

## RELATO DE EXPERIÊNCIA

*EXPERIENCE REPORT*

*RELATO DE EXPERIENCIA*

### **A Gerontologia e a Gastronomia: Uma experiência com imigrantes árabes**

*Gerontology And Gastronomy: An experience with arab immigrants*

*La Gerontología y la Gastronomía: Una experiencia con inmigrantes árabes*

Elisa Paz Dalla Porta  
Ibrahim Clós Mahmud  
Newton Luiz Terra

**RESUMO:** A Gastronomia é uma forma de expressão cultural. A cozinha árabe chegou ao Brasil no século XIX por meio dos imigrantes árabes da Síria e do Líbano. Partindo da atual definição de saúde, entende-se que a alimentação e as técnicas de culinária do idoso representam grande papel em seu estado de bem-estar e, com isso, a Gerontologia tende a utilizar a mesma como um espaço de socialização e expressão durante o envelhecer. O povo árabe tem em sua gastronomia um forte apego familiar e um anseio de conservar a sua cultura tradicional, visto que suas receitas são antiquíssimas e preservadas em sua forma original, firmando, assim, através dos seus hábitos alimentares, a importância da vida em família, a valorização da herança culinária de filhos, pais e avós. O objetivo deste artigo é identificar a propagação da gastronomia árabe e sua relação com a saúde dos imigrantes idosos, principalmente no estado do Rio Grande do Sul.

**Palavras-chave:** Culinária; Assistência a Idosos; Gerontologia; Gastronomia.

**ABSTRACT:** *Gastronomy is a form of cultural expression. Arab cuisine arrived in Brazil in the 19th century through Arab immigrants from Syria and Lebanon. Based on the current definition of health, it is understood that the elderly's food and cooking techniques play a large role in their well-being, and with this gerontology tends to use it as a space of socialization and expression during the age. The Arab people have in their gastronomy a strong family attachment and a desire to conserve their traditional culture, since their recipes are very old and preserved in their original form, thus establishing through their eating habits, the importance of family life, valuing the culinary heritage of children, parents and grandparents. The objective of this article is to identify the propagation of Arab gastronomy and its relation with the health of the elderly immigrants, mainly in the state of Rio Grande do Sul.*

**Keywords:** *Cooking; Old Age; Assistance; Gerontology; Gastronomy.*

**RESUMEN:** *La gastronomía es una forma de expresión cultural. La cocina árabe llegó a Brasil en el siglo XIX por medio de los inmigrantes árabes de Siria y del Líbano. A partir de la actual definición de salud, se entiende que la alimentación y las técnicas de culinaria del anciano representan un gran papel en su estado de bienestar y, con ello, la Gerontología tiende a utilizar la misma como un espacio de socialización y expresión durante el envejecimiento. El pueblo árabe tiene en su gastronomía un fuerte apego familiar y un anhelo de conservar su cultura tradicional, ya que sus recetas son antiquísimas y preservadas en su forma original, firmando así, a través de sus hábitos alimenticios, la importancia de la vida en familia, la valorización de la herencia culinaria de hijos, padres y abuelos. El objetivo de este artículo es identificar la propagación de la gastronomía árabe y su relación con la salud de los inmigrantes ancianos, principalmente en el estado de Rio Grande do Sul.*

**Palabras clave:** *Culinaria; Asistencia a ancianos; gerontología; Gastronomía.*

## **Introdução**

O envelhecimento ativo é um dos grandes desafios a serem enfrentados; estima-se que, em 2025, o Brasil terá cerca de 30 milhões de pessoas com mais de 60 anos, correspondendo aproximadamente a 15% da população total.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> “Brasil terá sexta maior população de idosos no mundo até 2025” (06 julho, 2016). Recuperado em 30 dezembro, 2016, de: <http://agencia.fapesp.br/brasil-tera-sexta-maior-populacao-de-idosos-no-mundo-ate-2025/23513/>.

A partir desse fenômeno, surgem demandas de novas políticas de saúde em que a Gerontologia é o tema central, alterando a visão curativa para uma visão primeiramente preventiva, em que o preparar-se para o envelhecer ganha espaço, objetivando, assim, a melhoria da qualidade de vida durante a velhice com o auxílio de diversos profissionais da área da saúde.

