

Revide

10 DE OUTUBRO DE 2025

Ancienne



PERFIL

Conheça a trajetória da quase centenária Maria da Glória Gaia Araújo, que chega aos 99 lúcida, com autonomia, graças à resiliência e alegria de viver

ESPORTE

Conheça atletas 60+, como a nadadora Célia Canesin Bréscia, 72, que têm na natação uma de suas fontes de saúde, bem-estar e vitalidade

VIDA DE MÉDICO

As histórias de José Victor Nonino, Rosana dos Reis, Sílvia Fonseca e Eduardo Paranhos - médicos na ativa, para quem o trabalho vai muito além de uma profissão



Por Rony Leão

Sua referência em beleza

Av. Giuseppe Cilento, 1910 • Agendamentos: (16) 99613.3626

INDOOR
cabeleireiros

MEDICINA: *uma missão*

A VIDA DELES SE MISTURA COM A PROFISSÃO; SÃO ANOS E ANOS DEDICADOS A
CUIDAR DOS OUTROS, MUITAS VEZES, ESQUECENDO DE SI MESMOS...

Em celebração ao Dia do Médico, no dia 18 de outubro, a Revide Ancienne reúne, nesta edição, o resumo das trajetórias de quatro médicos acima dos 60 anos que mostram como essa vocação resiste ao tempo: Eduardo Cosac Paranhos, cirurgião cardiovascular; José Victor Nonino, pediatra e clínico; Sílvia Nunes Szente Fonseca, pediatra e infectologista; e Rosana

Maria dos Reis, ginecologista e obstetra. Em comum eles têm o compromisso com o paciente e a noção de que, por mais que as tecnologias avancem, é o encontro humano — a conversa, o toque, a presença — que mantém viva a essência da medicina.

O CORAÇÃO COMO MISSÃO

Desde a adolescência, Eduardo Cosac Paranhos já sentia a Medicina como caminho. A curiosidade pelo corpo humano e a vocação de cuidar foram decisivas. Formou-se em 1985 pela Universidade São Francisco, em Bragança Paulista (SP), e no ano seguinte iniciou sua trajetória na Santa Casa de Misericórdia de Ribeirão Preto, onde atua até hoje. “É minha casa. Passei a maior parte da minha vida dentro dela”, declara.

PASSEI A MAIOR PARTE DA MINHA VIDA DENTRO DA SANTA CASA

Depois de cursar Cirurgia Geral, optou pela Cirurgia Cardiovascular e, fascinado, fez dela seu propósito de vida. “Na nossa especialidade não há rotina. Cada caso é único e exige total entrega. As doenças do coração são graves, pedem vigilância e disponibilidade constantes”, diz. Entre os mestres que marcaram sua formação, cita Isac Jorge Filho, que considera referência de firmeza e ética.

A primeira vez que entrou em uma sala de cirurgia cardíaca, ainda residente, foi um marco. “Ali percebi a grandeza da responsabilidade e o milagre que representa cada batimento re-



Eduardo Paranhos: “cada coração operado me ensina algo novo sobre a vida”

cuperado”, lembra. Desde então, participou de cerca de 10 mil cirurgias, em diferentes patologias cardiovasculares.

A Medicina que Paranhos conheceu nos anos 1980 é bem diferente da atual. “As novas tecnologias transformaram profundamente a profissão. Hoje contamos com monitores inteligentes, leitura dinâmica e equipamentos que agilizam diagnósticos e tratamentos”, comenta. Ainda assim, acredita que nada substitui o olhar humano e a empatia. Lidar com perdas, ele admite, é a parte mais dura: “as doenças cardíacas são graves e, às vezes, mesmo com todo o esforço, o desfecho não é o esperado. Dar essa notícia à família é difícil, mas também nos lembra por que escolhemos estar aqui.”

Mesmo nos dias de descanso, costuma visitar pacientes na UTI. “Um dia bom é quando tudo flui: uma boa cirurgia, um pós-operatório tranquilo, uma UTI estável. É quando sentimos que o serviço está em harmonia”, define.

A disciplina também se estende à vida pessoal. “Faço atividade física todos os dias, entre 6h e 7h da manhã — corrida leve e caminhadas. Isso me dá energia para continuar.” A convivência com médicos mais jovens é outra fonte de vitalidade. “Eles chegam cheios de informação e energia. Essa troca me obriga a me atualizar e me mantém vivo na profissão”, enfatiza.

Quase 40 anos depois de sua primeira cirurgia, o cirurgião segue inspirando colegas e novas gerações, lembrando que a Medicina, quando feita com propósito, é mais que profissão — é missão. “Nunca pensei em parar. Cada dia de trabalho é um novo aprendizado, e ainda há muito a fazer.”

CIÊNCIA E PROPÓSITO

Formada em 1983 pela Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, da Universidade de São Paulo (FMRP-USP), Sílvia Nunes Szente Fonseca foi influenciada pela leitura de “Olhai os Lírios do Campo”, de Érico Veríssimo, na escolha da profissão. “O livro me marcou profundamente. Mostrou o lado humano da medicina, o sentido de cuidar”, lembra.

A residência em Pediatria foi seguida de especialização nos Estados Unidos, com mestrado e fellowship [aperfeiçoamento em especialidade na qual o profissional já fez Residência] na Universidade de Yale, em Epidemiologia e Doenças Infecciosas Pediátricas. “Sempre gostei de crianças e a infectologia foi uma escolha natural: une raciocínio clínico, prevenção e impacto coletivo”, explica.



“O segredo é esse: encontrar sentido no que se faz”, diz Sílvia Fonseca

A ESCUTA É O PRIMEIRO EXAME. O PACIENTE CONTA QUASE TUDO, SE SOUBERMOS OUVIR

Em mais de 40 anos de carreira, Sílvia construiu uma trajetória sólida — hoje atua na Beneficência Portuguesa de Ribeirão Preto e leciona nas Faculdades Estácio. Professora há quatro anos, diz que ensinar a renova e a mantém atualizada. Professora há quatro anos, diz que ensinar a renova e a mantém atualizada.

A vacinação é um tema que a mobiliza. “Acredito profundamente na medicina preventiva. É triste ver doenças evitáveis voltarem, como o sarampo. Precisamos reforçar a importância das vacinas”, frisa. Sua atuação em controle de infecções hospitalares também reflete esse compromisso: “é uma responsabilidade silenciosa, mas fundamental”.

Mesmo com os avanços tecnológicos, a médica acredita que nada substitui o vínculo humano. “A escuta é o primeiro exame. O paciente conta quase tudo se soubermos ouvir. O toque e a

conversa ainda são as melhores ferramentas do médico”, pontua. Ainda se emociona com cada recuperação. “Ver um paciente grave ir para casa é um sentimento indescritível”, confessa.

