

GLOSSÁRIO  
ANTI-IDADISMO

# As Pessoas Mais Velhas NÃO SÃO DESCARTÁVEIS







# Ficha Técnica



**Título:** As Pessoas Mais Velhas Não São Descartáveis - Glossário Anti-Idadismo

**Publicação elaborada no âmbito do projeto “Capacitar para Agir em Rede”,  
financiado pelo Programa PESSOAS 2030**

**Edição:** Animar - Associação Portuguesa para o Desenvolvimento Local

**Autoria:** Grupo de Trabalho Envelhecimento e Desenvolvimento Local da Animar

**Coordenação e Revisão:** Célia Lavado, Coordenação Técnica do Grupo de Trabalho  
Envelhecimento e Desenvolvimento Local da Animar

**Apoio científico:** Raul Jorge Marques, Coordenação Científica do Grupo de  
Trabalho Envelhecimento e Desenvolvimento Local da Animar

**Controlo e recolha da informação:** Carolina Barrocas/ Jéssica Soares  
(Animar – Associação Portuguesa para o Desenvolvimento Local)

**Design gráfico e ilustrações:** Ana Filipa Olímpio (Animar – Associação Portuguesa  
para o Desenvolvimento Local)

**Esta publicação não pode ser vendida ou comercializada**



# Prefácio



A Animar identifica-se como uma das entidades em Portugal, dentro da Economia Social e Solidária, que procura promover políticas públicas em prol do Desenvolvimento Local sempre numa perspetiva assente na aceitação da diversidade, abraçando causas em prol do bem-estar e coesão social e da qualidade de vida das comunidades, com respeito pela democracia, o ambiente, a igualdade e as especificidades dos territórios.

O anti-idadismo é uma causa que abraçámos institucionalmente e um glossário que promova esta conscientização, torna-se numa ferramenta valiosa para promover a igualdade e a luta pela discriminação e preconceito baseado na idade.

Esta é também uma causa de ativismo intergeracional no sentido da valorização do ato natural de envelhecer, reconhecendo e celebrando com enorme sentido de justiça os benefícios e as contribuições das pessoas à medida que envelhecem, em vez de considerar o envelhecimento como algo negativo. É preciso um reconhecimento da variedade das experiências, habilidades e perspetivas que pessoas de diferentes idades trazem para os seus processos de desenvolvimento, promovendo uma compreensão mútua intergeracional. Esta é uma causa de futuro e para contribuir para o futuro do desenvolvimento.

Este glossário, associado à premissa de que “As pessoas mais velhas não são descartáveis”, é uma ferramenta educacional poderosa para desafiar preconceitos arraigados e promover uma cultura mais inclusiva e respeitosa em relação à idade. É preciso promover a inclusão etária, garantindo que as pessoas de todas as idades são incluídas e têm oportunidades iguais na sociedade.

Reconhecer que “As pessoas mais velhas não são descartáveis”, é um passo crucial para criar uma sociedade mais justa, inclusiva e compassiva, onde todas as pessoas são valorizadas e respeitadas independentemente da idade. É mais do que a garantia de direitos básicos, é uma luta pela dignidade e respeito das pessoas com mais idade na sociedade.





# Conscienciarizar para o idadismo: uma reflexão!



*“Na sua juventude, Norbert Elias (1897-1990), notável sociólogo conhecido sobretudo pelo estudo dos “processos civilizacionais”, foi assistir, em Cambridge, à conferência de um médico de nomeada. Viu então entrar um senhor muito idoso que arrastava os pés. A sua juventude saudável surpreendeu-se e como que se irritou: **“Porque é que aquele homem não conseguia andar como as outras pessoas «normais»?”**. A surpresa deu rapidamente lugar à indiferença: **o senhor arrastava os pés porque era demasiado idoso.**”*

Laura Ferreira dos Santos<sup>1</sup>, 2014.

<https://www.publico.pt/>

<sup>1</sup> Laura Ferreira dos Santos (1959-2016), doutorada em Filosofia da Educação, foi professora associada na Universidade do Minho, pioneira da defesa da despenalização da eutanásia e fundadora do Movimento Direito a Morrer com Dignidade.

A falta de identificação e empatia dos mais novos e saudáveis para com as pessoas mais velhas, que raramente pensam que também vão envelhecer, é uma clara manifestação de idadismo, geradora de isolamento, desconsideração e segregação.

Efetivamente, como se reconhece no *Relatório Mundial sobre o Idadismo (2022)*<sup>2</sup>, há idadismo quando a idade é usada para categorizar e dividir as pessoas de maneira a causar prejuízos, desvantagens e injustiças, e para arruinar a solidariedade entre as gerações. Pode ser em relação às pessoas mais velhas ou às mais novas e na prática, é institucional (leis, regras, normas sociais, políticas e práticas institucionais), interpessoal (interação entre dois ou mais indivíduos) e pessoal (internalizado pela pessoa contra si própria, quando afirma, por exemplo, “já não tenho idade para vestir isto”; “já não é próprio para a minha idade”).

