

APRESENTADA POR

**nutren**  
senior

A LISTA A SEGUIR É UMA CELEBRAÇÃO À VIDA, À VIDA LONGA E PRODUTIVA. NELA, DISTRIBUÍDOS EM 10 CATEGORIAS, ESTÃO NOMES DE GENTE QUE BRILHA INTENSAMENTE DEPOIS DE MEIO SÉCULO DE EXISTÊNCIA. NOMES COMO O “WARREN BUFFETT BRASILEIRO”, LUIZ BARSÍ FILHO, QUE, DO ALTO DE SEUS 84 ANOS, DÁ DICAS DE OURO A JOVENS INVESTIDORES NAS MÍDIAS DIGITAIS. COMO A SOBRE-HUMANA FERNANDA KELLER, 59, QUE VAI DISPUTAR PELA 27ª VEZ O IRONMAN DO HAVAI. COMO MILTON NASCIMENTO E MUITOS OUTROS DE SEMELHANTE QUILATE. AS CATEGORIAS SÃO: ARQUITETURA, DESIGN E MODA; ARTES; CINEMA, TEATRO E TELEVISÃO; EMPRESÁRIOS, EMPREENDEDORES E EXECUTIVOS; ESPORTES; FINANÇAS; GASTRONOMIA E TURISMO; INFLUENCIADORES; IMPACTO; MÚSICA.

# 50 OVER

EDIÇÃO DÉCIO GALINA E JOSÉ VICENTE BERNARDO  
POR CLÁUDIO GRADILONE, MARIANA WEBER E SOFIA PATSCH  
COLABORARAM ADRIANA CARDILLO GAZ, DANIELA GIUNTINI,  
KÁTIA LESSA, MARÍLIA KODIC, MATHEUS OLIVEIRA E TIAGO CORDEIRO  
FOTOS ANDRÉ VALENTIM, LUCAS SEIXAS E VICTOR AFFARO



## GILDA E SONIA, 81 E 85

Há cinco anos, Gilda, de 81 anos, e Sonia, de 85, fazem sucesso nas redes sociais como as Avós da Razão. Elas têm mais de 330 mil seguidores em seus canais, onde compartilham opiniões e conselhos sinceros e bem-humorados sobre temas como amor, sexo, envelhecimento, preconceito, tabus da idade e juventude. “O que mais me agrada é saber que estamos ajudando pessoas a ver a velhice com outros olhos”, revela Gilda. Sua parceira de profissão completa: “O assunto velhice precisa ser abordado sob vários aspectos. Etarismo, inclusão, sexualidade etc. O velho é um desconhecido até dele mesmo. Estamos durando muito e precisamos ressignificar essa fase da vida, que é a mais longa”, afirma Sonia. A história começou em 2018: uma amiga teve a ideia de criar um canal no YouTube para reproduzir as conversas delas nas mesas de botecos. Nos vídeos, as duas amigas respondem a perguntas dos internautas, compartilhando conhecimentos e vivências. Elas ganharam o primeiro lugar no Creators Pitch, evento criado pelo YOUNIX Summit (2019) para valorizar novos talentos na internet, e o Prêmio iBest (2021 e 2022), na categoria Diversidade e Inclusão.



GILDA E SONIA: DIVULGAÇÃO;  
CONTAÇÃO: MARIA RIBEIRO

## CORACY ARANTES, 80

A dona do perfil @blogdacora é um fenômeno nas redes sociais. Aos 80 anos, ela acumula 5,3 milhões de seguidores no TikTok, 185 mil no Instagram e faz sucesso no YouTube, com 1,4 milhão de inscritos. Ela nem pensava que poderia estar vivendo um momento assim. “É muito especial e lindo, jamais me imaginava onde estou agora. Me divirto muito fazendo conteúdo e conversando com meus amores todos os dias”, conta a influencer. Sua carreira nas redes sociais começou em 2019, quando, ao enfrentar um quadro de depressão, aceitou a sugestão de seu neto Gabriel para abrir uma conta no TikTok. Hoje, ele é seu grande parceiro na produção de conteúdo e até no cuidado da agenda da avó famosa. No seu repertório online, Cora incentiva suas seguidoras a se sentirem bonitas e amadas da maneira como são, dá indicações de produtos de beleza, maquiagem e exercícios. “Adoro fazer lives, me maquiar e conversar com meus amores. Gosto até das dancinhas, mas, às vezes, estou mais desanimada para gravar. Coisa que logo passa e já quero fazer vídeos novamente.”