Aos sábados Sílvia ainda encontra forças para ser voluntária em duas instituições espíritas, auxiliando mulheres e famílias em vulnerabilidade. “É um trabalho que me alimenta espiritualmente”, afirma. Também cuida da própria saúde física e mental. “Corro quase todos os dias, toco piano e descobri o crochê — é quase uma meditação. Faço mantas e roupinhas para doar às mães dos grupos. É simples, mas cheio de significado”, afirma.

Casada e mãe de três filhos, ela fala da família com gratidão — “sempre compreenderam as madrugadas no hospital, os plantões, as viagens. Tenho muito orgulho da família que construímos” — e da medicina com a leveza de quem acaba de se apaixonar: “gosto do que faço. O segredo é esse: encontrar sentido no que se faz e fazer com amor, todos os dias”.

FONTE DE VIDA

Aos 88 anos, o pediatra José Victor Nonino ainda faz o que sempre gostou e fez de melhor: cuidar de gente. “Penso em não parar, se possível. O trabalho é a mola mestra da vida, ainda mais quando se gosta”, diz.

Formado em 1961, na quinta turma da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto (FMRP-USP), construiu uma trajetória de mais de meio século na Beneficência Portuguesa — 40 anos como médico e dez como diretor técnico. “Foi minha segunda casa”, resume. Ainda manteve consultório por 55 anos na esquina das ruas Cerqueira César com Bernardino de Campos. Há dois anos, por sugestão da filha, arquiteta, transferiu o consultório para dentro da própria casa. “É só abrir a porta e estou no trabalho”, diz com humor e doçura.

Entre os marcos da carreira, ele lembra com emoção os anos de residência sob a orientação do professor Jacob Renato Woiski, considerado um dos maiores pediatras do país. “Aprendi com mestres com ele, Rui Ferreira Santos e Hélio Lourenço de Oliveira... A medicina daquela época tinha alma, tinha tempo.

**PENSO EM NÃO PARAR, SE POSSÍVEL.
O TRABALHO É A MOLA MESTRA DA
VIDA, AINDA MAIS QUANDO SE GOSTA**

Consultas longas, conversas profundas, um olhar humano sobre o paciente”, enfatiza.

Justamente esse olhar ele acredita estar se perdendo. “A medicina avançou tecnicamente, mas retrocedeu do ponto de vista humano. Hoje se conversa pouco e se pede exames demais. O paciente, muitas vezes, só quer ser ouvido”, diz. “Uma boa consulta, com escuta e exame cuidadoso, muitas vezes dispensa dezenas de exames”, ensina, pontuando que a maioria de seus pacientes atuais são idosos, que gostam de conversar e contar histórias. “Às vezes, se tivesse alguém só para ouvi-los, muitos problemas se resolveriam”, comenta.

Sua rotina implica atendimentos de segunda a sexta, dr. Nonino atende das 9h às 12h e das 15h às 18h. Duas vezes por semana, faz exercícios com uma personal trainer, em casa. “Meus filhos insistiram tanto que aceitei”, brinca. Mas o esporte esteve sempre presente em sua vida. “Fui um jogador de futebol razoável na faculdade e continuei jogando até os 60. Depois parei, mas nunca deixei de admirar quem segue ativo. Invejo ver um japonês de 109 anos cuidando de uma horta”, confessa.



José Victor Nonino: “É o médico que deve descobrir o que o corpo quer dizer”



“A medicina me mantém ativa mentalmente. Sinto que tenho muito a contribuir, a aprender e a ensinar”, diz Rosana dos Reis

Na alimentação, mantém o equilíbrio de quem aprendeu a ouvir o corpo: frutas e verduras todos os dias, carnes em moderação. “O idoso vai perdendo a fome, mas é preciso ir de encontro a isso, comendo menos, mas com consciência”, enfatiza.

Com lucidez e ternura, fala do futuro com serenidade: “enquanto eu tiver força e clareza, quero continuar. Porque o trabalho, para mim, é tudo. É o que me faz levantar todos os dias”.

ENTRE O SABER E O CUIDAR

Rosana Maria dos Reis, 64, é ginecologista e obstetra com atuação marcante, há mais de três décadas, nas áreas de reprodução humana e ginecologia endocrinológica. Formada em 1985, pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), construiu uma carreira sólida que une a prática clínica, o ensino e a pesquisa. Nos primeiros anos, manteve consultório em Ribeirão Preto enquanto aprofundava sua formação acadêmica, com mestrado e doutorado na FMRP-USP, onde é docente há 26 anos. Também lecionou na UFTM, compartilhando o que chama de “o fascínio por compreender e cuidar da saúde das mulheres”.

A EVOLUÇÃO [DA MEDICINA] É INQUESTIONÁVEL, MAS O VÍNCULO ENTRE MÉDICO E PACIENTE É O QUE DEVERIA JAMAIS MUDAR

Sua escolha pela medicina nasceu do amor pela biologia e do desejo de “cuidar”, mas o ponto de virada foi um feriado de Natal, no quarto ano da graduação: “fiz o meu primeiro parto e fiquei em estado de graça. Fazer parte desse momento tão especial, da chegada de uma nova vida, me mostrou o que eu queria para o resto da minha vida”, ressalta. Logo o encantamento se expandiu para a investigação das origens não apenas da vida, mas da fertilidade e dos hormônios femininos. Durante a residência, encantou-se pelo campo da reprodução humana, ainda em ascensão no Brasil. “Minha residência não tinha essa subespecialidade, então vim buscá-la na pós-graduação da USP, onde também iniciei minha carreira acadêmica”, recorda.

Entre as muitas lembranças da trajetória, uma ocupa lugar especial: o momento em que se tornou professora universitária. “Foi marcante porque me deu a oportunidade de unir o ensino com a atuação médica, duas paixões que se completam”, explica.

Hoje, dra. Rosana segue com a mesma energia. “Continuar fazendo o que sempre gostei é minha maior recompensa. A medicina me estimula a me manter ativa mentalmente e ainda sinto que tenho muito a contribuir, a aprender e a ensinar”, declara.

Para ela, os avanços tecnológicos revolucionaram o conhecimento e os tratamentos, mas a essência da medicina permanece na relação humana. Em meio aos desafios do ensino e da prática médica em um hospital público inserido no SUS, fala com franqueza sobre as limitações e a vocação. “Nem sempre conseguimos oferecer tudo o que ensinamos, especialmente por causa das restrições orçamentárias. Mesmo assim, buscamos dar o melhor dentro do possível”, afirma.

Aos jovens médicos, deixa um conselho que conjuga o peso da experiência e a leveza de quem ainda se encanta com o que faz: “façam o que realmente gostam e não busquem apenas retorno financeiro. É o que sustenta uma vida inteira de dedicação”, finaliza. ■



Desde 1957, a São Francisco Gráfica e Editora tem sido uma referência em excelência Gráfica. Com compromisso inabalável com a qualidade, cada projeto é tratado com atenção única. Nosso objetivo é superar expectativas, não apenas atendendo mas excedendo os mais altos padrões de qualidade. Nossa busca pela excelência é constante. Estamos sempre inovando, aprimorando processos para garantir que cada produto seja uma verdadeira obra-prima.