Nesse contexto, a culinária representa um importante pilar: o cozinhar mexendo com todos os sentidos, fazendo “viajar pelo tempo”, fazendo lembrar histórias com as pessoas a quem se ama, além de ser um momento que reúne a família e amigos em volta da mesa, para bater papo e trocar experiências. Os imigrantes árabes têm esse momento como especial e ligado a sentimentos de sua terra; o alimento, muitas vezes, é confeccionado em família e distribuído entre amigos e vizinhos. Os idosos, que de longe vieram, trazem consigo as memórias e os sabores de seu país; logo, tornam o alimento uma forma de satisfação pessoal e bem-estar.

Os povos árabes imigraram, basicamente, por motivos religiosos e econômico-sociais ligados à estrutura agrária dos países de origem. Muitos deles, com o objetivo de chegar diretamente na América do Norte, acabavam vindo para o Brasil ou Argentina, enganados pelas companhias de navegação. A maioria dos imigrantes árabes se dirigiam para a região sudeste, especificamente ao estado de São Paulo, com menor número indo para o Rio de Janeiro e Minas Gerais; poucos vieram para o Rio Grande do Sul ou para a Bahia (Mott, 2000).

Nas últimas décadas, a contribuição cultural dos árabes tem sido mais lembrada pela culinária, embora haja outros campos em que sua presença também seja muito marcante. O aumento das cadeias de *fast food*, nos grandes centros urbanos, aproximou a população do quibe, da esfiha, do tabule e da coalhada seca, antes restrita aos restaurantes típicos.

O imigrante conserva em sua memória apenas o que há de mais formoso de seu país, de sua casa, dentro de sua família, a herança imaterial dos ancestrais. Aquele que se foi alicerça as lembranças do passado, fazendo das mesmas uma ligação, uma alusão, ou seja, fortificando os laços que asseguram que sua identidade pertence a um determinado país, povoado, família e cultura.

Tal processo de pertencimento acaba sendo tão relevante para esse indivíduo, a ponto de seus hábitos e seu estado de bem-estar estarem sempre conectados.

## Envelhecimento e Saúde

A população de idosos está aumentando consideravelmente nas últimas décadas. Esse aumento na sobrevivência se deve aos avanços da medicina moderna, que melhoraram as condições de saúde e, conseqüentemente, reduziram a mortalidade.

Os processos responsáveis pelo aumento da longevidade foram resultado de novas políticas públicas na área da saúde e de avanços tecnológicos. Ao mesmo tempo, surge a necessidade de garantir aos idosos uma qualidade de vida satisfatória, com a qual estes possam se sentir felizes e ativos.

A principal característica do envelhecimento considerado saudável é a capacidade de aceitar as mudanças fisiológicas, sendo que as patologias e limitações não impossibilitam a experiência pessoal de uma velhice bem-sucedida.

Atualmente, com o surgimento de novos paradigmas da medicina, define-se saúde como um estado em que existe uma situação ótima de bem-estar físico, mental e social, e não como a ausência de doença. Este enfoque multidimensional da saúde parece o melhor modo de se referir ao envelhecimento satisfatório/ativo, que a proposta da ONU desenvolve em três pontos: a) prevenção da deterioração física e psíquica e promoção da saúde; b) incremento da oferta educativa e cultural; e c) integração social das pessoas idosas.

A satisfação pessoal é uma situação muito mais complexa de ser analisada, pois as experiências e vivências de cada indivíduo alteram a percepção atual deste “bem-estar”, conforma demonstra a autora a seguir:

A satisfação com a vida é um constructo no estudo psicossocial do envelhecimento, e pode ser avaliada por meio de questões simples ou de itens escalares. Está relacionada ao modo e aos motivos que levam as pessoas a viverem suas experiências de vida de maneira positiva, refletindo em parte o bem-estar subjetivo. Da mesma forma, o bem-estar subjetivo pode ser percebido e autoavaliado por meio de experiências individuais, por afetos positivos que se sobressaem aos negativos, por meio de questões simples se a pessoa se sente feliz ou infeliz, ou ainda pela satisfação global com a vida, relacionada à saúde, ao trabalho e à independência, por meio de comparações pessoais a partir de referências do próprio passado e do bem-estar de indivíduos na mesma faixa etária (Wichmann, Areosa, & Montanes, 2013, p. 822).

