



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

Editorial

Etarismo: o preconceito que muitos ainda fingem não ver.

Há preconceitos que envergonham quem os pratica. Outros são combatidos publicamente, com razão e firmeza. Mas há um que ainda circula com naturalidade desconcertante, muitas vezes disfarçado de cuidado, de brincadeira ou de “realismo”.

Trata-se do etarismo. O preconceito baseado na idade não se manifesta apenas no ambiente de trabalho — embora ali seja particularmente cruel. Ele está nas piadas sobre “velho ultrapassado”, na exclusão digital presumida, na ideia automática de incapacidade, na infantilização do idoso e na invisibilidade social que tenta reduzir décadas de experiência a um estereótipo.

No mercado de trabalho, profissionais experientes são considerados “caros demais”, “menos adaptáveis” ou “próximos da aposentadoria”, como se conhecimento acumulado fosse passivo e não ativo estratégico.

Na publicidade, a juventude ainda é vendida como sinônimo de relevância, enquanto o envelhecimento é tratado como algo a ser disfarçado.

Na tecnologia, presume-se que pessoas acima de 60 anos não compreendem inovação — quando muitas foram protagonistas das transformações industriais e digitais que moldaram o presente.

Na saúde, que deveria ser território de acolhimento, não raro escuta-se: “isso é da idade”, como se envelhecer anulasse o direito à investigação adequada, ao tratamento digno e à escuta atenta.

No convívio social, o etarismo se revela em frases aparentemente inofensivas: “Você ainda faz isso?” “Não está na hora de sossegar?” “Deixa que eu resolvo.” O resultado é silencioso, mas profundo: a tentativa de reduzir pessoas a uma faixa etária.

É nesse cenário que surge uma geração que não aceita o enquadramento passivo. Alguns os chamam de *NOLTS* — *Not Old, Living Today Seniors*. Mais do que um rótulo moderno, o termo simboliza um movimento de resistência comportamental. Homens e mulheres entre 60 e 80 anos que estudam, empreendem, participam da vida pública, viajam, iniciam novos projetos e reafirmam diariamente que envelhecer não significa desaparecer. Mas é importante deixar claro: o problema não está na palavra “idoso”. Está no significado limitador que parte da sociedade insiste em atribuir a ela.

O etarismo não é apenas uma questão geracional. É uma questão cultural. Ele nasce do medo do envelhecimento e se sustenta na ideia equivocada de que valor está associado apenas à juventude. Ao rotular, a sociedade tenta simplificar aquilo que é complexo: a experiência humana ao longo do tempo. Vivemos um momento demográfico inédito. A população brasileira está envelhecendo de forma acelerada. Isso não é ameaça; é realidade. E, mais do que isso, é oportunidade. Uma sociedade que desvaloriza seus mais experientes compromete sua própria inteligência coletiva.

O combate ao etarismo não exige privilégios. Exige respeito. Exige reconhecimento de



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

competência. Exige espaço de participação. Exige que políticas públicas, empresas e instituições — inclusive as nossas — estejam atentas à valorização da maturidade como ativo social.

A AAPS nasce justamente da consciência de que aposentadoria não significa afastamento da vida, mas mudança de etapa. E nenhuma etapa da vida deveria ser acompanhada de preconceito. Envelhecer é um direito. Participar é uma escolha. Respeitar é um dever. Se quisermos uma sociedade verdadeiramente inclusiva, precisamos começar reconhecendo que o etarismo existe — e que enfrentá-lo é responsabilidade coletiva.

ENTREVISTA COM MARCELA SOUZA - CEO ENERGY



Marcela Souza assumiu a Vice-Presidente Sênior da Siemens Energy para a América Latina e Vice-Presidente da Siemens Energy no Brasil em janeiro de 2026, tendo atuado anteriormente como Diretora Jurídica para o Brasil e Compliance Officer para a América Latina. Com uma trajetória de mais de 20 anos nas áreas Jurídica, de Compliance e de Governança, Marcela consolidou uma carreira marcada pela liderança de equipes multidisciplinares e gestão de riscos em ambientes complexos, conduzindo temas críticos relacionados à integridade corporativa, relações institucionais e à estruturação de modelos robustos de governança na região.



