

O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO E ACESSIBILIDADE: O IDOSO NO ESPAÇO DOMICILIAR

Flávia Cardoso Neves (1); Amélia Carla Sobrinho Bifano (1)

(1) *Universidade Federal de Viçosa – MG; flaviacarneves@gmail.com*(1);(1)*Universidade Federal de Viçosa – MG; acbifano@gmail.com*

RESUMO

O processo de envelhecimento no Brasil ocorreu de forma significativa nos últimos anos. Os fatores que contribuíram para tal foram a redução da taxa de natalidade passada e redução da taxa de mortalidade. O desafio hoje é manter uma sobrevivência com qualidade de vida cada vez maior. Este estudo teve como objetivo fazer uma revisão da literatura sobre envelhecimento e acessibilidade no espaço doméstico. O método utilizado foi o levantamento bibliográfico, por meio de dissertações e periódicos sobre o tema processo de envelhecimento e acessibilidade no espaço domiciliar, nas bases de dados Scielo e Periódicos Capes no período de 2000 a 2015. Os dados obtidos foram discutidos e apresentados de forma a atender o objetivo do artigo. Os resultados evidenciam que o envelhecimento causa algumas modificações e limitações nas atividades rotineiras do idoso, inclusive aquelas ligadas ao ambiente doméstico. A moradia possui um significado importante para o idoso, visto que nele é que se desenvolve a maior parte das atividades cotidianas, assim é de grande importância que adaptações sejam feitas em todos os ambientes da casa para possa ser acessível e promover bem-estar, autonomia e independência. Conclui-se que o processo de envelhecimento pode trazer algumas mudanças e limitações que variam de pessoa para pessoa que podem modificar a relação do idoso com o ambiente doméstico. Diante disso, a moradia deve passar por ajustes ou reformas, a fim de eliminar barreiras arquitetônicas como escadas muito íngremes, para proporcionar ao idoso um ambiente mais acessível e livre de riscos.

Palavras chaves: Idoso; acessibilidade; moradia; barreiras arquitetônicas.

ABSTRACT

The aging process in Brazil occurred significantly in recent years. Factors contributing to this reduction were the last birth rate and reducing the mortality rate. The challenge today is to maintain a survival with increasing quality of life. This study aimed to review the literature on aging and accessibility in the home. The method used was the literature through dissertations and journals on the subject of aging process and accessibility in the home space, in Scielo databases and Capes from 2000 to 2015. The data were discussed and presented in order to meet the objective of the article. The results show that aging causes some changes and restrictions in routine activities of the elderly, including those related to domestic environment. The villa has a significant meaning for the elderly, since it is that develops most of the daily activities, so it is very important that accommodation is provided in all home environments to be accessible and can promote well-being, autonomy and independence. It concludes that aging process can bring some changes and limitations that vary from person to person that can modify the ratio of elderly to the home environment. Therefore, the housing must undergo adjustments or reforms in order to eliminate architectural barriers as very steep stairs to give the elderly a more affordable and risk-free environment.

Key words: Aged; accessibility; housing; architectural barriers.

1 INTRODUÇÃO

O crescimento da população idosa no Brasil é decorrente de alguns fatores como a baixa taxa de natalidade e mortalidade. O aumento do número de idosos na população representa uma preocupação não só com a saúde, mas também como a acessibilidade dessas pessoas nos diversos ambientes que compõe o seu cotidiano, principalmente a moradia que não se adapta as suas necessidades (FERREIRA, 2000).

As mudanças e as limitações ocasionadas pelo processo de envelhecimento influenciam nas necessidades espaciais e na interação do idoso com a moradia, em muitas situações a casa se transforma em armadilhas capazes de provocar quedas e danos graves à saúde do idoso. Essas armadilhas podem ser eliminadas por meio de ambientes mais acessíveis que considere as limitações e as capacidades dos idosos (DORNELAS, 2006).