Para alcançar esse nível de perfeição, contamos com equipamentos de ponta, que nos permitem atingir resultados que impressionam e inspiram.

Junte-se a nós nessa jornada rumo à excelência. Venha fazer parte dessa história de sucesso e qualidade.

PARQUE GRÁFICO

 **Impressão Rotativa**
3.120.000 páginas/h

 **Impressão Plana**
380.000 páginas/h

 **Revistas/Livros Colados**
14.000 exemplares/h

 **Revistas/Livros Grampeados**
37.000 exemplares/h



São Francisco
GRÁFICA E EDITORA

www.saofranciscograf.com.br

Fone: +55 16 2101.4151 | 16 99741.2547

grafica@saofranciscograf.com.br

NOVO propósito

VOLUNTARIADO CRESCE NO PAÍS E SEGUE ATRAINDO CADA VEZ MAIS PESSOAS ACIMA DOS 60 ANOS, QUE ENCONTRAM NA AJUDA AO OUTRO UMA FONTE DE VÍNCULO E RENOVAÇÃO PESSOAL

Junto com o crescimento da população adulta que já fez algum tipo de trabalho voluntário ao longo da vida – 56%, de acordo com a pesquisa Voluntariado no Brasil 2021 –, cresce também o número de pessoas com mais de 60 anos que encontra nisso um novo propósito após a aposentadoria. Além de beneficiar o próximo, o voluntariado nessa fase da vida traz ganhos pessoais: fortalece a autoestima, combate o isolamento e preserva os vínculos sociais.

Um dos exemplos mais emblemáticos dessa força é o trabalho desenvolvido pelo Centro de Voluntariado de Ribeirão Preto (CVRP), instituição com 25 anos de história na cidade. Em fevereiro, o centro renovou sua diretoria e nomeou a empresária Sílvia Sartorato Balbino como nova presidente, para o triênio 2025–2027, sucedendo a jornalista Piti Meinberg, que permanece na diretoria. O CVRP se destaca por formar e capacitar



“O voluntariado impacta a vida de todo cidadão. Não é sobre caridade, é sobre cidadania e compaixão”, destaca Piti Meinberg

voluntários, conectar pessoas a projetos sociais e estimular o voluntariado empresarial, com o objetivo de transformar o desejo de ajudar em ações organizadas e sustentáveis.

Sílvia iniciou sua trajetória no voluntariado ainda jovem, mas foi em 2014 que sua atuação ganhou novo rumo, ao fundar o projeto Pets da Alegria, que leva cães adestrados a hospitais, Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs) e instituições que acolhem crianças com necessidades especiais. “É um trabalho transformador, que leva amor e carinho às pessoas atendidas”, conta. O projeto se tornou um dos mais reconhecidos da cidade na área de terapia assistida com animais. Hoje, como presidente do CVRP, ela busca unir experiência administrativa e sensibilidade social. “A maturidade nos permite escolher causas que tragam prazer e propósito. O voluntariado nos conecta com o outro e nos transforma por dentro”, afirma.

Sua antecessora, Piti Meinberg, também começou de forma espontânea, após uma carreira no jornalismo. “Eu já cobria eventos do centro quando tinha uma coluna no jornal A Cidade”, lembra. Anos depois, com os filhos encaminhados e mais tempo disponível, decidiu participar de uma capacitação e ingressou no programa Ouvidores de Histórias, que atua em lares de idosos. “O que eles mais têm são histórias para contar, e o que



“É um trabalho transformador, que leva amor e carinho às pessoas atendidas”, conta Sílvia Honorato Balbino

Ainda de acordo com a pesquisa Voluntariado no Brasil 2021, 34% dos adultos brasileiros que já prestaram algum tipo de trabalho voluntário afirmaram estar engajados de forma ativa, no momento da pesquisa. O número parece expressivo quando comparado aos dados do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), que em 2017 identificou cerca de 7,4 milhões de voluntários — o equivalente a 4,4% da população com 14 anos ou mais. A diferença, no entanto, se explica pelas metodologias distintas: enquanto o IBGE considera apenas o trabalho voluntário formal, vinculado a instituições e realizado por pelo menos uma hora semanal, o levantamento de 2021 também inclui ações informais, ocasionais ou individuais, ampliando o conceito de voluntariado.

Apesar dessas variações, o crescimento da prática é evidente. Em 2001, apenas 18% dos brasileiros diziam ter feito trabalho voluntário; em 2011, o percentual subiu para 25% e, em 2021, mais que dobrou. Também aumentou o tempo médio dedicado às atividades — de 5h mensais, em 2011, para 18 horas, em 2021. A maioria dos voluntários é formada por mulheres — entre 53% e 67%, conforme a fonte — e por pessoas de 30 a 49 anos, seguidas de jovens de 16 a 29. A idade média gira em torno de 43 anos. O voluntariado também se mostra associado à educação e à renda: quem possui Ensino Médio completo ou superior tende a participar mais, reflexo do maior acesso à informação e da estabilidade financeira. Ainda assim, grande parte dos engajados tem renda familiar de até dois salários-mínimos, o que mostra que a solidariedade atravessa classes sociais.



Nova gestão do CVRP assume com planos para fortalecer o voluntariado no município



**É COMO UMA CORRIDA DE BASTÃO”,
COMPARA PITI. “CADA GESTÃO
CARREGA UM TRECHO DO PERCURSO,
E ASSIM SEGUIMOS, JUNTOS, PARA O
MESMO OBJETIVO: UMA SOCIEDADE
MAIS JUSTA E FELIZ”**

mais resta na vida deles são as memórias. As memórias alimentam o dia a dia do idoso, principalmente em uma ILPI, onde ele já não tem mais as referências da própria casa”, explica.

Há dez anos, Piti visita semanalmente o Lar Santa Rita de Cássia, em Ribeirão Preto, ouvindo e registrando relatos de vidas de moradores. Durante sua gestão, entre 2022 e 2024, o CVRP consolidou parcerias e retomou atividades presenciais pós-pandemia. “O voluntariado impacta a vida de todo cidadão. Não é sobre caridade, é sobre cidadania e compaixão — o olhar para o outro e uma ação solidária”, resume.

