidar, equacionar, concluir... O tempo, a memória e a experiência são elementos-chave neste projecto de artistas que, em período de balanços e avaliações, se encontram também na fase mais propícia ao estabelecimento de diálogos e entendimentos: entre diversas maneiras de fazer, entre diferentes ofícios, mas também entre tempos e gerações diferentes. São artistas intervenientes a quem a vida não roubou a insatisfação e a curiosidade e, por outro lado, cuja idade já nada tem a ver com oportunismos ou efeitos fáceis. Empenharmo-nos nesta causa de dar voz à criatividade de uma idade maior

---

10 Comentário da autora (2025): O Conselho Consultivo já não se encontra atualmente em funcionamento.

11 Cargo que ocupou entre outubro de 2010 e outubro de 2016.



não é só um dever. É sobretudo uma janela aberta para um potencial artístico (Dossiê de apresentação da companhia, documento divulgado em 2010).

O primeiro interlocutor de Luísa Taveira foi o encenador e dramaturgo Tiago Rodrigues. Começaram por conversar informalmente, em março de 2007, sobre o que poderia vir a ser este projeto. Mais tarde, por convite de Luísa Taveira — então já na direção da Companhia — e de António Mega Ferreira, administrador do CCB e quem, desde o início, apoiou entusiasticamente a Companhia Maior e a sua residência neste equipamento cultural, Tiago Rodrigues cria o espetáculo inaugural do grupo, *Bela Adormecida*. Ao refletir sobre o processo criativo e os objetivos subjacentes a este primeiro espetáculo, o encenador revela não apenas o interesse em trabalhar a idade enquanto temática central, mas também a preocupação em promover um trabalho de construção identitária do coletivo:

[...] Pensei logo que iria ser um espetáculo sobre o tema da idade, da memória, da limitação da idade, do potencial da idade. Seria evasivo se a idade não constituísse o tema deste espetáculo, porque é a idade que distingue esta companhia de outro projeto. [...] O espetáculo *Bela Adormecida* pode, pois, ser visto como uma espécie de portefólio com todo o elenco, de identificação da companhia, da sua dinâmica, de como as pessoas se relacionam. Para mim, foi um privilégio criar um espetáculo tendo em mente a afirmação da identidade de um determinado grupo. (T. Rodrigues, comunicação pessoal, fevereiro de 2011).

A maturidade, o saber acumulado, a memória e a experiência dos intérpretes não são apenas valorizados e sublinhados como forma de justificar a relevância deste projeto, são também elementos artisticamente tematizados em *Bela Adormecida*.

O dramaturgo e encenador traz à cena um texto que atravessa o imaginário de várias gerações, um *ballet* que integra elementos das várias disciplinas artísticas — literatura, música, dança —, todas elas também presentes nesta criação original a partir deste clássico. Na sua versão, tudo começa com os habitantes do palácio adormecidos. O Príncipe demora muitos anos a encontrar o palácio. Quando beija a Princesa e todos acordam, apercebem-se que envelheceram. E recordam. O Príncipe recorda através da escrita; a Princesa, através da dança (Figura 1). O Príncipe transmite todo o seu

conhecimento a Aurora e, ao transmiti-lo, perde-o. A dádiva, a transmissão, o abandono do Príncipe, a continuidade do mundo para além de si e do espaço do seu palácio são, finalmente, o tema central do texto e da encenação. Nas palavras de Tiago Rodrigues:

Em *Bela Adormecida*, os simbolismos são subvertidos, analisados ou tomados à letra. A herança é possuída, tentando sempre uma Poética da memória. Uma memória que nos aprisiona ou nos liberta. Mas, inevitavelmente, a memória que é fonte da energia que ilumina o nosso presente (texto de apresentação do espetáculo, programa oficial, 2011).

### **A Companhia Maior na cena performativa atual**

Na sociedade ocidental, a partir da década de 1980, assiste-se a uma crescente valorização e expansão da cultura da memória (Huyssen, 1995, 2003). Neste contexto, os intérpretes mais velhos são também valorizados pela riqueza das suas experiências de vida e das memórias que preservam, entrelaçadas com acontecimentos históricos e sociais cuja evocação se torna necessária — quer por integrarem a memória coletiva, quer por contribuírem para a sua construção. Assim, são frequentemente percecionados como detentores de uma maturidade associada a uma sabedoria que desperta um interesse renovado.

Para muitos criadores mais novos, convocar as memórias dos mais velhos representa não apenas uma forma de diálogo intergeracional, mas também uma oportunidade de aceder a dimensões do passado que ultrapassam a esfera individual, possibilitando a recuperação de experiências e significados que continuam a interpelar o presente. Este interesse pela memória e pelas vivências dos mais velhos associa-se, muitas vezes, a uma reflexão mais ampla sobre o tempo vivido. No domínio das artes performativas, essa atenção não se restringe às dimensões perceptiva e cognitiva, estendendo-se igualmente à experiência corporal dos sujeitos, uma vez que a nossa experiência com o tempo é, antes de mais, uma experiência do corpo.

A valorização da maturidade, da memória e da corporalidade dos intérpretes mais velhos — a passagem do tempo, o corpo em transformação — encontra expressão concreta em várias criações coreográficas das últimas

décadas. São exemplos paradigmáticos as obras *Kontakthof - Mit Damen und Herren ab „65“* (2000), de Pina Bausch, *...Du Printemps!* (2011), de Thierry Thieû Niang, *Natural* (2005), de Clara Andermatt, para a Company of Elders, e *Durações de Um Minuto* (2010), de Clara Andermatt e Marco Martins.

Foi precisamente o interesse pela experiência acumulada e pela maturidade que motivou Pina Bausch a remontar *Kontakthof* com intérpretes com mais de 65 anos — uma obra sobre a sedução e a dificuldade de comunicação entre os géneros feminino e masculino, originalmente criada em 1978 com os bailarinos da sua companhia, o Tanztheater Wuppertal. Nas palavras da coreógrafa alemã:

*Kontakthof* was performed for the first time 1978 in Wuppertal. Afterwards in many other countries. My wish, to see this Piece, this Theme shown by Ladies and Gentlemen with more Life experience grew with time even stronger. So, I found the courage, to give *Kontakthof* to elderly people over '65'. People from Wuppertal. Neither Actors. Nor Dancers. In February 2000 we were ready. At first was planned a one time Happening. [...] Nobody had the slightest idea that *Kontakthof with Ladies and Gentlemen over „65“* would travel to so many different European countries in the following years (Bausch, 2007).

Mais recentemente, Thierry Thieû Niang, bailarino e coreógrafo francês que tanto trabalha com bailarinos profissionais como com crianças e adultos amadores, estreou *...Du Printemps!* (2011)<sup>12</sup>. O espetáculo nasce de uma série de ateliês que o criador orienta ao longo de um ano com amadores — homens e mulheres — com idades entre os 60 e os quase 90 anos, abordando questões como as experiências de vida historicamente situadas, a memória e o envelhecimento. Em algumas das sessões, o coreógrafo explorou ainda, com os participantes, temas ligados à história da dança. A decisão de trabalharem sobre *Le Sacre du Printemps*, de Igor Stravinsky, partiu dos próprios participantes. Os temas coreográficos predominantes, como o círculo, a espiral, os percursos espaciais traçados a andar ou a correr, evocam a marcha do tempo, mas a de um tempo cíclico, que estabelece um continuum entre

---

<sup>12</sup> Esta breve descrição e interpretação baseia-se na observação direta do espetáculo no Théâtre de la Ville, em Paris, em setembro de 2012.

gerações, ligando os seres humanos uns aos outros. Estes materiais coreográficos — a marcha, a corrida, o círculo —, que constituem o núcleo da peça, têm também origem nas improvisações realizadas pelos próprios intérpretes, como explica o coreógrafo:

Au départ, il s'agissait d'un atelier, autour du temps et de l'art. Comment ces gens avaient-ils traversé l'histoire des arts et l'histoire mondiale ? Comment une oeuvre d'art était-elle venue changer quelque chose dans leurs vies ? (...) Nous avons évoqué les ballets russes, avons écouté *Le Sacre du Printemps*. Un homme de 69 ans qui faisait des marathons s'est mis à cavalier sur le plateau. Un mouvement spontané du groupe autour de la question du cercle, et du temps qui passe, a pris forme. Ils étaient tous là, à bondir sur *Le Sacre du Printemps*. (Niang, 2012)

A experiência do envelhecimento é também o ponto de partida para a criação de *Natural* (2005), a peça da coreógrafa portuguesa Clara Andermatt concebida para a Company of Elders — anos antes do desafio que lhe é lançado para trabalhar com a Companhia Maior. A Company of Elders, que inspirou a criação da Companhia Maior, é um grupo de dança e performance composto por pessoas com mais de 60 anos. Está sediado no Teatro Sadler's Wells, em Londres, onde ensaia uma vez por semana.

Em *Natural*, a coreógrafa trabalha com 16 intérpretes, partindo de temas relacionados com as suas experiências, o momento específico das suas vidas e aquilo que, na sua perspetiva, seriam os aspetos positivos e negativos do envelhecimento. Ao longo de duas semanas de residência, a coreógrafa cria a peça com base nessas entrevistas, recorrendo a técnicas teatrais e de improvisação, bem como a um trabalho de desenvolvimento da percepção sensorial e corporal dos intérpretes, colocando-os em contacto físico uns com os outros e com diferentes materiais.

Clara Andermatt sempre se interessou por trabalhar com diversos grupos de pessoas, pelo que este trabalho com a Company of Elders, apesar de representar a sua primeira experiência com intérpretes seniores, não se afastava, ao mesmo tempo, dos seus interesses. Como a própria explica:

[...] Ao longo da minha carreira, tenho tido a oportunidade [...] de trabalhar com uma multiplicidade de alunos, intérpretes e colaboradores, de diferentes naturezas, quero com isto dizer de diferentes culturas, meios sociais, idades, formações

e áreas artísticas. Aceitar este convite, para trabalhar com um grupo de pessoas com mais de 60 anos, vem naturalmente na sequência do que acredito ser mais uma experiência enriquecedora e desafiante (Andermatt, 2004).

Numa obra que cria posteriormente, com Marco Martins, *Durações de Um Minuto* (2010), com intérpretes com idades entre os 24 e os 86 anos, Andermatt volta a interessar-se pela forma como pessoas de várias gerações se relacionam com o tempo e a memória, estimulando-as, no processo de criação, a convocar as suas experiências e outros elementos biográficos. Do espetáculo, retenho os desenhos espaciais dos braços, de contornos incertos, que Luna Andermatt realiza sobretudo com a parte superior do corpo, onde a maior mobilidade lhe conferia mais liberdade de movimento para exprimir as memórias corporais de quando dançou *O Pássaro de Fogo*, uma obra de repertório criada em 1910 por Mikhail Fokine (coreografia) e Igor Stravinsky (música). E se as mudanças fisiológicas e biológicas decorrentes da passagem do tempo sobre o seu corpo tornavam agora impossível a materialização de formas virtuosas que outrora o seu corpo dominava com destreza, Luna Andermatt parece aqui não só recorrer ao conhecimento interiorizado do como se faz, mas também, após um processo de pesquisa e criação, ter encontrado outros movimentos capazes de projetar as imagens do voo e da leveza. Foi um processo de transformação que surpreendeu até a filha, Clara Andermatt, como a própria relata:

Em *Durações de Um Minuto*, eu e o Marco também trabalhamos muito sobre a experiência, a memória. Há um livro que foi aconselhado pelo Gonçalo M. Tavares, creio eu, que é *Porque é que a Vida Acelera à Medida que se Envelhece*, que serviu de base para perceber os mecanismos cerebrais em relação a essa evolução do tempo e da memória, e de como a memória nos engana — porque há coisas que nós achamos que foram de uma maneira, mas foram de outra, e outras que cremos ter vivido, mas que afinal apenas vimos em fotografias. [...] Fomos por aí; explorámos esses mecanismos, uns mais reais, outros mais ficcionais, das experiências. [...] E depois há as memórias corporais. Nesse sentido, é muito engraçado como a minha mãe tem uma memória física, que também passa pelo corpo, mas depois o corpo já não responde. Há essa beleza de uma coisa que está impressa no corpo de uma ex-bailarina, mas que agora ela já não

pode fazer — e que, ao mesmo tempo, ainda tenta fazer. Mas aquilo que é incrível nela — e que também foi surpreendente para mim, uma vez que eu nunca a tinha visto dançar, pois eu era muito nova quando ela deixou de dançar — é a maneira como ela vai fazendo as suas pesquisas sobre as coisas que vamos pedindo, procurando ingredientes para se alimentar, em revistas, fotografias ou na Internet, com a ajuda do meu pai; mantendo uma atitude de criação. (C. Andermatt, comunicação pessoal, abril de 2015)

### **Novos corpos em cena: ideias, representações e práticas**

O trabalho performativo realizado com pessoas de faixas etárias mais avançadas é um dado relativamente recente no contexto das artes performativas ocidentais. Na dança teatral ocidental, a juventude e o virtuosismo são amplamente valorizados e promovidos. As técnicas corporais (Mauss, 1983 /1936) e as disposições que os *habitus* da dança teatral produzem, ou seja, os “modos de percepção, de apreciação e de acção” (Bourdieu, 1998 /1997, p. 124), nomeadamente os da dança clássica e moderna, enfatizam a força, a agilidade e o virtuosismo (Fazenda, 2012/2007). Como afirma Berson (2010), “Conventional dance productions often depend on the energetic and virtuosic movements of performers, who dazzle audiences with leaps and turns, and the muscular displays of youthful, finely honed bodies that can seem to bear little relation to our own” (p. 166).

Ainda assim, numerosos bailarinos conseguiram prolongar a sua atividade artística ao longo da vida (Early, 2013; Kastenbaum, 2000; Manko, 2008). Distinguem-se, essencialmente, duas situações: por um lado, a integração em companhias especificamente criadas para os intérpretes mais velhos — como o Nederlands Dans Theater III, fundado por iniciativa de Jiří Kylián, destinado a bailarinos com cerca de 40 anos ou mais, e que esteve ativo entre 1991 e 2006; por outro lado, percursos pessoais alicerçados na sua notoriedade e proeminência no campo da dança, como os de Martha Graham, que dançou até aos 76 anos, ou de Merce Cunningham, que continuou a dançar depois dos 80. Estes *performers*, que persistem na prática performativa, “thereby demonstrating the skills of age rather than skills of extreme physicality” (Dickinson, 2010, p. 198), representam casos pontuais frequentemente

associados ao capital simbólico — autoridade, prestígio artístico — acumulados ao longo das suas carreiras, e ao culto da figura notável, homem ou mulher, que se destacou no mundo da dança, como foram os casos de Graham e de Cunningham.<sup>13</sup>

Por seu lado, o Nederlands Dans Theater III constituiu um projeto singular no contexto da dança euro-americana, ao valorizar a experiência e a maturidade dos bailarinos — fatores que acrescentam valor expressivo às interpretações de determinados papéis, inclusivamente no repertório da dança clássica, como Odette-Odile em *O Lago dos Cisnes*, ou *A Morte do Cisne*, entre outros exemplos. Como refere Early (2013):

But if we ask more of our dancers than physical perfection and a cloned beauty there are other qualities we might value: qualities associated more with experience, wisdom, an older age. What could we expect from older dancers? Perhaps economy, precision, emotional accuracy, relaxed humour, developed stagecraft, a vision of a healthful older age. (p. 64)

Contudo, estes casos constituem exceções, devidamente enquadradas no mundo artístico em questão, e que reforçam o carácter extraordinário das técnicas da dança teatral no contexto ocidental. A raridade de situações como estas tornam evidentes, precisamente, os limites das convenções que estruturam a dança teatral ocidental e a sua relação com o envelhecimento.

Para além destes casos singulares, frequentemente associados a trajetórias individuais de prestígio, é possível identificar uma tendência mais ampla e estruturada na criação contemporânea: a integração deliberada de intérpretes mais velhos em projetos artísticos. Os espetáculos anteriormente referidos — como *Kontakthof — Mit Damen und Herren ab „65“, ... Du Printemps!*, *Natural* e *Durações de Um Minuto* —, bem como a existência de companhias como Company of Elders e Companhia Maior, evidenciam esta tendência emergente. Estes projetos não só refletem, como também atualizam, transformações de fundo — com raízes históricas —,

---

<sup>13</sup> Comentário da autora (2025): Um outro exemplo de longevidade artística como intérprete foi protagonizado em março de 2025 por Lucinda Childs, que, aos 84 anos, dançou nos espetáculos *Four New Works*, no Teatro Rivoli, e *Early Works*, no Museu de Serralves, ambos no Porto, apresentados pela Lucinda Childs Dance Company.



**Figura 1 (em cima):** Espectáculo *Bela Adormecida* (2010) © Companhia Maior, fotografia de Magda Bizarro; **Figura 2 (à direita):** Espectáculo *Maior* (2011) © Companhia Maior, fotografia de Bruno Simão; **Figura 3 (em baixo):** Espectáculo *Estalo Novo* (2013) © Companhia Maior, fotografia de Bruno Simão.







na percepção e representação do corpo, da idade e do envelhecimento, tanto no domínio artístico, nomeadamente na dança teatral euro-americana, como no plano social.

No domínio artístico, é necessário recuar aos anos 1950-60, nos Estados Unidos da América, para compreender as alterações que então ocorreram na forma de perceber o corpo do intérprete no contexto da dança. Nesse período, começa a manifestar-se um nítido interesse pela diversidade dos *performers* e das suas corporalidades, independentemente das técnicas de dança dominantes. Anna Halprin e os membros do Judson Dance Theater (1962-64), como Yvonne Rainer e Steve Paxton, reequacionam não apenas o vocabulário necessário para definir a dança, mas também os pressupostos da formação do intérprete de dança. Esta mudança teve consequências significativas na própria conceção de arte, tornando-a progressivamente mais democratizada e acessível.

Ao mesmo tempo, assistiu-se a uma deslocação dos espaços de apresentação dos espetáculos: o palco tradicional com proscénio foi substituído por locais alternativos — garagens, ginásios, jardins, ruas ou edifícios abandonados. Tal transformação refletia a intenção de aproximar a arte da vida quotidiana e do público comum. Nessa época, a dança — tanto pelo tipo de intérpretes envolvidos (bailarinos profissionais e pessoas comuns sem formação formal), como pelos movimentos explorados (técnicas convencionais conjugadas com gestos quotidianos) — incorporava e atualizava novos ideais de participação artística, mais abrangentes e antielitistas. Desta forma, demarcava-se da exceção tradicionalmente associada ao artista, às suas práticas e à obra de arte, propondo uma nova forma de aproximação da arte à vida (Fazenda, 2012/2007).

Anna Halprin foi uma figura central nesse movimento. Influenciou profundamente os jovens bailarinos que, numa atmosfera cooperativa e sem hierarquias, apresentavam os seus trabalhos na Judson Church, em Nova Iorque<sup>14</sup>, alguns dos quais tinham participado no *Dancer's Workshop*, um

---

<sup>14</sup> A análise mais exaustiva destes trabalhos é feita por Sally Banes (1993/1983), historiadora e teórica que se tem dedicado ao estudo deste período da dança norte-americana.

grupo multidisciplinar que Halprin coordenava em São Francisco, durante os anos 1950. Nesse contexto, Halprin desenvolveu práticas inovadoras que viam a influenciá-los profundamente, destacando-se o uso da improvisação, a exploração de ações quotidianas — os chamados *task oriented movements* (tarefas)<sup>15</sup> — e a apresentação das danças em espaços não convencionais.

A partir da década de 1970, após ter utilizado a dança como forma de recuperação de um cancro, Halprin passou a integrar arte, entretenimento e ritual como dimensões indissociáveis do seu trabalho. Peças coletivas como *Ritual and Celebration* (1977), *Male and Female Ritual* (1978), *Search for Living Myths and Rituals through Dance and the Environment* (1980), *Circle the Earth* (1986-1991) e *Rituals on the Beach* (1998) exemplificam esta orientação. A ideia subjacente a estas performances era a de que a dança podia ser simultaneamente expressiva, para o espectador, e curativa, para o *performer*.<sup>16</sup> Paralelamente, em 1978, Halprin fundou com a filha Daria Halprin, o Tamalpa Life/Art Process, uma influente escola de dança e de movimento com uma orientação terapêutica, baseada na premissa de que o movimento criativo é intrínseco à vida, independentemente da idade ou do género, e essencial à manutenção do equilíbrio vital<sup>17</sup>.

Halprin — “a lifelong dancer”, como se define (1984, p. vii) — continua, já após ter ultrapassado os 90 anos de idade, a influenciar a comunidade artística. Vissicaro (2013) sintetiza de forma justa essa influência:

What Halprin brings to the world is an understanding that each person encounters a given context with his or her unique ‘body’ of history or repository of information. The inherent capacity humans have to tap into their embodied knowledge informs how, why, where, when and with what or whom we move.

15 A expressão *task oriented movements* foi usada por Anna Halprin para descrever um tipo particular de movimentos: os implicados em ações, tarefas práticas, com ou sem objetos. Um exemplo destes movimentos, dado pela própria Halprin, é o seguinte: “build a scaffold and when you’ve built it, go up to the top” (1995, p. 8).

16 Sobre o percurso, significado e impacto artístico e social do trabalho de Halprin, ver Caux, 2006; Halprin, 1995; Ross, 2007.

17 Os desenvolvimentos da dança de Halprin aproximam-se de uma visão terapêutica da dança, na medida em que se procura, através da sua prática, prevenir ou atenuar o impacto negativo da redução das funções do corpo ao longo dos anos (Lerman, 1984). Trata-se, contudo, de uma vertente da dança sobre a qual não nos debruçaremos neste texto.

From that awareness emerged the Life/Art Process®, an integrative, expressive arts tool for holistic self-exploration. [...] People's life experiences are the source for artistic experience. (p. 23)

A experiência de vida como fonte de criação artística — a que Vissicaro se refere — é precisamente a premissa que orienta Halprin na sua recusa dos limites convencionais da dança teatral ocidental, sejam eles de género, estrutura corporal, idade ou competências técnicas. Ao fazê-lo, promove o envolvimento de todas as pessoas na prática da dança<sup>18</sup>.

O legado de Halprin ultrapassa os limites temporais, geográficos e socio-culturais que definiram a sua atuação principal. O seu trabalho abriu caminho a uma conceção mais inclusiva da prática coreográfica, cuja influência se faz sentir nas práticas contemporâneas da dança que valorizam os corpos diversos dos intérpretes — mais velhos, de diferentes morfologias, com ou sem formação formal em dança. Esta valorização da diversidade corporal e etária na esfera da dança acompanha ou resulta, de forma significativa, de transformações mais amplas na perceção social do envelhecimento.

Na esfera social, assiste-se, a partir do século XIX, a uma mudança na perceção do envelhecimento: de um processo inexorável de perdas contínuas, prevalecente nas sociedades modernas, para uma conceção mais processual e adaptável, enquanto percurso marcado por mudanças fisiológicas e biológicas, suscetível de proporcionar novas adaptações do corpo e transformações da pessoa (Debert, 2004/1999; Hepworth, 2003; Phillipson, 1998; Turner, 1996). Esta alteração deve-se, em grande parte, a conquistas importantes, como a aposentação, e ao aumento da longevidade na Europa — incluindo Portugal — e nos Estados Unidos da América, como explicado em vários estudos, tais como Amans (2013b), Carneiro (2012), Lima (2010a, 2010b), National

---

18 Seria ainda relevante considerar a influência que poderão ter exercido intérpretes provenientes de sociedades e contextos culturais com conceções distintas sobre a idade e o envelhecimento na forma como a longevidade dos *performers* passou a ser valorizada no contexto da dança teatral ocidental. O bailarino japonês Kazuo Ohno, por exemplo, um dos fundadores do Butô — um género de movimento que muito contribuiu para o alargamento das formas de representar o corpo na dança no Ocidente —, dançou em palco até aos 100 anos. Já em 1984, Halprin afirmava que um dos seus “most inspirational and delightful friends is don José, a 107-year-old Huichol Indian medicine man, who leads large groups of people in the sacred deer dance of his tribe” (p. vii). Este é, contudo, um aspeto para o qual não há espaço para desenvolver em profundidade neste trabalho.

Research Council (2001) e Peace, Dittmann-Kohli, Westerhof & Bond (2007). Estas referências sustentam a ideia de que o envelhecimento não deve ser encarado apenas como um período de declínio, mas como uma fase da vida com potencial para novas realizações e enfatizam a necessidade de adaptar a sociedade ao envelhecimento da população, conceptualizando-a como um desafio que requer políticas públicas eficazes que promovam a inclusão, a autonomia e a participação ativa dos mais velhos. O avanço da idade passou, assim, a ser encarado como uma etapa com potencial de concretização de novos projetos.

É neste contexto de transformação social, de alteração da perspectiva sobre o envelhecimento, de prolongamento da vida ativa e de mudança na cena artística que o trabalho desenvolvido pela Companhia Maior se insere. Através da sua prática, a Companhia promove representações positivas das várias fases da vida e reforça a ideia de que, em todas elas, é possível dar continuidade a projetos interrompidos ou concretizar novas conquistas. Estes princípios não só presidem à fundação da Companhia Maior, como moldam o seu percurso artístico, desde o primeiro *workshop* com Tiago Rodrigues — *o nosso tempo é amanhã*. Estas mesmas ideias ganham corpo e expressão poética em cena com *Maior*, uma coreografia de Clara Andermatt.

Em *Maior*, a coreógrafa distancia-se da temática diretamente associada à experiência de vida dos intérpretes, que tinha orientado suas criações anteriormente referidas — *Natural* e *Durações de Um Minuto* —, e, sem negligenciar as suas particularidades, percursos artísticos e potencial expressivo, centra-se sobretudo nas ações dos corpos. O adjetivo “maior” serviu, nesta criação, para a construção do movimento. Andermatt parte de memórias corporais sedimentadas em gestos banais, em ações quotidianas e nas sensações a elas associadas — lavar os dentes, vestir um casaco, colocar as mãos nos bolsos, fazer a barba, aplicar maquilhagem, fumar um cigarro, entre outras. A coreógrafa solicitou aos intérpretes que tomassem consciência desses gestos incorporados e os reproduzissem com todas as suas qualidades inerentes — amplitude, espacialidade, energia —, no estúdio, fora do contexto em que são habitualmente realizados. Os materiais resultantes constituíram a base para a construção da coreografia (Figura 2). A partir de vários

mecanismos de composição coreográfica, os movimentos foram exagerados, agigantados e intensificados. A deslocação e a transformação dessas ações quotidianas permitiram a Andermatt criar uma obra de atmosfera fantástica e etérea, reforçada pelos restantes elementos do espetáculo — desenho de luz (Wilma Moutinho), cenário (Artur Pinheiro) e música (Vitor Rua) — que sugerem uma projeção onírica da vida futura de cada intérprete.

### **Memórias de vida**

O interesse pela memória volta a ser ativado pelos criadores Ana Borralho e João Galante no espetáculo *Estalo Novo*. Durante os ensaios, os intérpretes são convidados a refletir sobre memórias de experiências e situações vividas durante o Estado Novo, o 25 de Abril de 1974 e o período de estabilização da democracia, entre outros temas. As respostas dadas pelos intérpretes — histórias individuais, visões que cada um tem de si, da sua vida e dos acontecimentos político-sociais que marcaram o século XX — constituem o material a partir do qual a peça é construída, com apoio dramatúrgico de Rui Catalão. A intérprete Paula Bárcia recorda os primeiros momentos do processo de criação nos seguintes termos:

Estas conversas com todo o grupo foram uma das coisas mais bonitas a que eu assisti. As pessoas abriram-se mesmo e contaram coisas que eu acho que nunca tinham contado. A riqueza das experiências e a qualidade das pessoas que ali estavam eram extraordinárias! (P. Bárcia, comunicação pessoal, 15 de janeiro de 2015)

A cultura da memória tem vindo a expandir-se na contemporaneidade. Como defende Huyssen (1995, 2003), após o culto do futuro, no início do século XX, e do presente, nos anos 1960 e 1970, assiste-se atualmente a um renovado interesse pela história. Segundo o autor, factos históricos como a memória do Holocausto e as suas ressonâncias no presente explicariam o impulso e o interesse em tornar o passado presente — com o intuito de evitar a sua repetição. Como observa Huyssen (2003):

One of the most surprising cultural and political phenomena of recent years has been the emergence of memory as a key cultural and political concern in Western societies, a turning toward the past that stands in stark contrast to

the privileging of the future so characteristic of earlier decades of twentieth-century modernity. From the early twentieth century's apocalyptic myths of radical breakthrough and the emergence of the «new man» in Europe via the murderous phantasms of racial or class purification in National and Stalinism to the post-World War II American paradigm of modernization, modernist culture was energized by what one might call “present futures”. Since the 1980s, it seems, the focus has shifted from present futures to present pasts, and this shift in the experience and sensibility of time needs to be explained historically and phenomenologically (p. 11).

No contexto português, a Revolução de 25 de Abril de 1974 é um acontecimento histórico com uma ressonância particular em vários domínios — social, político, cultural. O seu quadragésimo aniversário tem sido assinalado com uma série de eventos oficiais, repercutindo-se também em manifestações da sociedade civil e em práticas de cultura expressiva. A evocação deste acontecimento histórico, que abriu as portas a grandes transformações na sociedade portuguesa, revela-se particularmente relevante nas circunstâncias atuais, em que os portugueses enfrentam tempos de dificuldade e incerteza, na sequência da crise económica que deflagrou em 2011 e do plano de austeridade exigido pela Troika e implementado pelo Governo. A arte regista o clima social e político vivido.

É neste contexto que melhor se compreende a pertinência de *Estalo Novo*, um espetáculo cujo objetivo “é refletir sobre a história de um país e sobre a história dos corpos que nele habitam, e sobre o regime em que atualmente vivemos”, conforme se lê no texto de apresentação incluído no programa do mesmo aquando da sua estreia no CCB. Usando a voz ou exibindo textos inscritos em folhas de papel, os artistas comunicam, ora com gravidade, ora com humor, experiências de perseguição, de restrição à liberdade e de constrangimento vividas no passado — para que não se repitam — e refletem sobre a atualidade, sobre as consequências socialmente devastadoras do programa político de austeridade instalado em Portugal — para que nos mantenhamos atentos (Figura 3).

Na construção deste espetáculo, convoca-se um evento histórico que tem um lugar central na memória coletiva dos portugueses. *Estalo Novo*

ativa a memória de experiências vividas, contadas entre gerações, que reforcem valores como a liberdade, justiça social e a participação política. Segundo Maurice Halbwachs, a memória coletiva é constantemente recriada no presente, ancorada nos quadros sociais e moldada pelas necessidades do grupo — *“Every collective memory requires the support of a group delimited in space and time”* (Halbwachs, 1980/1850, p. 84).

Neste caso, a arte torna-se veículo dessa memória, permitindo que o passado não seja apenas recordado, mas revivido e reinterpretado à luz das preocupações contemporâneas — funcionando como alerta, resistência e esperança num tempo em que os valores de liberdade e justiça social são postos à prova<sup>19</sup>.

### **Mudanças na continuidade e experiências de transformação**

Apesar de os intérpretes da Companhia Maior terem idades diversas — entre os 60 e os 80 anos de idade<sup>20</sup>—, a definição “acima dos 60” é encarada pelos

19 Comentário da autora (2025): A remontagem, em 2024, do espetáculo *Estalo Novo* — integrada nas comemorações dos 50 anos da Revolução dos Cravos, e sob a circunstância da realidade sociopolítica atual, marcada pelo crescimento dos partidos de extrema-direita no eixo euro-americano, e em Portugal em particular — pode ser interpretada à luz desta mesma ideia. A obra ressurgue como um dispositivo de ativação da memória e das emoções associadas à experiência de uma geração numa época particular, impulsionada por uma revolução política, económica, social e cultural, num momento em que os valores de liberdade e justiça social enfrentam novas ameaças.

20 Os gerontologistas têm discutido os problemas sobre a definição das pessoas mais velhas, afirmando que a categorização de indivíduos com idade superior a um determinado limiar — como os 60 anos — é demasiado ampla, sendo necessário encontrar classificações mais restritas. No entanto, essa segmentação pode resultar num exercício redutor (Bytheway, 2005). No âmbito deste texto, utilizamos a expressão “acima dos 60 anos de idade” — termo a que os próprios fundadores da Companhia Maior recorrem —, partindo do princípio de que a idade é, também neste caso, uma dimensão da organização social (Maddox, Moore, Lowe & Neugarten, 1996). No caso específico da Companhia Maior, essa categorização é usada como um fator de discriminação positiva. Como explicou Tiago Rodrigues, quando questionado sobre a razão que presidiu à criação de uma companhia dirigida a pessoas com mais de 60 anos: “Lembro-me de eu e a Luísa falarmos — naquela fase em que eu me sentia apenas um interlocutor informal e conversávamos e trocávamos e-mails — que a idade da reforma, essa fasquia administrativa, permitia uma mistura de ativos e não ativos, criando uma barreira exclusiva que nós achávamos ser uma boa provocação e um apelo interessante. Se eu vir que o *workshop* é para quem têm mais de 60, sente que está entre pares e sente estímulo em ir lá. Apesar de haver atores com mais de 60 anos a trabalhar, há, contudo, menos trabalho para estas pessoas; há muitos que pararam. Agora, em Portugal, ainda há muitos atores mais velhos a trabalhar que têm a sua companhia há anos, e que envelhecem juntos, mas isto já não vai acontecer no futuro, isso já não vai acontecer com a minha geração, porque o modelo de companhia implodiu. Nós, ao envelhecermos, vamos ter mais dificuldade em continuarmos a ser os *freelancers* que somos agora.” (T. Rodrigues, comunicação pessoal, fevereiro de 2011)



próprios como um princípio organizador positivo. Esta percepção foi expressa por escrito por duas participantes, então ainda candidatas, nas respetivas cartas de motivação para a inscrição no *workshop* inicial o *nosso tempo é amanhã*. Júlia Guerra sublinha “o facto de o workshop contemplar uma faixa etária habitualmente não considerada pela nossa sociedade”, acrescentando ainda: “tenho pelas artes do espetáculo uma grande admiração”. Cristina Gonçalves, por sua vez, destaca que “aliciou-me o facto de os participantes terem mais de 60 anos (é raro, nestes contextos, estar entre pares) e, acima de tudo, parece-me uma proposta artística muito interessante”.

Salienta-se ainda o facto de o tema da memória ter sido especialmente apelativo para uma das candidatas, Iva Delgado, por estar diretamente relacionado com as atividades que desenvolve na Fundação Humberto Delgado<sup>21</sup>. Na sua carta de motivação, escreve:

Ouvi hoje a sua entrevista [de Tiago Rodrigues], na Antena 2, e fiquei muito interessada nos seus pontos de vista sobre a reconstrução da memória. [...] Sou presidente da Fundação Humberto Delgado. Tenho um projecto que se intitula «Direito à Memória» cujo público-alvo são alunos de quatorze, quinze anos. De um modo geral [...] «represento» curtas narrativas de episódios ou por mim vividos ou em segunda mão, intitulados «Histórias óbvias da Ditadura». Sinto que aprenderia muito com a experiência de pessoas do teatro.