## IZAURA DEMARI, 82

Conhecida como vovó Izaura, ela é dona de um perfil no Instagram que conta com mais de 200 mil seguidores que acompanham sua jornada de viagens, passeios, roupas e sua principal paixão: os chapéus. São mais de 700 em sua coleção, fato que transformou o acessório em sua marca registrada. Aos 82 anos, ela se considera uma fashionista. Seu estilo e autenticidade já renderam contratos com mais de 80 marcas, entre elas, 2Rios, Comfortflex e Reinaldo Lourenço. Até mesmo nas passarelas ela é reconhecida: este ano desfilou no SPFW para a marca Thear, de Goiânia (GO). Natural de Londrina (PR), hoje ela vive em Florianópolis (SC) e divide seu tempo entre a produção de conteúdo, filhos, cinco netos e três bisnetos. “Tudo isso foi inesperado. Aos poucos, vi o reconhecimento da forma de me vestir nos lugares onde passava. Daí, foi um pulo para o estrelato.” Entre suas maiores diversões da vida online, vovó Izaura não esconde a alegria dos recebidos. Ela já recebeu looks de mais de 20 países e que ama ganhar roupas e sapatos.



IZAURA: DIVULGAÇÃO;  
MARGARIDA: KARINE BRITTO

## MARGARIDA ARCEBISPO, 72

Após participar do *MasterChef*, Margarida Arcebispo, conhecida nas redes sociais como Dona Margarida, viu sua vida mudar completamente. Aos 73 anos, mãe de três filhos e avó de sete netos, a simpática senhora da periferia paulistana ficou famosa. A vida de influenciadora começou quando ela estava em uma fase muito carente, no início da pandemia. “Foi muito difícil, principalmente para os mais velhos ativos, como eu”, relembra. Ela aproveita a fama online para falar de seu dia a dia, cidadania e, claro, suas famosas dicas culinárias. Seu Instagram conta com 125 mil seguidores e já é maior que o da sua filha, que também é influenciadora e dona do canal Família Quilombo. Lançar um livro de receitas e conhecer o Lázaro Ramos de perto são alguns dos episódios mais marcantes de sua vida de influencer até agora. “Apesar do sucesso, demorei para acreditar em mim mesma. Me achava muito simples para ter todo esse carinho”, revela. E foi graças a um empurrão da filha que ela aceitou seu novo momento. “Você é importante, sim! – Ela sempre disse isso para me apoiar e incentivar.” (ACG)



A escritora e roteirista Rosana Hermann sabe como ninguém o que é ser influenciadora. Se hoje todo mundo usa a internet para dar voz ao que pensa, acredita ou vende, ela canta essa bola há 23 anos, desde que começou a publicar seu blog. Aos 65 anos, ela é uma das maiores vozes nas redes sociais brasileiras para falar de assuntos importantes, como etarismo, manutenção da democracia, fake news, educação na terceira idade e até inteligência artificial. “Quando a internet abriu, eu estava lá para levantar a porta. Estou há quase 30 anos publicando online, compartilhando informação, ensinando. Sou uma influenciadora desde 95, realmente sendo um farol para muita gente”, afirma. Seu perfil no Instagram reúne quase 54 mil seguidores, e o canal no YouTube, 11,5 mil inscritos. Quem acompanha sua carreira, que está na TV profissionalmente desde 1983, sabe bem o estilo dela e reconhece seu jeito de se comunicar também nas redes sociais: divertida, direta, dona de um humor ácido e uma inteligência fora da curva. Para ela, há uma beleza no conceito de envelhecer. “Não tenho medo da maturidade. Tenho a visão biológica de que a continuidade passa por esses ciclos. Não é bom ou ruim, é natural. Quando amadurecemos, ficamos mais doces, mais palatáveis.”

## ROSANA HERMANN, 65



VICTOR AFFARO