Com mais de duas décadas de história, o CVRP se tornou referência na capacitação de voluntários e no estímulo à responsabilidade social. Além dos programas voltados à terceira idade, mantém iniciativas com hospitais, escolas e empresas, promovendo palestras, cursos e seminários. “É como uma corrida de bastão. Cada gestão carrega um trecho do percurso, e assim seguimos, juntos, para o mesmo objetivo: uma sociedade mais justa e feliz”, compara Piti. ■

CHEGANDO *aos 100*

**PRESTES A COMPLETAR UM SÉCULO, MARIA DA GLÓRIA GAIA ARAÚJO
VIVE A VIDA COM SERENIDADE, BOM HUMOR E MUITA GRATIDÃO**

O dia começa tranquilo na casa de Maria da Glória Gaia Araújo, a Glorinha, como todos a chamam. “Eu me levanto, tomo meu café e vou molhar minhas plantas”, conta, enquanto observa os vasos que cultiva com carinho. Aos 99 anos, prestes a completar um século de vida, ela fala com a leveza de quem ainda encontra sentido nas pequenas coisas. “Sou mineira, nascida em Pirapora, beira do Rio São Francisco. Sou levada desde pequena e muito rápida. Se tinha um problema na escola, diziam: ‘Chama a Maria da Glória que ela resolve’”. Eu era magrinha, mas parecia uma espoleta”, conta.

Quando Glorinha nasceu, em 1926, o Brasil era outro. Ela lembra da infância com clareza: as brincadeiras simples, os dias de calor às margens do rio e o jeito solidário das famílias. “Os mineiros são muito unidos. Um por todos e todos por um. A nossa família era assim”, narra.

Da menina levada nasceu a moça decidida. Começou a trabalhar cedo, primeiro em uma loja de tecidos. “Eu vendia muito porque era conversadeira. Todo mundo queria comprar da minha mão. As freguesas vinham e eu dava um brinde aqui, um pedacinho de pano ali. Dizia para o patrão: ‘isso é presente’. Ele ficava bravo, mas gostava de mim”, gaba-se. Foi nessa época que ganhou o apelido que a acompanha até hoje. “Lá me chamavam de Lili. Depois que vim pra Ribeirão, fiquei sendo Glorinha, mas até hoje, quem é de lá ainda fala Lili”, explica.

Na mesma loja conheceu o marido, telegrafista e postalista dos Correios, além de alfaiate e construtor. “Ele começou a me seguir, a me paquerar. Eu perguntei: ‘O que você quer?’. Ele respondeu: ‘Quero namorar com você’. Namoramos em um mês e, no outro, nos casamos. Papai foi até Belo Horizonte e comprou meu vestido de noiva sem eu experimentar. Comprou tudo: enxoval, roupa, lençol. Eu me casei e fui muito feliz”, recorda com carinho.

GRANDE FAMÍLIA

Vieram os filhos — oito ao todo — e pouco depois a mudança definitiva para Ribeirão Preto, em 1958. “Viemos por causa do Leonardo [um dos filhos], que tinha problema no coração. O médico disse que a cidade era pequena, que a gente precisava vir para cá, onde havia especialistas. E aqui ficamos”, explica Glorinha.

Segundo ela, a Ribeirão do passado também era bem diferente. “Pacata”, diz. Quando cheguei, todo mundo se conhecia.



Glorinha carrega na voz e no olhar a leveza de quem vive com fé e gratidão



Com quase um século de histórias, Glorinha segue inspirando pela lucidez e bom humor

Hoje é uma cidade enorme, mas linda do mesmo jeito”, descreve. Quase sete décadas depois, ainda se emociona ao lembrar da chegada e da casa sempre cheia. “A gente veio com tudo: filhos, esperança e vontade de trabalhar”, afirma.

O marido, diz, era um homem muito bom e trabalhador – além de telegrafista, costurava em casa. “Confiava em mim. Nunca foi ciumento. Ajudava a cuidar das crianças e eu o ajudava a costurar”, lembra. Viveram 46 anos juntos, até a morte dele. “Depois que ele se foi, eu viajei bastante. Fui para o Rio, subi no Cristo, entrei dentro dele, e fui pra Bahia, Salvador. Aproveitei! Sempre gostei de andar, conhecer gente. Sou conversadeira”, reafirma.

Também manteve a rotina ativa. Cantava em corais, fazia ginástica na Unaerp (Universidade de Ribeirão Preto) – “Até hoje, quando dá, eu canto. Fico triste quando tenho que parar por causa da gripe, mas logo volto – e não perdia uma confraternização. “Ainda caminho com meu filho Cama é para doente e eu não estou”, garante.

‘DEUS ME SUSTENTOU’

A fé é o fio condutor da vida de Glorinha. “Sou muito abençoada. Agradeço a Deus todos os dias. Quando fico ruim, peço para Ele me ajudar a ficar de pé”, afirma. Criada no catolicismo, hoje evangélica, diz que a religião mudou, mas a devoção não. “O importante é ter fé. Amar a Deus primeiro e o próximo”, afirma.



SOU MUITO ABENÇOADA. VAMOS VIVER O HOJE, POIS O AMANHÃ, A DEUS PERTENCE”

As perdas do marido e de três filhos deixaram marcas, sobre as quais ela fala com serenidade. “Doeu, mas Deus me sustentou. Agora, o resto Ele vai levando aos poucos. Eu já levei os meus, e o resto deixo para mais tarde”, afirma.

Durante a pandemia, enfrentou um dos momentos mais difíceis: a covid. Ficou internada em Serrana, vizinha a Ribeirão Preto. Conta que os médicos achavam que não voltaria, mas ela voltou. “Quando a gente pede com fé, Deus abençoa mesmo”, diz.

Hoje, vive rodeada pelas filhas, netos e bisnetos. “Todo domingo tem churrasco. A casa fica cheia. Eu fico feliz. A gente não sabe o dia de amanhã, então vamos viver hoje”, decreta. Diz sentir falta apenas da calma de antes. “Hoje o povo é mais apressado, mais agressivo, mas eu não reclamo. Tudo é como tem que ser”, conforma-se.

E assim os dias de Glorinha seguem cheios de pequenas alegrias: cuidar da horta, podar flores, molhar os vasos, ver os cachorrinhos correndo pela área. As filhas tentam conter seu ritmo, mas ela ri: “Elas dizem para eu não mexer, mas não adianta. Tenho que fazer alguma coisa”.

Questionada sobre o segredo da longevidade, é direta: “trabalhar e se alimentar bem. Comer fruta, cozinhar em casa, dormir cedo. E nada de refrigerante. Faz 15 anos que não tomo. É um veneno! Agora, um vinhozinho, tudo bem”, ensina.

Quando olha para a própria trajetória, Glorinha se emociona. “Passa um filme na cabeça. Eu penso nos meus pais, nos meus irmãos, éramos oito: seis homens e duas mulheres. Só tenho um irmão vivo. Deus me ajudou tanto! Estou aqui de pé. Nunca tive empregada quando criei meus filhos. Fiz tudo sozinha. Só depois de muito tempo é que arrumei ajuda. A gente fazia o que tinha que fazer e ainda cantava”, descreve.