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

Formada em Direito pela Universidade Presbiteriana Mackenzie e com MBA Executivo em Gestão de Negócios pela Fundação Getúlio Vargas (FGV), Marcela combina sólida formação técnica com visão estratégica de negócios e profundo conhecimento do setor energético. É integrante de importantes entidades do ecossistema de infraestrutura do Brasil, sendo membro do Conselho de Administração da Associação Brasileira da Infraestrutura e Indústrias de Base (ABDIB), do Conselho do Instituto Acende Brasil e do Conselho de CEOs do International Chamber of Commerce (ICC Brasil), estando presente em debates estruturantes sobre políticas públicas, transição energética e competitividade industrial.

AAPS: O que muda e o que permanece quando se sai de uma função de controle e governança para uma função de crescimento e resultado?

Marcela Souza: O que permanece constante é o foco na governança, principalmente no que diz respeito à estabilidade e a consistência que tínhamos em termos de reputação e entregas. Tanto no Compliance e Legal, quanto na posição de Vice-Presidente, mantemos o mesmo racional: negócios íntegros e baseados em pilares sólidos. O que muda é a visão mais ampla, afinal, agora não estamos apenas focados em uma área específica, mas em uma visão sistêmica dentro da organização, impulsionada por um mercado superaquecido e a necessidade de crescimento. Precisamos lidar com uma gama muito mais ampla de stakeholders, buscando um crescimento sustentável de longo prazo.

AAPS: Há algum aprendizado da área de Compliance que você considera subestimado por líderes de negócio?

Marcela Souza: Com certeza! A maneira como saímos de crises nos torna mais fortes e resilientes. Esse aprendizado é algo que o mercado deve considerar, pois momentos bons podem não durar. Esse senso de preparo voltado a diferentes cenários e a experiência advindas de crises desafiadoras facilita a superação de obstáculos futuros.

AAPS: Você acredita que líderes com background em Compliance tendem a enxergar riscos ou oportunidades de forma diferente?

Marcela Souza: Certamente, mas não creio que essa não deve ser apenas uma questão de profissionais de Compliance. Essa visão mais holística deve ser treinada por todos nós, afinal, bons negócios vão além de uma função específica; eles envolvem a sustentabilidade e a solidez da empresa. Ter uma visão mais ampla permite um julgamento melhor sobre riscos e oportunidades.

AAPS: A Siemens Energy já conhece bem os desafios estruturais da América Latina. O que, na sua visão, mudou mais rapidamente nos últimos anos?



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

Marcela Souza: Desde o spin-off da Siemens Energy, o grande foco foi na unificação das geografias, no sentido de promover mais interação entre os países da América Latina. Esse senso de colaboração é, sem dúvida, um avanço, mas ainda há muito espaço para estreitarmos laços e entregar ainda mais resultados sólidos como um time único. O propósito continua o mesmo, o que mais mudou nesses anos foi a urgência. Principalmente com um cenário geopolítico tão incerto, essa integração não é mais só um diferencial estratégico, é questão de sobrevivência.

AAPS: Quais riscos hoje são mais relevantes: regulatórios, macroeconômicos ou tecnológicos?

Marcela Souza: Como eu disse, vejo um risco geopolítico muito grande, que tem consequências nessas três frentes. Não podemos deixar que o cenário global de grande demanda estrangule o mercado local, precisamos navegar com cautela para criarmos uma base sólida. É um exercício constante de ter um olhar atento e cauteloso no curto e longo prazo.

AAPS: Em um mercado com concorrentes globais muito bem posicionados, onde a Siemens Energy realmente se diferencia na América Latina?

Marcela Souza: Nosso grande diferencial vai além da tecnologia e da engenharia, é na geração de valor através de parcerias, criando soluções customizadas e de alto valor agregado, que nos diferenciam. Essa co-criação é definitivamente a nossa fortaleza como companhia.

AAPS: A disputa hoje é mais por preço, tecnologia, financiamento ou confiança institucional?

Marcela Souza: A maioria dos clientes valoriza muito mais um trabalho personalizado e um atendimento customizado do que preço. Confiança vem como consequência desses fatores. Embora o custo seja um fator importante, muitos reconhecem que soluções mais baratas podem trazer problemas no futuro. A reputação e a confiabilidade são fundamentais.

