



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ – UESC

Lista de Filmes e Documentários sobre Envelhecimento, Saúde e Longevidade

Título	Gênero	Temática e Abordagem
Viva: A Vida é uma Festa (2017)	Animação / Família	Uma celebração emocionante da memória familiar, do respeito aos antepassados e da preservação dos laços afetivos entre gerações.
Soul (2020)	Animação / Drama	Reflexão poética sobre o valor de aproveitar as pequenas coisas da vida cotidiana, saúde mental, paixão e propósito existencial.
Up: Altas Aventuras (2009)	Animação / Aventura	Redescoberta de sonhos na velhice, superação do luto e a construção de uma linda amizade entre um idoso e um garoto.
Meu Amigo Totoro (1988)	Animação / Família	Obra poética do Studio Ghibli sobre apoio familiar, saúde, afeto entre gerações e a sabedoria dos mais velhos no cuidado com as crianças.
A Viagem de Chihiro (2001)	Animação / Fantasia	Conto de amadurecimento e respeito à ancestralidade, destacando figuras idosas sábias que auxiliam na jornada de autoconhecimento.
O Urso Paddington (2014)	Comédia / Família	Uma obra leve e acolhedora sobre empatia, convivência familiar, respeito e cuidado entre diferentes gerações.
Vitus (2006)	Drama / Família	Relação cúmplice entre um menino prodígio e seu avô, destacando o incentivo à liberdade, sabedoria e apoio mútuo.
O Curioso Caso de Benjamin Button (2008)	Drama / Fantasia	Uma reflexão profunda sobre o tempo, a transitoriedade da vida, o envelhecimento e as conexões humanas ao longo dos anos.
Um Senhor Estagiário (2015)	Comédia / Drama	Envelhecimento ativo, reinserção social, mentoria e equilíbrio entre vida pessoal e profissional na terceira idade.
Antes de Partir (2007)	Comédia / Drama	Amizade, realização de metas de vida, alegria de viver e encerramento de ciclos com dignidade.
Conduzindo Miss Daisy (1989)	Drama / Comédia	A evolução de uma amizade profunda na velhice, destacando o respeito, a autonomia e o companheirismo.
A Última Grande Lição (1999)	Drama	Mentoria intergeracional e os ensinamentos morais e emocionais de um professor idoso sobre viver bem.
Cocoon (1985)	Ficção Científica / Comédia	Um grupo de idosos descobre uma renovada vitalidade e energia física, levantando reflexões sobre saúde, juventude e amizade.
Conversando com Mamãe (2004)	Comédia / Drama	Relações entre mães idosas e filhos adultos, ressaltando independência, sabedoria e diálogo familiar.

Encontrando Forrester (2000)	Drama	Conexão entre um escritor recluso e idoso e um jovem talento, enfatizando o aprendizado contínuo.
A Partida (2008)	Drama	Sensível obra japonesa sobre o ciclo da vida, rituais de despedida, empatia e aceitação.
Uma História Real (1999)	Drama / Biografia	Determinação e amor fraterno na velhice em uma jornada de reconciliação e desaceleração.
Minhas Tardes com Margueritte (2010)	Drama / Comédia	Preservação da saúde cognitiva e o poder do afeto e da leitura no envelhecimento.

Documentários sobre Longevidade, Saúde e Bem-Estar

Produções não-ficcionais que analisam os hábitos de vida saudáveis, vitalidade cultural, saúde mental e física na melhor idade.

- **Viver até os 100: Os Segredos das Zonas Azuis (2023):**
Série documentária que investiga comunidades com as maiores taxas de longevidade saudável do mundo, abordando nutrição, exercícios diários e propósito de vida.
- **Buena Vista Social Club (1999):**
Homenagem à paixão, talento e vitalidade dos grandes mestres idosos da música cubana.
- **Café dos Maestros (2008):**
Celebração da energia, memória cultural e saúde artística de lendas do tango argentino.
- **Olhos de Ressaca (2009):**
Poético documentário brasileiro que traz o depoimento e o olhar carinhoso de um casal de idosos sobre 60 anos de união e memórias.
- **Envejecer Viviendo (2008):**
Análise do processo de envelhecer com dignidade, mantendo a autonomia, a atividade física e a participação social ativa.
- **A Sabedoria do Polvo (2020):**
Uma história inspiradora sobre reconexão com a natureza, renovação da saúde física e equilíbrio emocional.