Mais tarde, já em atividade na Companhia Maior, Iva Delgado reitera a sua motivação principal para se ter candidatado ao *workshop*, mas admite que pôs termo à sua pesquisa histórica para se poder dedicar a este novo projeto, a Companhia Maior:

Ouvi na Antena 2 uma entrevista do Tiago Rodrigues sobre a Companhia Maior, e ele disse umas coisas relacionadas com a memória e a experiência das pessoas de mais idade que me fizeram colar o ouvido à rádio. Isso foi o que me atraiu — e

---

21 Humberto Delgado foi um destacado opositor ao regime do Estado Novo, tendo-se candidatado às eleições presidenciais de 1958. Apesar de a campanha ter sido muito viva e promissora, por todo o país, os resultados oficiais atribuíram-lhe apenas cerca de 23,6% dos votos, contra 76,4% do candidato do regime, Américo Tomás. A oposição acusou o regime de fraude eleitoral. Foi perseguido e assassinado em 1965 pela Polícia Internacional e de Defesa do Estado (PIDE). A sua filha, Iva Delgado, intérprete da Companhia Maior, é autora de vários documentos sobre a vida do homem que ficou conhecido por o General sem Medo.

eu nem sabia exatamente do que é que ele estava a falar, qual era a essência da sua intervenção. E fui-me deixando estar a ouvir... No final, não sabendo muito bem o que era, pensei: isto interessa-me. E enviei a minha candidatura, explicando que não era do teatro nem tinha experiência teatral. E nem pensei mais no assunto. Normalmente nem sou uma pessoa muito virada para grupos, sou mais individualista, isolo-me. Mas depois veio a resposta e pensei: bem, há aqui um qualquer interesse mútuo. [...] A Companhia Maior, agora, é o meu oásis. Pus um ponto final na investigação histórica, na escrita de livros, na preocupação em deixar discípulos, em não deixar a Fundação. Encerrei esse mundo, agora. Eu nem gosto de dizer isto, porque quando digo isto aparecem-me milhares de coisas para fazer. E envolvi-me bastante neste projeto. (I. Delgado, comunicação pessoal, setembro de 2011)

Com efeito, entre as principais motivações dos atuais intérpretes da Companhia Maior encontram-se a vontade de realizar novas conquistas, o desejo de continuar projetos interrompidos, o empenho em concretizar atividades desejadas, mas nunca realizadas, a procura de prazer e satisfação pessoal, bem como a continuidade de aprendizagens. Como explica a intérprete Celeste Melo, na sua carta de motivação:

Desde a infância que, através do meu avô materno, tomei contacto com o Teatro. [...] Já com cerca de 17 anos concretizei parte de sonho que me acompanhava — comunicar partilhando emoções, magia, imaginação — ao integrar o Grupo Cénico do Clube Atlético de Queluz, local onde vivia. [...] A minha vida adulta implicou o meu afastamento de actividades ligadas ao Teatro, tempo que sempre me pareceu demasiado longo. No entanto, permaneceu a vontade, a energia e a necessidade do estímulo que sempre senti que o Teatro exige. Por isso, quando a minha vida de novo o permitiu, voltei. Porque considero que «o meu tempo é amanhã», mas também foi «ontem» e é «hoje», porque para mim é fundamental estabelecer e continuar a crescer através da comunicação e da partilha das emoções (memórias e experiências vividas), candidato-me a este *workshop*.

Se é verdade que a idade, as circunstâncias decorrentes da aposentação e da própria vida familiar favorecem a participação destas pessoas na Companhia Maior, isso, por si só, não é suficiente para explicar não apenas a chegada ao projeto, mas também a adesão — unânime, entusiasta, empenhada,

embora não menos crítica — a um processo artístico desafiador, conduzido por criadores contemporâneos, mais jovens, e com uma exigência profissional elevada. Para compreender a realidade atual da vivência destas pessoas é importante atender aos papéis que desempenharam anteriormente, às posições sociais, económicas e ao acesso à cultura que tiveram no passado, não só elas próprias, mas também os seus familiares, como, referindo-se a outros contextos, é sublinhado por Arber, Davidson & Ginn (2003).

O capital cultural dos familiares constitui igualmente um fator relevante para compreender a predisposição de algumas das pessoas para se interessarem por este projeto, como exemplifica o testemunho de Júlia Guerra. Ao descrever a forma como teve conhecimento da atividade e os motivos que levaram a envolver-se nela, a artista refere:

Estava em casa e, enquanto a impressora estava a trabalhar, comecei a folhear a programação do CCB, onde vi que ia haver um *workshop* de teatro para maiores de 60 anos. E pensei: Olha, que coisa tão interessante! Já tinha feito, aqui há tempos, um *workshop* de dança contemporânea, um *workshop* de fotografia, outro de poesia. O meu pai tinha sido ator de teatro, tinha feito o Conservatório. A minha casa era muito apelativa para uma criança, por causa das fotografias do meu pai, maquilhando-se. O meu pai dizia muito bem poesia. Eu sentia um grande apelo pelo teatro, mas era muito tímida [...] acresce que o meu pai sempre me incutiu o gosto pelo teatro. (J. Guerra, comunicação pessoal, setembro de 2011)

O apoio e o estímulo dos filhos são também aspetos mencionados por vários dos intérpretes como motivações importantes para a sua inscrição nesta iniciativa, nomeadamente Carlos Nery, António Pedrosa e Celeste Melo:

A minha filha recebia por Internet a informação do CCB, e recebeu em casa dela a comunicação de que ia haver aquele *workshop* sobre teatro. Sabendo do meu interesse pelo teatro, fez-me o *forward* daquela comunicação. E é claro que eu estava interessado, pois fiz teatro em várias ocasiões [...] (C. Nery, comunicação pessoal, novembro de 2011)

Tomei conhecimento do *workshop* que ia ser promovido pelo Tiago através de uma publicação do Teatro Maria Matos. Coincidentemente, o meu filho mais velho, o Jorge, também soube disso e acicatou-me, porque ele sabia do meu interesse pelo teatro. Eu tinha participado no Teatro da Caixa, que era uma

companhia de amadores, com o Jorge Listopad, ainda antes do 25 de Abril, e depois ainda trabalhei com o Rogério de Carvalho [...] (A. Pedrosa, comunicação pessoal, novembro de 2011)

Foi por um acaso que soube. Estava a dar assistência à minha neta, que estava com varicela, e vi num jornal, creio que no *Expresso*, o anúncio do *workshop*. E pensei: Isto deve ser bem interessante! A minha filha chegou, eu falei-lhe e ela disse-me: “Ó mãe, porque é que não se inscreve?”. E eu disse: “Ó filha, mas eu não tenho currículo.” E ela respondeu-me: “Mas com certeza que tem, então a mãe teve experiência de teatro, cantou num coro, tem formação musical.” E dançar, sempre gostei de dançar; e naquela altura até estava a ter aulas de dança contemporânea. [...] A minha filha ajudou-me a escrever o cv, enviou-o e, passado uns dias, não muitos, recebi um telefonema, comunicando-me que eu tinha sido admitida ao *workshop*. E aí começou um tempo maravilhoso para mim, é claro. (C. Melo, comunicação pessoal, novembro de 2011)

Uma grande maioria dos intérpretes que integra a Companhia Maior teve experiências anteriores no teatro, na dança ou na música, quer como profissionais, quer como amadores. Por isso, valorizam o facto de a Companhia lhes oferecer a oportunidade de retomar um percurso de vida ligado à criação artística — uma atividade que, por razões diversas, de ordem profissional ou familiar, tiveram de interromper em determinado momento. Esta oportunidade é vivida como uma mudança na continuidade: uma forma de reativar um vínculo antigo com as artes performativas, agora com novo sentido e num outro tempo da vida. É o caso de Carlos Nery, como o próprio esclarece:

Eu acho que o facto de poder, nesta altura da minha vida, fazer uma coisa de que gosto muito, é algo muito, muito entusiasmante. Se não fosse esta oportunidade, o que é que eu estaria agora a fazer? Bem, estaria em casa, lendo, vendo televisão, tratando dos meus netos. Seria muito mais restrito. E cada vez mais restrito, à medida que a idade fosse avançando, não é? Esta oportunidade foi uma mudança decisiva na minha vida. E isto está a acontecer quando uma pessoa tem a noção de que está já no seu ocaso, que se aproxima dos 80 anos. Finalmente, estou a fazer o que gosto. Trabalhei no Banco de Portugal, que não foi uma experiência por aí além empolgante, embora seja dali que eu vou buscar a reforma que me dá para viver. Tive cinco ou seis anos de serviço militar obrigatório; fui chamado

duas vezes para a tropa; tive de fazer uma guerra com a qual não concordava [na Guiné, em 1968-70]. Foi uma experiência dura, no Sul da Guiné [...] Era Capitão, Comandante de Companhia. Mas, quer dizer, num tempo em que as pessoas acabavam por fazer sobretudo coisas de que não gostavam.... Embora eu, sempre que arranjei pretextos, fiz teatro, quer [...] no CITAC, na Guilherme Cossul, no Primeiro Acto, em Algés... Tudo isto antes do 25 de abril. [...] Agora, emagreci dez quilos e acho que fisicamente melhorei muito, alivia muito o coração e dá-me outra mobilidade no palco. (C. Nery, comunicação pessoal, novembro de 2011)

Vários intérpretes sentem que o seu trabalho na Companhia Maior representa uma alternativa significativa e enriquecedora perante a rotina mais limitada que poderia ter marcado o período após a aposentação. Vítor Lopes e Paula Bárcia são dois desses casos, e os seus testemunhos revelam a importância desta experiência nas suas vidas:

Não faz parte de mim, na qualidade de reformado, ir para o jardim jogar às cartas; ir três ou quatro vezes aos anos dos netos; e na noite de Natal estar com as filhas. Isso para mim não chega. Tem de haver mais coisas. E acho que a sociedade está também a descobrir que o velho — essa coisa como me chamam algumas pessoas — já não está só circunscrito à Alameda Afonso Henriques ou ao Jardim da Estrela, ao jogo das cartas, ao tabaco ou ao álcool. (V. Lopes, comunicação pessoal, novembro de 2011)

Há [...] as amizades que eu descobri na vida; desafios extraordinários de resiliência, de fuga à rotina, em que uma pessoa está a aprender coisas todos os dias. É extremamente enriquecedor. E isto marca. (P. Bárcia, comunicação pessoal, janeiro de 2015)

Entre os diversos efeitos transformadores associados à participação na Companhia Maior, vários intérpretes destacam as mudanças sentidas tanto a nível pessoal como profissional. O trabalho desenvolvido no seio da companhia tem representado, para muitos, uma experiência de autodescoberta, crescimento e superação de limites anteriormente não explorados. Paula Bárcia, por exemplo, sublinha a descoberta de capacidades que desconhecia em si própria:

Sinto-me um bocadinho surpresa comigo mesmo, com a capacidade de memorizar texto, com as respostas físicas que damos, com as coisas que fazemos.

E não só eu, mas muitos de nós [...]. Há uma capacidade de ultrapassar os nossos limites e a nossa idade que é sempre surpreendente. Eu surpreendo-me sempre com a Celeste e com a Júlia. Estão sempre prontas para o que der e vier. Eu, quando for grande, quero ser como elas [risos]. (P. Bárcia, comunicação pessoal, janeiro de 2015)

Nesta experiência de transformação, outros intérpretes partilham também o impacto profundo que a Companhia teve nas suas vidas. Júlia Guerra, nomeadamente, destaca a forma como esta experiência lhe devolveu um propósito emocional e pessoal significativo:

A grande transformação foi dar um outro sentido à minha vida, independentemente do conhecimento, do desafio, das dúvidas, dos receios, da partilha de hesitações, convicções. Essa foi uma transformação grande da minha vida. [...] E depois, sentir, logo de início, que era um trabalho adulto, no que a palavra adultícia tem de responsabilidade, de pontualidade, de reflexão. E eu gosto dessas coisas que me fazem estar por inteiro, estás a ver? E efetivamente mudou, preencheu uma parte muito carente da minha vida. Uma parte afetiva da minha vida foi toda imbuída desta magia. (J. Guerra, comunicação pessoal, setembro de 2011)

Outro testemunho exemplar é o de Iva Delgado, que sublinha como o trabalho com a Companhia Maior transformou a forma como perceciona a sua relação com os outros, especialmente no contexto do trabalho em grupo:

[...] Eu normalmente nem sou uma pessoa muito virada para grupos, sou mais individualista, isolo-me. [...] Para já, [a Companhia deu-me] a consciência de grupo, que era uma coisa que eu não tinha. Nunca pertencia a grupo nenhum; fiz sempre uma vida isolada. E, nas escolas, como o meu pai viajava muito, nunca repeti um ano numa escola — frequentei catorze escolas —, de maneira que nunca tive a experiência de estar integrada num conjunto de pessoas. (I. Delgado, comunicação pessoal, dezembro de 2014.)

No caso de Elisa Worm — bailarina e professora de dança aposentada — é com visível satisfação que dá conta de como o trabalho com Clara Andermatt lhe permitiu descobrir novas possibilidades enquanto intérprete. Quando a coreógrafa lhe propôs a improvisação de um solo, Elisa pôde explorar caminhos até então inéditos na sua prática como bailarina:

Pensando no meu percurso, foi interessante e muito importante para mim, e a Clara Andermatt nem sonha..., mas o facto de ela me ter pedido para improvisar um solo foi interessante porque eu descobri coisas em mim. A minha carreira como bailarina profissional foi até um John Butler, um Lar Lubovitch; esteticamente, cheguei até Martha Graham, Alwin Nikolais, Murray Louis. Portanto, eu, como bailarina, parei aí — a memória do meu corpo ficou aí. Quando a Clara me pediu para eu fazer uma improvisação, evidentemente, pensei: isto é uma oportunidade única para saber se eu, enquanto diretora artística e coreógrafa, tinha aprendido alguma coisa com os bailarinos mais recentes, como é que os bailarinos mais recentes se movem, e se eu sou capaz de sentir o mesmo que eles sentem. E foi por aí que eu fui. [...] Isto foi muito importante para a minha realização. [...] O meu primeiro mestre e crítico é a minha pessoa. Se eu sinto que cheguei lá, isso para mim é a maior glória. E não preciso de mais nada. E uma das coisas que para mim sempre foi muito importante foi saber que estive sempre viva para aprender. (E. Worm, comunicação pessoal, dezembro de 2014)

Já Michel, também ele bailarino profissional, reconhecido por ter introduzido o sapateado em Portugal e pelo seu desempenho nesta área, viveu a experiência na Companhia Maior como uma forma de continuidade no seu percurso artístico. Em plena atividade, encontrou nesta proposta uma oportunidade de renovação dentro do seu próprio caminho — uma mudança na continuidade. Nas suas palavras:

A Luísa Taveira telefonou-me para me informar pessoalmente do projeto, que me agradou por ser algo contemporâneo, atual, uma criação em função de nós. E foi assim que fiquei estimulado. De início, interessou-me muito o *workshop* porque eu sou um profissional e achei que essa experiência seria muito boa para mim. Bem, depois formou-se a Companhia e acabei por ficar, o que foi bom. (Michel, comunicação pessoal, novembro de 2011)

A naturalidade com que Michel encara a sua entrada na Companhia Maior poderá estar relacionada com o facto de sempre se ter dedicado a uma forma de dança menos idadista do que o *ballet* ou a *modern dance* — uma ideia que é igualmente sustentada pela análise de Oliver (2010), num estudo sobre a técnica do sapateado e os seus padrões estéticos. A autora sublinha as raízes desta forma de expressão na dança afro-americana, a qual, por sua

vez, se desenvolveu a partir de tradições de dança africana, consideradas, segundo Oliver, menos discriminatórias em relação à idade do que as práticas associadas à tradição balética ou à dança moderna:

Tap is distinguished from those other forms because its physical demands and aesthetic qualities discriminate less against older performers. Although there are examples of older dance performers in other Western dance genres, including both modern and ballet, tap seems to have an especially large number of older performers who are not only tolerated, but embraced. The younger dancers generally revere the knowledge of the older generation, even though dance trends and styles are changing over time. (Oliver, 2010, p. 209)

É também com grande naturalidade que a bailarina Kimberly Ribeiro aceita o convite que lhe foi inicialmente dirigido por Luísa Taveira para integrar a Companhia Maior. Como a própria relata:

De início não sabia exatamente para o que estava a ser convidada, mas, tendo em conta a minha anterior experiência, achei que tinha a ver com aquele projeto, mas não sabia exatamente o que ia fazer. Mas acabámos por ir todos na onda... (K. Ribeiro, comunicação pessoal, outubro de 2011)

Kimberly Ribeiro alude à cumplicidade que, deste o início, se estabeleceu entre todos os intérpretes — um espírito de grupo que parece ter resultado, em grande medida, da intervenção de Tiago Rodrigues. A afetividade e a competência profissional com que conduziu o primeiro encontro com o grupo revelaram-se determinantes, como sublinha Iva Delgado:

O Tiago, no primeiro *workshop*, fez uma coisa que normalmente é perigosa que é pôr as pessoas a falarem de si próprias perante um grupo de pessoas que não conhecem. Em princípio, isso podia parecer uma coisa estranha que levasse as pessoas a retraírem-se, mas não — toda a gente se identificou, disse ao que vinha e explicou porque é que estava ali. Essa primeira sessão foi muito agradável, houve logo empatia. Toda a gente falou com o coração nas mãos. O Tiago tem essa grande habilidade de pôr as pessoas a fazerem o que ele quer — que eu depois vim a perceber isso, pelo andar da carruagem [sorriso]. Naquele dia, sem rede, sem nada, atirou-nos para os braços uns dos outros. Ficámos todos com imensa curiosidade e consideração pelas pessoas que estavam no grupo. Formou-se logo ali um gostar. (I. Delgado, comunicação pessoal, setembro de 2011)



O testemunho de Iva Delgado revela bem o ambiente de confiança e comprometimento que se consolidou desde os primeiros momentos da Companhia Maior. Este “gostar” inicial, enraizado na atenção ao outro e na proximidade geracional e vivencial entre os intérpretes, marcou o início de uma experiência coletiva simultaneamente afetiva e profissional. Foi neste contexto — onde a criação artística se funde com os percursos biográficos, e as experiências subjetivas emergem na relação e interação entre os elementos do grupo — que se constrói a identidade da Companhia Maior.

### **Representações artísticas e comunidade de prática: conclusões sobre criação e experiência na Companhia Maior**

Para além dos laços afetivos criados entre todos os intérpretes da Companhia Maior — resultantes, por um lado, das vivências comuns e, por outro, da qualidade das interações desenvolvidas no seio do grupo —, importa reconhecer que tais vínculos, mais do que meramente interpessoais, assumiram uma dimensão estrutural no quotidiano da Companhia. Esses laços foram cultivados através da troca de experiências, da assunção de responsabilidades conjuntas e do tempo dedicados à criação, mas também por meio de certas práticas relacionais específicas. Entre elas destacam-se o tratamento por “tu”, adotado desde o início por sugestão de Tiago Rodrigues; os textos impressionantes, generosos, amigáveis que as pessoas dirigiam umas às outras; e tantas outras formas de atenção que contribuíram para a construção de uma relação assente no afeto, na confiança mútua, e no reconhecimento da contribuição singular de cada elemento para a orgânica do grupo.

A ligação que se criou entre todos ultrapassa, assim, a dimensão artística, projetando-se na constituição do que Wenger (1998) designa por uma “comunidade de prática” onde o gosto por uma atividade e o conhecimento são simultaneamente produzidos e vividos através de — e pelas — interações no seio do grupo. Nas palavras do autor: “Communities of practice are groups of people who share a concern or a passion for something they do and learn how to do it better as they interact regularly” (Wenger, 1998, p. 4)<sup>22</sup>. No caso

---

22 Num outro contexto — o da prática das danças sociais —, Cooper & Thomas sublinham que um dos

da Companhia Maior, é de realçar, na consolidação desta comunidade de prática, o papel desempenhado pelos *workshops*, que funcionam como laboratórios artísticos de transmissão e incorporação de conhecimento, metodologias e técnicas criativas, promovendo um trabalho coletivo que aproxima e une os participantes através de um saber-fazer comum.

Importa ainda sublinhar o papel do Centro Cultural de Belém, em Lisboa, não apenas como espaço físico de ensaio e criação, mas como um lugar simbólico e institucionalmente relevante para a Companhia Maior. O facto de este projeto artístico se desenvolver num dos equipamentos culturais mais prestigiados do país contribuiu para reforçar a legitimidade e a projeção pública do trabalho realizado. A centralidade do CCB no panorama artístico nacional, aliada às excelentes condições de trabalho que proporcionava — estúdios adequados, espaços destinados às refeições e utilizados para os momentos de pausa — favoreceu o convívio informal no quotidiano da Companhia e consolidou um sentido de pertença e comunidade entre os participantes. Estar integrados num espaço cultural de referência intensificou, para muitos, a perceção de que o seu trabalho era não só valorizado, mas também legitimado no campo artístico, reforçando o compromisso individual com o projeto e o sentimento de integração plena no coletivo.

Este processo de reconhecimento foi ainda amplificado pela atenção que a imprensa dedicou ao projeto, acompanhando-o desde os seus primeiros passos e contribuindo para a sua projeção pública<sup>23</sup>. Para muitos intérpretes, essa visibilidade mediática gerou um sentimento de orgulho e legitimação, favorecendo a incorporação da ideia de que faziam parte de um projeto artístico profissional — com estatuto e exigência correspondentes.

A vivência desta comunidade de prática evidencia-se, assim, como um espaço onde se entrelaçam pertença e singularidade, reconhecimento

---

significados mais relevantes da dança, especialmente para as pessoas mais velhas, reside precisamente no facto de que “dance provides a sense of continuity when it is most needed, and can generate or recover a feeling of communitas, an experience that is particularly important to the age group” (2002, p. 706). A dança assume, assim, um papel socialmente relevante ao criar espaços de continuidade, afeto e comunicação entre os que dançam, afirmando outras possibilidades de relação, expressão e pertença por parte das pessoas mais velhas.

23 Uma análise mais aprofundada do papel da imprensa na receção pública não será desenvolvida neste texto, por extravasar o seu âmbito e objetivos.

externo e transformação interna. O seu quotidiano constitui um terreno fértil para a construção de sociabilidades e para a afirmação de percursos individuais. Neste cruzamento entre o individual e o coletivo, entre a biografia e a prática artística, emergem experiências profundamente marcadas pela diversidade de percursos.

Para os intérpretes da Companhia Maior, a idade, as vivências e as experiências sociais, políticas e culturais afins funcionam como elementos geradores de cumplicidades e são percecionadas como fatores organizadores positivos da experiência coletiva. Esta realidade confirma a posição de Turner (1995), segundo a qual “certain generations have collective memories which are radically different from other generations. In other words, memory is a feature of what Durkheim intended by the phrase ‘conscience collective’” (p. 255).

No entanto, como procurei demonstrar ao longo deste trabalho, estes fatores de identificação não devem ser entendidos como totalizadores ou uniformizadores. As biografias dos intérpretes revelam sinais claros de diferença, nomeadamente na forma como cada um tem vindo a negociar o seu percurso de vida — o que evidencia a coexistência, no seio da experiência artística, de formas de pertença coletiva e de expressões de individualidade, tal como são vividas e reconhecidas pelos próprios intérpretes. Esta leitura está em consonância com os contributos teóricos de autores como Blaikie (1999) e Pilcher (1995), que sublinham a diversidade das experiências do envelhecimento em contextos culturais ocidentais. No caso da Companhia Maior, as experiências de transformação — a nível pessoal, físico e artístico — proporcionadas no seio desta comunidade de prática são significativas, valorizadas e percebidas como profundamente motivadoras.

É também a individualidade dos intérpretes que cada um dos criadores valoriza nas obras consideradas neste estudo. Quer se trate da memória entendida como construção identitária associada à maturidade e ao percurso de vida, como se representa na peça *Bela Adormecida* de Tiago Rodrigues; da memória corporal, explorada na coreografia *Maior* de Clara Andermatt; ou da memória coletiva, desenvolvida em *Estalo Novo*, a *performance* dirigida por Ana Borralho e João Galante, em todas estas criações a individualidade dos intérpretes constitui uma dimensão central do processo artístico.

Os criadores demonstram uma atenção particular às experiências, trajetórias e aos posicionamentos de cada *performer*, reconhecendo que a arte é inseparável da singularidade e do contexto biográfico de quem a pratica — independentemente do grupo com o qual trabalham. Esta orientação — estética e ética — constitui um dos modos de fazer característicos das artes performativas contemporâneas — um campo no qual a Companhia Maior não apenas se insere, mas para o qual contribui de forma significativa com a singularidade da sua prática.

É neste encontro intergeracional, entre criadores e intérpretes, na articulação entre representações e percursos biográficos, na integração de experiências subjetivas e processos relacionais, na aquisição continuada de técnicas corporais e na exploração constante de procedimentos artísticos que se constroem visões do mundo, toma forma a dimensão poética e se revelam os traços distintivos do trabalho da Companhia Maior — um trabalho que se traduz não apenas em obras, mas também em formas de estar e de criar, que este estudo procurou também tornar visíveis.

## Referências

- Amans, D. (2013a). Definitions. In D. Amans (Ed.), *Age and dancing: Older people and community dance practice* (pp. 3-12). Palgrave Macmillan.
- Amans, D. (2013b). Ageing and society in other cultures. In D. Amans (Ed.), *Age and dancing: Older people and community dance practice* (pp. 30-42). Palgrave Macmillan.
- Andermatt, C. (2004). *Natural*. Consultado em 12 de agosto de 2012, de <http://www.clara-anderstatt.com/index.php/pt/criacoes/outras-producoes/35-natural>
- Arber, S., Davidson, K., & Ginn, J. (2003). Changing approaches to gender and later life. In S. Arber, K. Davidson & J. Ginn (Eds.), *Gender and ageing: Changing roles and relationships* (pp. 1-14). Open University Press.
- Banes, S. (1993). *Democracy's body: Judson Dance Theater, 1962-1964*. Duke University Press. (Obra original publicada em 1983)
- Bausch, P. (Coreógrafa), & Tanztheater Wuppertal (Interpretação). (2007). *Kontakthof with ladies and gentlemen over „65“* [DVD]. L'Arche Éditeur.
- Berson, J. (2010). Old Dogs, new tricks: Intergenerational dance. In V. B. Lipscomb & L. Marshall (Eds.), *Staging age: The performance of age in theatre, dance, and film* (pp. 165-189). Palgrave Macmillan.
- Blaikie, A. (1999). *Ageing and popular culture*. Cambridge University Press.

- Bourdieu, P. (1998). *Meditações pascalianas* (Trad. M. S. Pereira). Celta. (Obra original publicada em francês em 1997)
- Bytheway, B. (2005). Ageism and Age Categorization. *Journal of Social Issues*, 61(2), 361-374. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00410.x>
- Carneiro, R. (Coord.). (2012). *O envelhecimento da população: Dependência, ativação e qualidade*. Consultado em setembro 11 de 2013, em [http://www.gren.pt/np4/np4/?newsId=1334&fileName=envelhecimento\\_populacao.pdf](http://www.gren.pt/np4/np4/?newsId=1334&fileName=envelhecimento_populacao.pdf)
- Caux, J. (2006). *Anna Halprin à l'origine de la performance*. Musée d'Art Contemporain de Lyon.
- Coleman, E. (2013). What Happens when we age? In D. Amans (Ed.), *Age and dancing: Older people and community dance practice* (pp. 93-99). Palgrave Macmillan.
- Cooper, L., & Thomas, H. (2002). Growing old gracefully: social dance in the third age. *Ageing and Society*, 22(6), 689-708. <https://doi.org/10.1017/S0144686X02008929>
- Debert, G. D. (2004). *A Reinvenção da velhice: Socialização e processos de reprivatização do envelhecimento*. Editora da Universidade de São Paulo. (Obra original publicada em 1999)
- Dickinson, B. (2010). Age and the Dance Artist. In V. B. Lipscomb & L. Marshall (Eds.), *Staging age: The performance of age in theatre, dance, and film* (pp. 191-206). Palgrave Macmillan.
- Early, F. (2013). The beauty of reality: Older Professional dancers. In D. Amans (Ed.), *Age and dancing: Older people and community dance practice* (pp. 64-72). Palgrave Macmillan.
- Fazenda, M. J. (ed.) (1997). *Movimentos Presentes: Aspectos da Dança Independente em Portugal/Present Movements: Aspects of Independent Dance in Portugal*. Edições Cotovia e Danças na Cidade.
- Fazenda, M. J. (2012). *Dança teatral: Ideias, experiências, ações* (2ª ed. revista e atualizada). Edições Colibri - Instituto Politécnico de Lisboa. (Obra original publicada em 2007)
- Fazenda, M. J. (2014). Uma intensa presença do corpo: A dança em Portugal no contexto de uma democracia recente. *Sinais de Cena*, 22, pp. 84-86.
- Halbwachs, M. (1980). *The collective memory* (Trad. F. J. Ditter & V. Y. Ditter). Harper Colophon Books. (Obra original publicada em 1950)
- Halprin, A. (1984). Foreword. In L. Lerman, *Teaching dance to senior adults* (pp. vii-viii). Charles C. Thomas.
- Halprin, A. (1995). *Moving toward life: Five decades of transformational dance*. Wesleyan University Press.
- Hepworth, M. (2003). Ageing bodies: Aged by culture. In J. Coupland & R. Gwyn (Eds.), *Discourse, the body, and identity* (pp. 84-106). Palgrave Macmillan.
- Huyssen, A. (1995). *Twilight memories: Marking time in a culture of amnesia*. Routledge.
- Huyssen, A. (2003). *Present pasts: Urban palimpsests and the politics of memory*. Stanford University Press.
- Kastenbaum, R. (2000). Creativity and the arts. In T. R. Cole, R. Kastenbaum & R. R. Ray (Eds.), *Handbook of the humanities and aging Second edition* (2nd ed., pp. 381-400). Springer Publishing Company.
- Lambek, M. (2003). Memory in a Maussian universe. In S. Radstone & K. Hodgkin (Eds.), *Regimes of memory* (pp. 202-216). Routledge.
- Lerman, L. (1984). *Teaching dance to senior adults*. Charles C Thomas.

- Lima, M. L. P. (Coord.). (2010a). *Idadismo na Europa: Uma abordagem psicosociológica com o foco no caso português. Relatório I*. Consultado em julho 9, 2013, em [http://www.ienvelhecimento.ul.pt/images/Relatorios/relatorioidadismo\\_i\\_iscte.pdf](http://www.ienvelhecimento.ul.pt/images/Relatorios/relatorioidadismo_i_iscte.pdf)
- Lima, M. L. P. (Coord.). (2010b). *Idadismo na Europa: Uma abordagem psicosociológica com o foco no caso português. Relatório II*. Consultado em julho 9, 2013, em <http://www.ienvelhecimento.ul.pt/images/Relatorios/relatorioidadismo2ieul.pdf>
- Maddox, G. L., Moore, J. W., Lowe, J. C., & Neugarten, D. A. (1996). Age as a dimension of social organization. In D. A. Neugarten (Ed.), *The meaning of age: Selected papers* (pp. 19-80). The University of Chicago Press.
- Manko, V. (2008). Dancing forever. *Dance Magazine*, 82(1), pp. 98-104.
- Mauss, M. (1983). Les techniques du corps. In M. Mauss, *Sociologie et anthropologie* (pp. 363-383). PUF. (Obra original publicada em 1936)
- National Research Council. (2001). *Preparing for an aging world: The case for cross-national research*. National Academy Press.
- Niang, T. T. (2012). Entretien avec Thierry Thieû Niang: Le mouvement qui libère. *Fragil.org: Magazine en Ligne*. Consultado em julho 4, 2013, em <http://www.fragil.org/focus/1913>
- Oliver, W. (2010). Still tapping after all these years: Age and respect in tap dance. In V. B. Lipscomb & L. Marshall (Eds.), *Staging age: The performance of age in theatre, dance, and film* (pp. 207-223). Palgrave Macmillan.
- Paterson, D. H., & Stathokostas, L. (2002). Physical activity, fitness, and gender in relation to morbidity, survival, quality of life, and independence in older age. In R. J. Shephard (Ed.), *Gender, physical activity, and aging* (pp. 99-120). CRC Press.
- Peace, S., Dittmann-Kohli, F., Westerhof, G. J., & Bond, J. (2007). The ageing world. In J. Bond, S. Peace, F. Dittmann-Kohli & G. J. Westerhof (Eds.), *Ageing in society: European perspectives on gerontology* (pp. 1-14). Sage Publications.
- Phillipson, C. (1998). *Reconstructing old age: New agendas in social theory and practice*. Sage Publications.
- Pilcher, J. (1995). *Age and generation in modern Britain*. Oxford University Press.
- Rice, C. L., & Cunningham, D. A. (2002). Aging of the neuromuscular system: Influences of gender and physical activity, fitness, and gender. In R. J. Shephard (Ed.), *Gender, Physical Activity, and Aging* (pp. 121-250). CRC Press.
- Ross, J. (2007). *Anna Halprin Experience as dance*. University of California Press.
- Turner, B. S. (1995). Aging and identity: Some reflections on the somatization of the self. In M. Featherstone & A. Wernick (Eds.), *Images of aging: Cultural representations of later life* (pp. 249-263). Routledge.
- Turner, B. S. (1996). *The body and society*. Sage Publication.
- Vissicaro, P. (2013). Aging, creativity, and dance in the United States. In D. Amans (Ed.), *Age and dancing: Older people and community dance practice* (pp.21-29). Palgrave Macmillan.
- Wenger, E. (1998). *Communities of Practice: Learning, Meaning, and Identity*. Cambridge University Press

# **A singularidade de uma companhia de artes performativas como lugar de exercício de cidadanias maiores**

**LUÍSA VELOSO**

Centro de Investigação e Estudos em Sociologia (CIES),  
Iscte-Instituto Universitário de Lisboa

**JOANA S. MARQUES**

Associação A3S e Centro de Investigação e Estudos em Sociologia (CIES),  
Iscte-Instituto Universitário de Lisboa

**CARLOTA QUINTÃO**

Associação A3S

**PALAVRAS-CHAVE**

IDADE MAIOR, IDADISMO, ARTE, ADVOCACY, CIDADANIA

### **Agradecimentos**

O acompanhamento do projeto Causa Maior (CaM) foi um trajeto de aprendizagens múltiplas e de momentos marcantes para nós. E, neste sentido, a nossa primeira palavra de agradecimento vai para todas as pessoas que integram e/ou integraram o elenco da Companhia Maior (CM): Angelina Mateus, Carlos Fernandes, Carlos Nery, Cristina Gonçalves, Edmundo Sardinha, Elisa Worm, Isabel Millet, Isabel Simões, João Silvestre, Jorge Falé, Jorge Leal Cardoso, Júlia Guerra, Kimberley Ribeiro, Manuela Sousa Rama, Maria Catarina Rico, Maria Emília Castanheira, Maria Helena Falé, Maria José Baião, Mário Figueiredo, Michel, Paula Bárcia. As pessoas é que fazem as coisas acontecer e são estas pessoas que, com a sua elevada motivação, energia e profissionalismo, tornaram possível a concretização do CaM, enquadrado num percurso já longo da CM. À Maria de Assis Swinnerton agradecemos o facto de nos ter convidado a cocriar e integrar este projeto, permitindo, deste modo, a nossa imersão na CM, e, em particular, ter o privilégio de conversarmos e acompanharmos o trabalho do elenco. Agradecemos também à direção da CM o convite que nos endereçou e o facto de, numa plataforma de diálogo, ter permitido o desenvolvimento deste estudo. Uma palavra de particular apreço vai para Sofia Gomes, pela sua dedicação, profissionalismo, boa disposição e disponibilidade permanente. Agradecemos os preciosos contributos da Ana Caetano e da Magda Nico no acompanhamento científico-metodológico. Finalmente, dirigimos uma palavra também de agradecimento a Maria Gilvania Silva e a Pedro Casanova pelos seus contributos no desenvolvimento da investigação.



