

## Pessoas LGBTQIAP+ da terceira idade:

### O medo de serem forçados a voltar para o armário na velhice

*Envelhecer sem desistir do seu «EU autêntico»: a luta das pessoas idosas LGBTQIAP+*

Autora: Beatrice Strophair - Le Girofard

Numa sociedade ocidental marcada pelas políticas discriminatórias de Donald Trump nos Estados Unidos e pela regressão dos direitos das mulheres trans no Reino Unido, o envelhecimento dos indivíduos LGBTQIAP+ está mais ameaçado do que nunca. Numa época em que as narrativas queer são censuradas e as identidades trans são negadas médica e legalmente, como se pode contemplar o envelhecimento livremente, sem perder a dignidade e a visibilidade?

Para as pessoas LGBTQIAP+, a experiência do envelhecimento é profundamente marcada pela memória coletiva de rejeição, estigmatização e exclusão. Entre essas memórias, a epidemia de VIH/SIDA das décadas de 1980 e 1990 continua a ser um trauma fundador: toda uma geração foi dizimada em meio à indiferença generalizada, deixando cicatrizes duradouras nos corpos e nas mentes. Muitos perderam amigos, parceiros e amores, mas também toda a confiança nas instituições.

A isso deve-se acrescentar o preconceito contra a idade, o racismo estrutural, a lesbofobia, a homofobia e a transfobia, que afetam os indivíduos LGBTQIAP+ mais velhos. Tornados invisíveis, isolados e precários, muitos são por vezes obrigados a regressar simbolicamente «ao armário», por medo de represálias, erros de identificação de género ou rejeição em instituições de cuidados.

Portanto, o que pode ser feito para evitar ter de desistir do seu eu «EU autêntico»? Como garantir uma velhice inclusiva para todos os indivíduos LGBTQIAP+?

## **Voltar ao armário: uma forma de omissão enraizada no preconceito contra a idade e a comunidade LGBTI**

No contexto LGBTQIAP+, o termo «armário» simboliza a situação em que uma pessoa esconde a sua orientação sexual, identidade de género ou relações íntimas para evitar rejeição, estigmatização ou discriminação. «Estar no armário» é viver em segredo, sem poder expressar-se plenamente, seja na esfera privada, social ou profissional.

Para os indivíduos LGBTQIAP+ mais velhos, este armário representa frequentemente uma época em que a homossexualidade e a identidade trans eram criminalizadas, patologizadas ou socialmente condenadas. No entanto, com a velhice, esta realidade pode ressurgir. Entrar numa casa de repouso ou ter de depender de serviços de saúde pode obrigar alguns a recuar mais uma vez, por medo de não serem aceites como pessoas queer.

Portanto, «voltar para o armário» corresponde a uma perda da liberdade de existir abertamente como pessoa LGBTQIAP+ nos estágios finais da vida. Esse fenómeno é ainda mais marcante, pois esses idosos já viveram décadas de repressão e silêncio: na França, a homossexualidade foi criminalizada até 1982 e as identidades trans foram consideradas patológicas até 2018. A comunidade LGBTQIAP+ também está sujeita à estigmatização do VIH, à rejeição familiar ou à invisibilidade social. Muitos nunca tiveram a oportunidade de se assumir, ou o fizeram apenas tardiamente, com imensa dificuldade.

### **O isolamento social está no centro deste fenómeno de «voltar para o armário»**

O isolamento social não se manifesta de forma uniforme: existe ao longo de um continuum, que vai desde pessoas mais velhas que permanecem totalmente integradas até aquelas que sempre viveram à margem das redes sociais ou familiares. As pessoas idosas LGBTQIAP+ estão particularmente expostas a esse isolamento devido a fatores específicos, como a ausência de filhos, a divisão familiar ligada à orientação sexual ou identidade de género, a discriminação em ambientes de saúde, a falta de reconhecimento das famílias escolhidas e a fraca representação nos serviços dedicados aos idosos. Entre eles, os idosos transgéneros continuam a ser os mais invisíveis. A sua marginalização decorre de um emaranhado de opressões (discriminação por

idade, transfobia e ilegitimidade das histórias LGBTQIAP+ da memória coletiva) que os colocam numa posição de extrema vulnerabilidade.

As consequências desse isolamento são múltiplas e profundas. Elas se traduzem na deterioração da saúde mental e física, no aumento do risco de depressão e distúrbios cognitivos e em um aumento significativo da mortalidade. Os dados da Grey Pride e do INSEE são inequívocos: 65% dos indivíduos LGBTQIAP+ com mais de 60 anos vivem sozinhos, em comparação com 32% de seus pares heterossexuais, e sua taxa de suicídio é estimada entre duas e sete vezes maior.