AAPS: A Siemens Energy tem um portfólio que vai do gás às renováveis. Existe alguma tecnologia específica ou modelo de negócio que você considera o 'game changer' para a América Latina nos próximos 5 anos?

Marcela Souza: Não colocaria as minhas fichas em uma só tecnologia ou produto. A nossa capacidade de co-criar soluções para descarbonização e eficiência energética é o nosso grande valor, independente de qual seja a necessidade. Um portfólio amplo nos permite oferecer soluções completas, garantindo que o cliente não precise se preocupar em negociar com diversas partes separadas.



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

AAPS: A América Latina tem enorme potencial em energias renováveis, mas enfrenta gargalos estruturais. Onde está o principal bloqueio hoje?

Marcela Souza: Creio que falta uma maior conexão entre os países, a nível governamental mesmo, além de um incentivo regulatório e financeiro. Precisamos de políticas públicas que priorizem a energia renovável e que sejam consistentes, independentemente das mudanças de governo.

AAPS: Existe espaço para cooperação entre concorrentes em temas como transição energética?

Marcela Souza: Com certeza. A concorrência não impede a colaboração. Dependendo do mercado, podemos sim trabalhar juntos com os competidores para ajudar os clientes a encontrar soluções que atendam seus objetivos de transição e descarbonização.

AAPS: Como transformar potencial energético em projetos financeiramente viáveis?

Marcela Souza: É um trabalho conjunto entre políticas públicas, iniciativa privada e bancos de desenvolvimento. Não existe bala de prata, o que precisamos é dialogar para encontrar soluções factíveis e direcionar investimentos para que esses projetos se tornem realidade.

AAPS: Como alinhar transição energética com inclusão social e desenvolvimento econômico?

Marcela Souza: É um baita desafio, mas não é impossível. Demanda muita colaboração e várias frentes a serem atacadas. Precisamos de um apoio mais robusto do governo no sentido de impulsionar a demanda, de iniciativas que tornem essas soluções mais acessíveis e que sejam financeiramente viáveis do ponto de vista do negócio para que haja interesse nesse tipo de investimento.

AAPS: Sendo uma sucessora interna, você conhece bem as equipes. Qual o principal desafio de gestão de talentos que você enxerga hoje para manter a Siemens Energy como um polo de inovação na região?

Marcela Souza: De maneira geral, temos uma rotatividade baixa e a empresa oferece boas oportunidades de desenvolvimento. O desafio é garantir que as pessoas certas estejam nos lugares certos, e que estejam no mesmo barco, compreendendo o objetivo estratégico da empresa e conectando ao sentido que isso dá para elas, ao seu propósito. Isso aliado a uma cultura que fomente a criatividade podem fazer toda a diferença na nossa organização. No fim do dia, as pessoas precisam de clareza no caminho que queremos seguir na companhia e como elas podem efetivamente se desenvolver a partir desses objetivos.

AAPS: Como engajar equipes em um contexto de mudanças rápidas e incertezas constantes?



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

Marcela Souza: Transparência, diálogo e confiança são fundamentais. Estamos entregando resultados sólidos, o que gera uma certa segurança para os colaboradores no sentido de confiar mais na nossa estratégia, mas para elevarmos as nossas entregas, precisamos criar mecanismos para nos tornarmos cada vez mais resilientes a essas mudanças e ágeis na maneira como operamos.

AAPS: Como promover diversidade e inclusão em posições estratégicas na região?

Marcela Souza: Evoluímos muito, mas sempre há espaço para melhorar. O apoio às minorias e à diversidade precisa ser fortalecido. Feedbacks constantes e suporte da liderança são essenciais para encorajar as pessoas a se candidatarem a posições estratégicas.

Olhando para frente, onde você gostaria de ver a Siemens Energy na América Latina daqui a cinco anos?

Marcela Souza: Gostaria de ver a Siemens Energy como líder em satisfação do cliente, em tecnologia e inovação, com um crescimento significativo na região e um impacto positivo no desenvolvimento de cada país da América Latina.

=====



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

Um encontro que honra a nossa história!



Hoje 20/02/2026, foi um grande dia e merece deixar aqui registrado, com a permissão dos amigos.