**O idadismo ainda está mal estudado, talvez porque se temolhado mais para a idade como um «prazo de validade» e menos como um «direito a SER, sempre», apesar de atualmente as pessoas mais velhas estarem a ser encaradas como um nicho de mercado apetecível e com potencial de consumo diversificado para produtos dedicados, do lazer à saúde, uma abordagem de mercado também ela idadista.**

Há obviamente uma «idade tampão» que começa com o afastamento das pessoas mais velhas do mercado de trabalho, quando a sua experiência, qualificações, utilidade e competências poderiam ser bem aproveitadas, mas também quando pretendem continuar a trabalhar, por prazer ou necessidade, mas uns marcadores etários e variáveis, consoante os países, os afastam do mercado de trabalho<sup>3</sup>.

Claro que é incrível que haja em Portugal uma regra que foi publicada há 98 anos (quase um século) e que se mantenha inalterada, como definido no “Diário do Governo” (antigo “Diário da República”) de 24 de julho de 1926 e que consta da atual Lei Geral do Trabalho em Funções Públicas: o prazo máximo para um/a funcionário/a público/a exercer funções são os 70 anos de idade!

Todavia, em 2019, o Governo alterou a lei e criou uma exceção: as pessoas funcionárias públicas com mais de 70 anos podem continuar a exercer funções “em caso de interesse público excepcional” e desde que fundamentado (alguns políticos são disso exemplo).

Em 2022 estavam 352 funcionários/as públicos/as em funções com mais de 70 anos (Jornal de Negócios<sup>4</sup>), o que não deixa de ser caricato se atendermos a que em 1920 se estimava a esperança média de vida à nascença em 35,82 anos para homens e 40,06 para mulheres, enquanto em 2021 era de 78,1 anos para homens e 83,5 para mulheres.

<sup>2</sup> Relatório Mundial sobre o Idadismo. Washington, D.C.: Organização Pan-Americana da Saúde; 2022. Licença: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. <https://doi.org/10.37774/9789275724453>.

<sup>3</sup> Não inevitavelmente em Portugal, em que se pode continuar a trabalhar por conta própria ou por conta de outrem, devidamente registado e cumpridor das obrigações fiscais (a ACT – Autoridade para as Condições do Trabalho já esclareceu que o “trabalhador reformado por velhice pode continuar a trabalhar” e após os 70 anos, a única alteração é que o “contrato de trabalho se converte automaticamente em contrato de trabalho a termo certo de seis meses, renovando-se por períodos iguais e sucessivos, sem sujeição a limites máximos, ...”) <https://www.act.gov.pt/%28pt-PT%29/Itens/Faqs/Documents/FAQs%20Reforma%201.pdf>

<sup>4</sup> <https://www.jornaldenegocios.pt/economia/funcao-publica/detalhe/ha-352-funcionarios-publicos-a-trabalhar-com-mais-de-70-anos>

## **Tem sentido estar 40 anos a trabalhar (supondo que se começa aos 25) e 30 anos «reformado»?**

O crescimento do número de centenários (77,3% de 2012 para 2022) recomenda que se olhe para a sociedade e para a estrutura económica dos países de outra forma!

Ainda segundo o Relatório Mundial sobre o Idadismo, o mundo deve ser para todas as idades, um mundo no qual os estereótipos etários, os preconceitos e a discriminação não limitem as oportunidades, a saúde, o bem-estar e a dignidade, pondo em causa os direitos humanos e o potencial dos indivíduos.

Um *Glossário Anti-idadismo* é um instrumento de denúncia, mas também de combate e consciencialização social, de denuncia de palavras, expressões e frases preconceituosas, que se articulado com uma boa comunicação pode ser mais um contributo para combater um mundo menos estereotipado. Já é tempo!

A Campanha Nacional “As Pessoas Mais Velhas Não São Descartáveis”, que se pretende a jusante deste Glossário, consta da Planificação do Grupo de Trabalho Envelhecimento Ativo e Desenvolvimento Local da Animar para 2024, o Grupo que também assegurou o levantamento da informação que agora se partilha.

**Mas quando se pensa em idadismo é necessário trazer à colação o «exercício da cidadania» e o facto do idadismo ser claramente um grave obstáculo, pelo que há algumas questões de comunicação que adquirem pertinência para serem trabalhadas no coletivo que é a Animar:**

- a. **Como fazer um bom alerta Anti-Idadismo?**
- b. **Como fazer a melhor Campanha Anti-Idadismo?**
- c. **Qual a ideia que poderá ter maior impacto social?**

Um bom alerta Anti-Idadismo deve ser claro, conciso e direto, expor o «problema» do idadismo, os seus efeitos negativos e as formas de combatê-lo, mas também ser apelativo, motivador e direcionado para a ação, o que se pretende com este Glossário e com a forma como vai ser publicamente apresentado.