## Introdução

A Companhia Maior (CM) é uma companhia de artes performativas de Lisboa, que perfez 10 anos em 2020. A celebração de uma década de atividade artística contínua, bem como a vivência de uma forte vicissitude que ameaçou as atividades da Companhia<sup>1</sup>, constituíram o mote para elaborar um projeto que permitisse refletir e ampliar o património de uma década de experiência — o Causa Maior (CaM). A análise desenvolvida teve como foco o papel da criação artística na promoção da cidadania e da integração social das pessoas de idade maior. O CaM foi financiado pela Fundação Calouste Gulbenkian e a Fundação “la Caixa” no âmbito da iniciativa PARTIS & Art for Change, entre 2021 e 2023.

O CaM foi constituído por três eixos: assegurar a continuidade do trabalho de criação artística; promover o desenvolvimento de um estudo de impacte social da Companhia junto do seu elenco; e o alargamento do trabalho da Companhia a novas geografias e públicos, dando forma a uma estratégia de *advocacy* por uma Causa Maior. O CaM propôs-se, assim, dar visibilidade e promover a reflexão sobre o valor social da CM, aspirando, conseqüentemente, a assumir um posicionamento de *advocacy*, visando contribuir para informar políticas públicas no domínio do envelhecimento e do combate ao idadismo. Como refere uma das pessoas que esteve na fundação da Companhia,

É muito importante (...) não deixarmos outras vozes falarem por nós. Nós temos de ser capazes de falar de uma forma assertiva sobre a nossa própria realidade. E normalmente as pessoas idosas não têm voz e no nosso país nós não temos uma grande capacidade associativa com organismos que lutem pelos direitos e pelas necessidades desta população. (...) Nós não vamos fazer trabalho social, (...) [mas] nos workshops que a Companhia pode dar ou conversas que pode ter, algumas dessas conversas podem não ser artísticas. (...) Há todo um potencial de angariar para esta causa uma série de gerações que não são maiores (E1)<sup>2</sup>.

---

1 A cessação do acolhimento da CM como companhia residente no Centro Cultural de Belém.

2 Ao longo do presente texto, convocamos, de forma anónima, as palavras que recolhemos através de entrevistas (E) realizadas com fundadores e criadores da CM.

A Associação A3S acompanhou a CM na estruturação e no reporte do CaM à iniciativa PARTIS & Art for Change, na elaboração do estudo de avaliação de impactes sobre o seu elenco e no desenvolvimento e formalização de uma estratégia de *advocacy*.

Este texto versa sobre o trabalho realizado a partir da perspetiva da A3S<sup>3</sup>. Começa por explanar sobre as premissas de partida de uma *Causa Maior*, para se centrar com especial foco no estudo de impactes e nos resultados do trabalho de animação, reflexão e assunção de um posicionamento de *advocacy* por parte do elenco. A última parte deste texto — “Por uma Causa Maior” — é o resultado de um longo processo de trabalho realizado com pessoas do elenco e por elas validado, sendo também suas as palavras aqui plasmadas. Nesta publicação final, é o momento de afirmar uma Causa Maior, que não é exclusiva da Companhia Maior, mas antes uma causa que é comum a todos os cidadãos e todas as cidadãs.

## 1. Ser Maior: a existência como ato de resistência

Fundada em 2010, a CM nasceu da vontade de criar um projeto artístico com pessoas em idade maior, privilegiando uma abordagem profissional e com elevada exigência artística. Nas palavras de uma das suas fundadoras, a vontade era a de “perceber em pessoas de uma certa idade, o que é que, a nível de criatividade, ainda havia ali dentro. O que é que se podia fazer com aquela criatividade” (E1). Inspirando-se no projeto britânico *Company of Elders*, tratava-se mais de um projeto associado à criação artística e não tanto às questões de ordem social:

a Companhia Maior está sempre muito agarrada a este lado social que (...), obviamente, faz parte também do projeto, que uma pessoa também não o pode recusar. Mas de facto, durante muito tempo, eu quis que não fosse esse o seu *core business* (E1).

O nome de companhia surge porque vem afirmar a ideia de regularidade, de continuidade (...), não poderia ser uma criação avulsa. E achamos o ‘maior’ um

---

3 Uma abordagem mais detalhada das análises e resultados que aqui se apresentam está disponível no relatório final de acompanhamento e avaliação do projeto Causa Maior (Veloso, Marques & Quintão, 2024).

nome que teria essa dimensão simbólica, para já muito positiva, que validava a questão da idade e da experiência e que obviamente também tinha algum sentido de humor, o que para nós era importante (E2).

O Centro Cultural de Belém é um dos seus fundadores, tendo acolhido a CM, como companhia residente até 2019. A constituição da CM representou, assim, uma forma clara de colocar à prova a imagem social estereotipada da velhice como dependência e incapacidade e da pessoa maior como categoria uniforme e homogeneizadora. Esta questão tem especial relevância no mundo das artes performativas contemporâneas onde, sobretudo nas sociedades ocidentais, os cânones do corpo e das suas destrezas físicas glorificam a juventude. A associação de um tipo ideal de corpo a uma expressão de arte tem, comumente, impactos nefastos na vida dos artistas, encenadores e também na sociedade em geral (Fazenda, 2017; Lira, 2018). O corpo envelhecido é tido, frequentemente, como incapaz de se expressar artisticamente, acompanhando tendências de marginalização das populações seniores que são transversais às sociedades ocidentais em vários domínios da vida.

A constituição do elenco tem como critérios de base as pessoas terem idades superiores a 60 anos, alguma experiência no domínio artístico e motivação. No momento de criação da Companhia, a constituição do elenco teve na sua base a participação num *workshop* e uma audição para seleção.

O elenco da CM constitui-se como um grupo heterogéneo de pessoas a vários níveis: etário (inclui desde pessoas que entraram ainda antes de completar 60 anos de idade, até pessoas que têm, atualmente, idade superior a 90 anos); trajetórias profissionais e de relação com as artes performativas (algumas profissionais, outras amadoras e de diferentes linguagens artísticas); situação ocupacional presente (desde pessoas muito ocupadas e ativas profissionalmente, a pessoas com menor atividade profissional ou isoladas); e capacidades, sensibilidades e vulnerabilidades a nível físico, cognitivo ou psicossocial (força, agilidade, memorização, comunicação, etc.). Como refere um criador,

pareceu-nos muito mais interessante esta ideia heterogénea de que em palco encontrávamos corpos que confirmavam os nossos estereótipos sobre a idade e corpos que contrariavam esses estereótipos e que, tal como na vida, esses

corpos podiam pertencer ao mesmo lugar, à mesma estética, ao mesmo discurso artístico (E2).

Constitui, ainda, um elenco que demonstra uma grande disponibilidade para a experimentação e para a adesão a novas linguagens e abordagens artísticas.

As premissas e as práticas da CM traduzem-se, desta forma, numa consciência forte e ativa de combate a uma representação homogênea das pessoas de idade maior, bem como de crítica aos consequentes efeitos discriminatórios. De forma geral, o idadismo, à semelhança de outras formas de estigmatização, tende a incorporar-se nas atitudes e comportamentos das pessoas, podendo transformar-se numa profecia autorrealizada (Ayalon & Tesch- Römer, 2018). As práticas e discursos dos vários membros do elenco da CM demonstram, claramente, uma recusa desses processos de estigmatização.

Desde a origem da CM que anualmente são convidados criadores e criadoras que desenvolvem um trabalho com o elenco constituído por momentos formativos e de experimentação, culminando com uma criação artística final que é apresentada publicamente. Para o trabalho anual de criação artística coreógrafos/as e encenadores/as são “equacionados de forma ambiciosa” (E2), sendo convidadas pessoas com perfis heterogêneos, quer do ponto de vista das linguagens, quer das práticas artísticas, com predomínio das contemporâneas.

A CM assume-se, assim, como um projeto intergeracional ao privilegiar o encontro com criadores e criadoras em geral mais jovens do que os membros do elenco. O estado da arte evidencia que o diálogo intergeracional contribui para combater o isolamento social, a discriminação, a doença mental e, acima de tudo, promove a criação de ambientes mais estáveis para todos os agentes sociais envolvidos (Karkou et al., 2022), o que também se evidencia no mundo das artes performativas (Douse et al., 2020; Engelhard, 2020). Efetivamente, ainda que tenha como foco primordial a dimensão artística, a CM desenvolve também a dimensão social e, na perspetiva de alguns criadores, de forma virtuosa:

Congrega o melhor de dois mundos (...), tem uma componente social, porque é intrinsecamente social eles juntarem-se e estarem num coletivo a encontrarem

novos desafios, (...) e tem a componente artística de virem criadores contemporâneos, de agora, criar com eles peças de raiz (E4).

Igualmente neste sentido, e perante um paradigma em que a renovação do tecido artístico se dá pela criação de novas companhias e pela inclusão de pessoas mais novas, um dos criadores aponta para um horizonte em que a renovação de qualquer companhia se pudesse concretizar com a integração de pessoas de idade maior.

O processo de criação artística desenvolvido com o elenco é considerado desafiante para os/as criadores/as sob vários pontos de vista: os tempos de criação mais prolongados para atingir as exigências de qualidade artística; as representações dominantes da idade maior e a tendência para assentar o trabalho em questões associadas à memória e ao passado do elenco, por força da idade, e para lhes atribuir papéis estereotipados, que importa contrariar; as fragilidades e condicionantes dos membros do elenco, que podem alimentar o próprio trabalho desenvolvido,

quer de textos, quer do próprio movimento. A própria articulação coreográfica de corpos no espaço é informada destas coisas. (...) Isso também é mais uma camada que poderá servir o trabalho. (...) Por isso, mesmo esses elementos que fazem parte dessas falências naturais que todos nós vamos ter, para nós foram estimulantes também para o trabalho (E4).

É ainda desafiante do ponto de vista dos códigos profissionais e artísticos e das clivagens geracionais que se refletem na postura em palco, na apresentação em cena e na interpretação de texto, exigindo abertura, adaptação e negociação entre elenco e criadores/as. A diversidade de experiências, de capacidades artísticas e técnicas do elenco, é percebida como uma força e como uma “espécie de linguagem ou estética” da CM (E2), permitindo aos/as criadores/as “trabalhar de vários pontos de vista” (E5). O combate ao idadismo reverbera, assim, nos desafios sentidos por criadores e criadoras artísticas/os convidadas/os de gerações mais jovens. Ao longo deste trajeto, a CM produziu 15 espetáculos e envolveu 18 criadores com processos criativos contemporâneos na experiência deste encontro intergeracional.

Tal como acontece com a maioria das companhias profissionais de artes performativas do país, também a CM enfrenta desafios de precariedade

e sustentabilidade que colocam à prova a resistência e tenacidade da criação artística nacional. O final do acordo com o Centro Cultural de Belém, que acolheu a CM ao longo de uma década, acarretou uma maior instabilidade e a necessidade de procurar alternativas. Na visão da pessoa responsável pela sua criação, estava patente a ideia de uma Companhia que pudesse ser acolhida por diferentes instituições culturais, “para que, de facto, fosse uma companhia muito mais global e não tão enclausurada num só teatro”. Contudo, perante a dificuldade de encontrar espaços de trabalho (o que é comum a uma grande parte das companhias portuguesas), a realidade mostrou-se mais adversa, designadamente no decorrer do CaM, em que a CM teve de se adaptar a sucessivas mudanças de espaço de ensaios, nem sempre dispondo de condições adequadas. Esta situação trouxe “muita instabilidade ao grupo” (E5).

A CM também se confronta com desafios importantes do ponto de vista da gestão, que perante a instabilidade e oscilação de ciclos de financiamento, numa Companhia com um grande número de intérpretes, vê inviabilizadas digressões devido ao seu custo e também, num dado momento, foi obrigada a diminuir o *cachet* dos artistas. Tal instabilidade, associada à escassez e descontinuidade de recursos, traduz-se numa intermitência do trabalho da CM, concentrado em períodos restritos e descontínuos ao longo do ano, o que acarreta perdas no sentido de grupo e nas conquistas em termos de motricidade, memorização, etc., que têm de ser retrabalhadas a cada início de um novo ciclo de atividades. Os membros do elenco consideram esta ausência de continuidade um aspeto muito negativo e que exige um investimento emocional acrescido. A lógica de trabalho por projeto, porque dependente da existência de recursos financeiros, constitui um fator determinante neste tipo de atividades, ao que acresce o facto de constituir um conjunto de pessoas de idade maior, para as quais a continuidade e a integração de atividades no quotidiano constitui, certamente, um elemento-chave para a qualidade das suas vidas e, logo, um fator a contemplar, de forma planeada, no domínio das políticas públicas.

A escassez de recursos financeiros constitui, assim, uma limitação relevante que constrange o potencial da CM e imprime uma tensão permanente entre as suas componentes profissional e social.

É um projeto que poderia ter crescido, que poderia ter uma dimensão muito mais alargada, ter muito mais regularidade na sua atuação, mas não tem os meios, o espaço, a estrutura ou não foi tendo, não por falta de capacidade de os perseguir, mas porque é a realidade (...). Por um lado, uma companhia precisa de fidelização, tem de ter uma identidade, mas, por outro lado, um projeto desta natureza e uma companhia com estas características, pede-nos uma abertura, uma acessibilidade e uma inclusão que são difíceis de obter quando não se cresce (E2).

Por sua vez, o facto de ser um elenco constituído por elementos que partilham um conjunto de características sociodemográficas e económicas, pode representar um elemento constrangedor, levando ao potencial encerramento da CM em núcleos restritos do ponto de vista das classes sociais:

a Companhia é bastante homogénea dentro da sua composição, quer social, quer socioeconómica, quer, ainda, de definição de identidades, (...), e nesse sentido acho que o trabalho, sendo um trabalho social, poderia ir muito mais longe.

[Poderia] procurar outras realidades (E3).

A existência da CM há cerca de 15 anos é, assim, um ato de múltiplas formas de resistência. Resistência às condições adversas de criação artística no contexto nacional, resistência relativamente à invisibilidade e marginalização de certos corpos na sociedade em geral e nas artes, em particular, onde historicamente múltiplos corpos marginalizados (racializados, femininos, queer, com incapacidades, neuro-divergentes, párias, não normativos, e, enfim, velhos) buscam ainda hoje por visibilidade. Na peça *Corpos Velhos - Pra que Servem?*, o coreógrafo brasileiro Luis Arrieta parte, precisamente, deste questionamento:

Ao colocar esses corpos como protagonistas, o trabalho mostra a transversalidade e a urgência das questões e temáticas que atravessam o etarismo na sociedade, e exalta a permanência do fazer artístico como ato de resistência política, poética e subversiva.<sup>4</sup>

Resistência, ainda, ao esquecimento e à tendência prevalecente nas nossas sociedades do “presentismo”, como discute François Hartog (2003), na abordagem de um presente omnipresente. Neste sentido, no âmbito do CaM foi

---

4 Bial SESC de Dança realizada em 2023. Disponível em: <https://bionaldedanca.sescsp.org.br/apresentacoes/corpos-velhos-pra-que-servem/>. Acedido a 3 de março de 2025.

realizado um importante trabalho de tratamento do acervo documental e construção de um website que, desde 2022 tornou acessível ao público em geral informação sobre uma década de trabalho da CM. O CaM foi também a abertura a novos territórios e novos públicos. Foi a realização de uma conferência internacional no Centro Cultural de Belém em novembro de 2023, chamando congéneres, investigadores, agentes culturais e público em geral. Foi um processo de afirmação a um público mais abrangente de um lugar maior de existência, e foi a consolidação de uma posição de ação e comunicação que aspira a ser escutada pelos poderes públicos.

## **2. O lugar da Companhia Maior nas biografias e trajetórias dos membros do elenco**

Um dos eixos do CaM consistiu na análise das biografias dos membros do elenco, visando lançar visibilidade sobre o papel da CM nas suas trajetórias e na sua qualidade de vida. O estudo teve por base uma metodologia assente na realização de entrevistas individuais em profundidade, complementadas com análise documental, observação direta de momentos-chave das atividades do CaM e momentos coletivos de auscultação, debate e validação de resultados junto do elenco. Adotou-se uma abordagem de cariz biográfico através da qual se olha para os acontecimentos e contextos a partir da perspetiva das pessoas que estão a ser estudadas, de modo a compreender a vida social em termos processuais e não estáticos (Bryman, 1988). Esta metodologia consubstanciou-se na realização de duas entrevistas a cada um dos membros do elenco da CM: a primeira em 2021, quando teve início o projeto CaM, e a segunda em 2022, um ano após o arranque do projeto. A abordagem realizada condensou quatro objetivos:

- ▷ recolher e analisar informação sobre o lugar que a CM ocupou e ocupa nas biografias dos e das intérpretes;
- ▷ tornar as entrevistas momentos de estímulo reflexivo, com efeitos positivos na auto perceção dos/as entrevistados/as acerca da sua história de vida e das perspetivas face ao presente e ao futuro;
- ▷ perceber o lugar ocupado pelo CaM nas vidas dos/as entrevistados/as, em particular as expectativas e impactes;



- ▷ perceber as perspetivas dos/as entrevistados/as acerca das problemáticas do envelhecimento ativo e dos preconceitos face ao envelhecimento.

As entrevistas foram transcritas na íntegra e foi realizada uma codificação e análise de conteúdo de cariz temático das mesmas, com suporte do software MaxQda®. A análise permitiu chegar a perfis sociodemográficos e culturais e a uma abordagem das perspetivas do elenco face à CM e ao CaM. Permitiu também evidenciar pistas para uma compreensão não só das histórias individuais e do campo cultural e artístico em Portugal, mas também das necessidades das pessoas seniores, da importância do combate ao idadismo e da ideia de existência unicamente associada à atividade laboral e produtiva. A estas pistas acrescem outras associadas à realização de sonhos e aprendizagens ao longo da vida em qualquer idade, à convivência e trabalho intergeracional e, principalmente, ao papel da arte na promoção de melhores condições de vida.

### *2.1. Perfis sociodemográficos e profissionais*

Foram entrevistadas 21 pessoas que integram e/ou integraram o elenco da CM, sendo 13 do sexo feminino e oito do sexo masculino. Apenas uma pessoa tem idade inferior a 60 anos, num leque etário heterogéneo que se prolonga até uma idade superior a 90 anos. A maioria dos membros do elenco da CM vive acompanhada, casada ou em união de facto (nove) e separada/divorciada (sete). 17 membros do elenco têm filhos e 12 têm netos. Uma parte vive com filhos ou com os pais, a quem prestam cuidados. As pessoas que vivem sozinhas são viúvas, divorciadas ou solteiras.

A ampla maioria detém o ensino superior, o que indicia que estamos perante um conjunto de indivíduos com uma origem social privilegiada, já que, em Portugal, a detenção de ensino superior foi, durante várias décadas, em particular antes do 25 de Abril de 1974, um atributo de uma minoria de pessoas. Por sua vez, a maior parte do elenco não detém formação artística: entre os 21 membros entrevistados, nove frequentaram formação especializada em áreas artísticas de nível superior ou não superior (como é o caso de Escolas de Dança e/ou Teatro). Das 21 pessoas, apenas duas não se encontravam reformadas em 2021. Do ponto de vista das trajetórias profissionais,

atendendo à elevada heterogeneidade das condições objetivas de trabalho de cada pessoa ao longo da sua trajetória (vínculo contratual, remuneração, horário de trabalho, etc.), optou-se por focar a análise nas atividades profissionais exercidas e a relação com a área artística.

A profissão principal dos integrantes do elenco entrevistados é/foi, na sua maioria, associada à área da rádio/televisão, seguida da dança/ballet. Considerando a sua maior ou menor relação com a área artística, é possível agrupar os membros do elenco em quatro tipos de situações: percursos profissionais nas artes performativas, compreendendo as áreas de teatro, cinema, dança e/ou música (6); percursos profissionais na rádio e televisão (5); percursos semiprofissionais de pessoas que desenvolveram uma atividade artística em paralelo à sua atividade profissional principal, particularmente ligados ao teatro no contexto de instituições bancárias, afirmando-se crescentemente de forma profissional (3); e percursos profissionais não artísticos, em que as pessoas desenvolveram outras atividades ao longo da vida, tendo enveredado pela área artística numa fase mais tardia, por via da entrada na CM e/ou de outras experiências prévias e/ou contemporâneas às suas atividades na CM (7).

No que tange à situação financeira dos membros do elenco (plasmada na análise a partir do que os/as entrevistados/as nos reportaram quando os questionamos acerca da sua situação financeira e das dificuldades com que se depararam ou deparam), embora reconheçam e critiquem a instabilidade da profissão de artista, a maior parte considera ter uma vida financeira estável pois muitos não se dedicaram exclusivamente ao trabalho artístico de modo profissional. Entre os artistas profissionais, foram comuns os relatos sobre a vivência de uma instabilidade financeira ao longo de toda a vida, o que, frequentemente, esteve relacionado com vínculos contratuais precários e uma carreira com reduzidas contribuições para a segurança social. No passado e no presente, muitos detêm ou detiveram mais do que um emprego para complementarem os seus rendimentos ou reformas.

A relação com as artes e a cultura nos percursos pessoais e/ou profissionais do elenco é uma constante na maioria das pessoas do elenco da CM, quer por via da família, quer pelo desenvolvimento da sua carreira

profissional, quer ainda pelas suas atividades de lazer, com destaque para atividades como espectador. As artes e a cultura, de forma mais passiva ou mais ativa, estão presentes nas vidas do elenco da CM, o que evidencia a detenção de um capital cultural (Bourdieu, 2010) que, potencialmente, é vertido para as atividades no quadro da CM.

As características sociodemográficas do elenco permitem afirmar que uma grande parte pertence a classes sociais favorecidas do ponto de vista económico, social e/ou cultural, tendo em linha de conta as profissões, os níveis de escolaridade, etc. Também por isso, as práticas de lazer associadas às artes permitem evidenciar a prevalência de práticas culturais mais associadas com o *habitus* de classes sociais favorecidas.

A partir de uma abordagem relacional da caracterização sociodemográfica e sociocultural dos membros do elenco da CM, com base numa análise de *clusters*, foi possível chegar a cinco perfis principais.<sup>5</sup>

Perfil 1 “Viver e aprender a dançar”: pessoas com percurso artístico, curso superior na área artística e perfil profissional ligado à dança, com situação financeira menos estável. Abordam a precariedade do percurso artístico no país e as dificuldades enfrentadas ao longo da vida e no momento presente.

Perfil 2 “Interpretativo”: pessoas com percurso no teatro, maioritariamente profissional, mas também semiprofissional, que praticam atividades de lazer relacionadas com o teatro e o cinema. São pessoas que vivem acompanhadas e sentem-se realizadas.

Perfil 3 “Ama[dores/as]”: pessoas que não desenvolveram, na sua maioria, carreira artística, com percursos educativos diferentes, e que se dedicaram às

---

5 Para o efeito utilizou-se o software MaxQDA que constitui uma ferramenta amplamente testada e reconhecida para a realização de análises temáticas e de discurso (Leimbögl, 2021; Oswald, 2019). As entrevistas realizadas foram codificadas com base numa abordagem indutiva, em que a partir das respostas a cada tema/variável abordado na entrevista foram derivados códigos que refletem as perspetivas e representações do elenco. A constituição dos perfis teve na sua base uma análise de *clusters* com o objetivo de encontrar similitudes e diferenças entre o elenco relativamente às suas características sociais e demográficas e ao seu envolvimento e percurso em atividades artísticas desempenhadas profissionalmente e/ou por lazer. Os códigos considerados foram relativos: i) aos perfis sociodemográficos (categoria profissional; escolaridade; situação na profissão; situação conjugal; estrutura familiar; preocupações); ii) e aos perfis culturais (relação profissional com artes e cultura; atividades de lazer na área cultural e artística; atividades de lazer não artísticas). Não foi considerada a variável idade, pois apenas um dos entrevistados tem idade inferior a 60 anos.

artes de forma amadora ou semiprofissional. Têm uma vida estável financeiramente e uma forte relação familiar, tendo filhos e netos.

Perfil 4 “A arte à espreita”: agrega uma quantidade mais heterogénea de características, tendo como elementos comuns a relação com a arte antes da integração na CM, que varia entre fraca e forte. Outras características compreendem: a existência de familiares artistas na família; o exercício de uma profissão principal nem sempre artística, mas por vezes, de modo semiprofissional; atividades profissionais flutuantes dentro e fora do setor artístico; ou práticas de lazer culturais, como idas ao cinema e a espetáculos de dança.

Perfil 5 “O poder da palavra”: caracteriza pessoas com uma trajetória fluutuante dentro e fora do setor cultural e artístico e uma incidência da atividade profissional em rádio e televisão. A leitura e a literatura aparecem como atividades de destaque e, no que tange às relações interpessoais, as amizades são mais restritas.

### Quadro 1 - Perfis sociodemográficos e profissionais

| Perfil 1<br>“Viver e aprender a dançar”             | Perfil 2<br>“Interpretativo”                                | Perfil 3<br>“Ama[dores/as]”                   | Perfil 4<br>“A arte à espreita”                               | Perfil 5<br>“O poder da palavra”                                     |
|---|---|---|---|--|
| Percurso artístico educativo e profissional (dança) | Percurso artístico profissional e semiprofissional (teatro) | Percurso artístico amador ou semiprofissional | Percurso profissional e semiprofissional nem sempre artístico | Percurso profissional artístico (rádio e televisão) e não artístico. |
| Situação financeira menos estável                   | Atividades de lazer relacionadas com as artes               | Situação financeira estável                   | Atividades de lazer relacionadas com as artes                 | Atividades de lazer relacionadas com as artes                        |
|   | Não isolamento social                                       | Não isolamento social                         | Existência de familiares artistas na família                  | Alguns isolamento social   |
|   | Realização pessoal  |   |   |  |

Trata-se de perfis que permitem compreender características importantes das especificidades da CM, em particular pela sua riqueza e diversidade. Na CM cruzam-se pessoas para quem as práticas artísticas são centrais nas suas vidas com pessoas cujos percursos profissionais não são artísticos. Comungam o facto de serem consumidores culturais e divergem do ponto de vista da estabilidade financeira e da estrutura do seu círculo de convivência familiar e de amizade.

Mais do que a idade, outras características prevalecem na CM, potenciando contributos distintos para o seu desenvolvimento.

## *2.2. A Companhia Maior nos percursos do seu elenco*

Fazendo um balanço da sua participação na CM, a avaliação que os membros do elenco fazem contempla aspetos positivos e negativos. Entre os aspetos positivos destacam-se a centralidade que a CM ocupa na vida dos membros do elenco, com menções a ser uma “atividade estimulante” e “manter-se ativo”, bem como a “qualidade artística”. Entre o conjunto de aspetos negativos referidos acerca da CM, destacam-se as discussões entre membros do elenco e também com outros elementos, tais como anteriores membros da direção e criadores/as. Outros problemas apontados referem-se às atividades desenvolvidas, seja pela sua ausência ou escassez, seja pela intensidade ou a pouca identificação com os métodos de trabalho adotados pelos/as criadores/as. É de destacar, ainda, que os membros do elenco com carreiras profissionais artísticas entendem que o facto de a CM ser composta apenas por pessoas mais velhas tem o seu lado positivo, mas pode levar a uma estereotipagem do tipo de trabalho que os seniores desenvolvem. O elenco também considera que a CM tinha melhores condições na primeira década da sua existência, associadas ao apoio do CCB. As menções ao CCB e às condições anteriores são recorrentes e transversais a todo o elenco, assim como o sentimento de perda relativamente às mudanças ocorridas, tais como o fim do apoio e dos espaços de que dispunham anteriormente.

Quando questionados, no momento da primeira entrevista, sobre os momentos que mais marcaram os membros do elenco, de forma positiva ou negativa, observamos que os espetáculos *A Bela Adormecida* (2010), *O*

*Melhor e o Mais Rápido...* (2014) e *Sonho de uma Noite de Verão* (2016) se destacam positivamente pelo maior envolvimento geral do elenco. Uma das principais razões citadas é o facto de ser um teatro de autor/a ou uma reinterpretação de um clássico, com uma história própria e não baseada nas memórias e vivências do elenco. Outras peças são criticadas justamente por fazerem uso destas memórias, podendo causar algum excesso de exposição pessoal do elenco ou um processo autoral considerado abusivo. Além dos espetáculos, destacaram-se ainda como momentos positivos as digressões nacionais e no estrangeiro realizadas ao longo do percurso da Companhia. Por sua vez, os momentos não-temporalmente definidos, mas de particular envolvimento na companhia por parte do elenco, foram, além das digressões, os jantares, o primeiro dia na CM e as estreias dos espetáculos. Alguns espetáculos são destacados negativamente pelo elenco, em decorrência da sua organização e processo criativo. Um momento crítico foi a entrada de novos intérpretes na CM em 2014, pois obrigou à reorganização e readaptação da Companhia, o que poderá também ter contribuído para essa avaliação menos positiva. Foram também apontados como momentos negativos a diminuição do *cachet* após 2011, a mudança de direção no terceiro ano, por volta de 2012, e a pandemia do COVID-19 em 2020-2021.

No âmbito do projeto CaM, teve lugar a reposição do espetáculo *O Lugar do Canto Está Vazio*, de Sofia Dias e Vítor Roriz, em 2021, e foram desenvolvidas duas novas criações: *Transatlântico* de Ricardo Neves-Neves, estreada em 2022, e *Agora Nascíamos Outra Vez* de Aldara Bizarro, estreada em 2024.

No caso de *Transatlântico*, o elenco foi unânime na apreciação extremamente positiva de todo o processo criativo. A CM sentiu-se ouvida e acarinhada pelo criador, apreciando tanto o desafio de desenvolver um trabalho exigente como a oportunidade de colaborar com a equipa de jovens que integra o coletivo deste criador.

No caso de *Agora Nascíamos Outra Vez*, o processo foi considerado difícil tanto pelo elenco como pela encenadora. Ao contrário do anterior, aqui o processo criativo assentou num trabalho mais isolado da criadora com a CM, que revelou alguns constrangimentos. Se criadores anteriores da CM referem o processo de trabalho desafiante, que exige abertura, aprendizagem, negociação

e ajuste mútuo entre elenco e criadores/as, neste caso específico, esses elementos foram difíceis de conseguir. A criadora reconhece que seria necessário mais tempo para uma escuta atenta e um cuidado de todo o processo, o que por vezes não se coaduna com a lógica de curta duração da generalidade dos projetos artísticos. As clivagens geracionais em termos de formas de trabalhar, fruto de formações, experiências e códigos profissionais distintos, num caso com referenciais mais hierarquizados, noutro mais coletivistas, também constituem um fator destacado neste processo. Tendo sido difícil para ambas as partes, ambas constataam também que a peça, estreada perante uma plateia cheia, numa sala com “condições extraordinárias”, como é o caso do grande auditório da Fundação Calouste Gulbenkian, foi “uma vitória”, um espetáculo “bonito, forte e comovente”, que recebeu uma grande ovação do público. Tanto a encenadora como elementos do elenco destacam que há uma pulsão de ter voz na CM que, em palco, se manifesta como um corpo coletivo potencialmente transformador. Este corpo coletivo, com uma voz que urge ser escutada, está no cerne das ambições que o projeto CaM pretendeu materializar.

### **3. Uma década e meia de cidadania maior**

Os critérios e/ou motivações que estão na base da integração de novos elementos no elenco na CM são de vários tipos: por convite/ sugestão de alguém; por ter interesse no projeto; como forma de ocupação de tempos livres; pela possibilidade de ser ator/atriz; e por ser uma atividade remunerada.

Não parece existir um consenso dentro do elenco sobre se o facto de as atividades de criação e apresentação pública serem remuneradas é importante ou não para que as desenvolvam. Este revela-se um ponto de clivagem no elenco, sobretudo entre aqueles/as que exerceram atividades profissionais em áreas não artísticas e têm acesso a reformas dignas e aqueles/as que exerceram atividades profissionais em áreas artísticas, com carreiras contributivas geralmente mais intermitentes e reformas de baixo valor financeiro.

Em relação aos momentos no percurso pessoal e profissional dos membros do elenco que despoletaram a sua entrada na CM, do ponto de vista individual destacam-se quatro momentos principais: após a reforma (o mais frequente); no momento em que foi sugerido por algum membro do elenco

ou da direção; em resposta a um anúncio, inclusive sem terem noção no primeiro *workshop* em que participaram que iria ser criada uma companhia; e ainda por autoproposta num contexto de procura de trabalho na área.

Do ponto de vista da trajetória da CM, é possível distinguir dois momentos fundamentais: um primeiro momento que corresponde à criação da Companhia, em que se incluem os membros que entraram nos dois primeiros anos da CM (2010 e 2011); e um segundo momento, com o recrutamento de novos/as intérpretes a partir do quinto ano de vigência da CM (entre 2014 e 2019). Destaca-se um grande comprometimento e envolvimento com a CM entre praticamente todos os membros do elenco, em que a CM ocupa um lugar central nas suas vidas.

De modo geral, os profissionais e os semiprofissionais de dança, teatro e até de rádio e televisão consideram que o ingresso na CM constituiu uma oportunidade de dar continuidade às suas carreiras. Já entre os amadores, a CM surgiu como uma possibilidade de realização de um sonho ou desejo, uma maneira de se manterem ativos e ocuparem o tempo livre com algo que lhes dá prazer, como é o caso da arte, bem como de superar as expectativas que têm em relação a si próprios.

Reconhecidamente, a CM tem permitido aos membros do elenco uma melhoria da qualidade de vida e acréscimo da autoestima, por via dos laços sociais que aí se estabelecem e dos estímulos a nível físico, intelectual e socioemocional que proporciona.

A assunção de um elevado espírito de profissionalismo da Companhia surge como um elemento central na afirmação deste papel social. O nível de exigência que é colocado gera uma grande satisfação ao ser cumprido, alimentando ainda um reconhecimento de familiares e amigos que reforça a autoestima. Como refere um/a dos/as fundadores/as a propósito dos membros do elenco:

A forma como estavam a transformar os seus horários diários, o seu quotidiano, a sua relação com a família, a sua relação com a cidade, o facto de terem de atravessar a cidade, voltar a usar transportes públicos fora da sua zona habitual, de se movimentarem muito mais, até fisicamente, de andarem muito mais. (...) Uma espécie de redescoberta daquela personalidade, que ali está fora do



contexto habitual e que é redescoberta. Há uma grande sensação de orgulho, de identificação dos familiares com o seu intérprete, e isso é uma coisa que depois vemos como um fator de autoestima enorme no intérprete (E2).

Esta realidade acaba por se traduzir também no trabalho dos/as criadores/as, que são estimulados a encarar a idade de outra forma nas companhias onde trabalham:

O impacto que tem, por exemplo, na forma como alguns destes artistas eventualmente passam a olhar para a diversidade dos corpos em palco, (...) a importância de quando falamos de diversidade de equipas, estarmos também a falar da questão da idade e não apenas de etnias, não apenas de estratos sociais, não apenas de geografia (E2).