Uma moradia acessível para os idosos é aquela que traga segurança, saúde, bem estar e possibilite um ambiente sem barreiras arquitetônicas (PRADO et al, 2010). Já que as barreiras arquitetônicas podem proporcionar algumas dificuldades às pessoas idosas como transitar em entroncamentos de corredores e por entre mobiliários, passar por ambientes internos ou externos sem controle automático da luminosidade, dentre outros.

Quando a habitação não está adequada às necessidades dos idosos, podem proporcionar maiores os riscos de quedas e acidentes domésticos, dada às facilidades ou dificuldades na realização das atividades diárias. Desse modo é importante que a habitação passe por ajustes, para tornar um ambiente mais acessível para essas pessoas.

Assim, esse estudo teve como objetivo revisar a literatura sobre processo de envelhecimento e acessibilidade. Acredita-se na relevância desse estudo devido ao fato da acessibilidade ser de grande importância no meio doméstico para a qualidade de vida dos idosos.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica sobre o tema processo de envelhecimento e acessibilidade no espaço domiciliar, que incluíram as seguintes etapas: identificação do tema e seleção da questão de pesquisa; estabelecimento de critérios de exclusão e inclusão; definição

das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; avaliação, análise dos estudos incluídos na revisão e apresentação dos dados ao longo da revisão.

A pesquisa foi realizada por meio de artigos e dissertações nas bases de dados Scielo e Periódicos Capes que estavam disponíveis o período de 2000 a 2015. O marco teórico da pesquisa justifica-se pela promulgação das Leis de acessibilidade 10.048 e 10.098 em 2000. As palavras chaves utilizadas para a realização da pesquisa nessas bases de dados foram: Idoso; acessibilidade; moradia e barreiras arquitetônicas.

Como critérios de inclusão foram definidos, artigos e dissertações sobre o tema: as barreiras arquitetônicas para idosos no espaço domiciliar. Foram excluídos artigos e dissertações publicados nas bases de dados Scielo e Periódicos Capes, que não tivessem relação nenhuma com o tema e artigos que não se enquadravam dentro do período de pesquisa estabelecido.

Para a seleção dos artigos realizou-se a leitura do título e resumos identificados, sendo assim, dos 14 artigos encontrados na base de dados Scielo foram selecionados 3 artigos e dos 7 artigos encontrados no Periódico Capes foi selecionado 1 artigo. Os dados obtidos foram discutidos e apresentados de forma a atender o objetivo do artigo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

3.1 Mudanças demográficas e epidemiológicas

O envelhecimento populacional é hoje, um relevante fenômeno mundial. Os países desenvolvidos como China, Japão, países Europeus e da América do Norte, já convivem há algum tempo com esse contingente de idosos e todos os problemas associados a essa população (CAMARANO et al, 2004).

No caso dos países subdesenvolvidos, como o Brasil, o processo de envelhecimento ocorreu de forma muito rápida e em poucas décadas. A população brasileira maior de 60 anos passou de 4% em 1940 para 10,8% em 2010. Em 1940, a população era de 1,7 milhões e, em 2010, a população já era de 20.590.599 milhões. Sendo assim, projeta-se para 2020, um número de aproximadamente 30,9 milhões de pessoas com mais de 60 anos (CAMARANO et al, 2004; INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2010; MAFRA, 2011).

Conforme Camarano et al (2004), o crescimento da população idosa é consequência da baixa fecundidade e da redução da mortalidade. A queda da fecundidade modificou a distribuição etária da população do Brasil, fazendo com que esse contingente passasse a ser um elemento cada vez mais expressivo dentro da população total brasileira. Por outro lado, a redução da mortalidade trouxe o aumento da expectativa de vida para o idoso.

O envelhecimento demográfico também é uma questão de gênero. De acordo com os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2010), o número de mulheres idosas, em relação aos homens é superior. Do total de idosos no país 59,5 % são mulheres. Esse fato pode ser explicado pela mortalidade diferencial por sexo, ou seja, a taxa de mortalidade entre homens é maior do que entre as mulheres (CAMARANO et al, 2004). Para esse fenômeno encontram-se várias explicações como diferença biológica, diferença à exposição às causas de risco no trabalho e diferença no consumo de álcool e tabaco (LEBRÃO, 2007).