Logo, a cultura de um indivíduo e, sucessivamente, sua rotina alimentar, tem um significado importante neste contexto. Ao mencionar o papel da comida na rotina dos idosos, tal deve ser interpretado como os constructos simbólicos que o acompanham, a comida alimentando identidades e reconstruindo necessidades sociais.

## **Os árabes**

Por ocasião do desembarque no Brasil, a opção de trabalho das primeiras levas de imigrantes foi o comércio. Quando os árabes chegaram, já existiam mascates (vendedores ambulantes); entretanto, essa ação se tornou uma marca registrada da imigração árabe.

Nesta atividade, esses imigrantes incluíram inovações que, hoje, são vistas como traços típicos do comércio popular, tais como: redefiniram-se as condições de lucro e introduziram-se as práticas da alta rotatividade e alta quantidade de mercadorias vendidas, das promoções e das liquidações. Os dados numéricos sobre a entrada no Brasil dessa corrente imigratória são muito imprecisos, sobretudo porque, até 1892, todos eles (sírios, libaneses, palestinos e mesmo turcos) foram classificados como turcos. Foi apenas a partir deste ano que os sírios passaram a ser registrados separadamente. Como até 1920 – depois, portanto, do término da Primeira Guerra Mundial (1914-1918) e início do mandato francês na Síria e no Líbano –, o Líbano foi considerado parte da Síria; por isso, todos os libaneses foram incluídos entre os classificados como sírios. Todavia, “tanto antes como depois de 1892, a imensa maioria dos imigrantes registrados como turcos eram, de fato, sírios-libaneses” (Pimentel, 1986, p. 121).

## **A Gastronomia**

No início das civilizações já se produzia a ciência da Gastronomia: Carneiro (2003, p. 127) relata que o saber gastronômico, que antecede a história da alimentação, juntamente a toda a arte e ciência da feitura dos alimentos, desde o domínio do fogo, dando o salto do cru para o cozido, até o intercâmbio acelerado dos produtos do comércio de longo curso, chegando à migração de espécies do período moderno, que popularizou produtos e técnicas de remotas regiões para o conjunto do planeta, constitui as diferentes tradições.

A alimentação é um fator que acompanha o homem desde sua existência, e é responsável por importantes modificações na vida do ser humano. Com o avanço do conhecimento científico, o alimento, que antes era relacionado à subsistência e manutenção da espécie, passou a ser reconhecido como de importância nutricional. Tornou-se preciso adquirir, por meio dos alimentos, todos os nutrientes necessários, para a manutenção das diversas funções do corpo (Franco, 2006).

Alimentar-se sempre foi essencial ao ser humano. O costume de ingerir alimentos era visto apenas como forma de sobrevivência da raça humana, mas a busca por comida, desde o início, sempre esteve ligada à história do homem, seja na constituição das primeiras aldeias ou nos cultivos, e ao câmbio de excedentes.

Franco (2004) afirma que “o início das civilizações sempre esteve intimamente relacionado com a procura de alimentos, com os rituais e costumes de seu cultivo e preparação, e com o prazer de comer”. As aldeias se formaram em lugares onde havia água e possibilidade de caça e cultivo de alimentos básicos; a partir disso, a produção agrícola e alimentação foram aumentando, gerando a produção de excedentes de produção, dando origem às trocas entre as comunidades e, após, entre os viajantes.

Assim, de todos os rituais, o da comida é o mais comum, já que se pratica em todos os lugares e é um fator de diferenciação social e cultural, com base na forma de preparar e ingerir a comida, naquilo que se come, com quem, e nos ciclos da alimentação diária (Schülter, 2003). A alimentação, como se sabe, está ligada aos vários setores de produção, abastecimento e consumo, ou seja, agricultura, pecuária, indústria alimentícia, mercado e feiras. Quando se analisa a alimentação sob o aspecto das tradições culturais, sociais, religiosas, e das preferências de paladares ligados ao alimento de determinada população, implica-se a gastronomia.

Brillat Savarin (1995) calçou suas pesquisas na alimentação como uma fonte de prazer através dos sentidos, principalmente do gosto, e, além disso, remeteu à ideia de que a alimentação pode diferenciar grupos, comunidades, regiões ou países. “A comida é um meio de expressão e afirmação de uma identidade nacional, regional ou local; o ato de comer materializa os estados emocionais e as identidades sociais” (Motta, 1987, p. 22).