627 Anos à Mesa (e um brinde ao que permanece).

Há encontros que não cabem na agenda. Eles pertencem à biografia.

Saímos rumo a Bragança Paulista não por turismo, nem por nostalgia barata. Fomos movidos por algo mais raro: apreço... Bragança Paulista foi apenas o cenário. O verdadeiro destino era outro: era visitar quem fomos e perceber, com uma certa ternura, que ainda somos.

Fomos visitar Roberto Colombo.

O que começou como um almoço transformou-se numa travessia pelo tempo.

Na mesa do restaurante, éramos oito. Oito trajetórias que se cruzaram décadas atrás nos corredores da Siemens/INSAT. Oito histórias que carregam relatórios, viagens, desafios técnicos, decisões difíceis — e, sobretudo, convivência. Somados, 627 anos de vida. Uma pequena assembleia da experiência humana.



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

Rimos antes mesmo de sentar. Rimos durante. Rimos ao lembrar situações que, à época, pareciam dramáticas — e hoje são apenas capítulos pitorescos da nossa juventude profissional.

Mas o destino maior daquele dia não era o restaurante.

Era a casa de Roberto Colombo.

Nosso líder em tempos intensos. Líder no sentido que não se ensina em manuais corporativos — aquele que forma caráter, que transmite serenidade nas crises, que inspira sem precisar elevar a voz. Neste ano ele celebra 90 anos. E chegar a essa idade com lucidez, memória e brilho nos olhos é uma forma silenciosa de vitória.

Após o almoço, seguimos para sua residência. E ali o encontro ganhou outra temperatura.

Fomos recebidos com vinho do Porto — brinde à altura das décadas que compartilhamos — e o tradicional cafezinho acompanhado de bolachinhas italianas. Tudo servido com um carinho quase cerimonial por Dora Incontri.

E não ficou apenas na hospitalidade.

Dora, com sua trajetória acadêmica sólida — jornalista pela Casper Líbero, mestrado, doutorado e pós-doutorado pela USP na área de educação — e autora de mais de quarenta livros, não fez do saber um pedestal. Fez dele um presente. Literalmente.

Distribuiu exemplares de suas obras, autografou cada um com dedicatória pessoal e nos entregou como quem oferece não apenas páginas, mas pensamento, afeto e memória materializada.

Foi um momento de emoção verdadeira.

Há algo de profundamente simbólico em receber livros num encontro como aquele. Nós, que passamos a vida lidando com tecnologia, projetos e estruturas, fomos presenteados com ideias, reflexões e humanidade impressa.

O vinho do Porto aquecia. O café reconfortava. Mas era a sensação de pertencimento que realmente nos alimentava.

Percebemos, talvez sem dizer explicitamente, que o trabalho ficou no passado — mas o vínculo permaneceu intacto. Não éramos ex-colegas. Éramos testemunhas da juventude uns dos outros. Guardiões de versões que o tempo suavizou.

Mas, acima de tudo, o protagonista daquele dia tinha nome e história: Roberto Colombo. Aos 90 anos, ele não representa apenas longevidade — representa coerência. Representa a rara combinação entre autoridade e humanidade. Liderou sem humilhar, orientou sem impor, exigiu sem perder a elegância. Se hoje nos reunimos com alegria e respeito, é porque em algum momento ele soube construir mais do que equipes: construiu vínculos. Há líderes que ocupam cargos; Colombo ocupou memórias. E é por isso que, na tarde de hoje



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

em Bragança, não celebrávamos apenas um aniversário próximo — celebrávamos a permanência de um homem que deixou marca no trabalho e, sobretudo, nas pessoas.

Quando nos despedimos, não havia nostalgia pesada. Havia gratidão leve.

A maturidade nos ensina que a vida não se resume às metas cumpridas nem aos cargos ocupados. Ela se revela nesses instantes em que alguém, aos 90 anos, nos recebe com brilho nos olhos; em que uma filha transforma conhecimento em gesto de generosidade; em que oito pessoas sentam à mesa e percebem que o tempo não dissolveu o essencial.

627 anos à mesa.

Um brinde com Porto.

Um café compartilhado.

Livros autografados.