No que concerne à Campanha Nacional “As Pessoas Mais Velhas Não São Descartáveis” tem de ser construída de forma criativa e inovadora para ser eficaz em termos de consciencialização social e de combate ao problema do idadismo, ser abrangente e atingir um vasto público, ser duradora e manter-se relevante ao longo do tempo, uma tarefa que acreditamos que será brilhantemente desenvolvida pelos membros do Grupo de Trabalho Envelhecimento e Desenvolvimento Local da Animar, nos seus territórios e junto dos canais de comunicação locais.

A ideia que poderá ter maior impacto social será aquela que for capaz de mudar a forma como as pessoas pensam e agem em relação ao envelhecimento!

Deve ser uma ideia inclusiva e que promova a igualdade de oportunidades para todas as idades, não deixando nada nem ninguém de fora:

- i) promover a representação das pessoas mais velhas nos media e na cultura;
- ii) educar crianças e jovens sobre o idadismo;
- iii) combater mitos e tabus associados às pessoas mais velhas;
- iv) desenvolver políticas públicas que promovam a inclusão e a participação das pessoas mais velhas na sociedade;
- v) promover Planos Gerontológicos Locais que tenham as pessoas mais velhas como parceiras na definição das estratégias, medidas e ações que lhes são destinadas.

Claro que para quem se preocupa com a participação das pessoas mais velhas, a melhor forma de determinar a «ideia com maior impacto social» será realizar uma pesquisa junto do público-alvo e depois de conhecerem este Glossário, o que ajudará, por certo, a entender melhor as suas necessidades e preocupações e a desenvolver uma mensagem que seja efetivamente relevante e eficaz.





**A Campanha Nacional que será desenhada oportunamente terá a montante a larga experiência da Animar em iniciativas do género, mas há outras questões transversais que importa abordar e que deixamos como sementes para reflexão:**

**a) Promover a representação das pessoas mais velhas nos media e na cultura:** criar programas de televisão, filmes e livros que representem as pessoas mais velhas de forma realista e positiva, assim como promover eventos culturais que destaquem a participação das pessoas mais velhas e que lhes permitam refletir sobre o que é envelhecer e o que querem para si, «não o que querem para eles/as».

**b) Educar crianças e jovens sobre o idadismo:** desenvolver programas educativos nas escolas e na comunidade, assim como criar materiais educativos que sejam distribuídos a alunos/as, famílias e docentes (este Glossário poderá ter também este horizonte didático).

**c) Combater mitos e tabus associados às pessoas mais velhas:** a desconstrução de mitos e tabus passa pela promoção de sessões públicas ou online, onde se fale abertamente dos *“atalhos que usamos para compreender os outros ...[e como] ... é incrível formarmos impressões uns dos outros tão depressa ...”*<sup>5</sup>.

**Há uma profusão de mitos e tabus a desconstruir, de que destaco:**

1. Envelhecimento é contrário à produtividade;
2. As sociedades envelhecidas são sociedades doentes;
3. As pessoas mais velhas de amanhã são um decalque das atuais;
4. Envelhecer é igual para todas as pessoas;
5. Velhice é a «melhor idade»;
6. Velhice é sinónimo de sabedoria;
7. Toda a pessoa «idosa» perde a memória;
8. Toda a pessoa «idosa» volta a ser criança;
9. As pessoas mais velhas são menos capazes;
10. É «idoso/a» quem tem 65 ou mais anos;
11. As pessoas mais velhas já não aprendem;

12. Toda a pessoa «idosa» é rabugenta/chata;
13. Toda a pessoa idosa tem de comer sopa;
14. A pessoa «idosa» já não pode fazer nada;
15. Temos um bom envelhecimento ativo;
16. Não há preconceitos com a idade;
17. Uma pessoa «idosa» não faz sexo;
18. A sexualidade é amoral e imprópria nas pessoas mais velhas.

**d) Desenvolver políticas públicas que promovam a inclusão e a participação das pessoas mais velhas na sociedade:** criar programas de assistência social, emprego, habitação e envelhecimento ativo que sejam efetivamente direcionados para as pessoas mais velhas e não para os interesses de quem os aplica. Rever leis e regulamentos que discriminam as pessoas mais velhas será sempre uma excelente medida, tal como clarificar nos Programas dos Partidos Políticos como encaram a realidade social do envelhecimento, que existe, que é sinal de desenvolvimento, que está a ser mal lido e aproveitado.

**e) Promover Planos Gerontológicos Locais (PGL):** a Animar com o contributo dos seus associados, propõe um PGL estruturado em 10 eixos para os quais tem um conjunto de medidas a implementar depois de trabalhadas com as pessoas mais velhas dos territórios de implementação:

1. Diagnóstico;
2. Aprendizagem ao Longo da Vida;
3. Colaboração/ Cooperação
4. Idadismo e estereótipos;
5. Cuidado e Segurança;
6. Empreendedorismo/ Promoção da Atividade Sénior;
7. Participação;
8. Saúde e Antienvelhecimento;
9. Vida ativa;
10. Voluntariado.