Do ponto de vista da imagem externa, ainda que a CM não tenha sido criada de raiz como um projeto com preocupações sociais, mas antes como um projeto artístico profissional, ela é também reconhecida pelo seu caráter social. Este papel é ainda reforçado pelo impacto que a CM tem junto de outras pessoas em idade maior, pelo seu caráter exemplar. Neste sentido, a criação e o desenvolvimento da CM permitem criar oportunidades de discussão sobre as possibilidades de profissionalização, de integração no mercado de trabalho e de construção de objetos artísticos relevantes por parte de pessoas em idade maior.

A questão pode (e deve) ser alargada ao domínio das políticas públicas, o que exige equacionar a questão do idadismo, no campo artístico e na sociedade em geral:

A representatividade também se coloca nestes corpos, porque há uma ausência de representatividade de corpos velhos nas artes cénicas, tal como existe também uma negação, porque acompanha também o movimento social da rejeição do velho e de tentar enfatizar o novo (E4).

No início do CaM, em 2021 (e ainda sob a ameaça pandémica), decorrida uma década desde a criação da CM, o elenco demonstrava a continuidade do seu comprometimento. A análise das primeiras entrevistas permitiu delinear o conjunto de expectativas que os membros do elenco têm relativamente ao CaM, atendendo a alguns aspetos que melhorariam a CM e atividades que gostariam de realizar.



**Figura 1:** Companhia Maior / Ricardo Neves Neves, espectáculo *Transatlântico*, 2022. Fotografia © Bruno Simão; **Figura 2:** Companhia Maior / Sofia Dias e Victor Roriz, espectáculo *O Lugar do Canto Está Vazio*, 2019. Fotografia © Bruno Simão.





**Figuras 3 e 4:** Companhia Maior / Aldara Bizarro, ensaio e espetáculo *Agora Nascíamos Outra Vez*, 2024. Fotografias © João Cardoso Ribeiro.



Os aspetos a melhorar referidos por mais do que um membro do elenco foram, por ordem de frequência: mais espetáculos por peça; projetos mais pequenos ao longo do ano, dividindo o elenco em subgrupos e assegurando uma continuidade das atividades; um maior número de digressões nacionais e no estrangeiro; mais peças clássicas e teatro de autor; mais workshops e cursos; menos peças baseadas nas memórias e vivências do elenco; mais conversas com o público após a apresentação das criações, procurando chegar a novos públicos; e mais comédias. Relativamente às características do próprio elenco, foi reforçada a necessidade de ter mais intérpretes do sexo masculino, já que constituem uma minoria, e de não aceitar a entrada na CM de elementos que não tenham experiência prévia em artes performativas. Este último aspeto, referem, tem consequências na qualidade dos trabalhos apresentados.

No que se refere às perspetivas e expectativas em relação ao CaM, uma grande parte reforça a perspetiva da importância do CaM no futuro da companhia e apresentam áreas de contribuição e atividades. Estas áreas concretizam-se, principalmente, na sensibilização do público em geral, e dos mais jovens em particular, para várias temáticas, como as do envelhecimento e do idadismo, mas também na referenciação de atores, o contacto com a comunicação social, a sistematização do percurso da CM, a educação teatral e o trabalho com populações mais vulneráveis.

Estas atividades, a desenvolver no quadro do CaM, estariam, segundo a perspetiva do elenco, focadas na organização de debates, conversas e jornadas educativas, no contacto com escolas, associações e lares de idosos, na sistematização do trabalho já realizado pela CM e na sua divulgação e apresentação. Estas atividades passariam ainda pela organização de sessões com o público no fim dos espetáculos, pela promoção de formações oferecidas pelo elenco da CM, o contacto com a comunicação social e o desenvolvimento de programas de referenciação dos intérpretes da Companhia a outros projetos artísticos.

O CaM veio, deste modo, complementar o trabalho artístico já desenvolvido pela CM e alargá-lo a novas áreas. É assim que, decorrido o primeiro ano do CaM, o elenco faz um balanço do projeto que contempla aspetos positivos e negativos. A menção mais frequente é a precariedade dos espaços de ensaio, uma das maiores dificuldades enfrentadas ao longo do primeiro

ano. Além disso, mencionam a necessidade da manutenção das atividades de modo regular — seja com mais ensaios ou com mais apresentações por espetáculos —, a necessidade de melhorar a comunicação e de tornar o processo de escolha do elenco para realização de atividades mais transparente.

No global, a avaliação acerca do primeiro ano é positiva e consistente, e a satisfação com o trabalho artístico é amplamente mencionada, fazendo referência, sobretudo, ao espetáculo que desenvolveram com o criador Ricardo Neves-Neves. Trata-se de uma perspectiva unânime, sendo salientados aspectos como a forma de desenvolvimento do trabalho, a metodologia artística e o trato pessoal.

De um modo geral, muitos entrevistados não abordaram o idadismo a partir de uma perspectiva crítica em torno dos preconceitos relacionados ao envelhecimento. Também não consideraram, sequer, que se tratava de um problema. Não obstante, debater essas questões, ainda que de modo não muito incisivo, são dimensões apreciadas, designadamente o facto de a CM promover a presença de pessoas mais velhas em espaços onde não se espera que estejam, o papel de exemplo e demonstração do que são capazes e as constantes afirmações de muitas pessoas do elenco de que a CM lhes poderia atribuir mais atividades. O elenco reconhece o papel do CaM numa mudança na percepção acerca do idadismo e dos direitos de cidadania.

Relativamente à percepção sobre a relevância social do CaM, destaca-se a referência à promoção de uma abordagem ao idadismo, sendo poucos aqueles que mencionam a relevância do CaM para a promoção da participação política ou da auto percepção como ativista. Entre quem não afirma um comprometimento com estas questões, há quem evidencie que integrar a CM lhes confere prestígio. É transversal entre o elenco que não querem ser objeto de juízos de valor estereotipados, nem vistos única e exclusivamente como velhos, mas como pessoas. Como eles próprios afirmam, “somos pessoas, mais velhas, mas apenas pessoas”.

Há também, entre os membros do elenco, indivíduos com histórico de ativismo e militância associado a causas diversas, desde sindicalismo, voluntariado em causas sociais, trabalho com populações em situação de vulnerabilidade, entre outros.

A literatura acerca do ativismo e da militância de longa duração revela, precisamente, que este tipo de trajeto potencia um maior envolvimento com diferentes causas sociais que percecionam como justas, o que não incide propriamente sobre as causas políticas ligadas a partidos e a política institucional e administrativa. O foco recai, antes, em causas associadas a ideais de liberdade e justiça, sendo o envelhecimento e combate ao idadismo uma delas que, por motivos óbvios, se evidencia entre o elenco.

Outros elementos apontados pelo elenco são o melhor desenvolvimento de competências artísticas e pessoais, entre as quais se destaca a aprendizagem e a reflexão, as competências motoras e cognitivas. Duas pessoas sugerem ainda que a CM deveria ter um «diretor artístico» ou «orientador pedagógico» para poder potenciar o melhor de cada um/a e canalizar para os diferentes perfis de trabalhos.

A conferência que teve lugar no final de 2023 é percecionada de forma extremamente gratificante. Destaca-se o envolvimento na criação, preparação e dinamização das oficinas, bem como o conhecimento de outras iniciativas direcionadas para pessoas de idade maior e ainda a discussão em torno do envelhecimento e do idadismo.

#### **4. Por uma Causa Maior**

Durante os três anos de trabalho com a CM e em grande proximidade com o seu elenco, várias foram as partilhas de motivações, visões críticas e aspirações, bem como as evidências de força anímica e voz ativista do elenco.

No final do projeto, foi dinamizada uma sessão com os membros do elenco em que partilhamos os resultados da análise realizada e, com as suas reações, respostas, questões, críticas, desafios, construiu-se, em conjunto, um “cartão de identidade” que encerra este capítulo. Um cartão de identidade da CM, que permite refletir e debater internamente as formas da sua mobilização do ponto de vista, nomeadamente, da comunicação, da difusão junto dos públicos, da partilha com entidades e pessoas com percursos que têm vindo a discutir e a questionar premissas de categorização estereotipada das pessoas em função da idade.

## CARTÃO DE IDENTIDADE

**A CM é uma companhia de artes performativas de Lisboa, com projeção nacional,** que tem uma produção artística contínua há cerca de uma década e meia, trabalhando com alguns/mas dos e das criadoras com maior reconhecimento nacional e internacional no domínio da arte contemporânea.

**A singularidade da CM é assumir-se como uma proposta intergeracional,** que convida ao encontro criativo através de linguagens artísticas contemporâneas, entre um elenco formado por pessoas com mais de 60 anos e jovens criadores e criadoras contemporâneos.

A CM sempre se afirmou pelo **profissionalismo e qualidade artística**, tendo cedo alcançado reconhecimento no sector entre companhias de teatro congéneres, e distinguindo-se de outras iniciativas no campo das artes performativas de cariz amador ou de trabalho artístico com comunidades. Distinguindo-se também das suas congéneres das artes performativas, pelo elenco permanente e relativamente extenso (já pouco frequente entre as companhias de teatro na década de 10 do século XXI) e pelo enunciado de base do encontro intergeracional, como ignição para a liberdade criativa e para o poder transformador da criação artística. Aproxima-se das suas congéneres associações culturais pela debilidade estrutural de financiamento do sector das artes, incluindo a dificuldade em encontrar espaços de ensaio, e por alguns percursos de vida precários que afetam uma parte substantiva dos profissionais e amadores das artes performativas.

**A força motriz da CM são gestos de resposta a necessidades efetivas e expressas pelas pessoas de idade maior (e menor) que têm vindo a assumir a iniciativa e o compromisso de materializar esta ideia.** Necessidades que decorrem de diversas trajetórias de vida, com especial ênfase no setor das artes onde as questões do envelhecimento estão expostas de forma acrescida aos fenómenos de idadismo. Ou seja, a fenómenos de estereotipia com base na idade, numa sociedade de culto da juventude e da produtividade, e a fenómenos de efetiva discriminação. Discriminação no mercado

de trabalho (que lugar para corpos e idades maiores nas narrativas do culto da juventude?), com implicações efetivas noutras dimensões da vida social, tais como a perda de “reconhecimento social”, “estímulos”, “oportunidades”, “rendimento”. E discriminação no espaço público pela invisibilização destes sujeitos e corpos heterogêneos em numerosos lugares da vida social.

Necessidades comuns, que geram ações e urgências coletivas (porventura, e antes demais, a de continuar a criar arte) as quais incorporam em si mesmas um ativismo, uma expressão clara e consciente de resistência à normatividade e de construção de alternativa ao envelhecimento socialmente decretado.

**A existência da CM é, em si mesma, um gesto político de rutura com a normatividade idadista da nossa sociedade contemporânea.** Já o foi em 2010, ou mesmo em 2007 de

acordo com as memórias agora disponíveis no seu website (ver texto de Luísa Taveira de 2010), e é-o tanto mais decorridos 14 anos de existência. A sua existência e persistência são a força da evidência e demonstração de que outras relações, lugares e pessoas (sujeitos e corpos) intergeracionais são possíveis.

**O potencial transformador da CM plasma-se no facto de ser um exemplo demonstrativo de que a criação e as práticas artísticas não têm qualquer associação à idade.** A missão da CM é a criação artística a partir da intergeracionalidade, não é a de desenvolver programas de sensibilização e advocacia em torno do idadismo e do envelhecimento ativo — registos retóricos de agendas políticas de vários grupos sociais e poderes políticos. Ao ser o que é, incorpora ativamente o papel social de *advocacy* em torno do combate ao idadismo e à discriminação em função da idade.

**Trabalhamos para...**

... continuar a ser exemplo de que há LUGARES MAIORES,  
onde a idade não é condição de menorização,

... continuar a motivar criadores e criadoras, públicos e entidades parceiras



para o desafio da intergeracionalidade através da criação artística,  
... que os membros do elenco da CM sejam considerados intérpretes e cocriadores e que não sejam sujeitos, objetos, conteúdos, memórias ou imagens estereotipadas de idadismo a integrar nas criações artísticas,  
... que a CM e os elementos do seu elenco sejam escutados e estimulados pelas suas capacidades individuais e coletivas, não apenas nos desafios da produção artística contemporânea, mas também nas suas vertentes de conhecimento e experiência de vida que complementam a CM com outras atividades que densificam a Causa Maior. São elas o contacto com diferentes públicos, atividades de formação, organização de eventos culturais e a possibilidade de os próprios membros do elenco assumirem o papel de cocriação,  
... que as políticas públicas facultem a criação de condições para o desenvolvimento das atividades culturais e artísticas, tais como espaços de trabalho e de apresentação, condições dignas de trabalho de produtores, mediadores e outras estruturas de suporte.

### **Aspiramos a que a as políticas públicas...**

... articulem a arte e a cultura com o debate sobre o idadismo,  
... integrem a intergeracionalidade,  
... olhem para o envelhecimento de forma comprometida e transversal às várias dimensões da vida social,  
... sensibilizem as pessoas e as instituições para o envelhecimento,  
... retirem os seniores do esquecimento e da invisibilidade,  
... rompam com a ideia da existência humana vinculada à ocupação de um lugar no mercado de trabalho,  
... criem oportunidades de qualificação de pessoas de idade maior, contribuindo de forma efetiva para melhorar a saúde física e cognitiva das pessoas em idade maior.

Este cartão de identidade foi construído com o elenco para ser mobilizado internamente e disseminado pela CM na sociedade e junto dos poderes públicos: uma Causa Maior em prol de uma Idade Maior.

## Referências

- Ayalon, L., & Tesch-Römer, C. (2018). Introduction to the section: Ageism concept and Origins. In L. Ayalon & C. Tesch-Römer (Eds.), *Contemporary perspectives on ageism, international perspectives on aging* (pp. 1-10). Springer.
- Bourdieu, P. (2010). *A distinção*. Edições 70.
- Bryman, A. (1988). *Quantity and quality in social research*. Routledge.
- Douse, L., Farrer, R., & Aujla I. (2020). The impact of an intergenerational dance project on older adults' social and emotional well-being. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.561126>
- Engelhard, E.S. (2020). Free-form dance as an alternative interaction for adult grandchildren and their grandparents. *Frontiers in Psychology*, 11(542). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00542>
- Fazenda, M.J. (2017). Creating and performing in Companhia Maior: memories of life, experiences of continuity and transformation. In Gustavo Vicente (Ed.), *Intensified Bodies, From the performance arts in Portugal*. Peter Lang.
- Hartog, F. (2003). *Régimes d'historicité. Présentisme et expérience du temps*. Le Seuil.
- Karkou, V., Sajjani, N., Orkibi, H., Groarke, J.M., Czamanski-Cohen, J., Panero, M.E., Drake, J., Jola, C., & Baker, F.A. (2022). Editorial: The psychological and physiological benefits of the arts. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.840089>
- Leimbigler, B. (2021). Using MAXQDA for identifying frames in discourse analysis: Coding and evaluating presidential speeches and media samples. In M.C. Gizzi & S. Rädiker (Eds.), *The practice of qualitative data analysis: Research examples using MAXQDA* (pp. 121-133). MAXQDA Press.
- Lira, C.B. (2018). Quando bailarinas envelhecem: gênero, corpo e envelhecimento. *Revista Feminismos*, 6(2), 129-138.
- Oswald, A.G. (2019). Improving outcomes with qualitative data analysis software: A reflective journey. *Qualitative Social Work*, 18 (3), 436-442. <https://doi.org/10.1177/1473325017744860>.
- Veloso, L., Marques, J., & Quintão, C. (2024). *Relatório final de acompanhamento e avaliação do Projeto Causa Maior*. Associação A3S.

# O Arquivo Digital da Companhia Maior

**PAULA VARANDA**

Instituto de História da Arte,  
Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da  
Universidade NOVA de Lisboa / IN2PAST - Laboratório Associado para a Investigação e  
Inovação em Património, Artes, Sustentabilidade e Território

**RAQUEL MAGAYEVSKI**

Bolseira Seed Project 2022, IHA-NOVA FCSH / IN2PAST

**PALAVRAS-CHAVE**

PERFORMANCE, ARQUIVO, DOCUMENTAÇÃO, CONSERVAÇÃO,  
ENVELHECIMENTO ATIVO

## Introdução ao contexto

A Companhia Maior é composta por artistas entre os 60 e 90 anos de idade, vindos de diversos quadrantes da atividade artística e cultural, como a dança, o teatro, a rádio e a televisão. Foi criada em 2010, por iniciativa de Luísa Taveira, com a missão de promover a criatividade na idade maior, tendo tido um acolhimento estrutural do Centro Cultural de Belém até 2020.

Ao longo de mais de uma década<sup>1</sup>, a Companhia investiu na consolidação de um perfil artístico de excelência, sendo reconhecida no meio profissional como uma estrutura capaz de desenvolver projetos de grande qualidade, apresentados em teatros de referência e em colaboração com artistas de uma geração mais jovem e com carreiras consolidadas no contexto interdisciplinar da criação contemporânea. Este percurso, rico de experiências e encontros com artistas e públicos, gerou obras ímpares, reflexivas de uma época. Estas obras, resultado da resposta particular de intérpretes co-criadores de idade maior, deixaram um rasto de documentos escritos, fotográficos, audiovisuais, constituindo um espólio de informação que se encontrava inerte em caixas e em discos de dados ou disperso em cadernos de notas, páginas eletrónicas de entidades culturais e de comunicação social.

Em 2022, com o estímulo do programa de apoio a projetos em parceria, implementado pela Direção-Geral das Artes com o Centro de Estudos de Teatro da Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa, lançámo-nos a um processo de catalogação deste espólio documental de 13 anos de trabalho da Companhia Maior. Foi também neste ano que, através do apoio do programa *Seed Projects* promovido pelo Instituto de História da Arte da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas - Universidade Nova de Lisboa, com o apoio da Fundação para a Ciência e Tecnologia, conseguimos enquadrar este processo num contexto de investigação sobre práticas de arquivo para as artes performativas e consequente produção de resultados.

Uma vez finalizado o processo e concretizada a publicação *online* em acesso aberto, foram realizadas, em 2023, três apresentações públicas do

---

<sup>1</sup> A Companhia completa 15 anos em outubro de 2025. Para efeitos do arquivo foram contempladas as obras até 2022, realizadas ao longo de 13 anos consecutivos.

projeto em Lisboa: no Dia da Investigação e Inovação da NOVA FCSH (Colégio Almada Negreiros, 21 de setembro), focada na temática do Património - material, imaterial, construído e natural; na sessão do 1º Programa de Apoio em Parceria CET/DGARTES Arquivos das Artes Performativas - balanço, desafios, continuidade (Biblioteca Nacional de Portugal, 31 de outubro); e na conferência *Por Uma Causa Maior: Arte Cidadania e Idadismo no Envelhecimento* (Centro Cultural de Belém, 24 de novembro).

O Arquivo Digital Companhia Maior resulta da interação entre a investigação e a prática profissional em artes, suportada por um enquadramento institucional de apoios públicos das áreas da cultura e da ciência em parceria com uma associação cultural. Esta conjuntura demonstra o benefício da inter-setorialidade para a reunião de meios e na disseminação de resultados em acesso aberto. O objetivo é deixar uma referência para futuras investigações por parte de alunos, profissionais das artes e investigadores de várias áreas como a sociologia, a psicologia, a motricidade e os próprios estudos artísticos. Neste texto damos a conhecer o trabalho desenvolvido, especificando o propósito, o processo, a metodologia e algumas conclusões.

A coordenação científica esteve a cargo da investigadora Paula Varanda e a organização material e digital do arquivo foi realizada pela bolseira do *Seed Project* Raquel Magayevski (então aluna do Mestrado em Artes Cénicas na FCSH), sendo por isso as autoras deste texto e das apresentações públicas realizadas sobre o arquivo em 2023. A consultoria na interpretação e organização dos documentos foi dada por Paula Bárcia, professora de história reformada e membro do elenco desde a fundação da Companhia; o trabalho de produção e *design* foi realizado por Sofia Gomes, coordenadora executiva da Companhia Maior.

### **Primeiro passo: documentar**

Uma das definições possíveis para o verbo documentar refere-se à reunião de informações e documentos necessários e referentes a um determinado assunto (infopédia, 2024). Esta pode ser considerada a primeira etapa para a criação de um arquivo pois, segundo Sant, documentação é, mais do que documentar, “the process of turning a collection into an archive that provides

long-term access to documents” (2017, p.2). Nem toda a documentação tem, obrigatoriamente, de se tornar num arquivo pois, como explica Sant, pode-se criar uma *coleção* de documentos se eles forem armazenados de forma passiva; contudo, como refere Sant, a questão do acesso é determinante: “if, however, the same document is stored actively [...] then it is archived. The interactive process of preparing the document to be accessed at a later date [...] constitutes the act of documentation or the creation of what may be called documentation” (2017, pp.2-3).

O início da criação do arquivo da Companhia Maior deu-se com a etapa de reunir todos os seus documentos e organizá-los de forma ativa. A organização partiu de ficheiros guardados num disco externo que estava na posse da associação e foi disponibilizado pela coordenadora executiva da Companhia Maior, Sofia Gomes. Esses ficheiros remetem ao período que vai desde a criação da Companhia Maior, em 2010, até à atualidade. Além disso havia materiais físicos guardados num armazém — materiais esses que foram digitalizados para integrarem o conjunto de documentos digitais. Pelo facto de terem passado diversas pessoas pela administração e produção da Companhia Maior Associação Cultural, os ficheiros digitais no disco de armazenamento não estavam sistematicamente organizados ou, pelo menos, não seguiam uma forma precisa de classificação e indexação em pastas. Esse primeiro contacto com o material foi, por isso, algo confuso e bastante demorado.

Para além das fontes de recolha já indicadas — digital e material —, alguns membros da Companhia Maior disponibilizaram-se para mostrar o que tinham nos seus arquivos pessoais guardado ao longo dos anos. Foram eles: Paula Bárcia, Carlos Nery e Manuela Sousa Rama. Paula Bárcia foi uma colaboradora regular no projeto de criação do arquivo da Companhia Maior, dando apoio na recolha e organização de materiais e de informações, participando em reuniões da equipa e tirando quaisquer dúvidas que surgissem ao longo do processo, sobretudo na identificação de materiais não classificados.

Paula Bárcia também contactou os/as autores/as das obras da Companhia Maior para solicitar as suas notas pessoais do processo de criação, o que considerámos material muito relevante para congregar no arquivo. Porém, ainda que Paula Bárcia tenha sido persuasiva na sua demanda, das 16 obras

da Companhia Maior que estavam abrangidas pelo período em causa, apenas dois/duas autores/as enviaram o material que tinham. Tércio, Canelas e Valdeira (2023) apontam para a importância e a dificuldade de reunir esse tipo de material: “Documents which address the creative process, which are mainly in the possession of dancers and choreographers, and therefore are more difficult to access, would enrich the reading and the experience of the material that is being archived” (p. 111). No caso dos autores das obras da Companhia Maior, Paula Bárcia percebeu que os criadores tinham uma forte reserva em partilhar os seus cadernos de notas porque “eram muito pessoais, com pensamentos, ideias não continuadas e opiniões sobre nós, tanto enquanto atores como enquanto pessoas; não eram só apontamentos técnicos, mas sim profundamente íntimos”. Mesmo explicando que podíamos fotocopiar e devolver, foram muitas as recusas e deixou-se cair esta ideia.

O material recolhido na visita às casas de Carlos Nery e de Manuela Sousa Rama (em fevereiro 2023) serviu para enriquecer a base de dados e torná-la ainda mais completa, sobretudo com materiais de imprensa. Foram também momentos de maior aproximação ao significado por trás de ficheiros que até então eram apenas descritivos e sem qualquer conexão emocional. Para o elenco, que vivenciou as obras durante todo o processo de criação, apresentação ou digressão, dedicando tempos de vida àquela experiência, estes documentos tinham um valor simbólico. Como argumenta Varanda (2023), “dance cannot separate from the performer’s body, does not produce an object, and is bound to time and space. Documentation is therefore critical to preserve the art and the artists’ legacy” (p. 90). Assim, os materiais impressos manuseados pelo elenco, despertavam memórias e conversas sobre os episódios vividos, recuperando o significado e legado do trabalho da Companhia Maior.

Relativamente à criação do arquivo da Companhia Maior, a proposta foi fazer um arquivo físico e um arquivo digital, incluindo neste último os materiais em formato físico digitalizados, tornando-o mais completo e facilitando o seu acesso remoto e posterior.

A ideia inicial para o arquivo físico era reunir três exemplares de cada material (como cartazes e folhas de sala) e fazer três coleções divididas em caixas: uma delas para manter na Companhia Maior e as outras duas para

entregar a instituições especializadas e de renome (museu ou arquivo, municipal ou nacional). No entanto, no decorrer do processo percebeu-se que o material físico era escasso e, daquilo que havia, nem sempre era possível reunir três exemplares. A solução encontrada foi fazer um arquivo físico completo e deixá-lo com a Companhia Maior e, para os outros dois, incluir apenas as folhas de sala de cada obra com uma cópia do arquivo digital guardado em disco informático de armazenamento.

Para a criação do Arquivo Digital Companhia Maior, que seria disponibilizado publicamente em acesso aberto, optámos por um conceito de organização que nos pareceu adequado ao âmbito do trabalho realizado: obras coreográficas como portas de entrada para o utilizador, ou seja, partir de uma determinada obra e relacionar todo o material existente acerca dela, como fotografias, cartazes, folhas de sala, material de imprensa etc. Foram então criadas cinco<sup>2</sup> categorias principais para iniciar o processo de documentação do material colecionado, nomeadamente: fotografias, vídeos, comunicação, textos e cadernos de autores. Estas categorias serão descritas detalhadamente mais adiante.

### **Partir de experiências em arquivo - como é feito nas artes performativas**

No âmbito da investigação para o desenvolvimento do arquivo, foi importante adquirir o conhecimento de como outras entidades e instituições tratam a sua base de dados e como a disponibilizam para acesso público. Para tal, reunimos com algumas instituições de Lisboa e com especialistas no tema e procuramos perceber a viabilidade desses métodos dentro dos objetivos do arquivo da Companhia Maior.

Numa primeira reunião em janeiro de 2023, *online*, com Maria João Brilhante<sup>3</sup>, reputada académica na área do teatro e investigadora do Centro

---

2 Inicialmente, foi criada uma sexta categoria, som, na qual constaria por exemplo captações de som e banda sonora, no entanto não se conseguiu reunir material suficiente para incluir no Arquivo Digital.

3 Maria João Brilhante foi membro da Comissão de Apreciação do concurso da Direção Geral das Artes [DGARTES] caracterizado como um Programa de Apoio direcionado a artistas e entidades da área de teatro, dança e cruzamento disciplinar para inventariarem, catalogarem e conservarem os seus arquivos, e para o qual a Companhia Maior concorreu e foi apoiada. Maria João Brilhante acompanhou as estruturas apoiadas, nomeadamente com sessões de formação e reuniões para a apresentação de todos os projetos apoiados e, posteriormente, para verificar o ponto de situação de cada um.



de Estudos de Teatro da Universidade de Lisboa, referiu algumas instituições que haviam trabalhado recentemente na criação dos seus arquivos, como o Teatro de Marionetas do Porto, Teatro da Garagem e Teatro Meridional, estando, na altura, apenas o primeiro já disponível para consulta *online*. Ao consultar o arquivo do Teatro de Marionetas do Porto, foi possível ter conhecimento sobre o *in web*, sistema de gestão utilizado para acolher o seu projeto. Apesar de se aproximar daquilo que procurávamos, o sistema utilizado apresenta alguma lacunas, como por exemplo não ser possível reunir em uma única página todo o conteúdo pertencente a uma mesma obra e também não integrar certos ficheiros que a Companhia Maior possuía e pretendia incluir no seu arquivo, como os vídeos; além disso, sendo um sistema pago que requer manutenção especializada, tornava-se dispendioso e, portanto, inviável para a realidade dos recursos financeiros da Companhia Maior, tanto mais dado o objetivo de assegurar disponibilidade e acesso público a longo prazo.

Direcionámos também a pesquisa a outro tipo de instituições relacionadas com as artes performativas e vocacionadas para a conservação do património imaterial. Trata-se de entidades cujo objeto de trabalho tem necessidades comuns, uma especificidade que é reforçada por especialistas e investigadores:

First of all, we should be aware that an object of art, in particular, a performing arts object, has different materiality and appearance to a document in an archive. A piece of art, especially a performing arts piece, such as dance, is not the same as an archive document (Tércio, Canelas e Valdeira, 2023, p.112).

A pesquisa junto das instituições que abarcam o trabalho de múltiplas obras, companhias, épocas e contextos, foi importante para conhecer outras possibilidades e aproximar-nos de respostas alternativas para as questões relacionadas à escolha do sistema mais adequado para alocar a uma base de dados.

Uma das instituições visitadas na fase de pesquisa foi o Museu Nacional do Teatro e da Dança [MNTD], sediado em Lisboa. Em fevereiro 2023, reunimos com a responsável pelo sistema de inventário, Isabel Cartaxo, e a responsável pelo sistema bibliotecário, Sofia Patrão. Cada um destes setores utiliza um sistema informático específico e é responsável por catalogar determinados

materiais que chegam ao Museu: na biblioteca são registados livros, revistas, vídeos, textos cénicos e recortes de imprensa. O inventário recebe figurinos, cenografia, maquetas, cartazes, fotografias, postais e programas.

O sistema utilizado pelo setor de inventário é o MatrizNet; nele são inseridos todos os dados recolhidos acerca do material inventariado para se criar uma ficha por cada peça, onde constam diversas informações para preenchimento, como o número de inventário, descrição física e do conteúdo, autoria, data, estado de conservação, dimensões, entre outros. Trata-se de um programa informático pago e que exige manutenção especializada, tornando-se caro. Além disso, implica uma descrição detalhada de cada material que, para os objetivos do projeto da Companhia Maior não se apresentava necessária.

O sistema utilizado pelo setor da biblioteca é o biblio.net, um *software* de gestão integrada de bibliotecas utilizado por todas as bibliotecas pertencentes à Direção Geral do Património Cultural [DGPC]. Como alguns materiais da biblioteca do MNTD possuem características muito particulares das artes performativas, como textos cénicos, é necessário adaptar alguns campos de preenchimento dos formulários de inserção de dados. Esta aprendizagem foi bastante importante para decidir questões muito relevantes para o nosso projeto, nomeadamente compreender as complexidades destes sistemas, perceber que dificilmente teríamos recursos humanos, financeiros e *know-how* para avançar com procedimentos semelhantes ou, mais relevante ainda, que os mesmos poderiam não corresponder ao que pretendíamos conseguir.

Para o arquivo da Companhia Maior, um dos aspectos que nos fez considerar o biblio.net insuficiente foi o facto de este *software* conter informações sobre um determinado material, mas não ser capaz de incluir, como anexo, um ficheiro. Ou seja, seria possível registar a ficha técnica e toda a informação presente na folha de sala de uma das obras da Companhia Maior, mas não se poderia anexar a própria folha de sala para consulta. O que o sistema faz é basicamente conduzir a um *link* de acesso ou a um arquivo físico onde se encontre o material a ser consultado. No nosso projeto, ainda que se criasse também um arquivo físico, como referimos acima, o que se pretendia para o arquivo digital era precisamente reunir toda a documentação numa única base de dados, disponível *online* e para acesso público.

O MatrizNet também não pareceu viável no sentido em que, para a Companhia Maior, como já mencionámos, o conceito estipulado foi o de partir de uma determinada obra e relacionar com ela todo o material existente acerca dela — fotografias, cartazes, folhas de sala etc. No MatrizNet, no entanto, cada peça material é considerada e registada individualmente. Para a forma de arquivo que pretendíamos, a obra artística, de artes performativas, e norteadora do sistema de classificação e navegação, era algo intangível, não materializável. A partir dela seriam vinculados os outros materiais, não sendo necessário, por exemplo, catalogar cada uma das fotografias individualmente, uma vez que todas as que constassem na ficha/sequência daquela obra, referir-se-iam à própria obra inequivocamente. Ao pensar na folha de sala de uma determinada obra da Companhia Maior, por exemplo, não é relevante para o nosso arquivo saber de que material é feito e quais as suas dimensões; importa sim saber a qual obra se refere e as informações que lá constam sobre a mesma que, por seu lado, contam a história com factos, textos e imagens.

Embora tenhamos chegado à conclusão de que os dois sistemas e respetivos *softwares* utilizados pelo MNTD não se adequavam completamente à nossa proposta, só com esse conhecimento de proximidade foi possível perceber o quão complexo é o processo de documentação e o quanto é preciso adaptar os sistemas já existentes para que todas as componentes presentes nos documentos das artes performativas possam ser abarcadas. Para que uma base de dados abranja os campos e o formato pretendidos para cada projeto cultural, o ideal seria criar um sistema novo, conforme o conceito e necessidades, combinando várias valências encontradas, mesmo que isso implique um custo elevado e que requeira tempo para ficar operacional e disponível.

Como afirmam Tércio, Canelas e Valdeira, autores do arquivo *Terpsicore - base de dados de dança e artes performativas*<sup>4</sup>: “Most of the digital archives on dance present difficulties and challenges concerning the methodology of archiving intangible objects” (2023, p. 111). Essa peculiaridade que referem, acerca de arquivar o intangível — ponto fulcral em artes performativas —, foi

---

4 Arquivo criado no centro de investigação INET\_MD, polo da Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Nova de Lisboa

um desafio com o qual nos deparámos ao longo do processo e sobre o qual nos debruçámos, recorrendo a estudos de autoras e autores aqui referidos, que refletem sobre a concretização deste tipo de projetos, e recorrendo às instituições que trabalham com documentação e que têm experiência na criação de arquivos.

Após avaliarmos todas as opções referidas e concluirmos que elas apenas atendiam parcialmente às nossas intenções, procurou-se uma solução personalizada para o arquivo da Companhia Maior. A decisão foi construir um *website* em *WordPress*<sup>5</sup> — um sistema gratuito de criação e gestão de conteúdo na *internet* —, que demonstrou ser uma opção mais universal, com menos risco de se tornar obsoleta e com uma grande capacidade de adaptação à forma como se insere e apresenta o conteúdo. Com um orçamento acessível à Companhia Maior, esta proposta foi consensual e deu-se então início à construção daquilo que viria a ser o arquivo disponibilizado ao público.

### **Arquivo Digital Companhia Maior**

O arquivo digital, consolidado num disco externo e que daria origem ao conteúdo e forma publicados em *website* para acesso aberto, resultou da organização sistemática da memória documental da Companhia Maior, estando organizado por obra e por ordem cronológica. Para cada obra existe um conjunto de materiais distribuídos por cinco categorias: materiais de comunicação, fotografias, vídeos, textos e materiais dos autores. Para algumas categorias, verificou-se a necessidade de criar subcategorias de modo a por menorizar os conteúdos de cada uma. Foram criadas abreviaturas para cada categoria e subcategoria para identificar os ficheiros, e cada obra recebeu um número de acordo com a ordem ascendente de criação. Portanto, a primeira obra *Bela Adormecida* (2010) é indicada como 001, a segunda *Maior* (2011) como 002 e assim sucessivamente até ao número 016<sup>6</sup>.

---

5 Com uma prestação de serviço complementar de Verónica Guerreiro, designer programadora e gerente da empresa de comunicação digital Bloco D.

