

CLIPPING — 8º FÓRUM E FESTIVAL DA LONGEVIDADE

Falar sobre finitude e morte assistida seguem tabus, dizem especialistas

Fonte original: Viva. Este documento é uma cópia de arquivo para clipping; o conteúdo pertence ao veículo e não foi produzido por este sistema.

Veículo	Viva (viva.com.br)
Autor	Alessandra Taraborelli, Fabiana Holtz
Data de publicação	26/09/2026 15:17
URL original	https://viva.com.br/estilo-de-vida/falar-sobre-finitude-e-morte-assistida-seguem-tabus-dizem-especialistas.html
Relevância	Média · Saúde e cuidados · Notícia
Pessoas citadas	Juliana Dantas, Elca Rubinstein
Organizações	Instituto Ana Michelle Soares
Data da coleta	28/09/2026 11:19



Imagem: reprodução / Viva

RESUMO

Defensora das bandeiras da longevidade legal, ela procura estimular conversas sobre o assunto no "Death Café", um ponto de encontro digital com reuniões online para refletir sobre finitude e celebrar a vida. Rubinstein também participa do movimento 'Eu decido', associação que propõe

mudanças na legislação brasileira para garantir juridicamente a autonomia de todos decidirem sobre a própria morte (via morte assistida).

Falar sobre finitude e morte assistida seguem tabus, dizem especialistas

Durante o 8º Fórum e Festival Longevidade, jornalista Juliana Dantas propõe diálogo aberto sobre a morte e a importância de enfrentar nossos medos

Por Alessandra Taraborelli e Fabiana Holtz

26/09/2026 | 15h17

O tabu em torno da morte no Brasil começa a ser desafiado, com grupos e especialistas, como a jornalista Juliana Dantas, promovendo conversas abertas sobre o tema, especialmente à medida que a população envelhece. Essa abordagem visa preparar as pessoas para lidar com a perda de entes queridos, tornando o processo menos doloroso.

Dantas, que também é defensora de cuidados paliativos, enfatiza a importância de reconhecer a própria finitude e enfrentar os medos relacionados à morte, enquanto Elca Rubinstein, uma economista e rabina de 80 anos, propõe 12 passos para lidar com os 'lobos maus' que surgem com o envelhecimento.

Rubinstein defende a morte assistida e participa de iniciativas como o 'Death Café' e o movimento 'eu decido', que busca mudanças na legislação brasileira para garantir a autonomia das pessoas sobre suas decisões de fim de vida. Ambas as especialistas incentivam a reflexão e o diálogo sobre a morte como forma de celebrar a vida.

São Paulo - Conversar sobre a morte ainda é um grande tabu para os brasileiros. Conforme a população vem ganhando anos de vida, porém, mais pessoas começam a se posicionar para encarar o assunto com seriedade. Para a jornalista Juliana Dantas, que acompanha temas como cuidados paliativos, morte e luto, perder esse medo envolve enfrentar seus próprios fantasmas. "Não tem saída a não ser se informar e topa ter essa conversa", diz Dantas.

Diretora de comunicação do movimento @infinito.etc e do Instituto Ana Michelle Soares, Dantas conversou com a repórter Alessandra Taraborelli, do portal VIVA, durante o 8º Fórum e Festival Longevidade.

Leia também

"Tem aquela frase 'a morte é a única certeza que a gente tem na vida'. Em geral, usamos essa frase para encerrar a conversa. O que a gente propõe é que ao invés de encerrar ela abra a conversa."

De posse dessa informação, do reconhecimento da própria finitude, a jornalista sugere que a questão seja abordada de forma mais construtiva. Ela mesmo reconhece ser uma pessoa que tem muito medo da morte, por se considerar controladora e tratar isso até em terapia.

A minha estratégia é olhar de frente ao invés de virar as costas para a morte. Para entender.

Juliana Dantas, especialista em cuidados paliativos, morte e luto

Ela destaca que, com certeza, um dia vamos perder alguém que a gente ama e se chegarmos despreparados para esse momento vai ser muito mais difícil.

Enfrentando seus lobos

Defensora da morte assistida, Elca Rubinstein, economista, gerontóloga, cineasta e rabina de 80 anos, também participou do painel "A morte ainda será uma verdade daqui a 10 anos?", durante o Fórum, nesta manhã.

Rubistein avalia que todo mundo tem os seus lobos maus que precisam ser enfrentados ao longo do envelhecimento e apresenta 12 passos para enfrentá-los com coragem e saúde ao longo da vida.

É preciso aprender a encontrar quais são os seus lobos e domesticá-los. Assim envelhecer fica lindo.

Elca Rubinstein, economista, gerontóloga, cineasta e rabina

O primeiro conselho da lista da gerontóloga é refletir e descobrir o que mais te assusta (quem é o seu maior lobo mau). Ao fazer esse balanço busque conversar sobre eles, aconselha, se cuide, construa um pé de meia para garantir a sua liberdade de decisão e transforme limites em descobertas.

Sem meias palavras, Rubinstein revela que possui uma conta bancária separada com uma reservada para quando decidir que chegou a sua hora. "Se não der mais para mim eu vou para Suíça e faço a morte assistida", revela, sem medo.

Defensora das bandeiras da longevidade legal, ela procura estimular conversas sobre o assunto no "Death Café", um ponto de encontro digital com reuniões online para refletir sobre finitude e celebrar a vida.

Rubistein também participa do movimento 'Eu decido', associação que propõe mudanças na legislação brasileira para garantir juridicamente a autonomia de todos decidirem sobre a própria morte (via morte assistida).

Tenho 80 anos, com a medicina talvez eu chegue até os 100. Se eu estiver bem, se estiver levando os meus lobos maus na coleira, eu quero. Se não estiver bem, não quero.

Elca Rubinstein, economista, gerontóloga, cineasta e rabina

Comentários

Política de comentários

Este espaço visa ampliar o debate sobre o assunto abordado na notícia, democrática e respeitosamente. Não são aceitos comentários anônimos nem que firam leis e princípios éticos e morais ou que promovam atividades ilícitas ou criminosas. Assim, comentários caluniosos, difamatórios, preconceituosos, ofensivos, agressivos, que usam palavras de baixo calão, incitam a violência, expressem discurso de ódio ou contenham links são sumariamente deletados.

Fonte original: <https://viva.com.br/estilo-de-vida/falar-sobre-finitude-e-morte-assistida-seguem-tabus-dizem-especialistas.html> · Coletado em 28/09/2026 11:19 · Gerado em 07/10/2026 19:51