E a certeza silenciosa de que alguns encontros realmente valem uma existência inteira.

Obrigado!!!

Bragança Paulista - SP 20/02/2026

Na foto: Roberto Colombo, Dora Incontri (filha), Carlos Henrique Flory, João Batista Lourencao, Antônio Carlos G. Quaglio, Mário Saito, Marco Antonio Pereira e Edson Brandespin.

Colaboração : Marco Antonio Pereira - Nosso Associado



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

Entre vinhos, fé e tradição: o legado da imigração italiana no Rio Grande do Sul



A imigração italiana é uma das mais marcantes da história do Brasil, especialmente no estado do Rio Grande do Sul, onde os traços culturais, a gastronomia e a religiosidade dos descendentes ainda estão fortemente presentes.

As origens da imigração italiana

Contexto europeu no século XIX

A imigração italiana para o Brasil começou no século XIX, mas foi no Rio Grande do Sul que ela se consolidou de forma mais intensa e organizada. Na época, a Itália recém-unificada enfrentava uma grave crise econômica e agrária, agravada por guerras, fome e desemprego. Regiões como o Vêneto, a Lombardia e o Tirol Meridional sofriam com a pobreza e a escassez de oportunidades, o que levou milhares de famílias a buscarem uma nova vida do outro lado do oceano.

O Brasil, por sua vez, precisava de mão de obra para ocupar terras no Sul, fortalecer a agricultura e povoar áreas estratégicas que até então eram pouco habitadas. O governo imperial, então, passou a incentivar a chegada de imigrantes europeus, especialmente alemães, poloneses e italianos.



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

A chegada ao Rio Grande do Sul

O ano de 1875 marca o início oficial da imigração italiana no Rio Grande do Sul, com a chegada dos primeiros imigrantes à região da Serra Gaúcha. A primeira leva desembarcou no Porto de Rio Grande e seguiu até Porto Alegre. De lá, foram levados para áreas rurais da então recém-criada Colônia Conde d'Eu, que mais tarde deu origem à cidade de Garibaldi, e Dona Isabel (Bento Gonçalves).

Esses imigrantes eram, em sua maioria, camponeses, vindos das regiões do norte da Itália.

Trouxeram na bagagem pouca coisa material, mas muitos sonhos, força de trabalho e tradições culturais que permaneceram vivas por gerações.

As primeiras colônias



Com o sucesso da Colônia Conde d'Eu, novas colônias foram fundadas: Caxias do Sul (1875), Silveira Martins (próxima à Santa Maria), Farroupilha (antiga Nova Milano), Flores da Cunha, entre outras. Essas colônias foram implantadas em terrenos acidentados, com mata densa, exigindo muito esforço físico dos imigrantes para o desmatamento e o cultivo de terras.

O sistema de colonização previa que cada família recebesse um lote de terra — geralmente entre 20 e 30 hectares — para construir sua casa e desenvolver a agricultura de subsistência.

A produção inicial era voltada para milho, feijão e batata, mas, com o tempo, a uva e a produção de vinho se tornaram as principais atividades econômicas da região.



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

Desafios e contribuições

A vida dos imigrantes italianos foi marcada por inúmeros desafios. Além das condições adversas do clima e do solo, muitos enfrentaram doenças, falta de infraestrutura e dificuldades de comunicação com o governo brasileiro. A distância entre as colônias e os centros urbanos também dificultava o escoamento da produção e o acesso a serviços básicos.

Ainda assim, a comunidade italiana se mostrou resiliente. Organizaram escolas, igrejas, associações comunitárias e festividades tradicionais. Com o tempo, transformaram a região da Serra Gaúcha em um dos polos mais produtivos do Rio Grande do Sul, tanto na agricultura quanto na indústria vinícola e moveleira.

Influência cultural e econômica dos imigrantes no Rio Grande do Sul

A herança deixada pelos italianos é visível até hoje. A gastronomia típica, com pratos como a polenta, o galeto, o pão caseiro, os queijos e, claro, o vinho, é celebrada em festas populares como a Festa da Uva, em Caxias do Sul, que acontece desde 1931. A arquitetura de muitas cidades ainda preserva o estilo europeu, com casas de pedra e madeira.