Além disso, as pessoas LGBTQIAP+ muitas vezes vivem em condições precárias, decorrentes de trajetórias profissionais marcadas por discriminação ou instabilidade, o que reforça o sentimento de marginalização. Esse isolamento também resulta no afastamento do sistema de saúde e pode ser acompanhado por patologias crônicas, incluindo o VIH, que muitas vezes é mal gerido ou estigmatizado entre as pessoas idosas LGBTQIAP+.

## **Cuidados de saúde e velhice nas comunidades LGBTQIAP+: repensar os cuidados médicos**

De acordo com um relatório publicado pela associação *Les Audacieux et les Audacieuses*, que se baseia nomeadamente em dados do INSEE e do relatório Delaunay (novembro de 2013), cerca de 50% dos idosos LGBTQIAP+ declaram que escondem a sua identidade em contextos de cuidados de saúde ou alojamento coletivo, e até mesmo de um<sup>1</sup>. Essa ocultação tem efeitos graves: deteriora a saúde mental, limita o acesso a cuidados adequados e prejudica gravemente o bem-estar geral.

Para as pessoas transgénero em particular, isso decorre de um histórico de discriminação dentro do sistema médico, com consequências graves: renúncia aos cuidados ou atrasos no diagnóstico, desconfiança em relação aos profissionais de saúde e sentimentos de humilhação, especialmente durante os cuidados corporais. Algumas optam por se passar por cisgénero para se protegerem, mesmo dentro de estruturas claramente projetadas para apoiá-las. A entrada numa casa de repouso representa, assim, uma nova forma de repressão: as instituições de cuidados são mal treinadas em diversidade de género e mal equipadas para acompanhar o

---

<sup>1</sup> [https://audacieusement.org/nos\\_engagements/](https://audacieusement.org/nos_engagements/)

envelhecimento dos corpos trans. Os tratamentos hormonais, por exemplo, são frequentemente interrompidos com a idade, apesar da sua importância para o bem-estar das pessoas trans, devido à falta de conhecimento médico ou de protocolos adaptados. Essas interrupções forçadas podem provocar sofrimento físico e psicológico grave. Certos tipos de cancro não são devidamente rastreados, uma vez que as pessoas trans são excluídas das campanhas de prevenção concebidas de acordo com a designação administrativa de sexo no seu cartão de saúde francês.

De facto, as mulheres trans apresentam um risco de cancro da mama equivalente ao das mulheres cisgénero, mantendo um risco de cancro da próstata, uma vez que a próstata não é sistematicamente removida durante a transição. Os homens trans, mesmo após anos de tratamento hormonal, continuam suscetíveis a patologias ginecológicas, como endometriose ou cancros do colo do útero e dos ovários, se esses órgãos não tiverem sido removidos. O acompanhamento ginecológico continua, portanto, a ser indispensável, mas é frequentemente negligenciado, seja devido à falta de formação dos profissionais de saúde, seja devido ao medo de discriminação dos pacientes.

Os nossos idosos transgéneros enfrentam, portanto, riscos para a saúde que muitas vezes são desconhecidos, ignorados ou mal geridos pelas estruturas médicas. Além de suportarem a transfobia nas instituições de cuidados de saúde, sofrem as consequências de um sistema de saúde inadequado à sua jornada de transição e de uma medicina ainda fortemente centrada em estruturas hetero-cisnormativas. Estas lacunas resultam em tratamentos interrompidos, acompanhamento médico inadequado e riscos acrescidos de patologias graves. Por exemplo, as mulheres trans são por vezes retiradas do seu tratamento com estrogénio, muitas vezes por volta da menopausa ou após os 70 anos, sem uma avaliação caso a caso. No entanto, essa interrupção pode ter consequências psicológicas importantes: ansiedade, perda de autoestima, angústia e até depressão.

## Iniciativas emergentes: criar espaços de vida adaptados às pessoas idosas LGBTQIAP

Entre essas iniciativas, a<sup>2</sup> representa um projeto pioneiro na França. Criado em Lyon por iniciativa da associação *Les Audacieux et Les Audacieuses*, este projeto de coabitação inclusiva é destinado a pessoas LGBTQIAP+ com 60 anos ou mais, que muitas vezes enfrentam o isolamento ou o medo da discriminação em lares de terceira idade tradicionais. Este espaço acolhe 24 residentes num ambiente acolhedor, seguro e autogerido, onde todos podem viver livremente a sua identidade, os seus amores e as suas histórias. A *La Maison de la Diversité* funciona com base num modelo participativo, combinando quartos privados com espaços de convívio coletivo, acompanhados por apoio social personalizado. Oferece assim uma alternativa inovadora aos modelos convencionais de alojamento para pessoas idosas, colocando no centro do seu projeto a luta contra o preconceito contra a idade e as fobias LGBTI.

