

ENVELHECER COMO MULHER NA LISBOA GENTRIFICADA

FABIANA PAVEL
SARA LARRABURE
ANA ESTEVENS
ADÉLIA VERÔNICA SILVA

Dona Deolinda tem 74 anos, vive sozinha num quarto andar sem elevador, na casa onde nasceu. Usa soníferos para enfrentar o ruído da vida noturna do bairro. Dona Maria, a vizinha do segundo andar com quem passeava todas as manhãs, foi despejada e a sua casa transformada em alojamento turístico. O café onde tomavam pequeno-almoço todos os dias tornou-se uma mercearia gourmet. Dona Deolinda ficou, mas o bairro onde sempre viveu já não é para ela.

A sua experiência não é exceção. Retrata uma cidade profundamente transformada. Frequentemente citada como caso emblemático de gentrificação na Europa, Lisboa tornou-se exemplo dos efeitos da financeirização da habitação, da expansão do turismo urbano e de políticas orientadas aos investimentos privados. Inicialmente associado ao deslocamento residencial, à substituição da população e à valorização imobiliária, o conceito de gentrificação foi-se alargando a outras dimensões urbanas, permitindo distinguir diferentes expressões, como a habitacional e a comercial. Para mostrar como estes processos produzem formas de despossessão que ultrapassam o deslocamento residencial e afetam também quem permanece, este texto examina a interseção

entre as expressões habitacional e comercial da gentrificação e o seu impacto sobre as mulheres idosas no centro histórico de Lisboa.

Tratase de um território marcado por edifícios antigos, muitos degradados e com fracas condições de habitabilidade. Até à década de 1990 esta área, rica em serviços e comércio, era habitada por pessoas de baixos rendimentos que a foram abandonando à medida que a degradação aumentava, contribuindo para o envelhecimento e redução da população. Este cenário criou condições favoráveis a um modelo urbano consolidado após a crise financeira de 2008, centrado na captação de investimento externo e na expansão do turismo. Neste contexto, alterações legislativas liberalizaram o mercado de arrendamento e facilitaram os despejos, impulsionando a conversão de habitação em alojamento

turístico e de luxo. A habitação entrou, assim, num processo de financeirização apoiado por políticas públicas que aceleraram a gentrificação.

Verificou-se um forte aumento dos preços da habitação (2009-2025: +164% €/m² venda; +118% €/m² arrendamento) e uma redução da população residente (2011-2021: -1,2% no município de Lisboa; -18,4% nos bairros centrais). Cresceram os apartamentos turísticos (19300 unidades legais em 2022, das quais 71,4% na zona histórica) e o número de hotéis (2015-2025: +124%). A pressão imobiliária nas áreas centrais empurrou parte significativa da população para concelhos periféricos, contribuindo para formas precárias de acesso à habitação, incluindo bairros autoconstruídos.

Embora algumas salvaguardas tenham sido previstas para arrendatários com 65 ou mais anos, estas revelaram-se frequentemente insuficientes, aumentando situações de vulnerabilidade e assédio no arrendamento. As mulheres são particularmente afetadas, devido à feminização do envelhecimento: em Lisboa, em 2021, o índice de envelhecimento feminino superava o masculino em cerca de 170%. (Dados do [Instituto Nacional de Estatística \(INE\) 2026](#) e [Turismo Portugal 2026](#)).

A experiência destas mulheres evidencia a vulnerabilidade resultante da intersecção entre género, idade e classe. Algumas apresentam trajetórias marcadas por trabalho precário, baixos salários e interrupções profissionais associadas ao cuidado não remunerado, fatores que hoje se refletem em reformas significativamente inferiores às dos homens. Em Portugal, em 2024, as pensões das mulheres eram, em média, cerca de 24,5% mais baixas do que as dos homens (EUROSTAT (2026). É com essa margem financeira reduzida que enfrentam o aumento do custo de vida. Vivem frequentemente em casas arrendadas e com fracas condições de habitabilidade (pobreza energética, humidades e infraestruturas deficientes) e enfrentam as consequências da gentrificação.