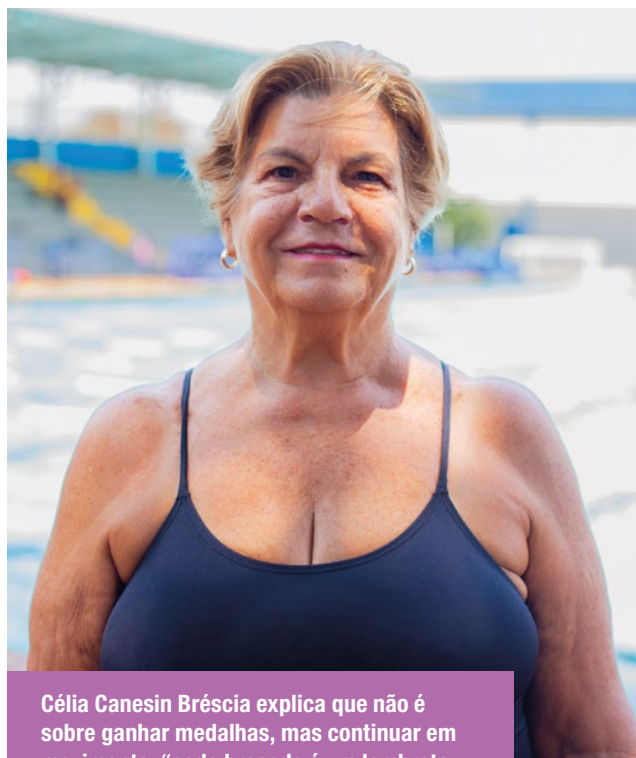
Para o futuro, diz não ter grandes planos. “Não tenho desejo de mais nada. Só peço saúde. Sou muito feliz e realizada. Se Deus quiser me levar, eu estou pronta. Já vivi o bastante”, diz. ■

MERGULHO

no tempo

TREINOS, VIAGENS E AMIZADES TRANSFORMAM A NATAÇÃO EM PONTE PARA SAÚDE, PROPÓSITO E NOVAS CONQUISTAS DE GRUPO 60+ DE RIBEIRÃO PRETO

Prestes a completar 72 primaveras, Célia Canesin Brésia tem um currículo de conquistas que não se mede em medalhas, ainda que elas também façam parte da sua história. Farmacêutica aposentada, ela aprendeu a nadar aos 40, depois que uma lesão no joelho a afastou das quadras de tênis. “Comecei a nadar por causa de uma limitação física e acabei descobrindo um novo prazer”, conta.



Célia Canesin Brésia explica que não é sobre ganhar medalhas, mas continuar em movimento: “cada braçada é um lembrete de que a vida ainda está inteira pela frente”

A nova paixão, com o tempo, transformou-se em missão de mostrar e provar que envelhecer não precisa significar desacelerar. “Hoje, nado pelo menos quatro vezes por semana e ainda faço musculação. O esporte me deu mais saúde, mais amigos e vontade de continuar sonhando”, diz.

Foi também a natação que a aproximou de uma rede de atletas da chamada categoria “master” de Ribeirão Preto, que reúne nadadores veteranos em competições regionais e nacionais. Célia não se contentou em ser apenas mais uma integrante. “Percebi que havia muita gente treinando sozinha, em diferentes academias, e resolvi juntar todo mundo. Assim, criamos uma equipe unida, que se apoia e viaja junta para competir”, explica.

Hoje, ela lidera o grupo Ribeirão Master, que participa de provas em um raio de 200 km em torno da cidade e em campeonatos brasileiros. “Minha maior conquista foi nadar um Brasileiro e trazer medalha. Em setembro, competimos em Florianópolis e Limeira, e no fim de outubro vamos a Santa Bárbara d’Oeste. É cansativo, mas é um tipo de cansaço bom, que faz bem para o corpo e para a cabeça”, diz com entusiasmo.

“Na minha idade, é importante cuidar do corpo e da alma. O esporte faz a gente rejuvenescer, e o voluntariado me completa”,





afirma. Célia também participa do grupo de voluntários Fraternidade Feminina Cruzeiro do Sul Estrela dos Campos Elíseos, formado por mulheres com mais de 60 anos. “Trabalhamos o ano todo para arrecadar fundos e ajudar instituições. Essa troca nos mantém com a cabeça ativa e o coração em movimento.”

O envolvimento com o esporte vai além do físico. “Tenho visto pessoas começando a nadar com 60 anos ou mais. Isso é libertador. Quando o idoso se sente parte de uma equipe, ele se motiva a continuar. Precisamos de mais apoio, patrocínio e incentivo, porque competir estimula e gera saúde para todos nós”, pontua.

COMPETIR PARA VIVER MELHOR

Maurício Pessoa Guimarães, de 66 anos, também sabe que a piscina pode ser mais do que um espaço de treino. Professor de Educação Física, ele cresceu cercado por atletas. “Minha mãe foi vice-campeã brasileira e todos na família nadavam. Eu comecei aos 4 anos, mas, na adolescência, migrei para o atletismo e o basquete. Só voltei a nadar aos 43, e desde então não parei mais”, lembra.

De lá para cá, somam-se mais de duas décadas de treinos e competições. “Participo da natação master há 22 anos. Já fui três vezes ao campeonato mundial e fiquei em sexto lugar nas provas de 50 e 100 metros livre. Em 2023, participei de um revezamento que foi premiado como o melhor do mundo pela World Aquatic. Foi uma conquista inesquecível”, conta.

Mesmo com o ritmo intenso de trabalho, Maurício tenta conciliar a profissão com os treinos. “Nado e faço musculação de duas a três vezes por semana. Gostaria de treinar mais, mas o trabalho ainda ocupa bastante tempo. Ainda assim, não abro mão. O esporte me dá energia e equilíbrio”, afirma.

O convívio com outros atletas é o que ele mais valoriza. “A competição obriga a gente a treinar, mas também cria laços. Chamo isso de ‘esporte social’. Fiz muitos amigos em diferentes cidades e estados. A cada etapa, o reencontro é garantido. É um círculo que amplia nossa vida depois dos 60, quando



Maurício Pessoa Guimarães afirma que o esporte é o que o mantém vivo e conectado: “cada treino é uma forma de celebrar o presente e conquistar mais autonomia para o amanhã”

muitos amigos já se foram ou se distanciaram”, reflete.

A maturidade, para ele, é o momento de aproveitar o presente com consciência. “Sempre digo que precisamos viver o agora. O futuro a gente até planeja, mas não controla. O que podemos fazer é garantir qualidade de vida, autonomia e prazer nas pequenas coisas. E o exercício físico é o melhor caminho para isso. Ele nos mantém independentes e felizes. “Célia e Maurício começaram a competir na equipe da Sociedade Recreativa, em Ribeirão Preto. Quando a equipe encerrou as atividades, os dois resolveram iniciar o projeto Ribeirão Master. “A Célia sempre esteve comigo nesta jornada. Quando assumi a direção da equipe, ela foi uma das primeiras a se engajar. Trabalhar juntos é um privilégio”, diz ele.