Paralelo à transição demográfica, ocorreu o chamado processo de transição epidemiológica. Essa transição proporcionou transformações socioeconômicas, políticas e sanitárias que possibilitaram o aumento da expectativa de vida da população. Dentre elas, cita-se os programas desenvolvidos para diminuir a mortalidade infantil, o controle de doenças infectocontagiosas e parasitárias, entre outros. Contudo, de acordo com Camarano et al (2004), observa-se uma alteração no perfil das doenças e das causas de mortes dos idosos, ou seja, as doenças deixaram de serem infectocontagiosas para serem crônicas e degenerativas.

Diante dos dados apresentados e da proporção de idosos no país, há uma preocupação não só com a saúde desse idoso, mas também como será a acessibilidade deste nos diversos ambientes que compõem o seu cotidiano, como a moradia. No processo de envelhecimento, idoso tem necessidades especiais que devem ser consideradas para uma habitação mais acessível. Um dos pontos a serem considerados é que este ambiente deve estar livre de barreiras arquitetônicas. (FERREIRA, 2000).

3.2 Processo de envelhecimento

O envelhecimento é um processo biológico que faz parte do desenvolvimento de todo o ser humano. Contudo, esse evento nem sempre acontece de forma homogênea. Estão ligados a

esse processo fatores como a situação de moradia, condições de saúde e os tipos de deficiência da pessoa idosa.

Para a compreensão do processo de envelhecimento é preciso analisá-lo nas concepções socioeconômica, psicocognitiva, biológica e funcional.

Em relação à concepção socioeconômica, verifica-se as mudanças relacionadas à aposentadoria, uma vez que, o afastamento da vida economicamente ativa pode causar um sentimento de inutilidade e exclusão como membro produtivo perante a sua família e seu círculo social; aumento de gastos com a saúde e a inversão do papel familiar e social do idoso, pois em alguns casos, o idoso deixa de ser o chefe da família passando essa função de sustentar a casa para algum parente ou agregado. Contudo, há casos em que esse idoso continua sendo o chefe da família (MAZO et al., 2004).

Do ponto de vista psicocognitivo, observa-se alterações na inteligência, memória, aprendizagem e tempo de reação. Na inteligência, as alterações estão relacionadas com a fadiga mental, ao desinteresse, a diminuição da atenção e concentração. Podendo ocorrer um declínio nas aptidões psicomotoras relacionadas à coordenação, a agilidade mental e aos sentidos, afetando, por exemplo, seu desempenho em testes que exijam execução rápida das ações. (BERGER; MAILLOUX-POIRIER, 1995 apud DORNELES, 2006).

As alterações na memória são dadas devido às dificuldades que os idosos apresentam de lembrar fatos recentes, recordar fatos passados e organizar e utilizar informações armazenadas (SIMÕES, 1994 apud DORNELES, 2006).

Já no aspecto biológico e funcional, o envelhecimento está relacionado às mudanças biológicas e físicas do indivíduo que podem variar de pessoa para pessoa, conforme as condições físicas e do meio ambiente no qual o sujeito está inserido. As mudanças mais evidentes são aquelas que ocorrem com a aparência como, por exemplo, o enrugamento da pele (SIMÕES, 1994 apud DORNELES, 2006). Outra mudança é o declínio funcional de algumas atividades cotidianas realizadas pelo idoso que em alguns casos não o impedem de manter uma vida com autonomia e independência (AMARAL JÚNIRO, 2013).

As mudanças que ocorrem no processo de envelhecimento sejam elas socioeconômica, psicocognitiva, biológica e funcional, influencia nas necessidades espaciais e na acessibilidade

do idoso com o espaço doméstico. Essas necessidades podem ser supridas com ambientes mais acessíveis que considere as limitações e capacidades dos idosos (DORNELES, 2006).

De acordo com Hunt (1991) apud Dornelas (2006), as necessidades espaciais podem ser classificadas em: necessidades físicas que estão relacionadas com o conforto, saúde física e segurança e ambientes livres de obstáculos para evitar quedas. As necessidades informativas que estão ligadas ao modo de como se dá o processo de interação do idoso com o espaço. E por fim, a necessidade social que está relacionada com a promoção do controle da privacidade e da interação social, ou seja, necessidade de interação com o meio e com as pessoas em que convivem.