6 Aquando da criação do arquivo, em 2023, a obra 016, *Transatlântico* (2022), era a mais recente. Na data da escrita deste artigo já outras duas foram apresentadas, nomeadamente, *Agora Nasçámos Outra Vez* (2024) e uma recriação com o título *Novo Estalo Novo* (2024) que ainda não se encontram no arquivo.

As categorias, com as suas respectivas abreviaturas, desdobram-se da seguinte forma:

**Materiais de comunicação [COM] - materiais de divulgação, impresso ou digital, desenvolvidos para cada obra:**

- 1.1) Cartaz [CAR];
- 1.2) Folha de sala [FS];
- 1.3) Imprensa [IMP] - artigos que acompanharam a divulgação das apresentações;
- 1.4) Programa [PRO] - programas dos locais de acolhimento com inclusão de informação sobre a obra;
- 1.5) Outros [OUT] - outros materiais de divulgação, digitais ou impressos, não incluídos nas subcategorias anteriores.

**Fotografias [FOTO] - fotografias que registam as atividades realizadas no âmbito do processo de criação e apresentação de cada obra:**

- 2.1) Apresentação [APR];
- 2.2) Digressão [DIG];
- 2.3) Ensaios [ENS] - para algumas obras existem subsubcategorias dentro desta mesma subcategoria de modo a pormenorizar ainda mais a distinção do conteúdo, como ensaio geral [ENSG], ensaio para a imprensa [ENSI] e ensaio de palco [ENSP];
- 2.4) Para Materiais de Comunicação [MC] - fotografias destinadas a serem utilizadas nos materiais de comunicação;
- 2.5) Oficinas [OFI];
- 2.6) Atividade Paralela [AP];
- 2.7) Outros [OUT] - fotografias realizadas em momentos do processo de criação, não incluídas nas subcategorias anteriores.

**Vídeos [VID] - registos em vídeo e materiais para divulgação:**

- 3.1) Apresentação [APR];
- 3.2) Digressão [DIG];
- 3.3) Ensaios [ENS];
- 3.4) Teaser [TEA] - filme promocional;
- 3.5) Outros [OUT] - registos em vídeo de outros momentos.

**Textos [TEX] - textos escritos no momento da estreia das obras por autores convidados ou pela direção da Companhia Maior.****Materiais dos Autores [AUT] - cadernos de trabalho e notas dos autores utilizadas durante o processo de criação.**

O ponto de partida para a criação do Arquivo Digital foi definir a estrutura do arquivo numa tabela no Excel com o nome e número das obras e as categorias e subcategorias com as suas abreviaturas. Isso não só facilitou a visualização do conteúdo organizado na base de dados como também conduziu o trabalho de *design* na fase inicial de criação do *website*.

Após um tempo de aprendizagem para utilizar o *WordPress* e o *Elementor*<sup>7</sup>, foram criadas as páginas para alojar o conteúdo, sempre partindo da obra e incluindo o material existente acerca dela. Confirmou-se, logo no início do processo, a necessidade de reduzir a quantidade de fotografias a serem incluídas no Arquivo Digital, bem como a sua resolução. Também foi necessária a redução de tamanho dos ficheiros em formato pdf e uma seleção do conteúdo de forma geral, tanto por uma questão de tempo como por questões estéticas referentes ao *layout* da página. Estes aspetos foram apontados por Sofia Gomes, que manteve um olhar crítico enquanto *designer* e coordenadora de

---

<sup>7</sup> *Elementor* é um *plug-in* instalado no *WordPress* que é utilizado na criação de páginas para *website*.

produção durante todo o processo, sugerindo a disponibilização da base de dados em formato semelhante ao *website* da Companhia Maior. A Figura 1 representa a página inicial do Arquivo Digital Companhia Maior.

Outras informações importantes para a contextualização do documento consultado foram incluídas na descrição dos ficheiros, mas não condicionam a pesquisa e não possuem abreviaturas. São elas: autor da obra, ano, espaço onde ocorreu o evento (apresentação, oficina, atividade paralela etc.), localidade e fotógrafo (quando se aplica), como mostra a Figura 2. Esses dados foram preenchidos separadamente no Arquivo Digital e não são considerados parte integrante da estrutura do arquivo, ou seja, não se inserem nas categorias e subcategorias criadas inicialmente.

Em relação aos ficheiros em formato de vídeo, optou-se por alojar alguns deles — maioritariamente *teasers* ou resumos de registo — no canal do *YouTube* da Companhia Maior; por um lado, porque o tamanho dos ficheiros excedia o tamanho permitido para inserção no *website* de alojamento, por outro lado, por não ser ideal para a navegação, tornando-a muito lenta. A redução da resolução dos vídeos foi descartada pois comprometeria a qualidade dos mesmos. Quanto às fotografias, optou-se por disponibilizar para acesso direto na página da obra também as sub-subcategorias, quando existissem, não sendo necessário passar primeiro pela subcategoria (como é o caso da subsubcategoria Ensaio Geral, que pertence à subcategoria Ensaio). Isso permite uma visualização mais rápida do conteúdo existente e uma navegação mais intuitiva (Figura 3).

Ao entrar no Arquivo Digital podem ser consultadas outras páginas: Sobre o Arquivo e Pesquisa Geral. Na primeira encontra-se informação detalhada da proposta do projeto, uma descrição pormenorizada de como encontrar o conteúdo e o nome das pessoas e instituições envolvidas na criação do arquivo. Há ainda um manual de navegação que pode ser descarregado e que ilustra a estrutura do arquivo. A Pesquisa Geral (Figura 4) é uma secção que permite uma busca mais livre e abrangente de todo o conteúdo existente no Arquivo Digital, sem ter de seguir a hierarquia proposta por obra e apresentando resultados transversais às diversas obras. Pode-se ver ainda o índice de conteúdos que apresenta de forma resumida o que as/os visitantes

## Arquivo Digital da Companhia Maior

Este arquivo digital reúne documentos do trabalho de criação de 13 anos da Companhia Maior, uma companhia criada em 2010 com a missão de promover a criatividade na idade maior e composta por um elenco de intérpretes entre os 60 e os 90 anos. Cada trabalho tem a assinatura de artistas convidados de dança ou teatro ou música.

O arquivo resulta da organização sistemática da sua memória documental, estando organizado por obra e por ordem cronológica. Para cada obra existe um conjunto de materiais distribuídos por cinco categorias: materiais de comunicação, fotografias, vídeos, textos e materiais de trabalho dos autores. Dentro das categorias poderão encontrar-se subcategorias de modo a pormenorizar os conteúdos de cada uma. Na secção de pesquisa geral os conteúdos poderão ser procurados transversal e categoricamente.

**2010**

**Bela Adormecida**

Tiago Rodrigues



**2011**

**Maior**

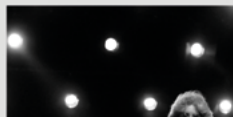
Clara Andermatt



**2012**

**Iluminações**

Mónica Calle



**2013**

**Estalo Novo**

Ana Borralho e João Galante



**Figura 1:** Página Inicial do Arquivo Digital Companhia Maior.

Captura de ecrã <https://companhiamaior.pt/arquivo/>

**Figura 2:** Descrição do Ficheiro.

Captura de ecrã <https://companhiamaior.pt/arquivo/ensaio-geral-bela-adormecida/>

### Bela Adormecida

Fotografias

Ensaio Geral

Referência:  
001\_FOTO\_ENS\_ENSG

Título da Obra:  
Bela Adormecida

Ano:  
2010

Autor:  
Tiago Rodrigues

Categoria:  
Fotografias

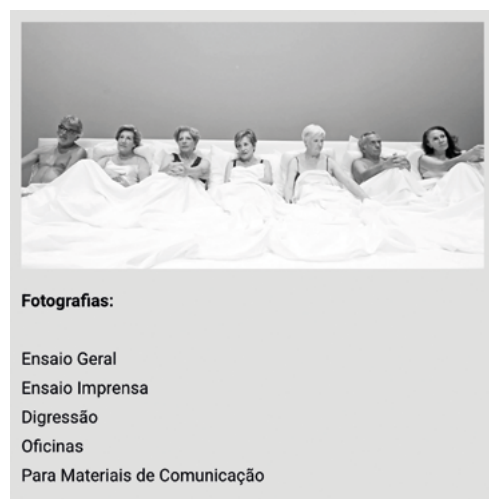
Subcategoria:  
Ensaios

Espaço:  
Centro Cultural de Belém

Localidade:  
Lisboa

Fotos:  
© Paulo Martins





**Figura 3:** Disposição do Conteúdo na Categoria Fotografias.  
Captura de ecrã  
<https://companhiamaior.pt/arquivo/um-de-nos/>

**Figura 4:** Pesquisa Geral e Índice de Conteúdos.  
Captura de ecrã <https://companhiamaior.pt/arquivo/pesquisa-geral/>

## Pesquisa Geral

Nesta secção do arquivo os conteúdos podem ser pesquisados por obra, por autoria, ou por categoria, apresentando resultados transversais às diversas obras que constituem este espólio documental sobre o trabalho de criação da Companhia Maior.

🔍 Search...

## Índice de Conteúdos

### Bela Adormecida

Materiais de Comunicação  
Cartaz  
Folha de Sala  
Imprensa  
Programas  
Outros

### Maior

Materiais de Comunicação  
Cartaz  
Folha de Sala  
Imprensa  
Programas  
Outros

### Iluminações

Materiais de Comunicação  
Cartaz  
Folha de Sala  
Imprensa  
Outros

### Estalo Novo

Materiais de Comunicação  
Cartaz  
Folha de Sala  
Imprensa  
Programas  
Outros

irão encontrar na página de cada uma das obras. Ainda no cabeçalho, encontra-se uma opção de *scroll down* intitulada Obras, que apresenta a lista completa das obras da Companhia Maior e direciona diretamente para a página de cada uma delas.

### **Contra o esquecimento e para as futuras gerações**

A Companhia Maior é um caso único em Portugal que valoriza o contributo da idade maior para temáticas, linguagens e reflexões nas artes performativas e na contemporaneidade. Realizar este trabalho de arquivo após a celebração de mais de uma década de exploração e criação, significou assegurar que a memória permanece organizada para o futuro e que pode, assim, ser disponibilizada para terceiros, onde se incluem as próximas gerações de criadores, produtores e investigadores, mas também para os próprios membros do elenco da companhia que têm agora à disposição uma prova documental de grande valor simbólico. Em balanço sobre experiência de participar na equipa de construção do arquivo, Paula Bárcia expressou desta forma a sua valorização do projeto:

Trabalhar no arquivo foi uma das tarefas mais emotivas que me coube na Companhia Maior até hoje. Durante esse tempo de trabalho, ao ter de escolher textos e expressões, gestos em fotografias e vídeos maravilhosos e cheios de significado, vi de fora, recordei e senti-me muito profundamente parte desta companhia. Mergulhei mais fundo numa memória comum, partilhada com artistas, criadores, produtores e técnicos, numa bolha feliz, rica de lugares, luzes, ruídos, emoções, descobertas e pessoas, que dá razão à minha vida, como atriz da Companhia Maior (testemunho em janeiro 2025).

A importância deste trabalho também reside na possibilidade de investir na catalogação de documentos e conservação das práticas efémeras das artes performativas. Peggy Phelan em *Unmarked - The politics of performance* (1993), defendeu assertivamente o lado irrepetível e intangível da performance; criticou os processos de registo, como a captação de imagem, alertando para o risco de tais registos substituírem a obra performativa e serem massivamente distribuídos dentro da lógica da economia capitalista. Já num tempo mais recente da relação entre a *performance* e os media, tal como Dekker (2018)

explica, no caso de trabalhos que são efêmeros ou contêm elementos que podem desaparecer (como o espectáculo ao vivo e a arte digital), a documentação torna-se, muitas vezes, um substituto da obra em si porque é a única forma de a manter acessível e como parte da memória pública.

Na esteira do discurso de Sant (2017), avançámos para a coleção e organização de materiais segundo protocolos que permitem um acesso a longo prazo, aventurando-nos no tratamento arquivístico da *performance*. Este tipo de trabalho, que é relativamente recente e inovador, beneficia muito do que as tecnologias informáticas do século XXI permitem para fazer um arquivo dinâmico, multimédia e didático. No entanto, tal implica um esforço com objetivos e recursos que excedem a habitual atividade da criação, programação e fruição das artes. Como recurso promocional e de apresentação, o Arquivo Digital da Companhia Maior é uma ferramenta estrutural. Por isso, lançamo-nos a este projeto com um manifesto: tratar o espólio documental de uma Companhia com pessoas cujas idades estão entre os 60 e 90 anos, com vista à conservação e disponibilização pública do seu trabalho criativo, é um ato de resistência e uma prova de vitalidade contra o esquecimento.

## Referências

- Dekker, A. (2018). *Collecting and Conserving Net Art : Moving Beyond Conventional Methods*. Routledge
- Documentar (s.d.). In *Infopédia Dicionários Porto Editora*. Consultado a 16 de fevereiro de 2025 em <https://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/documentar>.
- Phelan, P. (1993). *Unmarked: The Politics of Performance*. Routledge.
- Sant, T. (2017). Documenting performance: an introduction. In T. Sant (Ed.), *Documenting performance: the context and processes of digital curation and archiving*. Bloomsbury Methuen Drama.
- Tércio, D.; Canelas, C. & Valdeira, A. (2023). Terpsicore: dance and performing arts archive. In C. Fernandes, V. Evola & C. Ribeiro (Eds.), *Dance data, cognition, and multimodal communication* (pp. 109-116). Routledge.
- Varanda, P. (2023). Digital-born artworks and interactive experience: Documentation and archiving. In C. Fernandes, V. Evola & C. Ribeiro (Eds.), *Dance data, cognition, and multimodal communication* (pp. 89-98). Routledge.



PARTE III

# **PROJETOS ARTÍSTICOS COM A IDADE MAIOR**

Elenco da Companhia Maior  
Fotografia © João Cardoso Ribeiro

# O trabalho com a minha mãe

**MIGUEL PEREIRA**

O Rumo do Fumo

Este texto resulta da transcrição e rearranjo do meu depoimento na conferência *Por uma Causa Maior - Arte, Cidadania e Idadismo no Envelhecimento* no dia 24 de Novembro de 2023, Centro Cultural de Belém. O autor não adopta o acordo ortográfico de 1990.

**PALAVRAS-CHAVE**

DANÇA, CRIAÇÃO ARTÍSTICA, DEMÊNCIA, RISCO, FAMÍLIA

Em 2022 criei com a minha mãe o espectáculo *Miquelina e Miguel*, que estreou em Julho desse mesmo ano, no Teatro do Bairro Alto em Lisboa. Este foi um marco importante no meu percurso pessoal e artístico. Miquelina, a minha mãe, então com 87 anos a caminho dos 88 (e a completar 90 anos em Abril de 2025) vem desenvolvendo, há mais de uma década, um processo degenerativo de demência com implicações significativas e profundas no nosso núcleo familiar e social. Assimilar a circunstância da doença através de uma criação artística com a minha mãe, proporcionou-me uma importante reflexão sobre a minha identidade pessoal e profissional<sup>1</sup>.

Dedico-me profissionalmente ao trabalho artístico na área da dança e da *performance*. Para mim, a dança nunca foi um território muito definido e estável. Uso este território essencialmente para perscrutar as minhas questões existenciais, sempre num lugar que estende fronteiras e tenta alargar alguns limiares da comunicação e do entendimento, como se na minha procura fosse preciso criar um discurso para além da dança, para entender o que consigo dizer com ela. A prática artística abarca, para mim, diversas dimensões; desde uma faceta terapêutica, ao estudo do corpo e do seu comportamento e até ao questionar das assunções que construímos a partir de normas e regras que vamos estabelecendo com o nosso entorno. A expressão e o movimento são o resultado de sintomas que nem sempre controlamos, podendo ser reveladores de paradoxos internos que nos habitam. O espaço teatral é, para mim, a possibilidade de viver e pôr em evidência essas inquietações, eliminando a distinção entre a arte e a vida, o estético e o social, o político e o ético. A dança pode ser esse espaço ampliado onde posso experimentar, analisar e escutar os nossos limites e a nossa liberdade.

Sempre me interessou o lado amador das artes, porque o amador é aquele que ama aquilo que faz, que se põe numa posição de urgência, independentemente da sua necessidade de legitimação perante os outros. Um corpo não experiente ou não domesticado em cena pode transmitir uma força bruta e crua, onde transparecem, mais nitidamente, as suas arestas e

---

1 Sinopse e ficha técnica do espectáculo disponíveis em *O Rumo do Fumo* (2025).

fragilidades no confronto com a exposição pública. Sempre procurei desmontar a certeza na qual nos escondemos, porque quanto mais me permito revelar o escondido ou o insondável que me habita, mais me descubro e questiono. Eu gosto e preciso muito de fazer aquilo que faço, independentemente da previsibilidade, expectável dos cânones instituídos, ou de poder ser mais ou menos aceite dentro dos gostos ou tendências programáticas das instituições; gosto e preciso de ter esse espaço de risco onde posso reflectir sobre mim e o mundo, de poder estar aqui e poder questionar as coisas que para mim não são evidentes nem dou por adquiridas. Sempre alimentei as matérias da minha pesquisa no cruzamento com a minha própria história e biografia, como se o meu exemplo pessoal e íntimo pudesse ser um reflexo numa dimensão mais abrangente sobre a nossa condição e existência.

### **Como cheguei ao espectáculo *Miquelina e Miguel***

Trazer a minha mãe para o meu campo profissional, acabou por ser uma consequência natural e legítima de tudo aquilo que até ali tinha feito. Esta experiência que desenvolvi com ela, e dentro da nova circunstância a que ficámos submetidos (a sua doença), trouxe a possibilidade de reflectir sobre aquilo que definia muito do meu percurso e do meu próprio perfil e identidade. Nesta nova fase das nossas vidas comuns, a relação mais formal e distante de mãe e filho, que estava estabelecida, esbateu-se e permitiu uma nova aproximação, dominada pela ternura, o cuidado e também pelo lúdico.

Com a passagem do tempo, determinados códigos de conduta foram-se desvanecendo e surgiram novas possibilidades de comunicação entre nós que se tornavam fascinantes. Ela começou por exemplo a ter comportamentos mais associados ao universo infantil (como as brincadeiras), alimentando os delírios e os desvios da norma que tanto me estimulam. E eu, comecei a rever-me e a reconhecer-me, e constatei que todo o meu percurso artístico era no fundo, a afirmação dessa herança desta pessoa neste lugar. E isso foi muito revelador.

A minha mãe foi grande parte da sua vida empregada bancária. Quando ficou reformada começou a ter mais tempo livre. Sempre foi uma mulher que socializou bastante. À medida que o seu estado de saúde mental avançava



mais próximos íamos ficando. E depois veio a pandemia COVID 19, ao mesmo tempo que o seu processo cognitivo e comportamental se alterava e acentuava. E de repente, uma “nova” pessoa emergia, e eu, pela força das circunstâncias, cada vez a visitava mais. Durante esse tempo que passávamos juntos começámos a construir novos imaginários, a fazer brincadeiras e a dizer disparates. Eu tinha-me esquecido como ela gostava e sabia dançar! Aos domingos depois do almoço havia sempre um mote para a tarde. Se almoçávamos bacalhau nesse dia, a seguir íamos desenvolver uma dança do bacalhau, ou se a refeição era peru, era a dança do peru. Se, por acaso, víamos uma borboleta (ela adora borboletas, principalmente brancas) fazíamos a dança da borboleta, cantando, dançando e fazendo um encadeamento desses momentos. Aí, fui-me apercebendo de muitas coisas que ela sabia e gostava e que me eram totalmente desconhecidas.

Por exemplo, descobri que ela adorava o Charlie Chaplin. E comigo imitava as suas expressões e o seu andar, e eu achei aquilo tão engraçado e estimulante que comecei a ativar ainda mais esse filão à medida que íamos repetindo os momentos *chaplinianos*. Eu pintava-lhe um bigode, ela fazia as caretas e os passos, e assim nos entretínhamos durante horas. E eu ia fazendo vídeos no telemóvel, e pensava: “isto tem que ficar registado porque é tão único que tem de ser mostrado em alguma circunstância”.

Comecei a vislumbrar, aqui, um verdadeiro potencial artístico. Desejava secretamente poder levar esta energia para a cena e construir qualquer coisa juntos, ao mesmo tempo que a insegurança e o pudor me invadiam. Pensava que expô-la num espaço como o teatro, sem que ela tivesse a total noção dessa exposição seria demasiado arriscado. Para além do facto de que era, para ela, um lugar demasiado distante e estranho. Fui adiando essa possibilidade. Aquilo que me ia permitindo e que estabeleci, foi continuar a registar em fotos ou vídeos as experiências que íamos vivendo, como uma espécie de memória futura e arquivo da nossa história.

Até que um dia, na apresentação que fiz em 2019 no ciclo A Minha História da Dança<sup>2</sup>, decidi partilhar um destes vídeos onde a minha mãe aparece a

---

2 A Minha História da Dança é um programa organizado pelas associações culturais O Rumor do Fumo



**Figuras 1 e 2 :**

Espectáculo *Miquelina e Miguel*, TBA, Lisboa 2022. Fotografia © Joana Linda.



**Figuras 3 e 4 :**

Espectáculo *Miquelina e Miguel*, Futurama, Beja 2024. Fotografia © Bruno Simão.

dançar e a cantar a marrabenta<sup>3</sup>. Foi aí que a Laura Lopes, programadora do Teatro do Bairro Alto, ao ver esse vídeo, me desafiou a desenvolver algo entre mim e a minha mãe. Achei que era o momento, então, de avançar, sem medo e legitimado por esse convite. Reuni uma pequena equipa, colaborando com Bibi Dória e Paula Caspão<sup>4</sup>, e juntos começámos a delinear e a desenvolver o processo de criação, sempre num lugar entre o fascínio e o medo, numa confusão intrincada entre o trabalho e a minha vida pessoal e familiar: como trazer para dentro do estúdio e da cena, a casa e a nossa privacidade? Como reflectir sobre as questões éticas da exposição e da abordagem do tema? Esta não é uma peça sobre a demência, nunca tive essa pretensão. Então informei-me, pedi conselhos e consultei especialistas, e fui avançando apesar das opiniões, por vezes contraditórias, de amigos ou profissionais.

### **Descobertas e desafios, pessoais e criativos**

Levar a minha mãe para o estúdio foi um processo maravilhoso, mas logisticamente complexo. A presença assídua da minha irmã Magda, que se tornou a verdadeira cuidadora da minha mãe, era essencial e imprescindível em todo este processo. Ver a minha mãe confrontar-se com um novo lugar e uma nova realidade para ela, a adaptar-se à presença de pessoas que lhe eram estranhas ao circuito familiar, foi crucial para o meu entendimento desta sua nova faceta. E a forma como ela ia interagindo ou rejeitando, criava as condições e as medidas em que nós podíamos construir o espetáculo.

Um dos episódios mais curiosos neste processo aconteceu com uma temática bastante recorrente nas nossas brincadeiras em casa e que tentámos explorar, com bastante entusiasmo meu, no estúdio. A partir de dada altura, a

---

e Fórum Dança em que são convidados artistas nacionais e internacionais para virem expor a sua história da dança no cruzamento com a história da dança mais universal.

3 A marrabenta é uma dança étnica de Moçambique bastante apreciada no período colonial pelos colonos que a dançavam em contextos sociais. Era acompanhada por uma canção em dialecto que a minha mãe ainda hoje consegue reproduzir em fragmentos.

4 Este projecto foi criado com a colaboração de BiBi Dória, que assistiu à criação e deu apoio aos ensaios, e de Paula Caspão que fez o acompanhamento dramaturgico, ajudando-nos a colocar as questões e a dar relevo aos assuntos essenciais. A presença assídua ao longo de todo o processo de Laura Lopes, com o seu olhar externo, contribui bastante para o estreitamento que considero importante entre a criação e a programação.

merda, o cu e seus derivados, banalizaram-se nas nossas conversas e interações. Abordar este assunto com a minha própria mãe era impensável na fase pré-demência, mas rapidamente aderi entusiasticamente e juntos rimo-nos muito. De repente, era algo tão prosaico como falar de comida ou do tempo. Reproduzir sons e gestos associados aos gases, ou aos *foguetes*, como ela lhes chamava, tornou-se apetecível e fonte inesgotável de trocadilhos e criatividade. Um dia, num ensaio, tentei trazer o tema através da leitura de um livro chamado *A Arte De Dar Peidos, Ensaio teórico-físico e metódico de 1751*, de Pierre-Thomas-Nicolas Hurtaut (2010), que tinha adquirido uns anos antes e tinha o desejo de poder criar qualquer coisa à volta dele. A reacção da minha mãe, perante essa leitura naquele dia e na presença de algumas pessoas na sala, provocou um súbito desagrado e mal-estar da sua parte, ameaçando mesmo abandonar a sala se eu continuasse. Apercebi-me que ali, havia uma linha vermelha que não era possível ultrapassar.

Muitos dos ensaios e muitas das situações e coisas que aconteceram, estão registadas, havendo a intenção e o desejo de um dia fazermos um filme/documentário a partir desta nossa história. Temos os vídeos caseiros que eu fui filmando; vídeos de ensaios ou de registo da própria peça, que mostram vários ângulos e perspectivas desta aventura, inclusive mostram também os bastidores e o lado que não é visível normalmente na peça. *Miquelina e Miguel* é uma peça que oscila entre a sua estrutura bastante definida e algo que nunca é possível prever, sabendo que há muito de imponderável na sua experiência. Desde a estreia já fizemos 11 apresentações<sup>5</sup>. Cada apresentação é única e irrepetível. Eu nunca consigo controlar totalmente o espectáculo.

É a primeira vez que me acontece ir para um lugar tão difícil e ao mesmo tempo desafiante e prazeroso. Tudo pode realmente emergir e acontecer. Nunca consigo prever o seu desfecho — como é que ela vai reagir aos estímulos das músicas, do que falamos, ou das suas necessidades pessoais urgentes. Como é que a presença do público transforma ou não o nosso plano e como isso a inibe ou a desinibe mais. As palmas, por exemplo; quando o público bate palmas, isso desencadeia todo um processo catártico entre nós

---

5 Até janeiro 2025, mês em que foi revisto este texto para publicação.

e a plateia, e ela fica *super* feliz como se sempre tivesse vivido essa situação. Quanto mais palmas lhe batem, mais ela quer dançar e mostrar às pessoas, as coisas que sabe fazer. Parece que “nasceu” para isto sem que eu até aí o imaginasse. Descobri que ela é tipo... uma diva!

Toda a construção é feita neste limbo, validada todos os dias (e que ainda hoje se continua a validar, porque o espetáculo continua em circulação). Muitas vezes lhe pergunto: “olha, nós vamos fazer o espetáculo, vamos dançar os dois, tu queres fazer?” E a resposta é sempre tão efusiva: “vamos, vamos, claro, eu quero, é quando?”, que só isso possibilita e confirma a sua continuidade. Até quando, não sei.

Dou por mim a não conseguir destringir todas as dimensões que abarcam este projecto, seja para mim seja para todas as pessoas que o testemunharam e que me vão transmitindo as suas opiniões, impressões, reflexões e pontos de vista, pontualmente contraditórios, divergentes. Mas mantém-se sempre o amor e a coragem deste gesto e desta partilha, para lá daquilo que racionalmente queremos ou conseguimos entender.

Nestas doenças da memória, a que alguém também chamou a doença da felicidade, o cérebro vai ficando com cada vez mais buracos, como um queijo *Gruyere*, ou um candelabro que vai perdendo pouco a pouco as suas lâmpadas. Nos meus 60 anos (agora com quase 62 anos que irei completar brevemente), muitas vezes tento perscrutar os seus mistérios e os seus enigmas e projectar-me nesse futuro incerto, receoso e fascinado, até que tudo se apague.

## Referências

- Hurtaut, P.T.N. (2010) *A Arte De Dar Peidos, Ensaio teórico-físico e metódico de 1751* (Alves, J.L. Trad). Orfeu Negro
- O Rumo do Fumo (2025). *Miquelina e Miguel*. [https://www.orumodofumo.com/pt/em-circulacao/pecas/miquelina-e-miguel-d\\_131](https://www.orumodofumo.com/pt/em-circulacao/pecas/miquelina-e-miguel-d_131)
- O Rumo do Fumo (2025). *Miquelina e Miguel* (2022) - *teaser* [Video] Canal Vimeo <https://vimeo.com/1056319971>.

# Uma rede de afetos

**FILIPA FRANCISCO**

Mundo em Rebolço

## **PALAVRAS-CHAVE**

DANÇA, CRUZAMENTOS DISCIPLINARES, COCRIAÇÃO,  
COMUNIDADES, TRADICIONAL/CONTEMPORÂNEO, ARTE PARTICIPATIVA, ENCONTRO

A Mundo em Rebolição (MR) é uma estrutura de investigação, experimentação, formação, criação e circulação que trabalha na área da dança e dos cruzamentos disciplinares com diferentes comunidades, em estreita colaboração e cocriação. Escrevo este texto na qualidade da sua fundadora e diretora artística.

Cocriação é para mim uma palavra muito importante. Visa o desenvolvimento de projetos artísticos em ligação direta com os territórios e proporcionando o encontro entre profissionais e não profissionais. Também gosto muito da palavra *amador*: aquele que ama. A partilha entre pessoas de diferentes culturas, meios socioculturais e gerações. A associação Mundo em Rebolição tem um trabalho de proximidade: liga o urbano e o rural, o tradicional e o contemporâneo, com um enfoque particular no envolvimento das populações através de propostas de arte participativa. Em todos os seus projetos, a MR desenvolve ações paralelas de mediação, formação e capacitação, que promovem, entre outras coisas, a cidadania ativa. Entre essas ações estão *workshops*, conversas, conversas à volta da mesa (ter comida é muito importante), ensaios abertos e exibição de vídeo-documentários que revelam, aproximam e incitam à reflexão sobre os processos criativos.

A *Viagem* é um projeto que faz 14 anos em 2025<sup>1</sup>, que trabalha com grupos de dança tradicional e no qual se conjuga a dança tradicional com a dança contemporânea. Os grupos são formados por pessoas de idades muito variadas, dos seis aos 85 anos. Este espectro alargado de idades decorre naturalmente do facto de, com este projeto, abirmos um espaço criativo de comunidade onde surgem frequentemente agregados familiares que atravessam várias gerações. A relação intergeracional é muito produtiva por várias razões: nos mais velhos reside um conhecimento prático das tradições que vai sendo passado aos mais novos e que se valoriza em cada peça que fazemos; por seu lado, os adultos de meia-idade são muitas vezes os que mantêm os ranchos folclóricos ativos, dado que é uma atividade com alguma exigência física; e os jovens vão trazendo também a este terreno criativo comum as referências

---

1 Ver destaque no website da Mundo em Rebolição: <https://www.mundoemrebolico.pt/detail/a-viagem/>



próprias da vivência social da sua idade. Esta transmissão é muito importante para a aprendizagem e preservação das danças tradicionais, mas também para a sobrevivência do associativismo e das coletividades. Dou o exemplo do grupo Folclórico do Pego: um dos seus elementos, que fez *A Viagem* com 10 anos, tem agora 23 anos e é o novo diretor deste grupo. Está neste momento ligado à mediação e a trabalhar com a Mundo em Reboição nos projetos neste território, em Abrantes.

Uma condição essencial para a qualidade e solidez deste projeto foi o tempo que tivemos para o concretizar; não só em cada uma das suas versões (associadas a períodos de residência, cocriação e apresentação pública), mas também pela continuidade, pois até hoje já fizemos 26 versões de *A Viagem* por todo o país e duas no estrangeiro. Num mundo capitalista em que a arte também se torna um produto de consumo rápido, a questão do tempo é muito importante.

Em 2011, quando começámos, a primeira versão de *A Viagem* foi desenvolvida durante um ano, em investigação. Entre os meses de agosto e setembro, passámos dois meses com o Grupo Folclórico Os Camponeses de Riachos (que é uma zona mais rural à volta de Torres Novas), dos quais resultou uma pré-estreia no âmbito do Festival Materiais Diversos, no Teatro Virgínia, Torres Novas, em outubro de 2011. Depois disso, em janeiro de 2012, trabalhámos mais um mês com o Grupo Folclórico da Corredoura, no concelho de Guimarães, do qual resultou a estreia definitiva do projeto, com a apresentação de dois espetáculos no espaço ASA, no âmbito da Capital Europeia da Cultura. E só depois desse momento é que chegámos, então, a uma partitura aberta que circulou, e circula, por vários grupos folclóricos, criando assim várias viagens, várias versões locais do projeto *A Viagem*. Isto significa que em cada território a peça não é exatamente igual; em cada território nasce um novo espetáculo.

No início do processo de criação em 2011, focámo-nos muito na pesquisa sobre os passos (dos movimentos das danças tradicionais), na questão de ensinar a improvisar, e na intenção de percebermos as histórias, que encontrávamos nas recolhas de material local. Mas, ao longo dos anos, começámos a investigar bastante mais à volta do contexto, nos territórios, sobre as



**Figura 1 (em cima):** *A Viagem*, de Filipa Francisco com o Rancho Folclórico Mensageiros da Alegria (Gois), ensaio. Fotografia © Mundo em Reboição; **Figura 2 (à direita, acima):** *A Viagem*, de Filipa Francisco com a tocata do Rancho Folclórico O Arraias (Ílhavo 2017), ensaio. Fotografia © Mundo em Reboição; **Figura 3 (à direita, abaixo):** *A Viagem*, de Filipa Francisco com o Grupo Folclórico da Corredoura (Guimarães), espectáculo. Fotografia © João Peixoto.



tradições, por exemplo da medicina tradicional portuguesa, os quebrantos, as máscaras... E essas informações começaram a fazer parte da peça (que resultava de aplicarmos a partitura). O processo é muito importante. Não só o espetáculo, mas também estas trocas e estas partilhas. Todos os participantes são cocriadores. Digo sempre que ninguém quer ser figurante na sua vida. Nós queremos assumir o papel principal. No entanto, apercebi-me que em muitos casos os grupos folclóricos são integrados, em peças teatrais ou eventos públicos, como se fossem figurantes; e por isso quando os contacto para trabalharmos juntos, pensam que vão ter uma intervenção de cinco minutos. Mas não. Nesta peça, são protagonistas centrais. Ou seja, em cada versão da *Viagem*, que resulta do processo local face à partitura base, os participantes dos grupos folclóricos entram na peça do princípio ao fim, como cocriadores do espetáculo. Neste projeto, a equipa profissional que o acompanha sempre no terreno é determinante; são colaboradores de longa data, que aprenderam a trabalhar com estes grupos, pela prática de 14 anos. António-Pedro, o compositor da música que entregou a direção musical a Ricardo Freitas; os bailarinos e cocriadores Susana Domingos Gaspar e David Marques; o assistente de direção artística Pietro Romani; a diretora técnica e desenhadora de luz Mafalda Oliveira; e Ricardo Figueiredo na área de som.

No ano passado lançámos o livro com música *A Viagem* (Francisco e Pedro, 2024); os muitos cruzamentos que proporcionamos suscitaram esta pergunta na sinopse da contracapa: “Que dança nasce do encontro entre Cunningham, fandangos e viras? E que música pode uma tocata improvisar ao som de *drones*, quebrantos e galinhas?”. É um livro e o disco vinil do espetáculo, com textos de vários autores e vários trechos musicais, que são como uma carta de amor a todos os que nele participaram.