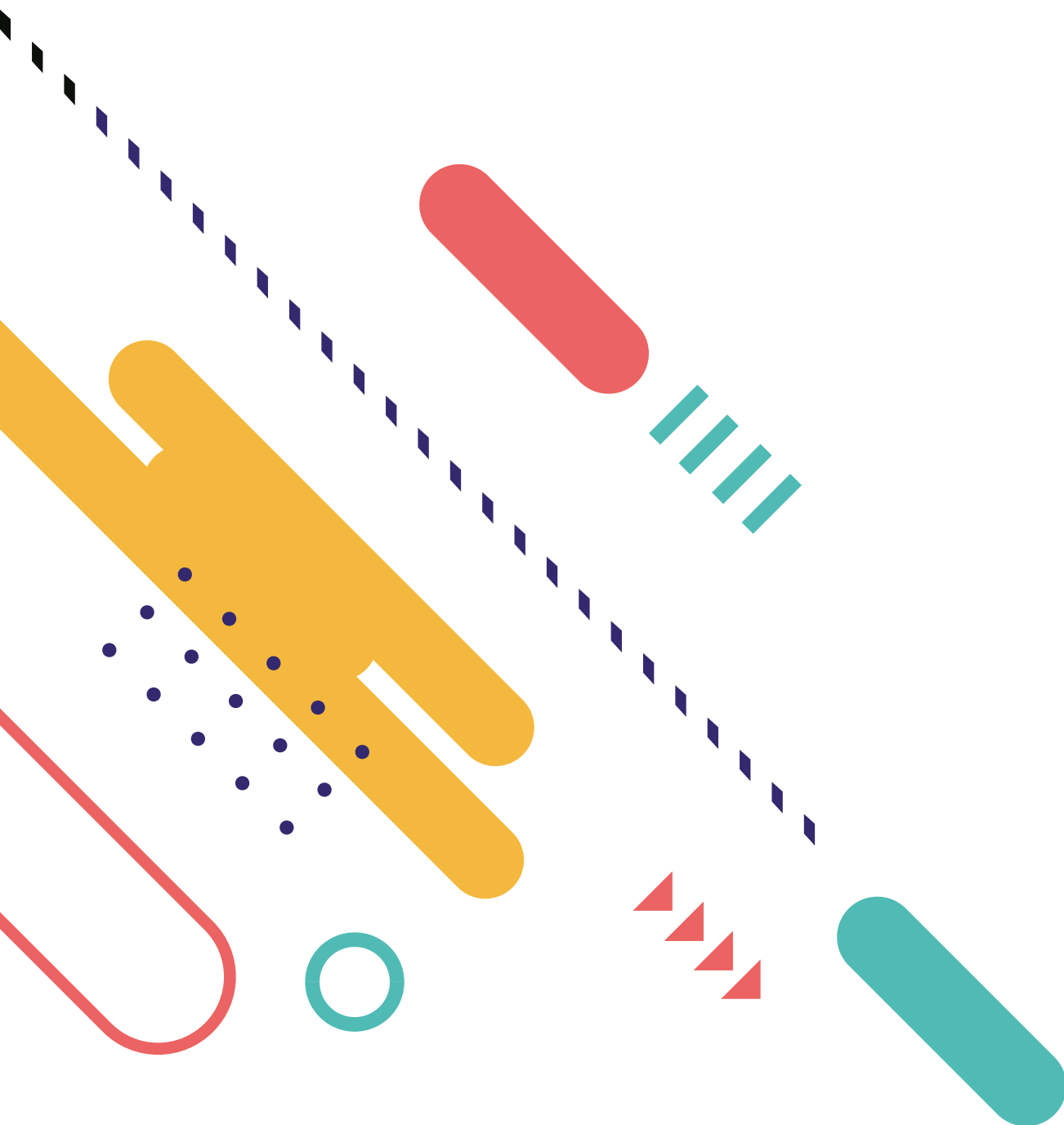
Para cada eixo de intervenção sugere-se um conjunto de medidas.

<sup>5</sup> Susan Fiske. Psicóloga americana, Entrevista da Fundação Francisco Manuel dos Santos, 2021.

Acredito que através da implementação destas ideias, numa abordagem coletiva e com muito trabalho, admito, podemos contribuir para a criação de um mundo mais justo e inclusivo para todas as idades.

Ericeira, 01 de fevereiro de 2024

Raul Jorge Marques<sup>6</sup>



<sup>6</sup> Coordenador Científico do Grupo de Trabalho Envelhecimento e Desenvolvimento Local da Animar.

# Frases e Provérbios



## “BURRO VELHO OU BURRA VELHA NÃO APRENDE LÍNGUAS”

Ideia de que a inteligência e a aprendizagem deixam de existir a partir de determinada idade.