A cultura alimentar nas Américas está fortemente associada aos povos que trouxeram hábitos, necessidade, variedades de alimentos, tempero (Schülter, 2003).

O olhar de diferença entre a subsistência e o alcance de prazer fez com que o homem passasse a mudar as formas de enxergar a alimentação, conforme Fagliari (2005). Foi a mudança no significado simbólico da alimentação, de simples necessidade para prazer, que levou ao aparecimento de termos como gastronomia e culinária. Portanto, foi o reconhecimento dos processos alimentares como atos geradores de prazer e satisfação, que mudou as formas de alimentação de simples e, para momentos referenciais de requinte, gerando a formação e desenvolvimento de padrões alimentares e socialização dos homens.

A gastronomia, afirma Franco (2006), é antes de tudo, cultura, expressão e arte de um povo. Nutre-se das tradições culinárias de todas as camadas sociais. É um grande caldeirão cultural, onde se têm representados os elementos mais simples. A Gerontologia encontra na gastronomia um espaço importante para contribuições, em que esse momento pode ser prazer e saúde, assim como um espaço social para interação. Oliveira, Veras, & Prado, 2010) evidenciam essa realidade de forma cruel em sua pesquisa realizada em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs):

Os aspectos simbólicos da alimentação têm uma forte matriz afetiva por ter sua origem no universo doméstico, no convívio familiar e muito vinculada à figura da mãe e da mulher. Antigamente, a alimentação era principalmente compartilhada nos lares. Podemos perceber que esses idosos, principalmente as mulheres, perderam o direito de fazer da comida uma forma de expressão de identidade. Notamos que elas carregam silenciosamente lembranças dos papéis que lhes foram atribuídos ao longo de toda a vida, entre eles, o de serem as protagonistas, as responsáveis pela alimentação familiar. Ao entendermos que a alimentação delimita um conjunto de expressões de sentidos e significados que configuram uma espécie de linguagem dentro de um universo simbólico, a imposição de práticas alimentares pelo abrigo promove um esvaziamento pessoal (Oliveira, Veras, & Prado, 2010, p. 136).

Sendo assim, a apresentação deste patrimônio intangível deve ser compreendida como necessidade de partir do conceito de instrumento de valorização e proteção de uma prática cultural, de forma que a Gastronomia não pode ser vista como um conhecimento que se encerra no preparo de um prato, mas, sim, como algo que agrega, por trás daquele produto final, um universo simbólico que envolve conhecimentos, práticas e tradições, resgatando o legado das mais diversas culturas (Schülter, 2003).

## **A gastronomia árabe no Rio Grande do Sul**

O povo árabe tem, em sua culinária, um fator de apego familiar emocional importante, além da referência da preservação de sua cultura tradicional. Algumas receitas são muito antigas e ainda são mantidas em sua forma original; até hoje, reforçando, através de seus hábitos alimentares, a importância da vida em família, a valorização da herança de pais e avós. Referente a esta valorização, Yazbek e Abrahão (2001) ressaltam que um dos traços mais fortes da culinária árabe é seu imenso respeito às tradições de seus antepassados. Isso faz com que uma receita seja passada, sem alterações, dentro de uma família, de mãe para filha, através de séculos.

Desse modo, as tradições gastronômicas árabes no RS expressam sentimentos de amor e respeito, além da devoção e saudosismo entre familiares, evocando lembranças. Isso possibilita que indivíduos busquem, fora de seu país de origem, manter "viva" sua cultura e o respeito às suas origens. As autoras confirmam esta reflexão, dizendo que:

O ato de cozinhar no Oriente Médio é uma arte não intelectual e profundamente tradicional. Ela não é precisa e sofisticada [...] ou experimental e progressista [...]. Suas virtudes são lealdade e respeito aos costumes e à tradição, que se refletem na incondicional devoção às receitas do passado. Durante séculos, a maneira de cozinhar se manteve basicamente inalterada (Yasbek, & Abrahão (2001).

A idosa, dentro da cultura árabe, tem um papel social de professora na sua cozinha, com o merecido respeito; a mesma ensina as técnicas e rituais no preparo dos alimentos para toda a sua família. Com as miscigenações entre brasileiros e árabes, cada vez mais as tradições vão se unificando e modificando.