Da mesma forma, o selo «*Grey Pride Bienvenue*», desenvolvido pela associação *Grey Pride*, propõe uma transformação profunda das estruturas de cuidados existentes, nomeadamente dos lares de terceira idade. Este selo compromete as instituições a uma abordagem inclusiva a vários níveis: formação do pessoal em diversidade sexual e de género, adoção de linguagem não binária, reconhecimento e visibilidade de casais do mesmo sexo e respeito pela identidade de género, particularmente no que diz respeito às pessoas transgénero. O rótulo prevê também auditorias e apoio a longo prazo para garantir que as instituições se tornem verdadeiramente locais seguros e acolhedores para todas as pessoas idosas, independentemente da sua orientação sexual ou identidade de género.

Estas duas iniciativas, complementares nas suas abordagens, contribuem ativamente para a construção de ambientes de vida dignos, respeitosos e abertos, adaptados às realidades plurais do envelhecimento LGBTQIAP+.

---

<sup>2</sup> <https://audacieusement.org/le-projet-maison-de-la-diversite/>

## Quebrar os tabus sobre a vida afetiva

A vida amorosa das pessoas idosas continua a ser um tabu, ainda mais quando se desvia das normas heterossexuais. No entanto, como ilustrado pelo documentário de Alexis Taillant «Si je meurs, ce sera de joie» («Se eu morrer, será de alegria»), a sexualidade não desaparece com a idade. Pelo contrário, ela muda, mas continua a ser uma fonte de conexão, ternura e autoafirmação.

Neste documentário, acompanhamos Micheline, Yves e Francis. Envolvidos no movimento Grey Pride, estes três idosos LGBTI afirmam os seus desejos e recusam-se a submeter-se ao armário associado à velhice.

A exibição do filme no *Festival de Cinema Cinémarges*, em Bordéus, em 2025, deu origem a uma mesa-redonda que reuniu o realizador do filme, Cédric Matet (*Orgulho Cinzento*), Dominique e Françoise, do autoproclamado *Conselho Nacional da Velhice* (CNaV Bordéus), bem como Catherine, de *Les Giroflées*, um coletivo lésbico ligado ao *Girofard* (Centro LGBTQIAP+ de Bordéus). A discussão abordou vários temas, incluindo a vida amorosa e sexual dos idosos e a dinâmica intergeracional desenvolvida dentro do *Les Giroflées*. Neste contexto, o projeto europeu<sup>3</sup> (ONG) propõe grupos de discussão sobre a vida afetiva dos idosos, ecoando diretamente as questões levantadas pelo documentário.

## O papel do trabalho de arquivo: o exemplo da rede<sup>4</sup>

Marginalizados na juventude e muitas vezes excluídos dos espaços comunitários contemporâneos, as pessoas idosas LGBTQIAP+ são vítimas de uma dupla exclusão: apagado da memória coletiva e, na velhice, forçados a «voltar para o armário» para sobreviver em estruturas de cuidados inadequadas ou hostis. Este regresso simbólico ao silêncio, à invisibilidade e à autocensura não é meramente individual: é sintomático do esquecimento político. O trabalho de arquivo, tal como realizado por iniciativas como a rede *Big Tata*, permite que estas narrativas perdurem.

---

<sup>3</sup><https://www.nevergetsold.eu/pt/>

<sup>4</sup><https://bigtata.org/>

Criada em 2021, a *Big Tata* é a primeira rede francófona de bibliotecas e centros de arquivos LGBTQIA+. Nascida do desejo de reunir recursos, valorizar histórias queer e apoiar iniciativas locais, este coletivo estende-se hoje pela França, Suíça e Canadá, com cerca de vinte estruturas membros.

Esta rede assenta num princípio fundamental: a autodeterminação das memórias. Cada centro ou biblioteca mantém a sua autonomia, participando simultaneamente numa dinâmica comum baseada na cooperação, na partilha de ferramentas e na troca de conhecimentos. Neste sentido, a *Big Tata* é muito mais do que uma base de dados: é um espaço vivo de solidariedade arquivística, uma ferramenta política e cultural para garantir a existência de narrativas há muito marginalizadas.