No meu trabalho enquanto coreógrafa, encontrei-me com a Companhia Maior quando dirigi o espetáculo *Força* (2015), apresentado no Centro Cultural de Belém. Desta experiência guardo muito presente a recordação do momento em que fui convidada para trabalhar com esta companhia — surgiu quando estava em Águeda a trabalhar com dois Grupos Folclóricos. Há muito tempo que queria conhecer a Companhia Maior e passar pela experiência de coreografar para estes corpos, de com eles cocriar. O primeiro encontro foi

feito através de um *workshop* de uma semana, no Centro Cultural de Belém. Depois, surgiu o título *Força*. Também poderiam ser 24 títulos representando cada uma das pessoas. A imagem, a sensação mais forte que tive durante essa semana, foi o dueto com Iva Delgado, num exercício sensorial, de toque e memória — o seu corpo, aparentemente frágil e delicado, encerrava uma enorme força. As mãos e as suas palavras fizeram-me dançar. Daqui, surgiu o início do caminho: trabalhar a partir das memórias de dança que estão no nosso corpo, passadas ou recentes, profissionais ou sociais. As danças que nos afetam e que falam de afeto.

O meu processo de criação consiste em propor aos grupos que comecem com uma ideia, com várias pequenas ideias, mas no vazio, sobre o que será a peça. É a partir daqui que se descobrirá aquilo que queremos dizer, através da intuição, da experimentação, investigação, improvisação, composição, da construção de uma dramaturgia. Pensar e fazer juntos. Durante a criação de *Força*, a Iva disse: “Não nos coloquem dentro duma cova e digam: respirem!”. A Celeste Melo disse: “Eu sou capaz! Eu estou aqui de asas abertas para todos”. Guardo ainda notas de outras frases que surgiram nos ensaios: “Não há novos, nem velhos, há a imprecisão, da esperança de que o mundo não esteja à beira da catástrofe”; “Somos uma força, uma força interventiva, que quer falar sobre o que se está a passar no mundo. A cultura está sob ameaça e eu quero lutar.” Este trabalho com a Companhia Maior, inscreveu-se naturalmente nas motivações e práticas do meu percurso como artista (e que desenvolvo no âmbito da Mundo em Rebolicho), tecendo afetos, como está patente no texto criado para a folha de sala para o espetáculo<sup>2</sup>:

Filipa Francisco trabalha com as pessoas e as suas características individuais ou de comunidade com paixão. Ela é também uma artista interventiva atenta aos direitos humanos, como vimos nas suas representações da violência doméstica (*Nu Meio*) das mulheres da República (*Para Onde Vamos?*) e da exclusão social de reclusos (*Rexistir*). Nas obras com as jovens da Cova da Moura (*Íman*) e os ranchos folclóricos (*A Viagem*) a preciosidade da diferença cultural é evidente. Estas exigentes aventuras harmonizam sátira e beleza e transmitem o valor da

---

2 Disponível em <https://companhiamaior.pt/arquivo/folha-de-sala-forca/> (acedido em 1-4-2025)

arte para a experiência e participação na vida. Com a Companhia Maior a coreógrafa elogia a força latente de corpos que julgamos frágeis e dá voz a pessoas que querem falar do que está a acontecer ao mundo (Varanda, 2015).

O trabalho artístico da Mundo em Rebolicho cruza-se intimamente com o projeto *A Viagem*, tanto em sentido metafórico, como em sentido real. Há um movimento de deslocação e de ligação entre vários territórios e pessoas. Um cruzamento efetivo entre a dimensão das danças tradicionais e o universo estético contemporâneo. Uma proposta de uma conjunta e contínua movimentação e intensificação de afetos. Trata-se de um trabalho que envolve pessoas de todas as idades e que valoriza a cultura tradicional e as tradições. Empodera, fomentando a autoestima e o sentimento de pertença e propicia a capacitação dos participantes para as artes contemporâneas.

Em cada projeto da Mundo em Rebolicho há a preocupação de valorizar a cultura das comunidades envolvidas, de fazer ressaltar a riqueza que encerram no domínio dos costumes e das tradições transmitidas de geração em geração, que fazem através das canções, movimentos e trajes, confrontando esta herança viva com percursos na música e na dança contemporânea. As atividades da associação aprofundam a reflexão em torno da dimensão social, política e poética da arte, deslocando o trabalho artístico para espaços e linguagens que aumentam as possibilidades de encontro com o público.

## Referências

- Francisco, F. e Pedro, A. (org) (2024) *A Viagem - livro com música*. Associação Caótica e BOCA - palavras que alimentam.
- Varanda, P. (2015) Que é que eles pensam e não dizem? Folha de Sala *Força*. Centro Cultural de Belém.

# *Tsugi* - Dança contemporânea e envelhecimento criativo

**RAFAEL ALVAREZ**

Diretor Artístico e Coreógrafo, *Bodybuilders*

**PALAVRAS-CHAVE**

DANÇA, FOTOGRAFIA, COOPERAÇÃO ARTÍSTICA, INTERGERACIONAL, INCLUSÃO

*Tsugi* (do japonês: reparar, ligar, unir) é um projeto de criação coreográfica e mediação artística, de carácter multidisciplinar (dança e fotografia), intergeracional e inclusivo, dirigido por mim, Rafael Alvarez, enquanto coreógrafo e promovido pela associação que dirijo, a *Bodybuilders*. *Tsugi* convoca simbólica e metaforicamente a técnica artesanal e milenar japonesa do *kintsugi*, que consiste em reparar e ligar peças de cerâmica quebradas através de uma liga dourada. A intenção da arte *kintsugi* não é devolver o objeto ao seu estado imaculado — pelo contrário, as fissuras e as marcas da passagem do tempo são realçadas com uma mistura de laque e ouro em pó, assumindo naturezas e presenças perfeitamente imperfeitas.

A vulnerabilidade, a fragilidade e a efemeridade presentes nos corpos e lugares, que protagonizam as diferentes atividades de *Tsugi*, valorizam uma dimensão de ligação, reparação, reconciliação e circularidade que celebra a dança, o tempo presente e o corpo da experiência. *Tsugi* surge assim como plataforma artística que assume diferentes ramificações em torno de uma raiz comum: a dança contemporânea de, para e com participantes profissionais e não profissionais, resultando em atividades de formação e mediação, pesquisa, experimentação, criação coreográfica e apresentação de espetáculos de dança.

A plataforma *Tsugi* investe numa lógica de cooperação artística, promovendo encontros e diálogos criativos de âmbito intergeracional e intercultural, reunindo e facilitando em diferentes momentos encontros e intercâmbios artísticos, em especial entre participantes maiores de 55 anos de diferentes regiões do país e, pontualmente, da região de Paris, bem como com jovens estudantes e/ou praticantes de dança. Neste contexto, têm sido desenvolvidos desde 2020 distintos projetos de ligação à comunidade e de apresentação pública.

### ***Tsugi Porto* - Dança Contemporânea para Seniores**

*Tsugi Porto* constituiu-se como um projeto piloto de dança contemporânea de carácter inclusivo, que pretendeu contribuir para minimizar o sentimento de solidão e de isolamento social dos mais velhos e para promover um envelhecimento da população mais humanizado, mais saudável e mais



criativo. Oferecendo tempo ao tempo e corpo ao corpo, através do recurso a uma aproximação e contacto com as linguagens da dança contemporânea, introduzindo e explorando de forma continuada, metodologias e práticas artísticas inclusivas.

O eixo central do projeto focou-se na implementação de um programa de intervenção artística para seniores institucionalizados, organizando de Novembro de 2021 a Fevereiro de 2023 um programa regular de aulas semanais de dança contemporânea (mais de 185 ao longo do programa), implementadas gratuitamente em cinco estruturas residenciais de apoio a idosos (lares e centros de dia) do distrito do Porto, para além de um ciclo de laboratórios mensais *Dança Contemporânea +55 Anos* e de aulas mensais do projeto *Dançar com Parkinson/Dance for PD - Portugal*.<sup>1</sup>

O *Tsugi Porto* que concebi e coordenei neste período foi produzido pela *Bodybuilders*<sup>2</sup>, integrando um consórcio estabelecido pela *Bodybuilders* com cinco organizações sociais de apoio a idosos.<sup>3</sup>

O programa central de mediação de dança contemporânea dirigido a seniores institucionalizados foi dinamizado pela coreógrafa/professora Teresa Prima e por mim, tendo como base a metodologia que tenho vindo a desenvolver nos últimos 24 anos no contexto do projeto regular *Dança Contemporânea +55 Anos & Seniores*, agora em cruzamento com diferentes abordagens ao movimento somático que Teresa Prima tem aprofundado na sua experiência como pedagoga e facilitadora de dança, enriquecendo este processo.

*Tsugi Porto | Dança Contemporânea para Seniores* integrou um universo de mais de 175 participantes, com idades compreendidas entre os 65 anos e os +100 anos, incluindo igualmente a criação e apresentação de um espetáculo final intergeracional, ao qual deram corpo diferentes participantes (45

---

1 Atividades acolhidas em parceria pelo Balleateatro e Coliseu Porto Ageas.

2 Projeto cofinanciado pela Fundação Belmiro de Azevedo (FBA) e *Bodybuilders*, no âmbito do programa de "Apoio a projetos de criação artística que visem o combate à solidão da população sénior em Portugal" lançado pela FBA.

3 Santa Casa da Misericórdia do Porto, Associação das Obras Sociais S. Vicente de Paulo/Casa de Lordelo, CCD Porto - Centro de Dia Latino Coelho e Lar de Atões, Centro de Dia Memória de Mim/Alzheimer Portugal - Delegação Norte, *Dançar com Parkinson*, Balleateatro, Ginásiano/Kale, Coliseu Porto Ageas e ATEs - Área Transversal de Economia Social/Universidade Católica Portuguesa | Porto, entidade responsável pela realização de um estudo de impacto que acompanhou as diferentes fases do projeto.

intérpretes profissionais e não-profissionais maiores de 50 anos, seniores e jovens estudantes de dança), com apresentação no palco do Coliseu do Porto. Foi ainda desenvolvida uma exposição e a edição de um livro de fotografia da autoria de Elisabeth Vieira Alvarez que acompanhou as diferentes etapas do projeto, constituindo-se como um objeto artístico autónomo, complementar e dialogante com as atividades de movimento e criação coreográfica. Na sua globalidade, as diferentes ações dinamizadas pelo projeto envolveram um total de 230 pessoas, integradas diretamente nas atividades de mediação, formação, criação artística e apresentação pública.

*Tsugi Porto* convidou e desafiou os seus participantes diretos, cuidadores, públicos e comunidade, a refletir e a contribuir para uma mudança de paradigma da visão e do lugar do envelhecimento, do envolvimento e da cidadania dos mais velhos na sociedade e na vida contemporânea em Portugal, colocando o corpo e a criação artística como elemento central desse processo.

O projeto destacou-se pela pesquisa e experimentação de estratégias inovadoras para uma maior humanização do processo de envelhecimento em contexto institucional, alicerçando-se no conceito de envelhecimento criativo aplicado a processos e práticas de movimento, enquanto priorizava uma dimensão ética e estética do corpo e das linguagens da dança contemporânea. O projeto valorizou a autonomia criativa, a determinação e a identidade das pessoas mais velhas, através de metodologias artísticas que exploraram a comunicação não-verbal, a construção de um vocabulário de movimento partilhado, o diálogo interpares, o respeito e a dignificação de todas as pessoas e das vulnerabilidades que advêm do processo de envelhecimento, potenciando assim a riqueza e o património humano e cultural dos mais velhos.

*Tsugi Porto* veio consolidar, sistematizar e prosseguir práticas de investigação e experimentação, disseminando modelos de boas práticas de trabalho na área da mediação artística da dança junto da comunidade sénior e do seu potencial de replicação em diferentes contextos de intervenção (social, cultural e clínico).

Os resultados do projeto e desta iniciativa piloto permitiram alcançar um impacto muito positivo na melhoria da qualidade de vida dos participantes (validado através de uma análise de dados e indicadores mensuráveis),

na redução do seu isolamento social e na minimização do sentimento de solidão experienciado em contexto institucional, com especial relevância no período de intervenção das atividades, que coincidiram com o contexto singular de pandemia da COVID-19 (doença do coronavírus).

### **Tsugi - Espetáculo Intergeracional**

*Tsugi*<sup>4</sup>, um espetáculo de dança contemporânea também dirigido por mim enquanto coreógrafo resultou, na sua primeira versão de estreia (Coliseu do Porto, Outubro 2022), de um intercâmbio artístico entre a) 45 intérpretes maiores de 50 anos e seniores das regiões do Porto, de Ílhavo, de Lisboa e de Paris e b) de um grupo de jovens estudantes de dança das escolas profissionais e vocacionais do Balletteatro e Ginásiano/Kale. O espetáculo de estreia, apresentado no palco do Coliseu do Porto, resultou de um processo de criação coreográfica desenvolvido ao longo de uma residência criativa intensiva, tendo como premissa o encontro, o diálogo criativo e intercâmbio artístico. Valorizámos através da dança a experiência de vida e diversidade de todos os participantes, num movimento de ligação e celebração da intervenção alargada do primeiro ano de vida do projeto *Tsugi* no distrito do Porto, com a introdução do programa regular de aulas, dinamizadas no contexto de lares e centros de dia.

Estes corpos que se convocam e se celebram através das diferentes etapas do projeto *Tsugi*, são corpos de experiência, resiliência e ação — são de corpos de ligação. No palco do Coliseu do Porto, os intérpretes deste grupo intergeracional, constituíram-se como embaixadores de muitos outros corpos, multiplicando identidades que atravessam e dão corpo e testemunho da criatividade, da resiliência e do entusiasmo associados às restantes atividades de mediação, formação e inclusão e que integraram o núcleo central deste projeto de cruzamento entre dança contemporânea e dança inclusiva. Quisemos celebrar a experiência de vida, a dança e a poesia dos corpos em movimento num projeto inovador de envelhecimento criativo. Nas etapas seguintes, que se têm consubstanciado na recriação e circulação do espetáculo, foi lançado esse desafio aos diferentes participantes das comunidades

---

4 *Tsugi* <https://www.bodybuilders.pt/tsugi>, vídeo disponível em <https://vimeo.com/782557984>

**Figura 1:** Ensaios espetáculo *Tsugi*, Convento São Francisco.  
Fotografia © Teresa Raquel Martins.





**Figura 2:** Espetáculo *Ekō Tsugi*, Palácio Nacional da Ajuda. Fotografia © Rafael Alvarez.

locais, onde o projeto tem vindo a ser desenvolvido e apresentado (Paris, Faro, Coimbra e Ponta Delgada)<sup>5</sup>. Mantivemos o ponto de partida temático e a metodologia resultante deste processo de criação coreográfica intergeracional, reunindo a cada etapa e em cada palco um universo de cerca de 50 a 80 intérpretes em cena.

### ***Ekō Tsugi* - Dança na Comunidade e Ecologia em Movimento**

*Ekō Tsugi*<sup>6</sup>, é um novo projeto, que quer plantar ideias e ações no corpo, reflorestar realidades para uma ecologia corporal e semear a construção de uma nova geografia eco humana. Religar corpo e natureza num convite à dança e à criatividade, celebrando a experiência de vida e a inteligência dos ecossistemas.

Na sua versão de lançamento, o projeto propôs um diálogo criativo com o património ambiental, rural e humano da aldeia do Coentral Grande (Castanheira de Pera/Serra da Lousã) e com o património cultural e arquitetónico do Palácio Nacional da Ajuda (Lisboa), tendo também uma extensão e apresentação em Paris; partiu-se de um intercâmbio e cooperação entre 30 participantes maiores de 55 anos e seniores das regiões de Lisboa, de Castanheira de Pera e de Paris, envolvendo a comunidade local e visitantes. Os espetáculos apresentados no final de cada período de residência criativa (Outubro 2023), em forma de percurso coreográfico na paisagem e na arquitetura, convidaram o público, a comunidade local e os participantes, a plantar ideias e a celebrar a dança, o património ambiental e a experiência da vida rural num movimento de partilha coletiva.

*Ekō Tsugi* prosseguiu e aprofundou a motivação e identidade dos projetos impulsionados nos últimos anos pela *Bodybuilders*, através de uma ponte criativa entre Portugal e o Japão.

Ao longo dos diferentes períodos de residência artística imersiva implementados pela plataforma *Ekō Tsugi* desafiaram-se os participantes, comunidade e públicos a explorar, a refletir e a debater sobre modelos de preservação

---

5 Paris - Festival Faits Maison/Micadanses, Junho 2023; Faro - Teatro das Figuras, Março 2024, Coimbra - Convento São Francisco, Março 2025, Ponta Delgada - Teatro Micaelense e Estúdio 13, Junho 2025.

6 *Ekō Tsugi* <https://www.bodybuilders.pt/ekō-tsugi>

do meio ambiente e da biodiversidade. Foram ainda abordadas práticas de sustentabilidade ambiental, inquietações face à realidade do mundo rural e ao isolamento das regiões do interior bem como o impacto de uma cultura viva de 'cidadania verde', de preservação, regeneração e recuperação da diversidade do património ambiental, arquitetónico, rural, cultural e humano. Estas reflexões e estes reencontros entre corpo e natureza foram transformados num convite à dança e à criatividade que, por sua vez, proporcionaram experiências artísticas na paisagem, onde se valorizou, de forma participativa, intergeracional e inclusiva, a preservação e celebração da diversidade ambiental e humana, do tempo presente, e o diálogo e cooperação entre pessoas e lugares, partindo do corpo e da dança como ponto de encontro.

O programa contou, em cada um dos três locais de residência artística (Coentral, Lisboa e Paris), com um período de laboratório de pesquisa e criação coreográfica; neste período desafiámos um conjunto de cerca 30 participantes maiores de 55 anos e seniores (e onde as pessoas com menos de 55 anos também eram bem-vindas) das regiões de Lisboa, Castanheira de Pera e Paris, a criar e apresentar ao público, um espetáculo de dança em forma de percurso coreográfico. Paralelamente, e durante este período, foram organizados workshops e encontros abertos à comunidade local, culminando na apresentação pública dos espetáculos/percursos coreográficos criados coletiva e localmente. Em simultâneo, foi realizado um filme documentário<sup>7</sup> que acompanhou diferentes momentos da residência e das experiências desenvolvidas em contexto rural.

Esta ramificação do projeto surge do interesse contínuo da *Bodybuilders* na pesquisa de uma prática coreográfica que flutua e se alimenta entre diferentes áreas artísticas, procurando acionar nos seus processos criativos uma vontade e desejo de aproximar e cruzar pessoas, lugares e comunidades, partindo do lugar do corpo e da diversidade humana. *Ekō Tsugi* coloca simbólica e materialmente a figura das árvores e da inteligência dos ecossistemas ambientais como paradigma para pensarmos o lugar e o papel do corpo — ético, ecológico, poético, político e estético num tempo de emergência climática

---

7 Filme documental realizado por Vitor Hugo Costa/Metafilmes.

global; pondera também sobre a herança e a inteligência destes ecossistemas, lançando o desafio para refletir sobre a vida em comunidade e sobre a diversidade e coexistência de espécies humanas e não-humanas, dando lugar a um diálogo entre pedras, terra, árvores e outros corpos, corporalizando-se num manifesto ecológico em movimento.

O projeto *Ekõ Tsugi* prosseguirá num futuro próximo com diferentes iniciativas, centradas sobretudo na continuidade da intervenção e ligação à aldeia do Coentral Grande/Castanheira de Pera e da sua comunidade. Tal continuidade será assegurada, por um lado, através da organização em 2026 de uma nova edição de residência artística com participantes locais e das regiões de Lisboa e de Paris. Por outro lado com iniciativas pontuais ao longo de 2025 que replicam algumas ações e práticas criativas em contexto rural, como será o caso das intervenções nas aldeias de Alfafar/Penela (em parceria com o *Lugar do Meio* e *Linha de Fuga*) e em Pontemieiro/Vale do Cambra (em parceria com a associação *Unificar/Projeto Dropi*).

O trabalho desenvolvido através desta plataforma *Tsugi*, transversal a todas as etapas e formatos de criação e de mediação da dança, tem sido desenhado a partir do corpo e da prática artística da dança, como elemento central, tendo por base a metodologia, o percurso, a experiência e as aprendizagens que fui acumulando no contexto do projeto regular *Dança Contemporânea +55 Anos*. Iniciei este projeto em 2001, com programas de aulas semanais em Lisboa, ao qual juntei, desde 2016, ciclos de laboratórios mensais em Paris e, a partir de 2023, em Almada, em parceria com a Casa da Dança.

Nas aulas e laboratórios do projeto *Dança Contemporânea +55 Anos*, desafio os participantes a mergulhar no universo da dança contemporânea, experimentando possibilidades de descobrir a criatividade através do corpo. Partindo de um encontro do movimento e da dança com outros materiais, como a música e as imagens, essas possibilidades de descoberta da criatividade são facilitadas por uma estrutura acessível de exercícios de aquecimento, respiração, manutenção física, improvisação e composição. Os participantes exploram dessa forma emoções, sensações, ideias, memórias, sons e imaginários que se podem transformar em danças e histórias de movimento. O envelhecimento criativo é promovido através do estímulo da autonomia



física, intelectual e artística, num convite para explorar a criatividade, aliada ao prazer de dançar e à valorização do corpo da experiência.

## Conclusão

A motivação para partilhar e aprofundar metodologias, ferramentas, processos de mediação e criação em dança contemporânea com públicos diversos, parte do meu interesse pessoal pelo pensamento e reflexão sobre o corpo, o movimento e a criação artística, sempre na perspetiva da diversidade humana. Considero que a dança e a criação artística contemporânea habita este lugar privilegiado da pluralidade e da singularidade (do corpo), permeável para pensar a vida e o mundo à nossa volta, perto e longe de nós. Todos temos um corpo, todos podemos dançar e é nesta ideia de corpo plural que podemos conceber um território de acesso democrático, um espaço criativo de partilha, de diálogo e de investigação artística.

Esta plataforma guiada pela metáfora da ligação (*Tsugi*) que atravessa as diferentes práticas deste projeto constitui-se como celebração da experiência de vida de todos os seus intervenientes; assenta num fluxo de movimentos de cruzamento, de interseção, de contaminação e de memória, que procura acionar no corpo múltiplos diálogos invisíveis sob um denominador comum — o prazer de dançar. Partimos assim de uma visão do processo de envelhecimento como parte integrante dos ecossistemas e do próprio desenho coreográfico, propondo uma reflexão aberta, empática e intimista sobre a dimensão estética e ética do corpo (ainda humano). Os diálogos (por vezes invisíveis) e os movimentos de ligação, preservação e reparação, presentes neste projeto satélite, respiram e corporalizam a dimensão efémera, a fragilidade e a beleza da dança, do ato criativo e da nossa própria existência.

A visão transversal aos projetos desenvolvidos no âmbito da plataforma *Tsugi*, partilha entre si diferentes materiais e matérias, que convidam a uma reflexão aberta e plural para desconstruir o idadismo e o capacitismo, que prevalece (ainda) na atualidade, em relação às pessoas mais velhas e, noutros casos, em relação aos corpos mais vulneráveis ou em situação de dependência. Investimos desta maneira na sensibilização e formação de jovens e futuros profissionais da dança, despertando-os para o potencial

inclusivo, criativo e de responsabilidade social que as práticas artísticas podem ter, e a dança contemporânea em particular, no aprofundar e cultivar da transformação de realidades.

Os resultados, as etapas de desenvolvimento criativo e a visibilidade das diferentes ações, priorizam o corpo e a experiência de vida como capital humano, em alternativa a uma visão da sociedade e da realidade, dominada pelo atual modelo capitalista neoliberal; um modelo que é pouco permeável ao investimento na defesa do bem-estar social, que está alheado dos valores da pluralidade e da diversidade humana, da importância da comunidade e da sustentabilidade social e ambiental. Sob a perspectiva capitalista e neoliberal, os corpos mais vulneráveis e mais velhos, sem lugar na lógica de produtividade, são esvaziados do seu espaço de autonomia e participação. Do ponto de vista conceptual, estético e ético, o foco e linha de intervenção artística da plataforma *Tsugi* e da *Bodybuilders* procuram afirmar-se como um contributo para, a partir do corpo, desenhar um movimento de alternativas, mudanças e transformações, oferecendo tempo ao tempo e corpo ao corpo, num constante exercício empático e poético para traçar e reinventar uma arquitetura dos corpos em movimento, aqui e agora.

# **O LATA 65 como garantia de acesso e participação cultural a maiores de 65**

**LARA SEIXO RODRIGUES**

Fundadora e Directora da Mistaker Maker - Plataforma de Intervenção Artística

A autora não adopta o acordo ortográfico de 1990.

## **PALAVRAS-CHAVE**

ENVELHECIMENTO ACTIVO, ARTE URBANA, *STENCIL*, PARTICIPAÇÃO CULTURAL,  
CRIAÇÃO ARTÍSTICA PARTICIPADA

A apresentação do projecto LATA 65 - Workshop de Arte Urbana<sup>1</sup> para Idosos na conferência internacional *Por uma Causa Maior: Arte, Cidadania e Idadismo no Envelhecimento* e especificamente no painel sobre “Acesso e Representação da Idade Maior na Cultura”, surge a convite da Acesso Cultura<sup>2</sup>.

A Acesso Cultura é uma associação cultural sem fins lucrativos que promove o acesso — físico, social e intelectual — à participação cultural, e cumprindo esta sua missão através de inúmeros formatos e metodologias. Neste sentido, a sua actuação tem-se confirmado para mim como:

- ▷ alimento para uma infindável curiosidade;
- ▷ instigadora de reflexões permanentes sobre o mundo que nos rodeia, nas mais variadas dimensões;
- ▷ lugar de encontro e diálogo, onde é possível o desacordo e a constante descoberta;
- ▷ possibilidade de alargamento da noção de acesso para todos;
- ▷ oportunidade de promoção de inclusão e coesão;
- ▷ permanente questionamento sobre a liberdade (de pensamento, de programar, de comunicar);
- ▷ aprofundamento do que poderá e deverá ser uma efectiva participação cultural (enquanto espectador, participante, co-autor, co-criador).

Apesar do meu trajecto profissional somente se cruzar com o da Acesso Cultura em 2014, a verdade é que a sua missão estabelece paralelo com muitos dos objectivos que desenhámos para um outro projecto que dirigi, o WOOL | Covilhã Arte Urbana<sup>3</sup> que, num outro tempo — 2011 —, e geografia, se apresentava como o primeiro festival destas expressões de arte contemporânea em Portugal. Estas revelaram-se ferramentas capazes de promover transformação social, cultural, económica e/ou turística numa comunidade e território especificamente do interior, aspirando à sua crescente coesão, sustentabilidade e a uma necessária descentralização da cultura.

Através do WOOL, ambicionávamos homenagear o legado histórico e a identidade da cidade, reabilitando áreas urbanas, através da criação artística

---

1 Informações adicionais sobre o LATA 65: [www.woolfest.org/projeto/lata-65](http://www.woolfest.org/projeto/lata-65)

2 Informações adicionais sobre a Acesso Cultura: [www.acessocultura.org](http://www.acessocultura.org)

3 Informações adicionais sobre o WOOL | Covilhã Arte Urbana: [www.woolfest.org](http://www.woolfest.org)

visual em espaço público — o palco mais democrático e democratizador de todos, possibilitador de intercâmbios, interacções e construção de humanidade, de dignidade e cidadania. Em todo este processo, ambicionávamos envolver a comunidade, despertando o seu interesse pela cultura e arte contemporânea e ao longo do tempo, construir um roteiro de arte capaz de promover uma regeneração do espaço urbano e uma transformação socioeconómica.

Nesta intenção de trabalho directo com a comunidade pelas ruas, aconteceu algo inesperado, principalmente numa cidade universitária. Quem nos acompanhava diariamente, a todas as horas, em todos os momentos e acções, eram os mais idosos. E não por uma questão de disponibilidade, mas de genuíno interesse, que se traduzia, por um lado, nas inúmeras perguntas sobre as histórias que estávamos a colocar nas paredes ou sobre os artistas — se tinham estudado para isto de pintar paredes ou se viviam disto; e, por outro, na participação e nas contínuas trocas de informação e objectos. O cenário que passámos a assistir diariamente, foi o de muitos idosos a virem acompanhar os trabalhos do WOOL, fizesse chuva ou sol (Figura 1), nas ruas perto da igreja, onde habitualmente iriam à missa. Mas a verdadeira surpresa, é que esta observação se foi repetindo por outras geografias do nosso país.

Um dia, a partilha desta experiência com um amigo, levou-me até a uma mesa de café e dela saí com o desafio de criar aquilo que poderia ser um *workshop* de arte urbana para maiores de 65, capaz de provar:

- ▷ que conceitos como envelhecimento activo e solidariedade entre gerações fazem a cada dia mais sentido;
- ▷ que a arte urbana tem o poder de fomentar, promover e valorizar a democratização do acesso à arte contemporânea, pela simplicidade e naturalidade com que atinge as mais variadas faixas etárias;
- ▷ que a idade é (apenas) um número.

Em Novembro de 2012, iniciámos aquela que supostamente seria a edição única do workshop de arte urbana para idosos — LATA 65. No ambiente descontraído do LxFactory (em Lisboa), recebemos um grupo de dez idosos e demos início ao primeiro módulo, teórico-visual, sobre o aparecimento do graffiti e sua derivação para a arte urbana. Sob o olhar atento dos nossos alunos, expusemos os estilos, os termos técnicos e as técnicas, partilhamos a



**Figura 1:** registo dos trabalhos durante o WOOL | Covilhã Arte Urbana - edição 2011, Arm Collective (PT), Covilhã (Créditos fotográficos: WOOL / Pedro Seixo Rodrigues);

**Figura 2:** LATA 65 | workshop de Arte Urbana para idosos - acção 1 (2012), fase 4, Lisboa (Créditos fotográficos: WOOL / Fernando Mendes).







**Figura 3:** LATA 65 | workshop de Arte Urbana para idosos - acção 11 (2015), S. Paulo, Brasil (Créditos fotográficos: WOOL / Lara Seixo Rodrigues);

**Figura 4:** LATA 65 | workshop de Arte Urbana para idosos - acção 43 (2019), Aberdeen, Escócia (Créditos fotográficos: WOOL / Louise Kendal).



mais variada informação sobre os artistas, estimulando o diálogo e a descontração do grupo para o que se seguia. E o que se seguiu foi uma sucessão de novas práticas, que se iniciaram com a criação e projecto do *tag*<sup>4</sup>, a base de identidade de qualquer *writter*<sup>5</sup>. Seguiu-se depois o módulo de aprendizagem da técnica de *stencil*<sup>6</sup>, onde se deu a maior das descobertas: a da (quase infinita) possibilidade de uma qualquer ideia, objecto ou mão ser transposto primeiro em desenho e, depois, em *stencil* pela definição e corte preciso das pontes de papel. Foi precisamente para uma parede que seguimos para a primeira experiência com a lata de spray (Figura 2), que resultou em momentos de pura alegria que pareciam reescrever todas as regras, espoletando uma nova energia e entusiasmo que desafiava estereótipos e todas as capacidades intelectuais e motoras. Foi como se este grupo tivesse encontrado uma nova forma de estar no mundo, mais criativa, emocionante e libertadora.

Partilho três dos muitos testemunhos que escutámos ao terminar: “agora olho para as paredes com outros olhos, sei o que está à minha frente nas ruas”, por D. Lourdes AKA Armando; “enquanto estou aqui, não estou a pensar nas horas e dias que me faltam para morrer”, por Sr. Manuel AKA Balé; “descobri uma nova forma de continuar a viver”, talvez o mais especial de todos eles, pela médica Luísa Cortesão, mais tarde reconhecida por *L is Not An Artist*<sup>7</sup>, que nos presenteou no último dia do workshop com um *stencil*, que viríamos a assumir como nosso logo anos depois.

Se até este momento vos falei do que foi aquela primeira acção, a verdade é que todo este relato e até mesmo os testemunhos poderiam ser de qualquer uma das 59 acções que já realizámos ao longo dos últimos dez anos<sup>8</sup>. Neste período, levámos esta transformação e magia colorida pelo país fora, passando por territórios mais urbanos como Porto ou Lisboa, mas também por territórios mais rurais como as pequenas aldeias de Pomares, em Arganil, ou Juncal do Campo, em Castelo Branco, coleccionando histórias, casos e

---

4 Tag - assinatura do writter.

5 *Writter* - escritor urbano, 'praticante' de graffiti.

6 *Stencil* - termo anglo-saxónico correntemente usado no meio. Em português, a designação será 'molde' ou 'escantilhão'.

7 Arquivo do trabalho da Luísa Cortesão AKA *L is not an artist*: [www.instagram.com/luisacortesao1](http://www.instagram.com/luisacortesao1)

8 Dados actualizados em: [www.woolfest.org/projeto/lata-65](http://www.woolfest.org/projeto/lata-65)



acazos. Entre eles, o de que entre os 720 idosos com quem já trabalhamos, somente 138 se tratar de homens. Ou o da nossa aluna mais idosa até à data, que tem uns maravilhosos e habilidosos 102 anos. Ou ainda o dos nossos alunos que, tenham sido professores, peixeiras, advogados, agricultores, padeiros ou bancários, todos se libertam com uma lata na mão.

Já viajámos até S. Paulo (Figura 3), no Brasil, onde conhecemos a D. Francisca que se inscreveu porque queria compreender porque o seu filho saía todas as noites para pintar nas ruas e assistimos à promessa (depois concretizada) de saídas juntos. Já passámos também pelos Estados Unidos da América, pelo Canadá e por Espanha, e recebemos o orador TED e escritor de *bestsellers* Carl Honoré em investigação para o seu livro *Bolder - making the most of our longer lives* (2018), de onde saiu confessando que estava esperançoso para o seu próprio futuro. Em 2019 passámos por Aberdeen na Escócia<sup>9</sup>, e esta experiência resultou na criação do coletivo *Graffiti Granarchists*, que deram continuidade à nossa missão, desenvolvendo inúmeros projectos que espalham muita cor e luz por aquela cidade de granito (Figura 4).

Chegados a este momento poderemos afirmar que:

- ▷ o LATA 65 resulta sempre num aumento (ou retorno) de confiança, empoderamento e benefícios comprovados para a saúde e bem-estar das pessoas maiores;
- ▷ o LATA 65 permite ao idoso a sua (re)descoberta, mas também uma nova forma como é visto pelos outros e até pela própria família;
- ▷ o LATA 65 promove a inclusão dos idosos nas suas comunidades, possibilitando ou restaurando a sua participação activa e simbólica na sociedade.

E após esta mostra do poder de transformação que contém um corte de *stencil* e o uso de uma lata de *spray*, gostaria de vos trazer à realidade: em 2030 Portugal será o terceiro país mais envelhecido do mundo (Censos 2021). Já hoje é o quinto. Portugal é o país europeu que mais rapidamente está a envelhecer. Segundo os dados de 2021 (Censos 2021), em Portugal há duas vezes mais idosos do que jovens e crianças. Um cenário que em locais do

---

9 Vídeo da acção em Aberdeen, Escócia (2019): [https://www.youtube.com/watch?v=tzO4DbjmIB8&list=PLhmzbLTfwM4pXkbD3-BOgkH4EUU74SEj\\_&index=1](https://www.youtube.com/watch?v=tzO4DbjmIB8&list=PLhmzbLTfwM4pXkbD3-BOgkH4EUU74SEj_&index=1). Último acesso: 04/04/25

interior, como por exemplo na minha Covilhã, aumenta para cerca de três idosos por cada jovem e criança (Censos 2021).