3.3 Acessibilidade no espaço domiciliar

O domicílio possui uma representação significativa, pois além de ser um espaço onde é realizada a maior parte das atividades diárias, possui uma importância nos fatores de acessibilidade, segurança emocional e psicológica. Assim, uma moradia satisfatória e acessível para o idoso é aquela que além de trazer saúde e bem estar, possibilite um ambiente sem barreiras. (ANGNELI, 2012; PRADO et al, 2010).

O processo de envelhecimento ocasiona algumas mudanças e limitações na relação idoso e moradia. Situações tratadas com neutralidade no dia a dia doméstico acabam se tornando um empecilho para a participação social do idoso. Esta questão pode ser observada nas mais simples situações como tapetes que eram um item de decoração, passaram a representar risco de queda até alterações que implicam mudança nas estruturas de alguns ambientes da casa, como adaptações no banheiro como a inclusão de barras de apoio para minimizar o risco de quedas. (ANGNELI, 2012).

Com base em alguns autores, como Cambiachi (2007), a existência de barreiras arquitetônicas pode impedir a acessibilidade do idoso na moradia. Como exemplos dessas barreiras podem mencionar, os desníveis de escadas, irregularidades no piso, portas estreitas, corredores muito longos, prateleiras de difícil alcance, entre outros. De acordo com Ferreira

(2000), quando há barreiras, a vida dos idosos torna-se restrita ao ambiente interno da moradia, uma vez que pode dificultar o acesso dessas pessoas às áreas externas.

A eliminação das barreiras arquitetônicas é uma das formas de possibilitar uma maior acessibilidade e a redução do número de risco no espaço doméstico, pois de acordo com a pesquisa realizada por Angneli (2012) o quintal é um dos ambientes que proporcionam maior risco. Para os idosos com 60 a 69 anos, a presença de tapetes foi constatada em todas as residências, sendo que a presença deste no banheiro foi de 80%. Os obstáculos mais encontrados no quintal foram vasos de plantas e irregularidade no piso. As quedas devido a fatores ambientais correspondiam a 45% dos idosos avaliados.

Uma solução para tornar a moradia mais acessível para essas pessoas seria efetuar ajustes, para torná-las mais adequadas às necessidades dos moradores. Para tal, Associação de Normas Técnicas (2004) traz algumas recomendações para vários ambientes como áreas externas, cozinhas, dormitórios, áreas de serviços, banheiro e rampas. Nas áreas externas, a norma recomenda evitar tampos de vidro; adotar móveis com cantos arredondados; prover portas com no mínimo 80 centímetros de largura e maçanetas do tipo alavanca com fechaduras na face superior; evitar desníveis maiores que 0,005 centímetros, projetar soleiras com rampas com inclinação inferior a 8,33%; entre outros. Já na cozinha pede-se para adequar armários para evitar o uso de escadas; favorecer a utilização de objetos do dia a dia, mesmo na posição sentada; instalar metais de alavanca e monocomando; instalar “timer” para aquecedores e fogões; colocar tomadas na altura do balcão, interruptores de luz e comandos domésticos entre 0,40 m a 1,20 m de altura do piso, entre outros. Em relação a área de serviço, pede-se para prover local para o armazenamento de roupas e passar; e onde a pessoa possa passar sentada; instalar torneira de alavanca no toque e prever a utilização de lava roupa com porta e comandos frontais para que pessoa possa utilizá-la de forma sentada. Nas rampas e escadas é importante utilizar pisos antiderrapantes; construir patamares para descanso; instalar corrimões de boa empunhadura; instalar iluminação de segurança nas escadas e rampas, entre outros. Nos dormitórios, adequar o mobiliário do quarto com a elevação de cabeceiras das camas; instalar interruptores, telefones e interfones próximos a cama; projetar armários firmes e preferencialmente com porta de correr; entre outros. Por fim no banheiro, prever banheiros em

locais próximos em todos os pavimentos da edificação; instalar assento e barras de apoio no chuveiro, bem como ducha de comando manual para adequação da temperatura; instalar pisos com barras para apoio; projetor armários entre 0,40 m e 1,20 m de altura do piso; elevar o vaso sanitário a 0,46 metros de altura do piso e instalar duchas para higiene íntima e barras de apoio, entre outros.

