

Nathalia Timberg celebra 97 anos e reflete sobre longevidade, vida e profissão

Category: ARTISTAS E FAMOSOS,GERAL

escrito por Maria Luiza | 6 de agosto de 2026



Ao completar 97 anos nesta quarta-feira (5), a atriz Nathalia Timberg voltou a emocionar o público ao compartilhar reflexões profundas sobre o envelhecimento, a arte e a construção da identidade humana. Ícone do teatro e da televisão brasileira, a veterana participou do podcast Ser Artista, apresentado pelo empresário Marcus Montenegro, onde reafirmou sua paixão contínua pela atuação.

Com uma trajetória marcada por personagens inesquecíveis, Nathalia destacou que o trabalho do ator exige lidar com oscilações emocionais sem perder o compromisso com o público.

“O ser humano é um instrumento instável. Um dia pode estar com dor de cabeça, outros dias pode estar inquieto, mas ele precisa usar seu instrumento de trabalho para ele e para os outros. Qualquer coisa que você se proponha, se você quer fazer, procure fazer direito”, afirmou a atriz.

Drama e identidade

Apesar de ter navegado por diversos gêneros, a artista revelou sua preferência pelo gênero dramático. Para ela, a busca pela própria essência é um processo inacabado: “Nós nunca sabemos quem somos, porque somos uma obra em construção permanente. Só não podemos transformar nossa vida fora de cena em um palco”.

Prestes a atingir a marca de um século de vida, Timberg enfatizou que a confiança é o pilar de suas relações pessoais. “Existem pessoas de quem você gosta, simpatiza, mas existem aquelas pessoas especiais, que transmitem uma relação plena, quase um casamento, e confiar é uma coisa muito importante”.

Saúde e paixão pelo trabalho

A vitalidade da atriz também se reflete na rotina. Mesmo convivendo com limitações físicas – como três fraturas na coluna e o uso de um stent no coração –, Nathalia mantém a prática regular de exercícios moderados, como bicicleta ergométrica. Aposentadoria, contudo, permanece fora de cogitação.

“Trabalhando muito você não tem tempo de envelhecer. Não me vejo parando, isso não passa pela minha cabeça. O dia que eu parar é porque morri e esqueci de cair”, declarou a atriz.

Fonte: do1 e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso
06/08/2026/07:08:56

O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode ter, na palma da mão, matérias verificadas e com credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:

- [Clique aqui e nos siga no X](#)
- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)

- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma, evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de pauta enviar no e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com.

Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 98404 6835](tel:93984046835)– (93) 98117 7649.

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

*Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](tel:93984046835) (Claro)
- Site: www.folhadoprogresso.com.br e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com/ou e-mail: adeciopiran.blog@gmail.com*