## “JÁ NÃO TEM IDADE PARA ISSO/NÃO É PARA A SUA IDADE”

Julgamento dirigido a pessoas mais velhas que adotam formas de estar e comportamentos criticados pelas pessoas mais novas e/ou mais velhas como a utilização de roupa “jovial”, tatuagens, desportos radicais, ...



## “DEVE-SE TEMER A VELHICE, PORQUE ELA NUNCA VEM SÓ”

Expressão utilizada para denegrir a velhice, tornando-a como algo negativa e alvo de temor.

## “DE VELHO/A SE VOLTA A MENINO/A”

Frase que pretende infantilizar as pessoas mais velhas.

## “O TEMPO QUE ESTÁS A FALAR, MAIS VALIA ESTARES CALADO/A”

Discriminação em relação às conversas das pessoas mais velhas.

## “VELHO DO SACO”

Expressão utilizada por pais e mães para amedrontar as crianças e forçá-las a fazer algo. A ameaça consistia em dizer que o velho do saco ia levar a criança.

## “SE NÃO PUDESSES, NÃO FAZIAS”

Expressão dirigida às pessoas mais velhas em forma de crítica no que respeita à continuidade das suas tarefas domésticas.

### **"JÁ DEVE ANOS À MORTE"**

Alguém que devido à sua idade já devia ter morrido.

### **"JÁ SÓ ARRASTA OS PÉS"**

A alteração da marcha em algumas pessoas mais velhas pode contribuir para uma desvalorização das suas capacidades e consequente descarte.



### **"ISSO É COISA DE VELHOS/AS, NÃO É PARA AQUI CHAMADO"**

Forma de ostracizar as pessoas mais velhas na sua participação ativa em diversos temas somente devido à sua idade mais avançada.

### **"ESTÃO PARVOS/AS, NÃO SABEM O QUE DIZEM NEM O QUE FAZEM"**

Quando as pessoas mais velhas revelam dificuldade no acompanhamento de conversas e execução das tarefas.

### **"COM OS PÉS PARA A COVA"**

Pessoa de idade avançada que está prestes a falecer.

### **"PODES, NÃO PODES, MAS NÃO FALHAS A NADA"**

Preconceito relativo às pessoas mais velhas que continuam a querer ter uma vida ativa, envolvendo-se nas atividades locais destinadas à promoção do envelhecimento ativo.



### **"DA CONVERSA DE PESSOAS VELHAS JÁ NADA SE APROVEITA"**

Frase que indicia desprezo pelas partilhas das pessoas desta faixa etária.

### **"AS PESSOAS VELHAS SÃO MALUCAS"**

Comumente utilizado para denegrir pessoas em idade avançada.

### **"OS/AS VELHOS/AS SÃO CHARUPOS/AS"**

Regionalismo (Alentejo). A expressão que mais se aproxima é "O/A velho/a já estava chalupa ou estes/estas chalupas só dizem disparates", referindo-se a "quem perdeu a razão ou tem distúrbios mentais/ não está mentalmente saudável".

### **"ESTÁ PASSADO/A DOS CARRETOS"**

Normalmente associado a quem perde a razão, pode ser usado em relação a conversas de pessoas mais velhas, contudo o seu uso é transversal em termos etários.

### **"É MAIS VELHO QUE A SARNA"**

Referência a pessoa muito velha.

**“ESTÃO DOENTES, MAS PARA AS FESTAS ESTÃO SEMPRE PRONTOS/AS E NÃO FALHAM”**

Preconceito relativo às pessoas mais velhas que continuam a querer ter uma vida ativa, independentemente do seu estado de saúde.

**“ANDA SEMPRE A QUEIXAR-SE, MAS NÃO PÁRA”**

Pejorativo em relação à energia/atividade das pessoas mais velhas e a sua condição física.

**“O QUE ANDAM AS PESSOAS VELHAS A FAZER/VÃO PARA AS ATIVIDADES, ATÉ PARECE QUE NÃO TÊM NADA PARA FAZER EM CASA”**

Crítica às pessoas que escolhem ter uma vida ativa apesar da sua idade e que usufruem das ofertas de atividades locais que promovem o envelhecimento ativo.

**“ANDAM ELES/ELAS A GASTAR TODO O DINHEIRO DA CÂMARA”**

Preconceito relativo às pessoas mais velhas que se envolvem nas atividades que são promovidas localmente para a promoção do envelhecimento ativo.

**“VÃO TOMAR BANHO À PISCINA”**

Depreciação das pessoas mais velhas que fazem hidroginástica.

**“AS PESSOAS VELHAS DEVERIAM ESTAR EM CASA A DESCANSAR E NÃO A ANDAREM DE UM LADO PARA O OUTRO”**

Expressão fortemente idadista que acaba por promover o isolamento social das pessoas mais velhas.

**ISSO NÃO ESTÁ “DADO” (ADEQUADO) PARA A IDADE DELE/A**

Utiliza-se quando queremos julgar a forma de vestir, comportamentos, estilos de vida, adotados pelas pessoas mais velhas.