Na economia, a força do trabalho italiano impulsionou o surgimento de cooperativas, pequenas indústrias e comércios familiares que se expandiram com o tempo. A viticultura, iniciada de forma rudimentar nas primeiras décadas, evoluiu até tornar o Rio Grande do Sul o principal produtor de vinhos do Brasil.

A preservação da identidade italiana no Rio Grande do Sul

Apesar do passar dos anos, muitos descendentes de italianos ainda mantêm viva a língua vêneta — que surgiu como um dialeto do norte da Itália — e as tradições religiosas e familiares herdadas dos primeiros colonos. Grupos folclóricos, corais e associações culturais têm papel fundamental na preservação dessa identidade ítalo-gaúcha.

<https://www.nostrali.com.br/blog/curiosidades/conheca-a-historia-da-imigracao-italiana-no-rio-grande-do-sul>

Colaboração : Taís Ruschel - Regional Porto Alegre&Gravataí

O Carnaval!

Folia, fantasia e tradição: o que faz do Carnaval uma das maiores festas do Brasil

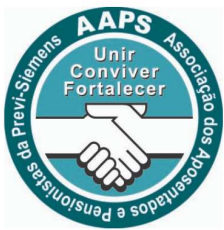


A palavra “carnaval” tem origem no latim medieval *carnis levare* ou *carne levare*, significando “retirar a carne” ou “adeus à carne”. O termo surgiu entre os séculos XI e XII para marcar a véspera da Quarta-feira de Cinzas, período que antecede os 40 dias de jejum e abstinência de carne da Quaresma!

A origem do Carnaval é meio que um misto de culturas, mas basicamente ele vem das festas pagãs da Europa, tipo o Carnaval de Veneza, e foi trazido para o Brasil pelos colonizadores portugueses. Aqui, acabou se misturando com as culturas africanas e indígenas, e virou aquela festa que a gente conhece hoje, cheio de samba, axé e folia!

Nos anos 50, o Carnaval era festejado através da dança e dos figurinos, as fantasias de carnaval eram mais clássicas e inspiradas em personagens da cultura popular, como:

- Pierrôs: vestidos com roupas brancas e máscaras, eram um dos mais populares
- Colombinas: inspiradas na personagem da Commedia dell Arte, com vestidos coloridos e chapéus
- Arlequins: com roupas listradas e máscaras, eram um clássico do carnaval
- Palhaços: com roupas coloridas e maquiagem, eram uma opção divertida
- Anjos e Fadas: com asas e vestidos brancos, eram uma escolha popular



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

Já nos dias atuais, as fantasias de carnaval são mais diversificadas e criativas, com opções como:

- Super-heróis e Personagens de Desenho: inspirados em filmes e séries de TV
- Sereias e Mermaids: com escamas brilhantes e acessórios de praia
- Frida Kahlo: com vestidos coloridos e maquiagem inspirada na artista
- Carmem Miranda: com vestidos de frutas e acessórios tropicais

Personagens de Novela e Música: inspirados em celebridades e ícones da cultura pop

Fantasia Sustentáveis: feitas com materiais reciclados e eco-friendly

Fantasia com Tecnologia: com LED, 3D e outros efeitos especiais

Os desfiles são o que tem de mais bonito do Carnaval no Brasil!

Você vai encontrar opções incríveis em todo o país. Entre os mais famosos citamos:

Rio de Janeiro (RJ): O desfile das escolas de samba na Marquês de Sapucaí é um espetáculo à parte, com fantasias luxuosas e muito samba no pé. A folia vai até a madrugada a dentro!

Salvador (BA): Os trios elétricos comandados por artistas como Ivete Sangalo e Bell Marques arrastam multidões pelas ruas da cidade, especialmente no circuito Barra-Ondina.

Recife e Olinda (PE): O Galo da Madrugada, em Recife, é considerado o maior bloco de rua do mundo, enquanto Olinda encanta com seus bonecos gigantes e ladeiras repletas de foliões.

São Paulo (SP): O Sambódromo do Anhembi recebe desfiles de escolas de samba de alto nível, e os blocos de rua estão cada vez mais animados.

- Florianópolis (SC): A capital catarinense combina praia e folia, com blocos lotando as ruas e festas privadas exclusivas.