Pela vivência e atenção redobrada que me proporcionaram 10 anos de LATA 65 a este tema do cuidado do idoso, posso adiantar-vos que por todo o território são absolutamente reduzidas as respostas sociais, que quase sempre se resumem às necessidades básicas. O investimento em animação sócio-cultural ou qualquer actividade lúdica, raramente se apresenta como prioridade.

Perante este cenário de quase emergência nacional, gostaria de partilhar convosco que segundo estudos recentes, a criação artística participada aumenta a nossa vida em dois anos e meio. Estes estudos vêm reforçar a importância e pertinência deste workshop, que faz do corte de pontes de papel e da lata de spray as suas ferramentas maiores para a destruição de preconceitos e pré-conceitos sobre o envelhecimento, e para a construção de todo o tipo de pontes. Refiro-me àquelas que aproximam pessoas, na certeza de que só conhecendo quem está do outro lado, na outra margem, poderemos amar e cuidar.

Termino deixando duas perguntas, pois cada um de nós, a dado momento da vida, será também idoso: já delinearam um plano para a vossa 3ª idade? Estão dispostos a tornarem-se invisíveis ou querem continuar a ter um papel activo na sociedade e na vossa vida?

## Referências

- Honoré, C. (2018). *Bolder: Making the most of our longer lives*. Simon & Schuster.
- Instituto Nacional de Estatística (2021). *Censos 2021: Resultados definitivos*. INE.  
[https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=censos21\\_apresentacao](https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=censos21_apresentacao)

# **Teatro Umano: os desejos não envelhecem nunca! O desejo como construtor da arte e do envelhecimento criativo**

**RITA WENGOROVIOUS**

Teatro Umano e Escola Superior de Teatro e Cinema

Instituto Politécnico de Lisboa

## **PALAVRAS-CHAVE**

ARTES PERFORMATIVAS, TEATRO HUMANO, ENVELHECIMENTO CRIATIVO,  
TEATRO E COMUNIDADE, RELAÇÕES INTERGERACIONAIS, *CREATIVE AGING*

## Introdução

O envelhecimento da população representa hoje um dos maiores dilemas sociais no mundo, exigindo soluções e estratégias de intervenção mais diretas nos idosos e nas futuras gerações. É essencial uma renovação do olhar acerca do envelhecimento, o que implica a adoção de novas práticas. Estas podem ser desenvolvidas conciliando-se o teatro ou outras artes performativas com a área da saúde, promovendo-se assim um envelhecimento ativo e criativo. Para tal, é crucial perceber que um idoso que não é um contentor, mas antes um agente ativo, reflexivo e interveniente, construtor da sua *praxis* artística e sobretudo do seu projeto de vida. No Teatro Humano, desde 2002 que através do teatro com idosos se recorre à metodologia *Creative Aging*<sup>1</sup>, numa prática artística de continuidade e em constante avaliação que procura aprofundar o núcleo da potência criadora do idoso. Através da aplicação da metodologia *creative ageing* ao teatro pretende-se: desenvolver a linguagem do corpo expressivo e o trabalho criativo para despertar os cinco sentidos; ativar a memória emotiva, o domínio dos signos teatrais, a criatividade e as possibilidades de criar imaginários em coletivo; e transformar o olhar acerca de si próprio, do mundo e dos outros. Esta metodologia, combinada com uma prática artística regular, permite que se chegue a níveis cada vez mais profundos de representação artística e de construção de uma capacidade vital para o idoso — a expressão de um universo simbólico.

Várias pesquisas indicam que os programas de artes performativas baseados na arte e na comunidade podem melhorar a saúde e o bem-estar das pessoas idosas e as percepções que as sociedades têm delas. A diversidade e a heterogeneidade da população idosa têm vindo a aumentar desde meados do século XX. O grupo etário com maior crescimento, atualmente, é o das pessoas com mais de 65 anos (INE, 2021). Esta mudança nem sempre foi devidamente acompanhada dos ajustes necessários ao sistema social e artístico. Nota-se que muitos centros de dia, lares, teatros e espaços de cultura não demonstram o esforço e o desafio criativo

---

1 Susan Perlstein, fundadora do National Center for Creative Aging (NCCA), elabora este conceito no contexto das artes em articulação com os programas de envelhecimento (Lifetime Arts).

necessário para responderem, adequadamente, às alterações das necessidades da população sénior.

O teatro, sendo uma das formas de arte mais antigas da humanidade, foi utilizado ao longo da história para educar e refletir sobre as complexidades da vida humana. A palavra teatro é de origem grega, provém da forma grega *theatron* e deriva do verbo ver (*theastai*), com o significado de olhar com atenção, perceber, contemplar. O teatro permite *dar a ver* e simultaneamente *fazer-nos* ver. A especificidade da experiência do público contrasta, por outro lado, com o carácter mais comunitário da experiência do intérprete criador. Para os idosos, fazer teatro significa resgatar o sentido do lúdico e ser protagonista de si mesmo, construindo a sua identidade pelo confronto da experiência individual com o coletivo, pela coragem e entrega em viver situações novas e enriquecedoras, saindo da sua zona de conforto. O teatro permite assim criar uma memória coletiva, um lugar misterioso onde o tempo deixa de existir. Um momento onde o passado pode voltar à vida e o futuro se torna possível e visível.

O conceito de *creative aging* parte da relação entre a criatividade e o envelhecimento, e revela-se fundamental para a nossa prática de investigação com seniores, levando-nos à pergunta: qual o contributo das artes e da expressão criativa no envelhecimento e promoção da saúde?

### **Prolongando a vida enquanto resolvemos o seu sentido**

Desde 1998, o Teatro Umano (TU), enquanto estrutura artística, aposta na afirmação do teatro como espaço privilegiado para o desenvolvimento de uma relação dialógica e de criação coletiva. O TU norteia os seus processos de trabalho pelo princípio de colocar o indivíduo e a comunidade no centro da criação artística, potenciando processos de consciencialização e empoderamento, e procurando o equilíbrio entre ética, estética e poética.

O Teatro Umano conta com uma longa experiência de trabalho em teatro social e teatro comunitário, trabalhando em diversos contextos e com diversos públicos para o desenvolvimento de sociedades inclusivas e comunidades plurais. Deste modo, o TU procura valorizar o património das comunidades e construir pontes entre a memória do passado e as visões de futuro.

O TU reúne uma equipa pluridisciplinar de artes, saúde, criação e investigação artística, cruzando arte com participação, educação, reinserção e inovação social e saúde. Através das artes participativas visamos a democratização das linguagens artísticas e da criatividade, gerando processos promotores de mudança e fomentando o sentido de pertença. A construção de identidades, memórias e territórios de imaginação através de processos criativos de auto e hétero descoberta de si e do outro dá-se numa zona simbólica, do personagem à pessoa, que para além de promover a liberdade criativa dos idosos, ajuda a romper com uma visão redutora do envelhecimento. Afinal, o teatro é uma pesquisa pela humanidade, um poema do social, por isso o nosso teatro se chama Teatro Humano.

O desafio que o nosso trabalho propõe ao ator idoso é passar de espectador passivo a ator-criador, ou seja, intervir ativamente no seu processo artístico em paralelo com o seu próprio processo de envelhecimento. Assim, o nosso ator-criador idoso, através de uma prática teatral coletiva, resolve tarefas e constrói linguagens metafóricas em comunidade, criando espetáculos de autor em que cruza corpo e voz, e desafiando a criatividade, o pensamento crítico e a presença consciente no mundo.

Através do trabalho contínuo realizado junto dos idosos, podemos atestar que as artes desenvolvem a sua inteligência emocional e de cognição. Observamos uma clara melhoria das seguintes competências:

- Uma maior compreensão da linguagem teatral;
- Uma maior capacidade de tolerância;
- Uma maior compreensão do discurso dos pares;
- Um aumento da interação entre pares,
- Uma maior capacidade de expressão corporal e criativa;
- Um aumento da concentração de pensamento em ação;
- Uma maior capacidade de resolução de conflitos.

Segundo Fraiman (2004), o envelhecimento é um processo complexo e pouco conhecido, que apresenta implicações tanto para quem o vivencia, como para a sociedade que o assiste e suporta (ou que deveria fazê-lo) de uma forma responsável e eficaz. Com a nossa pesquisa artística, verificamos que a arte pode ter um papel preponderante neste processo através do trabalho

da criatividade aplicada ao processo de envelhecimento, sobretudo no que diz respeito à criação de novos sentidos e de novas significações simbólicas.

As limitações físicas e a consciência do tempo prefiguram elementos-chave no processo do envelhecimento, levando a uma espécie de autoexclusão que poderá adquirir diferentes *nuances* e intensidades, dependendo da situação social e da estrutura psíquica de cada um. Refira-se, a título de exemplo, o caso da cultura oriental, que entende os velhos como sábios, fazendo questão de os manter socialmente ativos e parte integrante da comunidade.

O trabalho com idosos do Teatro Umano tem como principal objetivo reativar a criatividade, pesquisando, investigando e implementando boas práticas em teatro e comunidade que respondam às necessidades reais e crescentes da população sénior. Assim, centrámos a nossa pesquisa de investigação-ação na seguinte questão: qual é o significado e o papel transformador do teatro na comunidade com idosos? A nossa investigação procura ainda responder às seguintes questões subjacentes:

- ▷ De que forma o teatro pode promover a mudança de paradigma social na relação com o idoso?
- ▷ Como contribui o teatro enquanto linguagem artística para o envelhecimento criativo e participativo?
- ▷ Como é que o teatro promove a participação ativa e empoderamento do idoso?
- ▷ Qual o papel do teatro para a promoção da saúde, nomeadamente na prevenção da depressão e das demências no idoso?
- ▷ Como criar uma rede artística de apoio entre pares e promover parcerias entre gerações e instituições através de um projeto transversal de teatro na comunidade?

Esta investigação-ação é construída, analisada e interpretada a partir de um quadro teórico comum. A metodologia do Teatro Umano segue os seguintes princípios orientadores:

1. Fundamentar a relevância do desenvolvimento de projetos artísticos em contextos comunitários com seniores;
2. Promover e definir boas práticas profissionais (teatrais, poéticas, estéticas e éticas) neste âmbito de ação, através de uma gramática de criação

- artística de símbolos e significados compartilhados, estéticos e culturais;
3. O trabalho em teatro e comunidade são ações que se desenvolvem segundo uma estrutura de projeto e com constante carácter de visibilidade territorial nos diversos momentos e modalidades de intervenção, a saber: criação da rede, percurso de laboratório teatral, momentos de comunicação em espetáculo, momentos de retrospeção e avaliação;
  4. A comunidade é simultaneamente finalidade e condição necessária do processo criativo. Os participantes são intérpretes e o material dramático, que é recolhido a partir da provocação criativa e da escuta, contribui para aprofundar o trabalho de encenação dos profissionais de teatro comunitário, promovendo o sentido de pertença e identidade social;
  5. O Teatro Humano valoriza a perspectiva artística, privilegiando um processo criativo que construa uma linguagem teatral e fomentando a experimentação de linguagens teatrais direcionadas a contextos com seniores, ou seja, os artistas dão voz à comunidade cruzando-a com a sua própria pesquisa teatral.

O trabalho teatral e de projeto está constantemente em contacto com a verdade do processo social: os sujeitos envolvidos no processo teatral são coletivamente os autores das formas e dos conteúdos artísticos. Os resultados desta investigação têm produzido massa crítica acerca do teatro sénior. Foram realizados, desde 2012, cerca de 22 espetáculos originais, 12 *performances* e cinco teses de mestrado. Da prática artística em contexto, destacam-se ainda diversos materiais do projeto: a criação original de espetáculos e *performances*<sup>2</sup>, guiões, diários de bordo, registos fotográficos, registos videográficos e entrevistas, que dão resposta a uma questão principal de pesquisa, enquadrando-se nas questões da memória, da identidade e da criatividade sénior.

---

2 Alguns dos espetáculos ou *performances* realizados: *O Casamento de AMA e ADORA*, (espetáculo de rua no Largo Delfim Guimarães na Amadora); *A Birra dos Mortos Vivos* (no Teatro da Trindade, com o tema da morte abordado por seniores e jovens); *100 Medo de ser Feliz* (Teatro Luísa Tody em Setúbal); *A Idade da Almofada* (Recreios da Amadora, peça intergeracional); adaptação de *A Tempestade*, de William Shakespeare (Recreios da Amadora e Universidade de Artes de Évora); *Feira dos Medos e Assembleia de Mulheres* - adaptação da peça de Aristófanes (ambas apresentadas no Teatro Joaquim Benite em Almada, Fórum Seixal e no Teatro Garcia de Resende em Évora); Teatro em casa, com as *performances* Na tua Casa, micro-maravilhas, Universos poéticos, 12 paisagens sonoras, Mapas do Crescer.



### **Teatro Umano - uma metodologia artística de carácter participativo**

A metodologia artística de carácter participativo desenvolvida pelo Teatro Umano nos últimos 20 anos, conjuga, simultaneamente, uma ação artística social e cultural, cruzando dimensões éticas e estéticas. Procura-se neste âmbito manter o respeito pelos sujeitos envolvidos no processo criativo, pelas suas histórias de vida e pelas suas aspirações, promovendo uma maior valorização, uma maior expressão das suas capacidades e recursos internos facilitadores do crescimento pessoal e grupal. Os objetivos gerais desta metodologia artística são:

- ▷ Promover a liberdade de expressão através do teatro enquanto estratégia emancipadora e de experimentação social;
- ▷ Fomentar a igualdade de oportunidades, contribuindo para criação de novos públicos e para o acesso a espaços e eventos culturais por parte de populações excluídas socialmente;
- ▷ Estimular o diálogo e o intercâmbio entre os vários territórios e culturas, respeitando a individualidade do outro;
- ▷ Abrir novos canais de comunicação através das artes participativas enquanto espaços de criação de uma linguagem comum num grupo de pessoas com linguagens, idades, vivências, níveis socioeconómicos, religiões e culturas diferentes;
- ▷ Homenagear e celebrar as potencialidades da pessoa e das suas capacidades de relação interpessoal através da dramaturgia social que a habita, apoiada na linguagem teatral. Refiro-me ao invisível, às formas de estar, às histórias de vida, aos movimentos, às canções, aos sonhos, aos conflitos e aos medos;
- ▷ Promover as competências pessoais e sociais e as relações comunitárias através da linguagem teatral, partindo da premissa de que o teatro é um instrumento privilegiado de construção de novos canais de relação e de comunicação com o “eu” e o “outro”, favorecendo a mudança de atitudes;
- ▷ Criar produções artísticas teatrais com envolvimento de profissionais e não profissionais na construção de novas dramaturgias.

Na construção ativa do nosso método trabalhamos com técnicas do jogo teatral, com a *performance*, sob a ótica de uma linguagem que valoriza a criação



**Figura 1:** Teatro Umano, ensaios de *Os desejos não envelhecem nunca*.  
Fotografia © Francisco Diogo.



**Figura 2:** Teatro Umano, espectáculo *Os desejos não envelhecem nunca*.  
Fotografia © Francisco Diogo.



**Figura 3:**  
Teatro Umano,  
aula aberta do Mestrado  
em Teatro e Comunidade (ESTC).  
Fotografia © Cíntia Ferreira.



**Figura 4:** Teatro Umano, ensaios de *Os desejos não envelhecem nunca*.  
Fotografia © Cíntia Ferreira.

de espetáculos, os espaços abertos e apresentações públicas. Procuramos assim integrar competências psicossociais com competências performativas, de acordo com as capacidades expressivas e potencialidades teatrais de cada um.

### **Um teatro para a emancipação social**

A participação dos idosos no exercício de cidadania é um dos desafios atuais que sentimos no trabalho do TU com comunidades seniores. Participação, *empowerment* e cidadania são conceitos fundamentais. No teatro aprendem a conhecer-se, a comunicar, e a sentir-se ligados ao mundo. Todos podem encontrar uma oportunidade de afirmação e de realização, de aprendizagem e de coautoria, em que o espetáculo é mais do que uma partilha. Ele é, sobretudo, uma parte da sua vida. Procuramos estabelecer relações entre o ser idoso e o ser cidadão e, inversamente, entre o ser cidadão e o ser artista. Neste sentido, o trabalho do Teatro Umano enquadra-se em três eixos orientadores:

- Cidadania e arte: para o envelhecimento criativo no acesso às artes, educação artística, fruição, contemplação e criação. O exercício do teatro na comunidade e das artes participativas assume uma condição fundamental para o combate à exclusão social.
- Redes e parcerias criativas: criação contínua e avaliada de redes de colaboração através de uma lógica de projeto, criatividade e educação artística. A integração dos recursos locais aumenta a eficácia da intervenção e promove processos participativos, envolvendo os atores relevantes e as comunidades locais numa lógica de parceria, assente em objetivos comuns consensualizados e partilhados.
- Representar para existir/cooperar para aprender: as nossas práticas artísticas comunitárias de ensino-aprendizagem através da gramática teatral e expressiva e o modo como os idosos a utilizam para serem mais criativos e inovadores, vai ao encontro das necessidades de um envelhecimento criativo. O princípio é o de investigar e agir pela arte com seniores.

O Teatro Umano invoca as comunidades num processo de mudança, onde estas devem ser as principais protagonistas, num formato artístico *work-in-progress*, a partir de temas, perguntas de pesquisa ou lugares singulares do contexto de ação, numa abordagem laboratorial ao teatro. O movimento

cénico é o elemento essencial do Teatro Umano, ao tornar-se a expressão para o idoso-intérprete-criador no seu ato de criação, fazendo o caminho criativo que muitos destes idosos nunca puderam experimentar na sua vida. O movimento cénico é o elemento essencial do trabalho, ao tornar-se um modo de expressão para o idoso-intérprete-criador no seu ato de criação. É assim que o TU se coloca numa relação de diálogo: valorizando a identidade de cada pessoa dentro do grupo através da arte.

Queremos afirmar o teatro como espaço da condição humana, onde cada pessoa é incentivada a desenvolver as suas capacidades de pensar e de inventar o seu quotidiano social e de aí intervir ativamente. Assim, a arte colabora para o seu desenvolvimento expressivo, para a construção do eu, para as narrativas do eu poético e pessoal e para o desenvolvimento da criatividade.

### **A Gramática do Teatro Umano - Práticas de criação e poéticas processuais**

Através da nossa prática artística e pedagogia do teatro, desenvolvemos uma gramática de teatro com e para a comunidade sénior, sempre no cruzamento interdisciplinar e intergeracional. Procuramos manter um forte carácter performático e de rigor estético e artístico, num contexto de recriação da personalidade do próprio intérprete. São objetivos desta gramática teatral:

- ▷ Evidenciar aprendizagens significativas do conhecimento de si, do outro e do mundo, através do teatro e comunidade;
- ▷ Revelar a importância de devolver ao teatro o poder e o “prazer do jogo”;
- ▷ Desenvolver estratégias de comunicação, relações interpessoais, trabalho de equipa, resolução de problemas e tomadas de decisão;
- ▷ Adquirir e desenvolver capacidades nos domínios da expressão e comunicação vocal e corporal;
- ▷ Aprender estruturas dramáticas e corporais através dos códigos teatrais;
- ▷ Desenvolver a consciência e o sentido estético;
- ▷ Desenvolver uma prática reflexiva tendente a romper com estereótipos culturais em relação ao envelhecimento;
- ▷ Devolver a autonomia e estimular o sentido crítico;
- ▷ Construir um percurso de aprendizagem artística que permita ao idoso-intérprete, através da prática teatral e trabalho de laboratório artístico

de continuidade, ir progressivamente do pensamento real para o abstrato e do banal para o simbólico.

### **A importância do jogo simbólico no envelhecimento**

Em inglês, representar diz-se *play theatre*; e em francês, *l'art de jouer au théâtre*, jogar ao jogo do teatro. O teatro é um jogo, uma linguagem universal facilitadora de vivências em comum.

O prazer do jogo e a improvisação teatral são processos de interação entre o sujeito e o meio que transformam, recriam ou subvertem as experiências vividas ou memórias imaginadas. Muitos dos idosos não tiveram, nem têm oportunidades de expressão e de jogo simbólico. O jogo implica o prazer de estar livre para descobrir novos significados, encontrar novas soluções e criar afetos. Porque o lúdico favorece a evasão, consegue o equilíbrio entre o conhecido e o imaginado, entre a liberdade e o prazer. Partindo do resgate deste sentido de jogo e de reapropriação do lúdico através de uma prática artística, defendemos a sua importância para o desenvolvimento do envelhecimento criativo, afirmando que o jogo simbólico do teatro permite ao idoso promover o prazer e a redescoberta do lúdico, resgatando o afeto e o vínculo humano consigo e com o outro.

O jogo teatral é simbólico e permite desenvolver a capacidade de representação e a possibilidade de comunicação através da linguagem artística. Promove por isso competências expressivas e de comunicação; melhora a memória e a atenção em ação e através do jogo teatral; permite nomear novos territórios de imaginação e fantasia; facilita a tomada de consciência do novo e o poder de conhecer-se com outras perspectivas.

O cruzamento intergeracional também tem um importante contributo: identificamos que introduzir atores mais novos não só estimula o jogo simbólico, como também aumenta a concentração, a presença cénica e a complexidade das partituras poéticas e da coralidade corporal.

Para a grande maioria dos nossos idosos, a sua visão do teatro é a de um teatro comercial, onde o encenador dirige os atores partindo de um texto pré-estabelecido. As experiências de fruição de cultura e de educação artística e estética são muito baixas ou nulas. Como tal, há um longo trabalho

individual, mas realizado pela força da dinâmica do coletivo, para que possam ao longo da nossa prática teatral construir uma aprendizagem e domínio da linguagem teatral que lhes permita passar de ator-fantoches a ator-intérprete. Os pedagogos que trabalham com os diversos grupos em diferentes contextos, partem de uma metodologia comum, sempre da escuta do território de cada núcleo e de procedimentos e métodos de gramática corporal, para a construção de uma linguagem teatral.

### **Cresce e aparece**

A experiência teatral em diversos contextos que o TU tem desenvolvido — teatro em casa, no lar, em centros de dia e em grupos livres e autônomos —, reafirma o teatro como um espaço e um tempo privilegiado de encontro, desafio criativo e de aprendizagem artística. A busca por uma prática teatral que questione não é apenas um exercício artístico, mas um processo que desafia, estimula e redesenha o pensamento.

Os principais resultados desta pesquisa evidenciam o impacto do teatro no desenvolvimento pessoal, artístico e cultural dos idosos, destacando o seu papel na promoção do envelhecimento criativo e na melhoria da qualidade de vida. O teatro e a comunidade, quando articulados, tornam-se ferramentas fundamentais para reforçar a participação social, fortalecer identidades e estimular a saúde mental e emocional.

O Teatro Umano, nesse contexto, emerge como um espaço protegido de crescimento, onde o jogo teatral, enquanto ativador criativo, confronta, questiona e contribui para a reconstrução da identidade pessoal e social dos participantes. É um processo de escrita coletiva gravado no corpo e na memória, que dá forma a novas narrativas que antes do encontro teatral simplesmente não existiam.

Diante dessas constatações, torna-se essencial que práticas artísticas com seniores sejam ampliadas e incorporadas em políticas públicas e programas culturais voltados para o envelhecimento criativo. Na formação dos artistas que lideram estas práticas é fundamental estes serem capazes de cruzar saberes e trabalhar em rede. Recomenda-se que iniciativas teatrais para seniores sejam incentivadas em contextos institucionais, valorizando-se

a sua capacidade de promover bem-estar, inclusão e participação social. Além disso, estudos aprofundam a análise dos impactos cognitivos e emocionais do teatro na população idosa, reforçando a necessidade de uma abordagem intersectorial entre cultura, saúde e educação.

Cada prática teatral desenvolvida nos diversos núcleos do TU representa um caminho de construção simbólica de identidades, ancorado num tronco teórico comum e moldado pelo processo criativo coletivo. A metodologia do Teatro Humano baseada no *creative aging* assenta na participação ativa de grupos de seniores, promovendo o encontro e a criação partilhada de espetáculos, enquanto se procura derrubar estigmas e construir novas formas de expressão artística e social.

A investigação seguiu um percurso sustentado por uma questão central: quais os impactos da metodologia do Teatro Humano e do *creative aging*, fundamentado nos princípios do teatro na comunidade, da performance e na aprendizagem cooperativa e artística, para o desenvolvimento pessoal e social dos idosos em diferentes contextos? A partir dessa pergunta, definiram-se objetivos específicos:

- ▷ Analisar as perceções dos idosos em relação ao ensino-aprendizagem do teatro na comunidade.
- ▷ Avaliar a eficácia das técnicas artísticas cooperativas aplicadas a diferentes contextos, como centros de dia, grupos autónomos, grupos internacionais e teatro em casa.
- ▷ Identificar o potencial da metodologia do TU e do *creative aging* para o bem-estar, prevenção de demências e fortalecimento social dos idosos.
- ▷ Relacionar o impacto do Teatro Humano e do *creative aging* com o desenvolvimento de práticas artísticas comunitárias voltadas para a saúde e o bem-estar dos idosos.

Além dos objetivos, a organização do projeto estruturou-se em três dimensões fundamentais:

- ▷ Dimensão socio afetiva: criação de experiências e competências pessoais e relacionais através do teatro;
- ▷ Dimensão estética: direcionada para o domínio da linguagem artística, bem como para o desenvolvimento da sensibilidade estética, tanto ao



nível experimental quanto na apreciação e fruição;

- Dimensão integradora: aposta na articulação com outras áreas do conhecimento e linguagens artísticas.

Os resultados obtidos destacam o contributo do teatro para o desenvolvimento pessoal, artístico e cultural dos idosos, bem como a sua relevância na promoção do envelhecimento ativo e da saúde. A aprendizagem cooperativa mostrou-se essencial na melhoria do domínio da gramática teatral e no reforço de valores como a partilha e a solidariedade intergeracional.

A combinação da metodologia do TU e de *creative aging* permitiu um espaço de escrita coletiva, onde corpo e memória constroem narrativas antes inexistentes. O teatro, entendido como um espelho lúdico, permite aos idosos confrontar, questionar e reconstruir a sua identidade pessoal e social, reafirmando a sua voz e lugar na sociedade.

A prática teatral aqui desenvolvida não se limitou à produção de espetáculos, mas procurou, sobretudo, ser um instrumento de transformação. O teatro torna-se assim um espaço da condição humana, onde cada indivíduo é incentivado a pensar, criar e intervir ativamente no seu quotidiano social. Ele não apenas provoca emoções e desperta novas capacidades, como também desafia crenças e perceções sobre o envelhecimento. Queremos, por isso, fazer teatro que produza espetáculos capazes de motivar cada espetador a iniciar uma viagem ao interior de si próprio, tornando-o num efetivo espaço de comunhão. Procuramos desenvolver uma prática teatral que traga a pessoa para o centro dos processos de mudança e a confronto com personagens e situações desconhecidas capazes de despertar em cada um capacidades adormecidas ou desconhecidas.

O que temos constatado a partir da nossa prática teatral com idosos é que o teatro contemporâneo é capaz de provocar descobertas, ideias, sentimentos, desejos, sofrimentos e conquistas através da relação do *eu-criador-idoso*. Tal sucede-se quer com o coletivo de pares, quer com os jovens universitários e crianças. Com efeito, é cada vez mais necessário trabalhar num conceito de rede e intergeracional.

A abordagem do corpo do idoso é o foco da criação, encarado enquanto corpo simbólico e memória de vida, essencial para a interpretação da

memória enquanto território e material dramaturgico de expressão de si. O desafio é ir do corpo cotidiano ao corpo extra-quotidiano, do corpo mecanizado e dorido ao corpo expressivo e construtor de canais de comunicação.

### **Caminhos para um Futuro mais velho**

As pessoas não são coisas que se ponham em gavetas e os idosos não são trapos que se escondem nas casas. A metodologia do TU e do *creative aging*, pela sua natureza inovadora e inspirada na pesquisa teatral contemporânea, revelou-se um espaço de descobertas e conexões, reforçando a necessidade de uma abordagem intergeracional e em rede. O teatro, quando voltado para a população idosa, deve ser um território de criatividade e protagonismo, e não um espaço de infantilização ou mero entretenimento. A partir dessas reflexões, recomendam-se caminhos futuros para práticas e políticas públicas:

- Expansão e apoio a projetos teatrais intergeracionais, incentivando-se o encontro entre idosos, jovens e crianças;
- Incorporação do teatro em programas de saúde e bem-estar, valorizando-se o seu potencial para a estimulação cognitiva e emocional;
- Fortalecimento da pesquisa em teatro e envelhecimento, ampliando-se os estudos sobre os seus impactos na identidade e na autonomia dos seniores;
- Criação de redes de colaboração entre instituições culturais, sociais e acadêmicas, promovendo-se a continuidade e disseminação de práticas teatrais voltadas para a inclusão social.

A identidade é uma reconstrução contínua do “eu” e o teatro oferece esse espaço de liberdade e invenção. Esta é talvez a única idade em que podemos dizer que tudo vemos com outros olhos. E se o teatro está na essência do ser humano, então é seguramente um dos instrumentos mais válidos para esta aventura.

Através da experiência do outro, criamos narrativas e percebemos que não somos limitados pela velhice, mas pelas nossas percepções sobre ela. Assim, o teatro surge como um dos instrumentos mais valiosos para redescobrir sentidos, ampliar possibilidades e afirmar a dignidade do ser humano em todas as fases da vida.

Não é entretendo a angústia ou infantilizando os idosos que damos sentido a este novo desafio, mas sim com prazer e pesquisa, entrega e confiança, proporcionando novas oportunidades de serem seres encantados com o mundo e no mundo.

## Referências

Fraiman, A. (2004) Idosos órfãos de filhos desvalidos, São Paulo, *Ciências Sociais pela PUC-SP*.

INE - Instituto Nacional de Estatística (2021), Censos 2021 - Divulgação dos Resultados Provisórios [https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_destaques&DESTAQUESdest\\_boui=526271534&DESTAQUESmodo=2&xlang=pt](https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=526271534&DESTAQUESmodo=2&xlang=pt) (último acesso: 05-05-2025)

Lifetime Arts (n.d.) National Center for Creative Aging <https://creativeagingresource.lifetimearts.org/organization/national-center-for-creative-aging-ncca/> (último acesso: 04-04-2025)

Lifetime Arts (n.d.) Susan Perlstein <https://creativeagingresource.lifetimearts.org/contributor/susan-perlstein/> (último acesso: 05-05-2025)

***Quero dançar o poente***  
**(Bonifrates).**

**Notas e memórias  
a propósito de uma  
criação teatral sobre  
o envelhecimento criativo**

**JOÃO MARIA ANDRÉ**

Cooperativa Bonifrates

e Instituto de Estudos Filosóficos da Universidade de Coimbra.

**PALAVRAS-CHAVE**

TEATRO E IDADE MAIOR, TEATRO TESTEMUNHAL, IMPROVISAÇÃO, AÇÕES FÍSICAS

Em 2021 e 2022, Bonifrates, Cooperativa de Produções Teatrais e Realizações Culturais, de Coimbra, criou e levou à cena a peça *Quero dançar o poente*<sup>1</sup> em que as dinâmicas criativas dos mais idosos desempenham um lugar de relevo. A coordenação, encenação e dramaturgia foram assumidas por mim.

A Cooperativa Bonifrates foi fundada há 45 anos, em Coimbra, como um grupo de teatro não profissional, integrado por pessoas de profissões muito diversas (professores, médicos, bancários, tipógrafos, secretários clínicos, oficiais de justiça, entre outros), numa altura em que o panorama teatral da cidade contava sobretudo com os grupos de teatro universitário, TEUC (Teatro dos Estudantes da Universidade de Coimbra) e CITAC (Círculo de Iniciação Teatral da Academia de Coimbra), não dispondo então de nenhuma companhia profissional (lacuna que a Bonifrates preencheu ao acolher entre 1981 e 1984 um grupo profissional). No livro dos seus 40 anos, celebrados em 2020, sintetiza-se a missão da Cooperativa nestes termos:

Assumir o teatro como um exercício de cidadania, fazendo dele uma arma política no sentido mais nobre desta palavra: ligação à pólis de uma forma ativa e participativa, em que a arte do palco, tornando visível o que muitas vezes parece invisível, denuncia, com o riso ou com o espanto, com a comédia ou com a tragédia, o drama do tempo e dos tempos, da história e das histórias. (Correia, 2021, pp. 11-12).

O repertório da Bonifrates tem sido, assim, um repertório aberto, com a presença de autores clássicos e de autores contemporâneos, representando comédia e tragédia, e também criando e construindo espetáculos de raiz, a partir de temáticas sociais, como a prostituição, a violência doméstica, a solidão ou os mais idosos.

O projeto *Quero dançar o poente* teve o seu início ainda na fase de confinamento da pandemia COVID-19 e conheceu, por isso, especificidades muito próprias na sua preparação, construção e montagem.

---

1 Para ler a nota de encenação e a ficha técnica de *Quero dançar o poente*, pode consultar-se o seguinte link: <https://bonifrates.com/historial/quero-dancar-o-poente-2022/>

1. O ponto de partida resultou de uma proposta que apresentei para um espetáculo sobre a idade maior. No entanto, ficou claro, desde o início, que não seria uma peça sobre as pessoas idosas vistas a partir do estereótipo muito comum de pessoas “incapacitadas”, habitualmente retratadas pela sua dependência e pela sua mobilidade limitada por estarem acamadas ou pelo uso de cadeiras de rodas, e, vistas como “velhinhas” e “coitadinhas”, merecedoras de “pena e compaixão”. O objetivo era antes olhar e representar as pessoas de idade maior que continuam ativas, a sonhar e a desenvolver projetos criativos e comunitários. O título do espetáculo nasceu com o próprio projeto e condicionou-o, de alguma forma, em todo o seu desenvolvimento, ao mobilizar o conceito de dança como sinónimo de criatividade e arte e ao juntá-lo ao conceito de poente, conotado com o processo de envelhecimento. Mas, à partida, nada mais havia do que o título ou o tema, sendo ainda desconhecidas as personagens, o argumento e a teia dramática que o espetáculo poderia seguir.

2. Com alguma experiência na metodologia de criação de espetáculos deste género (o encenador tinha colaborado com Andrzej Kowalski na construção do espetáculo *Putá de vida*, sobre o tema da prostituição, e tinha dirigido o espetáculo *Estilhaços*, sobre a violência doméstica — André, 2012), o projeto desenvolveu-se nas seguintes fases: 1ª Escuta; 2ª Procura de personagens; 3ª Consolidação das personagens; 4ª Construção da peça; 5ª Reconstrução dramática cenográfica e musical; 6ª Formatação final e apresentação pública.