Assim como as dezenas de nadadores que se juntaram à dupla, há um movimento crescente de pessoas que redescobrem “o prazer da convivência depois dos 60 anos”. Por outro lado, o número de idosos sedentários ainda é grande. No Estado de São Paulo, estudo da Fundação Seade (Fundação Sistema Estadual de Análise de Dados) de 2024 mostrou que 14% da população com mais de 60 anos pratica atividades físicas regularmente. ■

ATENÇÃO *aferida*

NOVA CLASSIFICAÇÃO DA PRESSÃO ARTERIAL REACENDE DEBATE SOBRE
HÁBITOS E AUTOCUIDADO, PRINCIPALMENTE ENTRE IDOSOS

Texto: **Wolfgang Pistori**



Aos 72 anos, Vera Alice Pita mantém hábitos simples e uma rotina tranquila

Foi pela televisão que a aposentada Vera Alice Pita, 72 anos, ouviu falar sobre as novas diretrizes para a classificação da pressão arterial, publicadas pela Sociedade Brasileira de Cardiologia e o Colégio Americano de Cardiologia. “Minha pressão é normalmente 12x8 e nunca precisei tomar remédio. Sou acompanhada pelo SUS e minha médica até elogiava: dizia que era pressão de menina mesmo”, gaba-se. Pelas novas diretrizes, porém, a pressão de Vera agora enquadra-se no estágio pré-hipertensão. “Até estranhei quando ouvi. Fiquei curiosa pra saber se eu teria que mudar alguma coisa na minha rotina”, admite a aposentada.

De acordo com a professora doutora Minna Romano, da Divisão de Cardiologia da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto da USP, a nova classificação não altera os valores tradicionais de

referência da pressão arterial. “12x8 continua sendo a meta desejável”, diz. O que muda, segundo ela, é o olhar para os pacientes que estão neste limite. “O que se faz agora é colocar luz sobre quem está mais próximo da hipertensão. A pré-hipertensão é um sinal de alerta: é o momento ideal para agir, corrigindo e adequando hábitos, e evitando o uso de medicamentos”, explica.

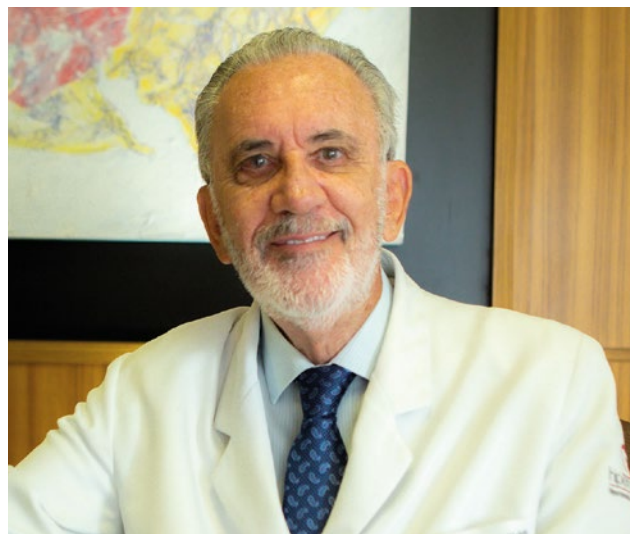
Na prática, trata-se de reconhecer o risco antes de a doença se instalar. E o alerta é urgente, segundo o médico cardiologista Fernando Nobre, especialista em hipertensão arterial e que ajudou a formatar a nova classificação. “Há um perigo a mais quando o assunto é hipertensão. É uma doença silenciosa. Se formos ao Centro da cidade, vamos encontrar pessoas com pressão arterial elevadíssima, mas sem sintomas, sem dor”, afirma Nobre.



Fernanda Fernandes, 50, alia medicação, alimentação equilibrada e caminhadas diárias para manter a pressão sob controle



A médica Minna Romano é professora da Divisão de Cardiologia da FMRP-USP: o foco é prevenir e agir na fase de pré-hipertensão



O médico Fernando Nobre é um dos autores da nova classificação e alerta que a pressão alta é silenciosa: “o equilíbrio entre prevenção e tratamento é a chave para a saúde cardiovascular”

PREVENÇÃO

A recepcionista Fernanda Fernandes, de 50 anos, leva a prevenção a sério. “Caminho cerca de 6 km por dia e sei o quanto isso faz diferença. Tomo remédio há 13 anos e nunca tive picos de pressão. Acho que o equilíbrio entre alimentação, exercício e o tratamento é o que mantém tudo sob controle”, afirma. Ela também ouviu sobre as novas recomendações pelos noticiários, mas não se assustou. “Acredito que não vai mudar muito a minha rotina. Só quero conversar com meu médico para entender melhor o que mudou”, acrescenta.

Para especialistas, essa reação tranquila é a ideal. Minna Romano lembra que o foco das novas diretrizes é didático, para reforçar hábitos que são conhecidos há décadas: menos sal, mais movimento, controle do peso e do estresse. “No Brasil, a média de consumo de sal ultrapassa 9 gramas por dia, quase o dobro do recomendado pela Organização Mundial da Saúde, que

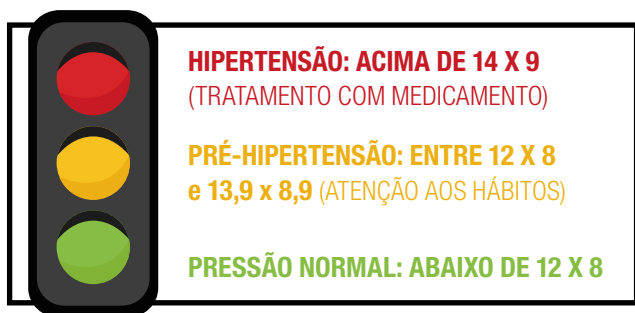
é de 5 gramas”, lembra Fernando Nobre. “Perder 5% ou 10% do peso corporal já tem impacto significativo na redução da pressão. Cada intervenção conta.”

A mensagem central, dizem os médicos, é que a pressão não é uma inimiga. “O sangue precisa circular com força suficiente para irrigar o corpo todo. O que buscamos é o equilíbrio, pressão suficiente para nutrir os tecidos, mas não tão alta a ponto de causar dano”, lembra Nobre.

Segundo Minna Romano, o envelhecimento traz alterações naturais e é preciso respeitar o corpo em cada fase. “Nos indivíduos acima dos 70 anos, o risco é de 70% de alteração de pressão, mas no idoso frágil, que já tem outras doenças e toma vários medicamentos, o cuidado precisa ser ainda mais individualizado.”