Em núcleos familiares, com três ou quatro gerações, cujo patriarca é o imigrante; ainda assim, o respeito e o pertencimento às origens é importante; observa-se que, nos churrascos de domingo, encontram-se presente receitas árabes como acompanhamento.

## **A Religião e a relação com o alimento**

O povo árabe é muito hospitaleiro; uma frase do Profeta Maomé mostra isso: comida para dois é suficiente para três; e comida para três é suficiente para quatro.



A gastronomia árabe está inteiramente ligada à religião. Cada civilização transfere aos seus indivíduos um modelo de convivência que manifestam as características referentes a uma sociedade. Pode-se evidenciar a língua, as regras, os hábitos e costumes e a religião. Nesta última, a alimentação comumente sofre preferências e limitações. No Islamismo elas são bem frisadas. Isto fica claro no livro sagrado desta doutrina: o Alcorão.

O Islã é umas das mais importantes religiões mundiais, e está baseada nos ensinamentos de Maomé. Seus fiéis acreditam em um Deus único, Alá. A prática islâmica possui cinco deveres, conhecidos como “pilares do Islã”: profissão da fé ou testemunho; cinco orações diárias; jejum no mês do Ramadã; peregrinação à Caaba, em Meca. Além disso, por princípio religioso, o consumo da carne suína é proibido, assim como o álcool que também é proibido pelo Alcorão.

Há duas bases essenciais de refeições no mundo árabe. A base regular e aquela própria para o mês do Ramadã. Ramadã que é o nono mês do calendário islâmico, no qual se acredita que o profeta Maomé recebeu a manifestação por parte de Alá, dos primeiros versos do Alcorão. Durante o Ramadã (com duração de 30 dias), os muçulmanos devem abster-se de alimento, de bebida, de fumar, de relações sexuais e principalmente de más ações, palavras e pensamentos, desde o nascer até o pôr do sol. É o mês em que há preocupação com os necessitados, providenciando-lhes alimentos e outros bens essenciais.

A refeição tomada ao anoitecer, para quebrar o jejum, se chama Iftar. E a refeição tomada antes do amanhecer se chama Suhur. Durante este período, os doces são consumidos mais do que o costume. Portanto, o Ramadã é o mês da reflexão espiritual, rezas, humildade, boas ações, caridade, generosidade, autocontrole e autocontenção. É o tempo para estabelecer uma maior proximidade com Deus e educar o corpo e a mente para vencer as vontades mundanas.

Embora haja uma imensa variedade de ingredientes e alimentos da cultura árabe, as suas singularidades são mantidas, pois, em suma, se preserva a crença em sua doutrina religiosa. Segundo Cardozo (2004), para os árabes, existem regras com relação ao abate de animais para consumo da carne, e estas regras seriam todas derivadas de preceitos corânicos. Segundo os preceitos corânicos, o consumo da carne de porco é proibido com veemência por julgarem que este animal é impuro.

## **Materiais e Métodos**

A presente pesquisa caracteriza-se por ter uma abordagem bibliográfica. Marconi e Lakatos (2009/1996, p. 17) defendem que “toda a pesquisa deve basear-se em uma teoria, que serve como ponto de partida para a investigação bem-sucedida de um problema”. Sendo assim, a pesquisa possibilita a identificação de respostas aos problemas sociais de uma determinada sociedade.

Minayo e Deslandes (2011) destacam que a pesquisa qualitativa responde a questões muito particulares, trabalhando com o universo dos significados, dos motivos, das aspirações, das crenças, dos valores e das atitudes.

No presente estudo, a pesquisa buscou identificar a propagação da gastronomia árabe e sua relação com a saúde dos imigrantes idosos, principalmente no estado do Rio Grande do Sul.

## **Considerações Finais**

A identificação cultural da alimentação, no RS, foi sendo compartilhada pela população local, derivada de um conjunto de representações, hábitos, crenças e conhecimentos que foram sendo fundidas ou criados entre os diferentes povos que formataram as práticas alimentares presentes.

A gastronomia é estruturada nos hábitos e costumes alimentares que foram construídos, com o passar do tempo, pelas populações que fizeram parte da história do povo gaúcho, acompanhando a evolução da sociedade em seus distintos aspectos.