1ª fase: Escuta. Dispondo a Cooperativa Bonifrates de atores e colaboradores a entrarem no período da idade maior, pareceu-nos, no entanto, que seria importante alargar o conhecimento de experiências e percursos de vida de pessoas idosas envolvidas em projetos criativos e comunitários fora do nosso círculo mais próximo. Assim, recorrendo, por um lado, ao apoio da APRE (Associação de Pensionistas e Reformados do Estado) e, por outro, à colaboração da Ageing@Coimbra (consórcio que reúne várias associações dedicadas ao trabalho científico, institucional e social, com as pessoas idosas), foi organizado um conjunto de sessões, que se prolongaram por três meses, com uma periodicidade semanal, em que se ouviram histórias, percursos e experiências, na primeira pessoa, de pessoas já aposentadas, mas que continuam

a desenvolver uma atividade intensa e militante em projetos criativos e/ou de intervenção social. As sessões, em que estiveram presentes os intervenientes no espetáculo, desde o encenador e os atores e atrizes a outros colaboradores ao nível da produção, decorriam normalmente em três partes: na primeira, a pessoa convidada fazia um resumo do seu percurso e da sua experiência de vida; na segunda, dava conta dos projetos que tinha começado a desenvolver depois da aposentação; e, na terceira, respondia às perguntas que os membros do coletivo lhe colocavam. Foi um contacto riquíssimo, que nos permitiu conhecer mais de perto a matéria com que iríamos trabalhar na construção do espetáculo. Juntámos a estas sessões mais duas, relativamente diferentes, uma com um cientista da área de neurologia, especializado nos processos de envelhecimento, e outra com responsáveis de um lar de terceira idade, que nos apresentaram outros casos e outras experiências de utentes desse lar.

2ª fase: Procura de personagens. Terminado o processo de escuta baseada nos testemunhos dos nossos convidados, os atores e atrizes foram convidados a desenhar as personagens que gostariam de criar, baseando-se, por um lado, nos testemunhos ouvidos, mas também, por outro, no conhecimento pessoal de outras histórias que conheciam por contacto direto. Foi também aconselhada a leitura de alguns textos relevantes, de que é justo ressaltar o texto de uma conferência de José Gil feita num colóquio organizado pela APRE, entretanto publicado em livro (Gil, 2023, pp. 233-245). A primeira apresentação e o primeiro contacto com as personagens esboçadas por atores e atrizes teve lugar em várias sessões presenciais, em que cada um e cada uma apresentavam ao coletivo as personagens que gostariam de representar, com a respetiva ficha identitária, um breve resumo biográfico, localização geográfica, apresentação de algumas das suas estórias de vida mais marcantes, a sua rede afetiva, os seus sonhos depois de entrar na idade maior e os projetos que entretanto se encontravam a desenvolver, dispendo-se, depois, a responderem a perguntas e/ou observações que companheiros e colegas de viagem entendiam fazer, de modo a completar o desenho entretanto apresentado.

3ª fase: Consolidação das personagens. Para fixar melhor o perfil das personagens e dar um primeiro passo na sua corporalização foi convidada uma pessoa da área do jornalismo e da comunicação com o objetivo de



**Figuras 1 e 2:** Espectáculo *Quero Dançar o Poente*, Cooperativa Bonifrates.  
Fotografias © Paulo Abrantes.



entrevistar cada personagem, em sessões de vinte a trinta minutos em que todos participariam, sendo esse o primeiro momento em que atores e atrizes deram corpo e voz na primeira pessoa à personagem desenhada. À entrevistadora foi entregue uma breve ficha que identifica, em traços gerais, cada personagem, a partir da qual a conversa se realizaria. Como, entretanto, se tinha entrado em nova fase de confinamento, devido às circunstâncias provocadas pela pandemia COVID-19, as entrevistas foram realizadas na plataforma *zoom*, decorrendo da seguinte forma: entrevista, comentário pela entrevistadora sobre a consistência da personagem, da sua história e da sua identidade, comentários do encenador à expressão corporal e comentários dos outros atores e intervenientes na construção do espetáculo. Este trabalho permitiu perceber os aspetos mais frágeis, dar algumas indicações sobre a incorporação da personagem e ajudar atores e atrizes a encontrarem melhor o seu ritmo e as suas expressões. Às personagens delineadas e construídas pelos atores e pelas atrizes, na minha qualidade de responsável pelo projeto em termos dramatúrgicos e ao nível da encenação propus ainda a uma atriz que representasse uma sem-abrigo que ia circulando em algumas cenas da peça, completando o mundo constituído por todas as outras personagens.

4ª fase: construção da peça. Para a construção do espetáculo, recorremos a improvisações em torno de cada cena (Eines, 2007, pp. 114-122) e ao método das ações físicas (Stanislavski, 2008, pp. 255-292). Assim, para cada cena era proposta a respetiva situação, sendo as atrizes e os atores chamados a improvisar, tanto os seus gestos, ações e movimentos, como as respetivas falas, quer em cenas individuais, quer em cenas coletivas. Por exemplo, na cena em que cada personagem se apresentaria, foi estabelecido como orientação ela dirigir-se a um dos três objetos que havia escolhido como referenciais da sua história e, num monólogo com ele, deixar alguns traços mais característicos da sua identidade. Outras cenas foram sendo construídas com a mesma metodologia, como, por exemplo, um número de circo protagonizado por um idoso que finalmente realizava, aqui em interação com as outras personagens, o seu sonho de ser palhaço, uma evocação de histórias de infância com aviões de papel entretanto lançados por uma sem-abrigo, a

dança de uma valsa, entrevistas baseadas no método da história oral, os sonhos ou pesadelos que cada personagem tinha durante a noite e até a construção de variações em torno de um ou dois poemas descobertos num baú de velharias. Cada cena ia-se repetindo nos ensaios ao longo de duas semanas, ficando registadas as falas improvisadas, que depois eram trabalhadas e fixadas por mim como responsável pela dramaturgia.

5ª fase: reconfiguração dramatúrgica, cenográfica e musical. Com as personagens consolidadas e incorporadas por cada ator, com a sequência das cenas e a sua estruturação devidamente trabalhadas, chegou o momento de operar uma reconfiguração dramatúrgica que se traduziu na adoção e incorporação, em voz *off* e entre as cenas já construídas, de extratos de *As cidades invisíveis* (Calvino 1996) e na transposição espacial do modelo dessas cidades para o mundo de cada personagem. A introdução destes textos implicou simultaneamente a criação de mais duas personagens, concebidas como as guardiãs destas microcidades, que desempenhavam o papel de mediadoras, cuidadoras e entrevistadoras, e permitiam assim dar uma unidade dramatúrgica ao espetáculo em complementaridade com os textos de Calvino. Esta reconfiguração dramatúrgica foi, entretanto, acompanhada por uma reconfiguração cenográfica operada pelos cenógrafos e por uma reconfiguração musical, que integrou tanto a banda sonora selecionada para algumas cenas, como um tema original, que acabou por ser o tema da valsa já referida, usada também como canção interpretada por uma das personagens.

6ª fase: formatação final e apresentação pública. Terminado o texto dramático pela incorporação das recomposições definidas na fase anterior, coladas todas as cenas, incorporada a cenografia e os figurinos, trabalhada a iluminação a partir das ideias inspiradoras das cenas, do texto e do cenário, teve lugar a formatação final nos últimos ensaios que permitiram depois apresentar a peça ao público, com unidade e consistência. Nesse período de apresentação, realizaram-se também algumas sessões especiais, inclusive com a participação dos convidados entrevistados na 1ª fase e com debate com atores e atrizes, encenador, especialistas em gerontologia e público. É importante acrescentar que algumas personagens desta peça participaram no filme *Ars Vivendi*, de Tiago Cravidão, sobre envelhecimento e cuidados

paliativos, tendo as entrevistas que lhes foram feitas sido integradas no filme ao lado de entrevistas com pessoas reais.

**3.** Para melhor compreensão do espetáculo, parece-me importante apresentar uma breve resenha das personagens que o integravam:

- ▷ Uma antiga rececionista de um consultório médico, que agora participa no “banco do tempo”, ensinando culinária e aprendendo inglês e fotografia;
- ▷ Um antigo ativista político, que cria uma comuna numa aldeia abandonada da Lousã;
- ▷ Uma antiga funcionária administrativa, que reconverte a casa familiar herdada num solar de artistas;
- ▷ Uma empresária turística, que continua a desenvolver a sua atividade, mas com artistas;
- ▷ Uma professora de físico-química reformada, empenhada em novos projetos de ensino ativo e criativo com crianças e jovens;
- ▷ Um eletricitista e canalizador, que se tornou prostituto e que agora é ativista dos direitos de quem se dedica à prostituição;
- ▷ Um contabilista, que, reformado, ingressou num circo e faz de palhaço;
- ▷ Uma sem-abrigo, que deambula pelo parque destas “cidades invisíveis”;
- ▷ Duas guardiãs das “cidades invisíveis da idade maior”.

**4.** Um destaque especial merece a cena inicial pela contextualização que dá a todo o espetáculo. Quando o público entra na sala, o espaço cénico é ocupado por objetos velhos, móveis antigos, baús de recordações, correspondendo a primeira cena ao transporte para o centro da cena de mais algumas caixas de coisas antigas, enquanto se ouve, em voz-off, o texto de Italo Calvino sobre Leónia, a cidade que vive obcecada pelas novidades e em que os empregados do lixo são os grandes anjos ou heróis que quotidianamente retiram o que é velho para dar lugar ao novo, criando espaços de detritos e velharias nos arredores da cidade (Calvino, 1996, pp. 115-117). Terminado o texto em voz-off, aproximam-se duas guardiãs que, sucessivamente, junto de cada caixa vertical, abrem uma porta, dela saindo um ou uma idosa, personagens

que são imediatamente apresentadas pela leitura da respetiva ficha identitária, descobrindo aqui o público que quem estava a ser levado para o lixo eram as pessoas idosas. Utilizando as caixas como mesa, bancada ou leito e recolhendo os seus objetos num dos baús de velharias, cada personagem constrói a sua célula, casa, ou microcidade, que constituirá a sua morada ao longo de toda a peça.

Merece também um destaque a cena final, em que, dando corpo à ideia do poema contínuo, cada personagem se descaracteriza, recita os versos que criou para esse poema e sai para a rua acompanhada de outra personagem, para dançar o seu poente. É assim que a peça continua, mas nas cidades dos humanos e dentro das suas comunidades.

**5.** Do processo de criação e construção deste espetáculo gostaria de extrair algumas notas reflexivas como contributos para a definição de uma estética do teatro como exercício de cidadania.

Em primeiro lugar a interação comunitária que constituiu o ponto de partida da criação: não havendo um texto nem um guião prévios, a génese da inspiração para a criação de personagens esteve numa rede de contactos e parcerias que ajudaram a organizar ao longo de três meses as sessões de procura da matéria para o que se pretendia pôr em palco. Não sendo esta metodologia aquela que corresponde verdadeiramente ao chamado teatro comunitário, que implica o envolvimento da comunidade e das suas dinâmicas, tanto na génese do espetáculo teatral, como na sua construção e na sua representação, ela alimenta-se e vive também intensamente da relação com a comunidade e do processo de escuta de pessoas vivas e concretas com as respetivas histórias, mas sem mobilizar diretamente a comunidade na representação em palco.

Em segundo lugar, o género teatral que está aqui em jogo. Aproxima-se do teatro documental, mas também não é teatro documental. O teatro documental baseia-se numa pesquisa de textos, imagens, gravações e outros suportes arquivísticos que oferecem a matéria para a construção dos espetáculos. Aqui não se trata de pesquisar esses materiais, mas de provocar e estabelecer um encontro direto com os protagonistas que, em testemunhos

presenciais e ao vivo, dão conta das suas experiências, dos seus projetos, das suas histórias e dos seus sonhos. Isto não significa que o processo criativo do espetáculo se reduza a uma transposição para o palco desses testemunhos: eles funcionam antes como inspiração, com outros elementos que podem ser ficcionais, documentais ou resultantes de um conhecimento direto, que, no seu entrelaçamento e urdidura através do trabalho criativo de cada ator em interação com os outros, dão origem a personagens, ações, movimentos em que o trabalho teatral se concretiza. Chamaria, assim, a este género teatral, mais do que teatro documental, teatro testemunhal, por ser o testemunho a sua verdadeira fonte. Mas convém sublinhar que, pelo facto de serem testemunhos vivos, e não documentos arquivados, eles transportam em si um calor e uma afetividade que tempera a percepção do ator e, assim, a construção do espetáculo.

Em terceiro lugar, e dado que o ponto de partida são histórias e pessoas concretas, muitas delas bebidas na própria aventura humana na sua complexidade, há um cuidado permanente em não transformar o palco nem num espaço panfletário, nem num lugar de julgamento. Assumimos que o teatro não tem de ensinar ao espetador aquilo que ele deve pensar ou como deve agir, nem tem de emitir juízos de valor sobre as personagens e as suas ações ou comportamentos. O teatro, recorrendo às palavras de Peter Brook para caracterizar aquilo a que chama o “teatro sagrado” (e podemos considerar o teatro sobre a idade maior uma forma de teatro sagrado), é a arte em que o invisível se torna visível (Brook, 2008, p. 57), de mostrar o que está aí, mas que permanece oculto, ou porque deliberadamente há quem não o queira mostrar, ou porque nem sempre se olha com a atenção e a capacidade de escutar que captem a sua visibilidade. O teatro, mostra o real, nas metamorfoses que o transfiguram artisticamente. Dá a ver e, dando a ver, dá que pensar. É a visão e a escuta que despertam o espírito crítico em que cada espetador deve ser livre e autónomo.

Em quarto lugar, chamaria a atenção para o método das ações físicas a que recorremos no processo de improvisações. Não havendo ainda texto, estando então as personagens numa fase embrionária, sendo os atores e as atrizes postos perante o desafio da improvisação em situações específicas e

determinadas, tudo nasce de um impulso interior que dá origem aos gestos, aos movimentos e à palavra que nasce na própria improvisação (Stanislavski, 2008, pp. 255-292). Mesmo a consciência da personagem estrutura-se a partir desse impulso e da sua exteriorização num tempo, que é o tempo da situação, e num espaço que é o do palco transfigurado em cena, recorrendo ao corpo que é o grande motor das ações físicas. Corpo e consciência fundem-se criativamente para que o teatro aconteça. Daí a consistência final das personagens conquistada paulatinamente no decurso da improvisação.

Destacaria finalmente, em quinto lugar, o papel desempenhado pela memória e pela imaginação na construção do espetáculo. A memória das pessoas convidadas que nos transportou para as suas vidas e para as suas histórias, a memória de cada ator e de cada atriz que se cruza com essa memória dos convidados e com a memória do encenador, numa orquestração da diversidade de materiais que dá origem às cenas e ao texto, à identidade de cada personagem e à sua interação com as outras, à dança que é, neste caso, a dança do poente da vida. Mas, porque também é de sonhos que se trata (as pessoas de idade maior também têm direito a sonhar), alia-se a memória à imaginação para abrir os mundos possíveis do ainda não, porque o teatro não é apenas uma cópia ou imitação da realidade, é a sua transfiguração criativa, carecendo por isso das asas da imaginação para voar mais alto e dançar mais intensamente no reino do possível.

E terminaria com os versos que são cantados na valsinha da peça e que, na sua musicalidade e na melodia que o compositor lhes emprestou, acabaram por redimensionar a energia deste espetáculo numa vibração e numa ressonância vividas em comunhão por atores, atrizes e espetadores:

*Deixa-me ver os teus olhos  
com o tamanho do mundo:  
tão acesos pelo espanto  
com que acolhes o canto  
do silêncio vagabundo.*

## Referências

- André, J.M. (2012). "Estilhaços: o teatro como arqueologia humana e social do fenómeno da violência doméstica". In: Redondo, J. (Coord.) (2012). *Sem violência doméstica. Uma experiência de trabalho em rede*. Administração Regional de Saúde do Centro, 240-249.
- Brook, P. (2008). *O espaço vazio*. (R. Lopes, trad.). Orfeu Negro.
- Calvino, I. (1996). *As cidades invisíveis*. (J.C. Barreiros, trad.). Editorial Teorema.
- Correia, C. (2021). *Os 40 anos da Cooperativa Bonifrates: E alegres continuamos!*. Palimage e Bonifrates.
- Eines, J. (2007). *Alegato a favor del actor. La imaginación es el cuerpo*. Editorial Gedisa.
- Gil, J.(2023). *Morte e democracia*. Relógio D'Água.
- Stanislavski, C. (2008). *A criação de um papel*. (P.P. Lima, trad.). Civilização Brasileira.





# **NOTAS BIOGRÁFICAS DOS AUTORES**

## **PROGRAMA DA CONFERÊNCIA 2023**

Elenco da Companhia Maior  
Fotografia © João Cardoso Ribeiro



### **CARLOTA QUINTÃO**

É socióloga. Licenciada pela Faculdade de Letras-Universidade do Porto (UP), pós-graduada em Políticas Sociais pela Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra e investigadora do Instituto de Sociologia da UP. É fundadora da Associação A3S. Carlota Quintão tem mais de 25 anos de experiência profissional como investigadora, consultora, avaliadora e formadora nas áreas da luta contra a pobreza, do empreendedorismo social, da qualificação das organizações da economia social e da inserção sócio-laboral. Desde 2014 que tem vindo a avaliar e desenvolver projetos de investigação-ação no campo da inclusão social pelas artes.

### **FELICIANO VILAR**

Doutorado em Psicologia e Professor de Psicologia do Desenvolvimento no Departamento de Cognição, Desenvolvimento e Psicologia Educacional da Universidade de Barcelona, onde também dirige o Mestrado Oficial Interuniversitário em Psicogerontologia. Os seus interesses centram-se no envelhecimento, explorando como as pessoas com idade maior podem continuar a contribuir para as suas famílias e comunidades, e o impacto que essas contribuições têm no seu desenvolvimento pessoal e social. Enquanto autor, o resultado dos seus estudos tem sido plasmado nos mais de 100 artigos científicos publicados em revistas internacionais e de diversos livros sobre o tema.

### **FILIPA FRANCISCO**

Estudou Dança, Teatro, Improvisação e Dramaturgia na Escola Superior de Dança, na Trisha Brown Dance Company, no Lee Strasberg Institute (Nova Iorque) e com André Lepecki. É membro fundador do Grupo Teatro Olho com Bruno Cochat (Cia Torneira), com quem criou a peça *Nu Meio* (1996). Destacam-se os seguintes projetos de arte participativa: *Rexistir* (sete anos de formação em dança-teatro com reclusos do Estabelecimento Prisional de Castelo Branco) e *Nu Kre bai bu onda* (2007-2010), com jovens do bairro da Cova da Moura. Neste âmbito, apresentou Íman no Alkantara Festival (CCB). Criou ainda *A Viagem* com grupos folclóricos, estreado em Guimarães 2012 - Capital Europeia da Cultura e apresentado em Portugal, País de Gales e Brasil.

### **JOANA S. MARQUES**

É socióloga. Investigadora integrada do Centro de Investigação e Estudos em Sociologia (CIES-Iscte) e professora auxiliar convidada do Iscte-Instituto Universitário de Lisboa. Tem doutoramento em Sociologia pela Universidade de São Paulo, no qual se debruçou sobre trabalho e formas de organização coletiva no setor artístico. Tem participado em vários projetos nacionais e internacionais, com destaque para o campo das artes e inclusão social.

### **JOÃO MARIA ANDRÉ**

É professor catedrático da Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra e investigador do Instituto de Estudos Filosóficos da mesma universidade, tendo ensinado nas áreas de Filosofia, Teatro e Cultura. Autor do livro *Jogo, corpo e teatro: a arte de fazer amor com o tempo* (2016), desenvolveu a sua atividade teatral na Cooperativa Bonifrates desde a sua fundação em 1980, com a qual encenou, em 2022, *Quero dançar o poente*, um espetáculo sobre o envelhecimento ativo e criativo.

### **JOSÉ SOARES NEVES**

Doutorado em Sociologia da Comunicação, da Cultura e da Educação (Iscte), professor associado no Iscte, investigador integrado e subdiretor do CIES-Iscte. Foi investigador permanente e coordenador de projetos do Observatório das Actividades Culturais (OAC) durante a sua existência (1996 a 2013). Foi presidente do Grupo de Trabalho sobre Estatísticas da Cultura (GTEC) do Conselho Superior de Estatística (2006 a 2010). É diretor do Observatório Português das Atividades Culturais (OPAC) desde a criação em dezembro de 2018.

### **LARA SEIXO RODRIGUES**

Licenciada em Arquitectura pela Faculdade de Arquitectura - UL e pela Universitat Politècnica de Catalunya - ETSAB, prefere assumir-se como serrana e afirmar que o facto de ter crescido entre duas culturas, justifica a constante curiosidade que a conduz. Após mais de uma década de intensa prática arquitectónica, enveredou por uma actuação 'não clássica' da mesma, fazendo uso da criação artística em espaço público como ferramenta de transformação social, cultural,

económica e/ou turística de territórios e comunidades. Enquanto programadora cultural, curadora ou mediadora, tem explorado novos caminhos (metodologias, formatos, públicos, etc;) de produção de conteúdos e criação de exercícios produtos artísticos, que têm sempre como objectivo central uma valorização dos lugares em que actua. Para a gestão de todas estas facetas, fundou a Mistaker Maker - Plataforma de Intervenção Artística (2014).

### **LUÍSA VELOSO**

É socióloga. Professora Associada no Iscte-Instituto Universitário de Lisboa e investigadora do Centro de Investigação e Estudos de Sociologia da mesma instituição. Investigadora associada do Instituto de Sociologia da Universidade do Porto. Pesquisa nos domínios do trabalho, das profissões, da economia e da educação. Colabora com instituições diversas da esfera artística, tais como a Cinemateca Portuguesa, a Fundação de Serralves ou o Alcantara. Tem várias publicações como autora e editora.

### **MARIA JOÃO LIMA**

Doutorada em Sociologia (2023, Iscte), investigadora integrada CIES-Iscte, Investigadora do OPAC e professora auxiliar convidada (Iscte, ESPP). Foi investigadora do INET-MD (1995-2000) e do OAC - Observatório das Actividades Culturais (2001-2013) tendo colaborado em inúmeras pesquisas e publicações sobre a avaliação de políticas culturais locais e nacionais, públicos da cultura, práticas culturais, práticas artísticas expressivas, cobrindo diversos domínios culturais como artes do espetáculo, leitura, bibliotecas, arquivos, museus e património.

### **MARIA JOSÉ FAZENDA**

É Professora Coordenadora na Escola Superior de Dança do Instituto Politécnico de Lisboa e investigadora integrada no CRIA - Centro em Rede de Investigação em Antropologia, Polo Iscte - Instituto Universitário de Lisboa. É doutorada em Antropologia pelo Iscte-IUL, licenciada em Antropologia e mestre em Antropologia Social e Cultural e Sociologia da Cultura pela Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa. Concluiu o Curso de Dança do

Conservatório Nacional, instituição onde também lecionou Técnica de Dança Clássica. Entre 1992 e 2001 foi crítica de dança no jornal *Público*. É autora dos livros *Dança Teatral: Ideias, Experiências, Ações - 2ª edição revista e atualizada* (Colibri, 2012 [Celta, 2007]) e *Da Vida da Obra Coreográfica* (Imprensa Nacional, 2018), entre outras publicações.

### **MIGUEL PEREIRA**

Estudou na Escola de Dança do Conservatório Nacional e na Escola Superior de Dança. Foi bolseiro em Paris e em Nova Iorque com bolsas do Ministério da Cultura. Como intérprete, trabalhou com Francisco Camacho, Vera Mantero, Jorge Silva Melo, entre outros. Como criador, destaca *António Miguel*, obra que recebeu o Prémio Revelação José Ribeiro da Fonte do Ministério da Cultura e a menção honrosa do prémio Acarte/Fundação Calouste Gulbenkian (2000). É artista associado d'O Rumo do Fumo desde 2000.

### **PAULA VARANDA**

Doutorada em estudos artísticos pela Middlesex University e licenciada pela Escola Superior de Dança, é investigadora do Instituto de História da Arte e professora no Mestrado em Artes Cénicas (FCSH/Universidade NOVA). Foi crítica do Jornal Público (2004-2026), e é autora dos livros *70 críticas de Dança* (2020), *Dançar é Crescer - Aldara Bizarro e o Projeto Respira* (2012) e *Nu Kre Bai Na Bu Onda* (2010). Publicou em 2024 "Cultural Policies in Portugal - The Rythm Beats the Hopes" (encomenda Artemrede) e "Uma viagem das artes pela democracia em Portugal" (encomenda Fundação Calouste Gulbenkian). Concebeu e dirigiu o projecto Dansul em Mértola (2008-2015). Foi Diretora da Direção-Geral das Artes (2016-2018). Desde 2020 dirige a Companhia Maior. É professora nas licenciaturas de Dança e Teatro do Instituto Politécnico de Lisboa desde 2023.

### **RAFAEL ALVAREZ**

Coreógrafo, intérprete, cenógrafo, figurinista, investigador e professor, tem desenvolvido uma carreira internacional desde 1997, com espetáculos apresentados na Europa, América do Sul e do Norte, Médio Oriente, África e Ásia. Doutorado em Comunicação, Cultura e Arte pela Universidade do Algarve, é especialista

em Dança Contemporânea, Dança Inclusiva e Dança na Comunidade. Dirige desde 2001 o projeto Dança Contemporânea +55 Anos®, em Lisboa, Almada e Paris, e coordena a Companhia Plural. Leciona Dança Inclusiva na Fundação LIGA (desde 1998) e integra o programa Dançar com Parkinson (desde 2014). Entre 2021 e 2026 é docente convidado no Mestrado em Criação Coreográfica da Escola Superior de Dança. Fundou e dirige a BODYBUILDERS, plataforma que cruza criação artística, investigação e prática pedagógica.

### **RAQUEL MAGAYEVSKI**

Iniciou os seus estudos em dança ainda em criança, consolidando a sua formação com o Mestrado em Artes Cénicas na Faculdade de Ciências Sociais e Humanas (2023) e com a Licenciatura em Dança na Escola Superior de Dança (2019). Tal formação proporcionou ainda mais ferramentas para a exploração daquilo que é o corpo em movimento nas suas infinitas possibilidades, articulando a prática com a pesquisa teórica. Atualmente dedica-se sobretudo ao trabalho de professora e coreógrafa, auxiliando também na produção de espetáculos. Colaborou com a Companhia Maior entre 2022 e 2023 para o projeto de arquivo da companhia com uma bolsa de investigação *Seed Projects* - Instituto de História da Arte e Fundação para a Ciência e Tecnologia, atribuída em 2022.

### **RAQUEL ERMIDA**

Doutorada em Estudos Artísticos pela Universidade Nova de Lisboa (2025) e mestre em Estudos Críticos, Curatoriais e de Cybermedia pela Haute École d'Arts et de Design, Genebra (2016), Ermida é investigadora do Instituto de História de Arte da Universidade Nova de Lisboa. Em 2020, ganhou uma bolsa Fulbright e nesse âmbito desenvolveu investigação na Pratt Institute, em Nova Iorque. Integrou em 2022 o seed-project Práticas Artísticas Confinadas: Resistência e Coletivismo na Pandemia COVID-19 em Portugal. É autora de capítulos de livros e artigos científicos em publicações internacionais (Taylor&Francis, Journal of Visual Art Practice, Arte, Individuo y Sociedad e FIELD). Em 2023, co-editou um número para a Revista de História de Arte dedicada aos Campos de Colaboração nas Práticas Artísticas Contemporâneas.

**RITA WENGOROVIOUS**

Encenadora, atriz e docente, é fundadora e diretora artística do Teatro Umano. Licenciada em Teatro e Educação (ESTC), é mestre em Criatividade Aplicada ao Teatro (Universidade de Santiago de Compostela) e em Teatro Social e de Comunidade (Universidade de Torino), onde investigou encenação para teatro social. Desde 2008, leciona no Mestrado em Teatro e Comunidade da ESTC. Entre 2003 e 2008, foi docente na Universidade de Évora. Formou-se também em Itália nas áreas de interpretação, encenação e dramaturgia contemporânea. Encenou mais de duas dezenas de espetáculos, destacando obras de Pirandello, Brecht, Boal e criações próprias. Desenvolve projetos de teatro social e comunitário e colabora com centros de investigação em Portugal, Espanha e Itália. Em 2018, recebeu o Prémio de Reconhecimento do IPL.

**RUI TELMO GOMES**

Doutorado em Sociologia (Iscte-Instituto Universitário de Lisboa, 2013) e investigador integrado do CIES-Iscte. Integrou a equipa de investigação do OAC - Observatório das Actividades Culturais enquanto coordenador de projetos, editor da revista OBS e membro da direção (1996-2013). Integra a equipa do Observatório Português das Atividades Culturais (OPAC). Tem privilegiado como temas de investigação: processos artísticos participativos; profissões artísticas e do setor criativo: políticas culturais para as artes; práticas e consumos culturais.

**STELLA BETTENCOURT DA CÂMARA**

Doutora em Gerontologia, Docente e Investigadora no ISCSP /Universidade de Lisboa, integra a coordenação do Mestrado em Gerontologia Social. Leciona em Portugal, Espanha, Brasil e Colômbia, nas áreas do envelhecimento, demografia e políticas sociais. Membro da Direção da Sociedade Portuguesa de Geriatria e Gerontologia (SPGG), participa regularmente em conferências nacionais e internacionais. As suas áreas de investigação incluem, entre outras, as relações intergeracionais, a solidão e a participação ativa. Autora do livro *Avós e Netos* (Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, 2010) onde explora os vínculos afetivos entre gerações ao longo da vida.



# Conferência Internacional

## *Por uma Causa Maior:*

## *Arte, Cidadania e Idadismo*

## *no Envelhecimento*

**23 e 24 Novembro 2023**

Centro de Reuniões do Centro Cultural de Belém - Sala Luís de Freitas Branco

Esta conferência acontece no âmbito do projeto CAUSA MAIOR e debruça-se sobre temas aglutinadores: as políticas públicas e práticas sociais para o envelhecimento ativo; projetos artísticos e educativos de referência; estética e criatividade na idade maior; e o acesso e representação na cultura. Contributos da área da cultura e da academia, práticos e teóricos, trazem perspetivas sobre as políticas promotoras de uma cidadania ativa em domínios como a cultura, a saúde, o trabalho ou a ação social, para uma reflexão coletiva e interdisciplinar.

**Comissão Científica:** Paula Varanda, Luísa Veloso, José Soares Neves, Daniel Tércio e Maria José Fazenda.

## PROGRAMA

---

### **QUINTA, 23 NOVEMBRO**

#### **10h - Abertura Institucional**

Dália Paulo - Câmara Municipal de Loulé

Delfim Sardo - Centro Cultural de Belém

Hugo Seabra - Fundação Calouste Gulbenkian

Paula Varanda - IHA - NOVA FCSH e Companhia Maior

Pedro Wallenstein - Fundação Gestão dos Direitos dos Artistas

#### **10h30 - CAUSA MAIOR: Análise das relações entre trabalho artístico, envelhecimento e cidadania**

Luísa Veloso - CIES-Iscte e A3S, Carlota Quintão - A3S

Comentário: Maria de Assis Swinnerton - Fundação Calouste Gulbenkian -  
e Ana Caetano e Magda Nico - CIES-Iscte

#### **12h15 - Keynote - O desafio de dar sentido à vida após a aposentadoria: generatividade e desenvolvimento na velhice**

Feliciano Villar - Universidade de Barcelona, Departamento de Cognição,  
Desenvolvimento e Psicologia da Educação

Moderação: Sibila Marques - CIS-Iscte

#### **15h - Painel 1 - Estética e criatividade na idade maior**

Maria José Fazenda - ESD - IPL e CRIA, Polo Iscte

João Maria André - IEF-UC e Cooperativa Bonifrates

Paula Lebre - INET-md-Polo FMH-UL

Moderação: Daniel Tércio - INET-md-Polo FMH - UL

#### **16h45 - Mesa redonda 1 - Acesso e representação da idade maior na cultura**

Lara Seixo Rodrigues - Acesso Cultura / LATA 65

Manuel Costa Cabral - Fundação Carmona e Costa

Rita Wengorovius - ESTC-IPL e Teatro Umano

Moderação: Catarina Rosendo - IHA - NOVA FCSH

## **SEXTA, 24 NOVEMBRO**

### **10h - Oficinas CAUSA MAIOR**

#### **Sala 1 - O Que Importa Desconstruir? Sala 2 - O Que Importa Construir?**

Coordenação: Carlota Quintão, Luísa Veloso e Joana Marques - A3S e CIES-Iscte

Dinamização: Elenco da Companhia Maior

### **10h - Consulta ARQUIVO DIGITAL COMPANHIA MAIOR**

Apresentação: Raquel Magayevski (Bolseira Seed Project-IHA)

### **12h - Mesa Redonda 2 - Projetos Artísticos e Educativos de referência**

Filipa Francisco - Mundo em Rebolicho

Miguel Pereira - O Rumo do Fumo

Rafael Alvarez - Bodybuilders

João Maria André - Cooperativa Bonifrates

Moderação: Maria José Fazenda - ESD - IPL e CRIA, Polo Iscte

### **15h - Painel 2 - Políticas públicas e práticas culturais e sociais para o envelhecimento ativo**

Sibila Marques - CIS-Iscte

José Soares Neves - CIES / Iscte

Stella Bettencourt da Câmara - ISCSP-UL

Moderação: Luísa Veloso - CIES / Iscte e A3S

### **16h45 - Encerramento e conclusões**

Paula Varanda - IHA - NOVA FCSH e Companhia Maior

Daniel Tércio - INET-md-Polo FMH - UL

**Organização:** IHA - NOVA FCSH; CIES / Iscte - IUL; INET-md-Polo FMH-UL; Companhia Maior; A3S.

**Apoios e Financiamentos:** Câmara Municipal de Lisboa; Fundação Calouste Gulbenkian & BPI Fundação La Caixa; Fundação para a Ciência e Tecnologia; Fundação GDA - Gestão dos Direitos dos Artistas

**Parceria:** Fundação Centro Cultural de Belém

<http://companhiamaior.pt/conferencia-causa-maior/>



# CINETEATRO LOULETANO

FOTO: RUBEN AZEVEDO

LUGAR DE EMPATIA,  
INQUIETAÇÃO E LIBERDADE



[cineteatro.com-loule.pt](http://cineteatro.com-loule.pt)

Organização

**loule**  
Aqui e Agora



Méda partner

**1**  
ANTENA

Apoio

**REPÚBLICA PORTUGUESA**  
—  
CULTURA, ILUMINAR E DESPORTO

**deARTES**  
—  
DIREÇÃO GERAL  
DAS ARTES

**rtcp**  
Rede Teatros e Cinemas Portugueses

**rede de teatros com programação acessível**

O envelhecimento das sociedades europeias exige a atenção de todos nós. O preconceito idadista contra as pessoas com mais de 65 anos está profundamente enraizado, política e culturalmente, limitando a realização pessoal e o exercício de cidadania deste grupo. Como podem a criação artística e a fruição cultural agir na redefinição do imaginário coletivo e na renovação estética, humana e demográfica? Este livro reúne estudos e práticas de investigadores, artistas e mediadores que nos oferecem, além de um diagnóstico incisivo, alternativas e evidências valiosas: é imperativo criar uma sociedade mais democrática e solidária; é possível gizar um futuro de participação, dignidade e visibilidade para os mais velhos. Neste plano, as artes e as instituições culturais têm um papel determinante.



9 789899 300033

COMPANHIA MAIOR

II | INSTITUTO DE HISTÓRIA DA ARTE