Além do medo e da insegurança provocados pelos despejos e pelo assédio no arrendamento, muitas perderam vizinhos e, com eles, parte da sua comunidade. Em simultâneo, assistiram à transformação do comércio e dos serviços de proximidade. Farmácias, mercearias, cafés e lojas de reparação foram substituídos por espaços orientados para turistas e consumidores transnacionais, como boutiques e restaurantes gourmetizados, inacessíveis para a maioria dos salários

Senhora na rua. Lisboa, abril 2026. Foto: Fabiana Pavel.



Avó Teresa no HUB Criativo a Avó Veio Trabalhar. Lisboa, abril 2026. Foto: Fabiana Pavel.



e pensões portuguesas. A estas mudanças soma-se a reconfiguração e privatização do espaço público, reduzindo áreas de permanência e sociabilidade, bem como a reorientação turística dos transportes públicos, essenciais para este grupo.

A gentrificação entra no corpo destas mulheres e configura-se como violência física, tornando o envelhecer no lugar cada vez mais difícil e menos saudável, física e mentalmente. É uma experiência marcada pela intensificação de desigualdades estruturais e pela erosão das condições materiais e relacionais. Leva a dietas mais pobres e menos variadas: o comércio de proximidade desaparece, as compras tornam-se mais difíceis, caras e demoradas, e emergem desertos alimentares -zonas com acesso limitado ou nulo a alimentos frescos, saudáveis e a preços acessíveis, devido à substituição do comércio de proximidade por negócios voltados para o turismo e o consumo rápido-. Significa deixar de sair à rua, por não reconhecer quem passa ou porque os fluxos turísticos tornam passeios e transportes difíceis de usar.

A mercantilização do espaço público, frequentemente associada a atividades de consumo direcionadas ao turismo e ao lazer noturno, traduz-se em mais ruído, mais sujidade e numa sensação

permanente de rejeição por parte do ambiente envolvente. Implica a perda das redes de solidariedade que desempenham um papel central no cotidiano dessas mulheres: laços construídos ao longo de décadas, que funcionam como estruturas informais de apoio e cuidado, progressivamente dismanteladas à medida que a gentrificação avança. Significa sentir medo, estranhamento e uma perda progressiva de pertença, com consequências diretas no bem-estar psíquico. O bairro deixa de ser um espaço familiar e habitável, tornando-se um lugar hostil. Empurradas para dentro de casa, muitas destas mulheres veem o seu mundo encolher e tornam-se mais expostas ao isolamento e à solidão.

A gentrificação não se configura apenas como um processo de deslocamento residencial, mas também como um mecanismo de reorganização desigual dos bairros. É uma violência física e mental, lenta e acumulada, que torna o envelhecer no lugar cada vez menos digno. Produz formas de exclusão que afetam particularmente as populações mais envelhecidas, limitando a sua qualidade de vida. Permanecer não significa estabilidade, mas viver num território que deixa progressivamente de funcionar para quem sempre ali viveu. Neste

Privatização do espaço público. Lisboa, Bairro Alto, abril 2026. Foto: Fabiana Pavel.



contexto, redefine-se quem pode habitar, usar e produzir a cidade (Larrabure et al., 2025).

Apesar destas dinâmicas de desposseção, estas mulheres não são sujeitos passivos das transformações. Emergem formas de adaptação e resistência que revelam a sua força e a importância das relações sociais para sustentar a vida urbana. No bairro da Graça, perante a gourmetização dos cafés, algumas idosas reorganizaram os seus encontros diários no café de um supermercado. No Bairro Alto, num espaço comunitário, outras reúnem-se semanalmente para aulas de ginástica sénior que se tornam oportunidades de convívio, almoços e passeios. Já o projeto *A Avó Veio Trabalhar*, hub criativo intergeracional, combate o isolamento e a invisibilidade das mulheres idosas, criando espaços onde podem partilhar saberes, aprender e conviver através do trabalho manual e artístico. Um projeto que mostra como envelhecer não significa desaparecer: significa continuar a criar, a ensinar e a ocupar um lugar no mundo com dignidade. Estas práticas constituem formas de resistência quotidiana e recordam que a cidade não é produzida apenas por dinâmicas económicas, mas também por práticas de cuidado, frequentemente invisibilizadas e historicamente sustentadas por mulheres.