- Ouro Preto (MG): O Carnaval universitário é um dos mais famosos do Brasil, com blocos organizados pelas repúblicas estudantis.

- Manaus (AM): O Carnaboi mistura a energia do samba com as tradições culturais amazônicas, com desfiles no Sambódromo de Manaus.

Esses são apenas alguns exemplos, mas o Brasil é cheio de opções incríveis para curtir o Carnaval!

Qual é o seu destino favorito?

FONTE: Google e Aí Gemini - Colaboração Daniel Purwin - Regional Rio de Janeiro



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

Já ouviu falar em *NOLT*? Entenda o que é, sua origem e significado



Com o Brasil envelhecendo rapidamente, o conceito de *NOLT* surge para redefinir o significado de envelhecer, destacando autonomia, protagonismo e propósito na vida após os 60 anos.

O mundo está envelhecendo e o Brasil segue o mesmo caminho. A população com 60 anos ou mais cresce de forma acelerada, impulsionada pelo aumento da expectativa de vida e pela queda nas taxas de natalidade.

As projeções do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) mostram que, em 2030, teremos no Brasil mais idosos do que crianças e adolescentes até os 14 anos. Ou seja, estamos vivendo a ascensão de um novo perfil 60+ que subverte a lógica da pirâmide etária.

Diante disso, podemos dizer que o conceito de idoso ficou velho e deu lugar a um novo termo, que tem viralizado nas redes sociais: *NOLT*. Ser *NOLT* é Envelhecer Bem.

O que significa ***NOLT* (New Older Living Trend)** e por que o termo está ganhando espaço nas redes sociais.



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

O que é NOLT?

Essa sigla significa *New Older Living Trend*, que em tradução literal quer dizer “nova tendência de vida dos mais velhos”. O termo descreve uma postura ativa diante da vida, marcada por autonomia, propósito e escolhas conscientes, independentemente da idade cronológica.

Quando se pergunta “**O que é NOLT?**”, a resposta passa pela ideia de que envelhecer não significa parar, mas ressignificar prioridades, manter curiosidade e participar ativamente da sociedade.

Por que o termo *NOLT* existe?

Durante muito tempo, a palavra “idoso” foi associada quase exclusivamente à desaceleração, à dependência e ao afastamento da vida produtiva.

O conceito *NOLT* surge justamente para repensar e ampliar essa visão. Ele propõe que envelhecer pode e deve estar ligado a protagonismo, bem-estar e participação social, rompendo com estereótipos ultrapassados.

O que é *NOLT* na prática: exemplos de comportamento

- **Aprendizado contínuo e novos projetos:** cursos, novas formações, retomada dos estudos, hobbies criativos e até mudanças de carreira são sinais claros de uma mentalidade de crescimento na maturidade.
- **Empreendedorismo e trabalho ativo após os 60+:** muitas pessoas seguem ativas no mercado de trabalho, seja empreendendo, seja atuando como mentoras, consultoras ou líderes de novos negócios, colocando a experiência acumulada em movimento.
- **Saúde, bem-estar e autonomia:** há um foco maior em qualidade de vida, cuidado com o corpo e a mente, prevenção em saúde e escolhas de consumo mais conscientes, que favoreçam autonomia e longevidade com bem-estar.

O que é *NOLT* no contexto brasileiro e por que isso importa?

Falar o que é *NOLT* no Brasil exige olhar para a transição demográfica que está acontecendo. O país envelhece em ritmo acelerado e as projeções indicam um aumento significativo da população 60+ nas próximas décadas.



Newsletter AAPS

Edição Março de 2026

www.aaps.org.br

Isso traz desafios e oportunidades sociais, econômicas e culturais. Cada vez mais, vemos pessoas maduras estudando, empreendendo, viajando, cuidando da saúde e buscando propósito.

Esse movimento corrobora a idéia de que o conceito de idoso já não é mais o mesmo e ajuda a transformar a percepção que se tem sobre essas pessoas, que deixam de ser vistas apenas como dependentes e passam a ser reconhecidas como protagonistas da própria história.

Essa mudança dialoga diretamente com temas como estilo de vida na terceira idade, vida ativa na maturidade e bem-estar após os 60 anos.

FONTE: <https://medsenior.com.br/>