4 CONCLUSÃO

O processo de envelhecimento pode trazer mudanças e limitações que variam de pessoa para pessoa que podem modificar a relação do idoso com o ambiente doméstico. Diante disso, a moradia deve passar por ajustes ou reformas, a fim de eliminar barreiras arquitetônicas como escadas muito íngremes, para proporcionar ao idoso um ambiente mais acessível e livre de riscos.

Um ambiente mais acessível possibilita a essas pessoas um acesso aos ambientes da habitação livre de barreiras e qualquer risco de queda, além de proporcionar a realização das tarefas cotidianas com mais autonomia e independência, podendo promover uma melhor qualidade de vida, uma vez que, a habitação possui um significado de proteção e abrigo para o idoso.

Para a realização desse ajuste ou reformas, a NBR 9050, traz várias sugestões para serem usados na modificação do espaço para o idoso.

REFERÊNCIAS

Agnelli LB. Avaliação da acessibilidade do idoso em sua residência [dissertação] [Internet]. São Carlos: Universidade Federal de São Carlos; 2012. [acesso em 2014 jun 18]. Disponível em: http://www.bdtd.ufscar.br/htdocs/tedeSimplificado//tde_busca/arquivo.php?codArquivo=4883>

Amaral Junior JC do. Estudo da interação idoso e tecnologia no universo doméstico e sua relação com a autonomia [dissertação]. Viçosa: Universidade Federal de Viçosa; 2013.

Associação brasileira de norma técnica. NBR 9050: Acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos [Internet] [acesso 2014 mai 18]. Disponível em: www.mj.gov.br/sedh/ct/ ORDE/dpdh/corde/ABNT/NBR9050-31052004.pdf.

Camarano A A . Kansa, S, Mello, JL. Como vive o idoso brasileiro? In. Camarano A A: Os novos idosos brasileiros muito além dos 60? Rio de Janeiro: IPEA, 2004. p 25-73

Cambiachi S. Desenho Universal: métodos e técnicas para arquitetos e urbanistas. São Paulo: Senac; 2007.

Dorneles V G. Acessibilidade para idosos em áreas livres públicas de lazer [dissertação] [Internet]. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina; 2006. [acesso em 2014 jun 18] Disponível em:
<https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/89090/226213.pdf?sequence=1>

Ferreira E F. Identificação de barreiras arquitetônicas na percepção de idosos [dissertação]. Viçosa: Universidade Federal de Viçosa;2000.

Instituto brasileiro de geografia e estatística. Censo de 2010 [Internet] [acesso 2014 jun 18] Disponível em <<http://www.ibge.gov.br/censo2010>>. Acessado em: 18 jun. de 2014.

Lebrão ML. O envelhecimento no Brasil: Aspectos da transição demográfica e epidemiológica. Rev. Saúde coletiva [Internet]. 2007 [acesso 2014 jun 18] 4(17): 135 – 140. Disponível em <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2559.pdf>.

Mafra SCT. A tarefa do cuidar e as expectativas sociais diante de um envelhecimento demográfico: a importância de ressignificar o papel da família. Rev. bras. geriatr. gerontol. [Internet]. 2011 Jun [acesso 2015 Jul 08] ; 14(2): 353-363. Disponível em : http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232011000200015&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S1809-98232011000200015>.

Mazo, G Z, et al. Atividade física e idoso: concepção gerontologica. Porto Alegre:Sullina; 2004.

Prado ARA. et al. Moradia para idoso: uma política ainda não garantida. Caderno temático Kairós Gerontologia [Internet]. 2010 [acesso 2014 mai 15]. Disponível em: <<http://revistas.puscsp.br>>.