

“É Só um Número”: Quando o Palco dá Voz à Intimidade na Terceira Idade

Autora: Elisa Klein-Peters - Proportional Message Associação

Aos 76 anos, Emília Araújo continua a sua jornada a ensinar e inspirar. Enfermeira reformada, educadora, ativista, e atriz, hoje ela é um dos rostos da peça “É só um número”, apresentada pela Academia Sénior de Braga. A peça, que aborda com coragem e sensibilidade a sexualidade na terceira idade, nasceu de um impulso coletivo e teve em Emília uma força motriz inquestionável.

Do serviço à cena: uma vida dedicada ao cuidado

Antes de pisar o palco, Emília construiu uma carreira profundamente marcada pela proximidade com os outros. Durante 17 anos, trabalhou no projeto Autoestima, criado para apoiar pessoas em situação de prostituição, incluindo mulheres e homens sem-abrigo. Nessa função, percorreu as ruas do Porto, Matosinhos e Leça da Palmeira com uma unidade móvel, distribuindo preservativos, oferecendo cuidados de saúde e, acima de tudo, ouvindo. Com o tempo, através de Emília Araújo, o projeto chegou também a Braga e Guimarães, onde abriu as suas portas e deu continuidade à sua missão.

“Aprendi muito com elas, chorei, ri, e dei até a minha roupa a quem vinha molhada da rua”, relembra a Emília. “O corpo, para mim, nunca foi um tabu. Como enfermeira lidei com muitos doentes, com homens e com mulheres, e com o seu sexo, e a primeira coisa que eu lhes dizia para se porem à vontade. Dizia-lhes “Olhe, o senhor não tenha vergonha, porque é assim, eu olho para os seus órgãos genitais como se fosse para o nariz: com respeito e profissionalismo.”

Essa visão franca e humanista do corpo e da sexualidade foi também o que a preparou para um novo papel, desta vez no teatro.

“Nunca é tarde para aprender”

Ao mudar-se para Braga, Emília procurou novas formas de se ocupar. *“Sempre gostei muito de teatro, sempre, desde pequenina. Quando era miúda, já fazia peças na escola.”* Ao inscrever-se na Academia Sénior de Braga há dois anos, reencontrou essa paixão, e, com o incentivo da encenadora Ângela Silva, voltou aos palcos.





08.06.2024 – “Alunos da Academia Sénior de Braga apresentaram peça de teatro no Sá de Miranda”. Foto retirada de: <https://www.cm-braga.pt/pt/0201/home/noticias/item/item-1-18226>

Na peça “É só um número”, Emília não se limitou a atuar, mas também ajudou a moldar o seu conteúdo. A peça nasceu de conversas e experiências reais partilhadas pelos alunos. Dividida em cenas simbólicas, a produção mergulha em temas como a solidão, o prazer, o corpo envelhecido e os preconceitos persistentes em torno da sexualidade sénior.

Emília descreve a peça com entusiasmo: “*Falámos da solidão, da falta de toque, da ausência de preliminares no sexo... E até apareci em lingerie, a atravessar o palco. Para mim não foi muito difícil, mas também não foi fácil para todas as atrizes e atores.*”

Sexualidade na terceira idade: a verdade real

A perspetiva da Emília é dupla: fala como uma mulher de terceira idade, mas também como profissional de saúde. “*A menopausa não é o fim de nada*”, afirma ela. “*Mas lembro-me que os idosos ainda separam camas, param de tocar-se, deixam de se ver como desejáveis.*” Ela lamenta que tantos ainda vejam o sexo como tabu. “*Parece que, antigamente, quase existia uma proibição implícita da mulher pedir sexo. Muitas colegas tiveram dificuldades depois da menopausa e desconheciam aspetos importantes, como a necessidade de cuidar da alimentação ou o facto de as alterações hormonais poderem causar uma série de sintomas, como a atrofia vaginal.*”

Além da receção calorosa por parte dos espectadores em Braga, Emília destaca o impacto que a peça teve junto de jovens. Numa apresentação para alunos do secundário, *“até professores vieram fazer perguntas sobre a menopausa e uma miúda de 14 anos veio ter comigo, cheia de dúvidas.”*

Educar em qualquer idade

Emília acredita que o teatro é uma ferramenta poderosa para educação intergeracional. *“Os jovens têm de ouvir-nos. E nós também temos de ouvi-los. Vivemos épocas diferentes. Mas temos tanto a aprender uns com os outros.”*

Do seu ponto de vista, uma sexualidade saudável começa com respeito, consentimento e conexão emocional. *“A sexualidade positiva e saudável é aquela em que, primeiramente, um gosta do outro. A relação saudável parte do amor um pelo outro. Para ser saudável. Começam por ver o corpo um do outro.”*

Uma vida com propósito

Com um percurso que atravessa hospitais, carrinhas móveis, palestras, centros de aconselhamento e agora os palcos, Emília não tem dúvidas: *“Acabei a carreira com o meu coração cheio. É verdade. Eu gostei muito da enfermagem, não trocava a minha profissão por nenhuma.”*

A sua história e o seu papel em “É Só Um Número” são a prova de que o envelhecimento pode ser não só vivido com dignidade, mas também com ousadia, humor e desejo. Como ela própria diz, com um sorriso que se ouve ao telefone:

“É só mais um número. A idade não é o que temos, é o que sentimos. É bonito estar no palco. Sente-se bem a explicar, a ensinar.”

“É só um número” regressa ao palco

Depois do sucesso da estreia em Braga, “É só um número” voltará ao palco para mais uma apresentação: será no dia 15 de setembro de 2025, no Teatro Jordão, em Guimarães. Uma nova oportunidade para se emocionar, rir, refletir, e, sobretudo ouvir, de quem viveu o que muitas vezes é silenciado. Fiquem atentos – esta peça merece ser vista e sentida por todas as idades.