As novas classificações não devem gerar medo, mas curiosidade e engajamento. Saber que existe um estágio chamado pré-hipertensão pode ser um incentivo para pequenas mudanças, como caminhar mais, comer com menos sal, dormir melhor e cuidar do estresse. “A inércia terapêutica é perigosa. O que fizemos é parecido com o que já é conhecido quando o assunto é a diabetes, por exemplo. O pré-diabético não precisa tomar remédio. Quem está no estágio de pré-hipertensão também não”, explica Nobre.

“Sempre me senti bem e continuo assim, mas se a médica disser que tenho que mudar alguma coisa, eu mudo. A gente tem que se cuidar, né?”, resume Vera. ■



O MUNDO COMO *quintal*

PARA O CASAL MARIÂNGELA E PAULO QUARTIM — RESPECTIVAMENTE DE 70 E 74 ANOS —, A IDADE NÃO É IMPEDITIVO PARA VIAJAR; PELO CONTRÁRIO



Viajar, para Mariângela e Paulo Quartim, é uma vocação que está no DNA

A vocação para explorar o mundo parece ser algo que Mariângela e Paulo Quartim carregam desde o berço. “Nossas primeiras ‘expedições’ foram bem modestas. Paulo enfrentando o Guarujá e eu conquistando Peruíbe, mas o espírito aventureiro parece ser genético”, conta a produtora cultural. Desde então, a contagem de quilômetros virou um jogo de números impossíveis de registrar, mas com uma regra clara: quanto mais, melhor!

Viajar, para ambos, é um estilo de vida em que histórias, encontros e liberdade se misturam. Amam viajar, mas não roteiros engessados. Preferem a emoção de ter um mapa básico e a possibilidade de decidir, na hora, se vão para o norte ou se viram para o sul. “O que realmente nos move é a liberdade de mudar de ideia no meio do caminho”, explica Mariângela. Eles já viajaram de todos os jeitos — carro, moto, avião, navio —, mas nada supera a sensação de ter uma casa sobre rodas. “É por isso que o motorhome virou nosso xodó!”, diz ela.

O casal já rodou por boa parte do Brasil e, agora, está de olho no Nordeste. “Porque, convenhamos, merecemos um pouco mais de sol e mar!”

VIAGENS INESQUECÍVEIS

Entre as viagens preferidas, Mariângela escolhe uma de 60 dias que o casal fez, a dois, de motorhome, até Ushuaia. “De planícies patagônicas a picos nevados nos Andes, foi uma imersão geográfica e cultural de tirar o fôlego. Claro que a estrada não é só paisagem de cartão-postal. Tivemos nossos momentos de ‘reality show’: três dias de gastro-aventura (leia-se infecção intestinal) em Tilcara, na Argentina; e aquela vez no Jalapão, onde o macaco do carro quebrou e tivemos que virar engenheiros, cavando a terra para levantar o carro com o pneu furado! Ah, e a ‘quase-confusão’ ao entrar no meio de uma manifestação Aborígene, que terminou com o vidro traseiro totalmente quebrado. Mas, veja bem, não existe viagem ruim, só momentos que viram ótimas histórias para contar depois!”, recorda.

A viagem mais divertida, segundo ela, foi uma de moto entre Milão e Veneza. “Passamos pela Côte d’Azur e tivemos que pilotar aquelas máquinas gigantes nas ruelas apertadas de Saint-Tropez, Cannes, Nice e Mônaco. A cena era impagável: os motociclistas vibrando com a máquina, e as caronas olhando com aquela cara de quem não acreditava no que estava fazendo.”

Entre os momentos guardados no coração está uma viagem de motorhome por Portugal. “Percorremos o país inteiro, de ponta a ponta, e tivemos a sorte de ter nosso filho, genro e sobrinha, que moram por lá, revezando-se para nos acompanhar nos passeios. Foi uma mistura perfeita de aventura e reencontro familiar”, emociona-se Paulo.

VIAGENS QUE MARCAM

O que mais encanta o casal em um lugar novo é o pacote completo: a cultura, a arquitetura e a culinária. Para eles, é fascinante poder sentar-se em uma praça e simplesmente observar o comportamento das pessoas, ver a arquitetura contando a história do lugar e, claro, experimentar a comida local. “Inclusive no supermercado, que é um verdadeiro laboratório cultural!”, enfatiza a produtora.

No exterior, Mariângela e Paulo já fizeram um bom ‘tour’ pelas Américas e Europa — incluindo o clássico quinteto: Itália, França, Espanha, Portugal e Suíça. O Oriente ainda os espera para uma próxima fase. “O mais estranho que já vimos nessas andanças foi, sem dúvida, o Salar de Uyuni, na Bolívia. É uma imensidão de sal branco onde o horizonte some, e você anda por horas sem ver uma margem. É o tipo de lugar onde você perde totalmente a noção de direção — visitar sem um guia é pedir para virar estatística!”, ensina.

Se for para indicar um lugar, o casal sugere as geleiras de Perito Moreno, tanto no lado argentino quanto chileno. “De cair o queixo!”, acrescentam em uníssono.

Quando o assunto é o Brasil, o casal foge de escolher um único ponto. Prefere mergulhar nas regiões. “O Norte, com o Jalapão, os Lençóis Maranhenses e aquelas cidades ribeirinhas, entre Manaus e Belém, nos apresentou um Brasil completamente diferente”, confessa Mariângela.



O casal se encanta com o ‘pacote completo’: a cultura, a arquitetura e a culinária de lugares novos



Para o casal, emoção não tem prazo de validade

Como “regra de ouro” sobre com quem viajar, Mariângela diz que vale ser alguém com flexibilidade. “Seja em família ou com amigos, o importante é que sejam pessoas com o mesmo espírito aventureiro e companheiro. Não há fórmula mágica, só a sintonia para encarar o desconhecido juntos!”, afirma.

O que fica claro para ambos, depois de tantas andanças, é que apesar das diferenças da língua, dos costumes ou da crença, a humanidade permanece igual. “Tudo isso nos leva a uma conclusão leve: somos todos muito parecidos. Viajar nos força a questionar o que achamos normal e nos lembra, especialmente ao ver a luta das pessoas por liberdade e dignidade, da importância brutal de ter empatia”, define Mariângela.

LIBERDADE EM QUALQUER IDADE

Se os 70+ pedem adaptações, o espírito aventureiro do casal segue intacto. Com a idade, o pique para os roteiros incorporou os limites físicos, ensinando a trocar uma trilha longa por adrenalina focada. “Não somos mais escaladores de montanha, mas se tem tirolesa, a gente topa! Lembro de uma aventura em Goiás, na Chapada dos Veadeiros: 850 metros de cabo, 100 metros de altura e 60 km/h — a coragem continua intacta! O rafting em Caconde, acompanhado de Joca, nosso cachorro, também prova que a emoção não tem prazo de validade”, comenta Mariângela.