Perante este cenário, torna-se necessário repensar a cidade a partir das relações sociais que o espaço pode favorecer. A cidade deve ser entendida como um lugar de construção de vínculos. Importa promover justiça urbana para populações envelhecidas e vulneráveis, garantindo uma permanência digna, assente no direito à cidade e na manutenção de redes de apoio, proximidade e pertença. Isto exige mais do que políticas assistenciais: requer políticas que encarem o envelhecimento não como um problema a gerir, mas como uma dimensão da vida urbana.

Para tal servem estratégias concretas. O controle de rendas e a regulação do uso turístico da ha-

bitação contribuiriam para a permanência de residentes em bairros sob pressão imobiliária. Políticas de zoneamento inclusivo e de reserva de habitação acessível em áreas centrais, articuladas com a reabilitação do edificado, permitiriam contrariar a expulsão indireta associada ao turismo e ao investimento especulativo. O apoio ao comércio de proximidade, através de incentivos fiscais e regulação de rendas comerciais, asseguraria serviços essenciais e a continuidade de redes de sociabilidade local. O desenvolvimento de modelos de *cohousing* sénior e de cooperativas habitacionais geridas publicamente promoveria a autonomia e o apoio coletivo. Importa também criar espaços de convivência intergeracional, capazes de combater o isolamento e reforçar redes de apoio e pertença. Por esta razão o movimento *Parar o Hotel no Quartel* defende que o antigo quartel da Graça, monumento nacional, seja reabilitado e destinado a infraestrutura social e comunitária e não convertido em hotel de luxo.

Enfrentar o envelhecimento nas cidades implica reconhecer o papel central do desenho urbano, das políticas públicas e do Estado na produção, ou erosão, das condições que permitem a uma mulher como a Dona Deolinda envelhecer com dignidade no lugar que sente como casa.

Referencias

- EUROSTAT (2026), “Women’s pension 25% lower than men’s in 2024”, Eurostat News, European Commission, 25 February 2026. Disponível em: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/w/ddn-20260225-1>. Acesso em: 15 maio 2026.
- Larrabure, S.; Estevens A.; Silva, A. V.; Pavel, F. (2025). Vozes silenciadas: ser mulher e envelhecer no centro turístico de Lisboa. YouTube. Disponível em: https://youtu.be/WdK_DujzQxg. Acesso em: 15 maio 2026.

NOTA SOBRE AS AUTORAS

Fabiana Pavel. Arquiteta com doutorado em Arquitetura, é pesquisadora do GESTUAL, FA.ULisboa. É ativista e membro de movimentos sociais que defendem o direito à habitação e à cidade. As suas pesquisas se concentram em gentrificação, turismo urbano, direito à habitação e à cidade, financeirização da habitação.

Sara Larrabure é arquiteta e urbanista, mestre pela USP-Brasil e doutoranda em Geografia Humana na ULisboa. Com base em metodologias qualitativas, a sua investigação analisa de que forma a turistificação afeta o quotidiano das mulheres residentes no centro de Lisboa, a partir de uma perspetiva feminista e interseccional.

Ana Estevens é geógrafa e investigadora integrada no CICS.NOVA FCSH. Doutora em Geografia Humana, a sua investigação articula arte e cultura urbana, políticas de habitação e migrações. É cofundadora da cooperativa Criar Cidade, onde trabalha na articulação entre investigação, ativismo e práticas urbanas transformadoras.

Adélia Verónica Silva é migrantóloga, doutora em Geografia Humana pelo IGOT-ULisboa, investigadora no Centro de Estudos Geográficos da Universidade de Lisboa (CEG/ULisboa) e na Fundação Joaquim Nabuco/Brasil (FUNDAJ), e cofundadora da Cooperativa Criar Cidade. A sua investigação centra-se nas migrações contemporâneas, articulando juventude, género, dinâmicas urbanas e curso de vida.