**“A AÇORDA FAZ A VELHA NOVA E A NOVA GORDA”**

Mulher de idade que se alimenta bem poderá durar mais anos de vida enquanto uma jovem que se alimenta de modo mais substancial engorda e poderá ter problemas de saúde.

**“A CAUTELA MORREU DE VELHA”**

Diz-se para as pessoas que tomam cuidados durante a vida que poderão morrer velhas.

**“GRÃO A GRÃO, ENCHE A GALINHA O PAPO E OS/AS VELHOS/AS O ESCANINHO”**

Diz-se que as galinhas e os galos de grão a grão vão-se alimentando até ter o papo cheio enquanto as pessoas de idade enchem o escaninho, local na caixa/arca onde guardavam o dinheiro e o ouro, com suas economias.

### **"QUEM SE GASTA, VELHO FICA"**

A pessoa que tem uma vida de muito trabalho sem descanso fica velha mais rapidamente.

### **"UM/A VELHO/A AMIGO/A É COMO O VINHO DO PORTO"**

Uma pessoa amiga de longa data é como o vinho do Porto, quanto mais velha melhor e a amizade será mais profunda.

### **"AS MULHERES SÃO COMO O VINHO, ALGUMAS TRANSFORMAM-SE EM VINAGRE MAS AS MELHORES FICAM MAIS DOCES COM A IDADE"**

Diz-se das mulheres que se transformam, algumas são más, enquanto outras, com a idade, melhoram nas relações com os outros.

### **"QUEM DE NOVO NÃO FOI, DE VELHO NÃO ESCAPA"**

Pessoa que não morreu nova e que terá a morte garantida pelo decorrer da idade.

### **"OS HOMENS SÃO COMO O VINHO, OS MAUS AZEDAM E OS BONS MELHORAM"**

Os jovens mal-educados não são merecedores de respeito, enquanto os bons homens merecem o respeito pela sabedoria, pelos bons conselhos e pela boa educação.

### **"QUEM NÃO DEU, NÃO TEM PARA DAR"**

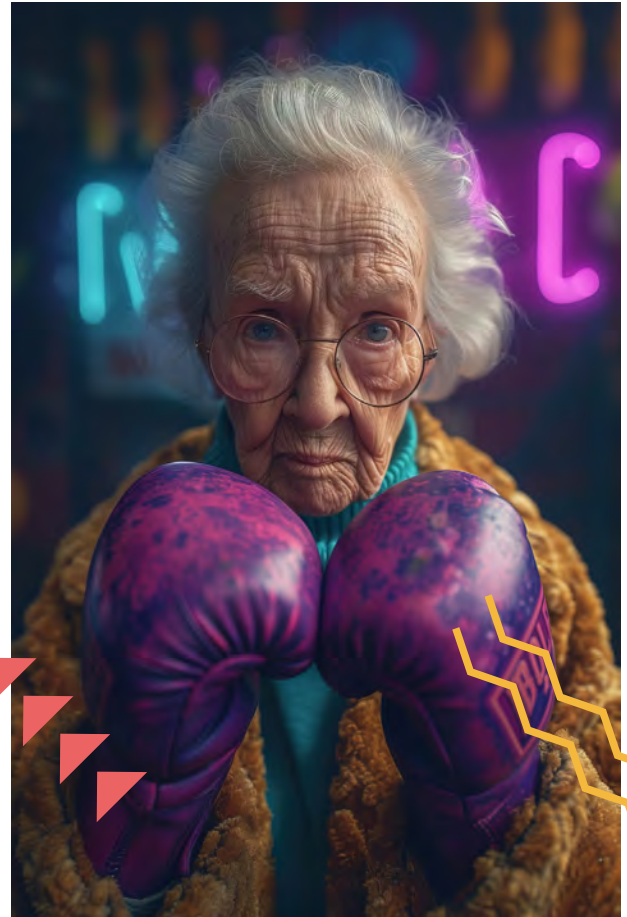
Pessoa que pouco deu à sociedade enquanto jovem, não podendo dar depois de mais velha o que não deu na idade ativa.

### **"ESTE VELHO/A SÓ ESTORVA"**

Pessoa que dificulta a passagem de outrem, que já não é bem aceite pela sociedade.

### **"AGORA JÁ NÃO VALE A PENA"**

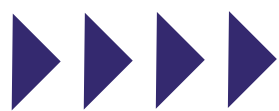
Sensação de que só se deve arriscar, inovar até certo ponto da vida e ao contrário de que todos os anos que vivemos valem a pena de ser vividos.



### **"OS/AS VELHOS/AS JÁ NÃO SABEM O QUE DIZEM"**

Usado para ridicularizar as opiniões das pessoas mais velhas.





# Palavras e Expressões



## VELHINHO/A

Diminutivo aparentemente carinhoso mas que é habitualmente usado infantilizando ou depreciando a pessoa idosa.

## VETUSTO

Termo utilizado para adjetivar o que é muito velho, antigo. Que está deteriorado pelo tempo.