Conclui-se que a gastronomia árabe é representativa na gastronomia regional e também de uma pequena parte da história da alimentação do Brasil e sua imigração. A gastronomia árabe expressa, para os idosos da sociedade, sentimentos de amor e respeito, fortalecendo, assim, o grupo familiar unido dentro de seus costumes.

Tendo em vista a relevância da alimentação com a expressão de identidade pessoal, o valor que a receita/comida/refeição assume na vida desses idosos, faz com que esse momento possa assumir um papel de “espaço social” durante o envelhecer.

Nesse contexto, consideramos essencial ressignificar a alimentação no interior das ILPIs, núcleo familiares e hospitais, promovendo uma verdadeira mudança de paradigma, dado que ela tem o poder de auxiliar na manutenção do envelhecimento ativo, assim demonstrando ser um campo com grande potencial no âmbito da Gerontologia.

## Referências

- Brillat Savarin, J. (1995). *A fisiologia do gosto*. São Paulo, SP: Cia. das Letras.
- Cardozo, P. F. (2004). *Possibilidades e limitações do turismo étnico: a presença árabe em Foz do Iguaçu*. Dissertação de mestrado. Universidade de Caxias do Sul. Caxias do Sul, RS: Programa de Pós-Graduação. Mestrado em Turismo. Caxias do Sul, RS.
- Carneiro, H. (2003). *Comida e Sociedade: uma história da alimentação*. Rio de Janeiro, RJ: Campus.
- Fagliari, G. S. (2005). *Turismo e alimentação: análises introdutórias*. São Paulo, SP: Roca, 2005.
- Franco, A. (2004). *De caçador a gourmet: uma história da gastronomia*. (3ª ed.). São Paulo, SP: Senac.
- Franco, A. (2006). *De caçador a gourmet: uma história da gastronomia*. (3ª ed.). São Paulo, SP: Senac.
- Marconi, M de A., & Presotto, Z. M. N. (2009). *Antropologia: uma introdução*. São Paulo, SP: Atlas.
- Minayo, M. C. de S., Deslandes, S. F., & Gomes, R. (2000). *Pesquisa Social: Teoria*. São Paulo, SP: Hucitec, 2000.
- Mott, M. L. (2000). Imigração árabe: um certo Oriente no Brasil. In: *Brasil: 500 anos de povoamento*. Rio de Janeiro, RJ: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, IBGE.
- Motta, R. (1987). *The meal is the message*. Paris, França: Courier da Unesco.
- Oliveira, R. B. de A., Veras, R. P., & Prado, S. D. (2010). “O fim da Linha”? Etnografia da alimentação de idosos institucionalizados – reflexões a partir das contribuições metodológicas da Malinowski. Rio de Janeiro, RJ: *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, 13(1), 133-143. Recuperado em 30 de junho, 2016, de: <http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v13n1/a14v13n1.pdf>.
- Pimentel, V. C. (1986). *A aculturação do imigrante sírio no Piauí* (estudo de caso). Teresina, PI: Projeto Petrônio Portela.
- Schülter, R. G. (2003). *Gastronomia e turismo*. São Paulo, SP: Aleph.
- Yazbek, M. H., & Abrahão, S. D. (2001). *Receitas árabes tradicionais (do norte do Líbano)* (2ª ed.). São Paulo, SP: Giramundo.

Wichmann, F. M. A., Couto, A. N., Areosa, S. V. C., & Montanes, M. C. M. (2013). Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. Rio de Janeiro, RJ: *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, 16(4), 821-832. Recuperado em 30 junho, 2016, de: <http://dx.doi.org/10.1590/S1809-98232013000400016>.

Recebido em 26/02/2018

Aceito em 30/04/2018

---

**Elisa Paz Dalla Porta** - Tecnóloga em Gastronomia e acadêmica de Nutrição, Universidade Ritter dos Reis. Porto Alegre, RS.

E-mail: lili\_dallaporta@hotmail.com

**Ibrahim Clós Mahmud** - Médico, Mestrando em Gerontologia Biomédica, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.

E-mail: ibrahim\_mahmud@hotmail.com

**Newton Luiz Terra** - Geriatra, Doutor em Gerontologia Biomédica, Docente no Programa de Pós-Graduação de Gerontologia Biomédica, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.

E-mail: terranl@pucrs.br