Entre as suas principais realizações, a *Big Tata* oferece um catálogo coletivo online, acessível a todos, que lista milhares de documentos (livros, fanzines, dissertações, teses, revistas, arquivos ativistas) extraídos das coleções dos seus membros. Este projeto não só facilita a investigação sobre questões LGBTQIA+, como também traz à luz coleções que muitas vezes são invisibilizadas, nomeadamente as de coletivos ativistas, bibliotecas alternativas ou estruturas comunitárias locais.

A rede também organiza encontros, como os «Rencontres Big Tata», ocasiões para troca, workshops e reflexão sobre as questões da transmissão, memória queer e práticas arquivísticas inclusivas. Estes eventos promovem a criação de uma cultura intergeracional que liga as lutas do passado aos desafios do presente e reforça as conexões entre ativismo, criação e investigação.

A *Big Tata* responde assim a uma urgência memorial: conservar, partilhar e transmitir narrativas LGBTQIA+, muitas vezes ameaçadas de eliminação. Ao criar uma rede horizontal, colaborativa e gratuita, a *Big Tata* contribui ativamente para a construção de uma história coletiva em que todas as vozes são importantes, incluindo as dos mais velhos, muitas vezes esquecidas pelas narrativas dominantes.

## Laços intergeracionais como solução para quebrar o isolamento

A ligação entre a memória coletiva e a construção da identidade surge como central: ao reconstruir trajetórias LGBTQ+ apagadas, o trabalho de arquivo oferece às gerações mais jovens recursos simbólicos e políticos com os quais conceber a sua própria existência. Isso implica, portanto, reparar uma forma de rutura histórica entre as gerações queer. Os mais velhos LGBTQIAP+ passaram por décadas de repressão e exclusão. As gerações mais jovens, por sua vez, crescem num mundo reconhecidamente mais aberto, mas ainda marcado pela violência sistémica. Ao permitir que estas gerações se encontrem, forma-se um vínculo sólido esculpido na memória coletiva e nas narrativas de resistência.

Nos Estados Unidos, estruturas como a<sup>5</sup>, em São Francisco, estabelecem parcerias entre indivíduos mais jovens e mais velhos, oficinas de memória e atividades partilhadas. A criação de tais espaços é essencial para combater o isolamento social dos membros da comunidade LGBTQIAP+. Na França, o projeto da *Maison de la Diversité*, em Lyon, prevê atividades intergeracionais, dentro de uma lógica de apoio mútuo e transmissão.

Para além do apoio prático, estas ligações promovem o reconhecimento mútuo. Os mais velhos encontram nelas alguém que os ouve e valida as suas experiências de vida; os mais jovens, uma história à qual se podem ligar, muitas vezes ausente das narrativas escolares ou familiares.

No entanto, para que esta dinâmica perdure, são necessários espaços seguros, estruturados e concebidos coletivamente. Os laços intergeracionais por si só não podem resolver tudo. Devem fazer parte de uma política mais ampla de reconhecimento das pessoas idosas LGBTQIAP+: nos serviços sociais, lares e residências de terceira idade, políticas de saúde, arquivos e espaços culturais.

---

<sup>5</sup> <https://www.openhousesf.org/>

## Conclusão

Uma proporção considerável de pessoas idosas LGBTQIAP+ vive hoje em profundo isolamento, muitas vezes exacerbado pela falta de reconhecimento, medo da rejeição e ausência de espaços de convivência genuinamente inclusivos. Ter de *voltar para o armário* ilustra uma realidade alarmante: apesar dos avanços sociais e legais, muitas pessoas mais velhas queer se veem obrigados mais uma vez a esconder uma parte essencial de sua identidade. Esse escondimento do “verdadeiro eu” tem consequências diretas na saúde mental, no acesso a cuidados e na qualidade de vida.

Neste contexto, é essencial repensar as estruturas de cuidados e habitação, de modo a integrar plenamente as questões relacionadas com a orientação sexual, identidade de gênero e trajetórias de vida das minorias. A luta contra o preconceito contra pessoas idosas e as fobias LGBTI também requer o reconhecimento dessas histórias há muito silenciadas e a consideração atenta das necessidades específicas dessas populações.

Para combater o isolamento social, é, portanto, necessário formar profissionais de saúde e cuidados na diversidade sexual e de gênero, reconhecer as famílias escolhidas nas políticas públicas, promover a criação de espaços seguros onde as pessoas idosas LGBTQIAP+ possam reunir-se e desenvolver estratégias específicas adaptadas aos vários graus de isolamento vividos.