## FÓSSIL

Expressão utilizada depreciativamente para se referir a alguém mais velho.



## ANOSO

Sinónimo de velho.

## COTA

Utiliza-se para categorizar alguém considerado mais velho ou com mais idade.

## CADUCO/A

Costuma-se utilizar a frase “velho/a caduco/a”, para descrever algo que está decadente, velho e enfraquecido/a.

## LONGEVO

Alguém longo(a) é uma pessoa que dura muito ou é considerada muito velha.

## MACRÓBIO

Designa-se por quem já viveu muitos anos e está em idade avançada.

## CAQUÉTICO/A

Usamos esta expressão quando queremos descrever alguém já fraco, demente, incapacitado/a devido sobretudo ao seu envelhecimento.

### VELHO/A TARANTA

Pessoa com um caráter indeciso, confuso, trapalhão com relação à sua idade.

### TARALHOCO/A

Diz-se de alguém que está mentalmente débil ou até senil.

### VELHO/A GÁGÁ

Utiliza-se para designar alguém que aparenta ter regredido na sua saúde mental.

### SENIL

Atribui-se normalmente à pessoa idosa, em condição decrépita e como uma característica própria da velhice em que as faculdades normais se vêem diminuídas com a idade.

### VELHO/A JARRETA

Usado para ridicularizar a forma de vestir ou agir, categorizando de ridículo e antiquado.

### XÉXÉ

Pode ter várias conotações, mas está ligado sobretudo à questão da senilidade que por vezes leva a ter comportamentos considerados ridículos.

### VELHARIA

Serve para descrever tudo o que se considera próprio de pessoas velhas, objetos e costumes antiquados ou fora de uso.

### VELHA GUARDA

Descreve um conjunto de gente velha.

### VELHO/A MARRETA

Normalmente associado à idade, descreve uma pessoa teimosa, com algum mau feitio.

### CHALUPA

Dizemos de alguém que perdeu as suas faculdades mentais.

### VELHA/O GAITEIRA/O

Considera-se esta expressão para descrever alguém que gosta de festa de uma forma pejorativa.

### CARUNCHOSO/A

Pessoa idosa pouco útil à sociedade que se compara com um tecido velho e em mau estado de conservação.

### TRÔPEGO/A

Pessoa idosa com fraca locomoção que não devia estorvar quem quer passar.

### A JUVENTUDE É TUDO

Desvaloriza o que se adquire ao longo da vida.

### ESTÁ NA CRISE DA MEIA-IDADE

Estereotipa as pessoas em função da idade, como instáveis ou irracionais.



### VELHO OU VELHA DEMAIS PARA ISSO

Sugere que as pessoas mais velhas não têm capacidade para realizar determinadas tarefas.



### ESTÁ ÓTIMO/A PARA A SUA IDADE

Sugere que uma boa aparência ou estado de saúde é uma exceção para pessoas mais velhas.

### CABELOS BRANCOS

Expressão utilizada para denotar sabedoria ou conhecimento em função da idade.

### JÁ ESTÁ NA HORA DE SE REFORMAR

Sugere que pessoas mais velhas não trabalham eficazmente.