Segundo ela, algo bom que a idade trouxe a esse estilo de vida do casal foi tornar a rotina de viagens ainda mais gostosa. “Com os filhos criados e a flexibilidade de horário, a regra agora é: acordou, fez as malas, pegou a estrada. Sem saber onde vamos dormir hoje? Perfeito demais!”, finaliza. ■

CIDADE *florida*

**VISÃO DAS FLORADAS ENTERNECE DO CIDADÃO COMUM
A ENGENHEIRO AGRÔNOMO, QUE DÁ CONSELHOS PARA
CORRETA PRESERVAÇÃO DESSE ESPETÁCULO DA ESTAÇÃO**

Todo agosto, como prenúncios da primavera que se aproxima, as árvores no espaço urbano de Ribeirão Preto começam a florescer, o que perdura por toda a estação mais colorida. Entre as espécies que têm iniciado florada em agosto, de acordo com o engenheiro agrônomo José Walter Figueiredo Silva, estão as sibipirunas, mais encontradas na icônica avenida Nove de Julho, e os ipês, que estão por toda a cidade flores de diferentes cores. Outras florescem de setembro a novembro, como no caso de jacarandás, encontradas em duas variações da espécie na Praça Sete de Setembro.

A visão delas deixa cidadãos, como a secretária Liz Regina Pereira, maravilhados. “Árvores floridas pela cidade me causam uma sensação de felicidade e leveza da alma. Uma sensação de que as pessoas estão em paz. Eu gostaria de que as cidades tivessem só árvores que florescem em suas calçadas, pois em todas as estações têm as que dão flores”, declara.

Segundo José Walter, que coordena o projeto de arborização urbana Ribeirão Floresta, da AEAARP (Associação de Engenharia, Arquitetura e Agronomia de Ribeirão Preto), onde também compõe a diretoria, as mudanças climáticas já começam a influenciar o início e o comportamento da floração em algumas espécies. “Esse fato é notório no ipê branco — *Tabebuia róseo alba* — pelas bruscas variações de temperatura que tivemos recentemente. O frio em agosto pode atuar como gatilho para a planta florescer. Os Jacarandás (*Jacaranda cuspidifolia*) e Sibipirunas (*Caesalpinia pluviosa*) parecem menos sensíveis à influência da alteração de clima. Mas estas são meras observações que não refletem informações de estudo acadêmicos”, comenta.

NÃO VARRA AS FLORES!

O que está comprovado que alteram o florescimento das plantas são podas malfeitas, fora de época e excessivas. “Os cidadãos deveriam



O engenheiro José Walter Figueiredo Silva em frente à jacarandá da espécie *cuspidifolia* na praça Sete de Setembro, em Ribeirão Preto

prestar atenção nisso, verificando o grau de conhecimento dos podadores. Geralmente, em se tratando do seu ‘ganha-pão’, os mesmos fazem a poda conforme pedido do morador. Caso não haja cuidado, ambos prejudicam as árvores”. Ele conclama o poder público a informar a respeito para contornar o malefício, acrescentando que as árvores com flores de nossa cidade sequer são inadequadas ao espaço urbano para merecerem podas drásticas. “Além de proporcionar beleza, ainda alimentam abelhas, pássaros e insetos”, diz.

O engenheiro agrônomo lamenta que há quem confunda flores e folhas pelo chão como sujeira e os varram como se fossem tão lixo quanto os plásticos, papéis, tocos de cigarro e outros itens atirados às ruas. “Árvores não sujam! Elas promovem a ciclagem, processo no qual atiram suas flores e folhas aos seus pés para que se transformem, via compostagem natural, em nutrientes a serem absorvidos por elas mesmas”, explica.

Para José Walter, as flores que caem das sibipirunas da Nove de Julho, por exemplo, deveriam ser retiradas do leito carroçável e depositadas, “todas”, nos canteiros das próprias árvores. “As plantas fazem o correto. Nós é que invertemos o processo natural feito por Deus. As flores e folhas jogadas no lixo vão ocupar espaço que não deveriam nos lixões e aterros”, conclui. ■

DICAS CULTURAIS



DOSE TRIPLA

Na Netflix, me encantei com o filme **'NONNAS'**, por eu atuar com comportamento empreendedor há 33 anos no Sebrae, mas também por ser baseado em uma história real, em que um italiano empreende de forma criativa, empregando avós de diversas nacionalidades para cozinhar pratos tradicionais. Uma história simples, porém, cheia de significado. No streaming da Prime. Em **"MEU VIZINHO ADOLF"**, nesse mundo polarizado, encontramos uma história sobre empatia e superação! Um solitário e mal-humorado sobrevivente do Holocausto convence-se de que o homem que se mudou para a casa ao lado é Adolf Hitler. E no A La Carte – streaming que recomendo, por conter filmes de arte e preço muito acessível – o filme **"AINDA TEMOS O AMANHÃ"**, de 2023. Retrata o cotidiano dos anos



1940 com uma fotografia maravilhosa em preto e branco, para que possamos estar em um cenário vivenciando um tema atual."

Paulo Arruda, gerente do Sebrae
Ribeirão Preto e produtor e apresentador
do Canal Cultural "Músicas e Suas
Histórias", no YouTube

UM BOM CLÁSSICO

"Meu destaque hoje é o conto **"MISSA DO GALO"**, de Machado de Assis. Trata-se de um jogo de sedução em que uma mulher de 30 anos, que se conforma com as traições do marido, em circunstâncias muito especiais vai aos poucos — e muito sutilmente — jogando mensagens gestuais a um garoto de 17 anos, que inicialmente não as entende por ingenuidade. Por fim, ambos parecem entender o que acontece, mas então entram em conflito íntimo, entre a libido latente e a moralidade reinante. É tudo muito sutil, com aquela elegância de linguagem que caracteriza o 'Bruxo do Cosme Velho' [como era chamado Machado de Assis]. Alta literatura!"



Menalton Braff, escritor vencedor
do Prêmio Jabuti



BASTIDORES DA FÉ

"Um dos filmes recentes mais bem produzidos, dirigidos e interpretados, que aborda um tema impensável, mas possível de acontecer nos dias de hoje, é 'Conclave'. Adaptado do best-seller de Robert Harris e dirigido pelo britânico Edward Berger, ele nos remete a um dos momentos mais importantes da instituição religiosa católica: a escolha de um novo Papa. O ritual e seus protocolos expõem regras, bastidores, limitações e desafios. No maior deles, o cardeal magistralmente interpretado por Ralph Fiennes é forçado a encarar uma descoberta que pode provocar um escândalo da Igreja".

Edgard de Castro, produtor de cinema