### ESSAS ROUPAS NÃO SÃO PARA A TUA IDADE

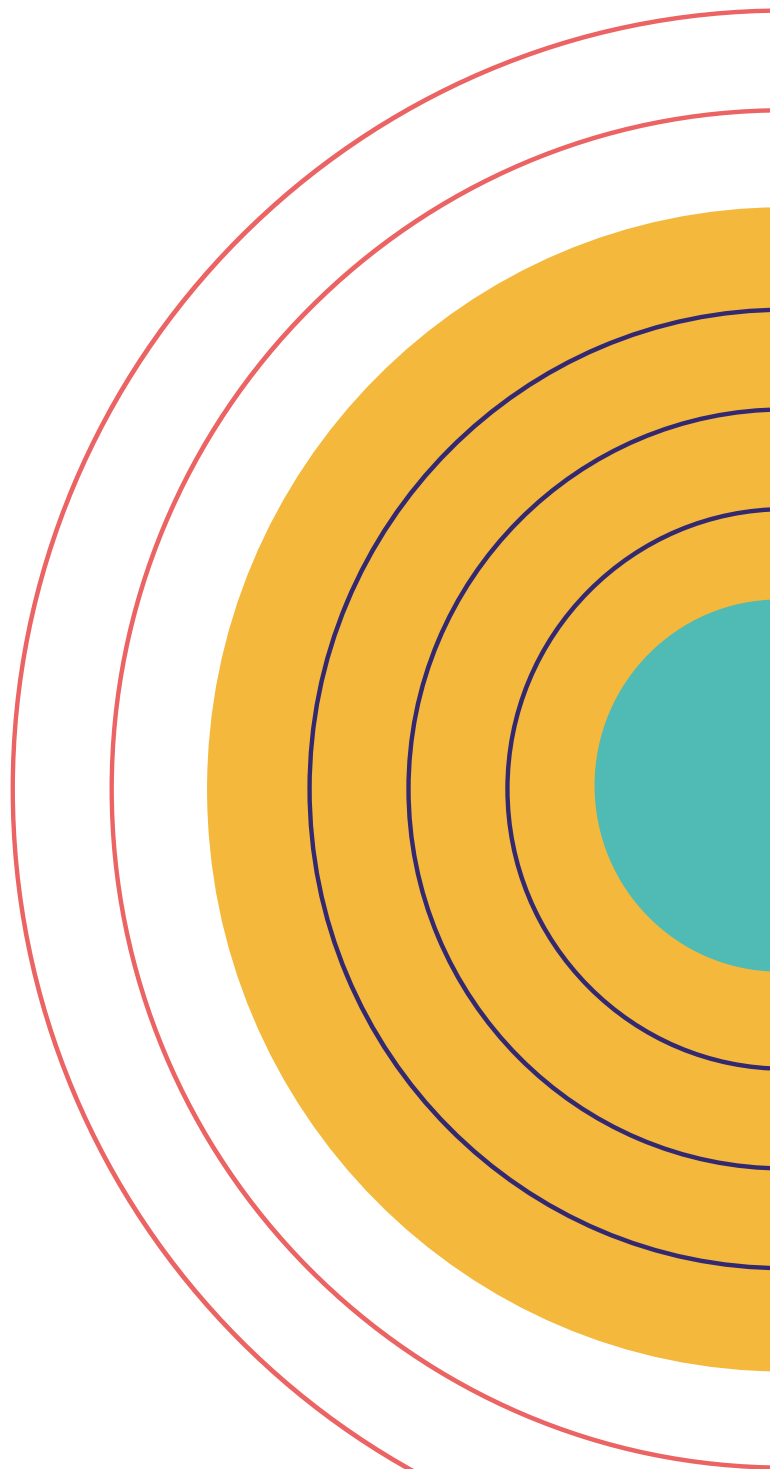
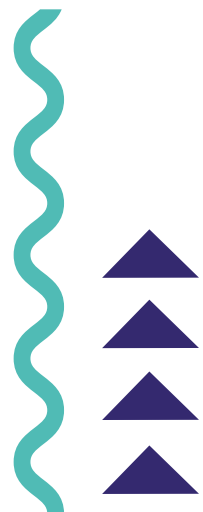
Desvaloriza os interesses e preferências de alguém em função de padrões etários.

### OS IDOSOS E IDOSAS SÃO UM FARDOS PARA A SOCIEDADE

Reforça estereótipos negativos sobre pessoas mais velhas, ignorando os seus contributos e mais-valias.

### JÁ PASSOU DA VALIDADE/VELHO CADUCO OU VELHA CADUCA

Sugere que as pessoas mais velhas já não têm valor.



## EM RELAÇÃO A CRIANÇAS E JOVENS

### JOVEM INCONSEQUENTE

Estereotipa as pessoas jovens como irresponsáveis.

### ÉS NOVO/A DEMAIS PARA PERCEBER

Sugere que a maturidade ou capacidade de compreensão dependem da idade, especialmente para assuntos complexos.

### A JUVENTUDE DE HOJE EM DIA ESTÁ PERDIDA

Generaliza e critica toda uma geração sem motivos válidos.

### É A REBELDIA DA ADOLESCÊNCIA

Estigmatiza a adolescência como um período problemático.

### OS RAPAZES SERÃO SEMPRE RAPAZES

Estigmatiza os adolescentes, neste caso do sexo masculino, como problemáticos/imaturos.

### SÃO COISAS DE CRIANÇA

Desvaloriza interesses e preocupações das crianças.

### ESTA GERAÇÃO MAIS NOVA NÃO SABE O QUE É TRABALHAR NO DURO

Generaliza negativamente uma geração inteira, sugerindo que são pessoas preguiçosas ou não têm os mesmos valores.

### AS CRIANÇAS DEVEM RESPEITAR AS PESSOAS MAIS VELHAS, NÃO QUESTIONÁ-LAS

Promove a ideia de que as opiniões das crianças não são importantes e que as pessoas mais velhas não devem ser questionadas.

### AINDA NÃO TENS EXPERIÊNCIA

Promove a não-aceitação de ideias/projetos das pessoas mais novas por não ter a "experiência suficiente"; não abre hipótese de inserção.



### QUANDO CRESCERES VAIS PERCEBER

Incapacita as pessoas mais jovens de entendimento e descarta as mais velhas da explicação necessária.

### É ESTA A GERAÇÃO FUTURA QUE TEMOS?

Desacredita quaisquer valores e ideias da geração mais nova, que com o evoluir dos tempos necessariamente vai ser diferente.

### JÁ ESTÁ NA ALTURA DE SERES UM/A HOMENZINHO/MULHERZINHA

Apressa as pessoas mais jovens a tornarem-se adultas e assumirem responsabilidades desde muito cedo.

