

ESPAÇO DE CONVIVÊNCIA PARA IDOSOS

Luciana Rezende Pires
Professor orientador - Gabriella Inhan
Centro Universitário Academia

Resumo

O processo do “envelhecer” está envolvido com muitos desafios, pois o aumento da expectativa de vida gera preocupação principalmente em relação à qualidade de vida e o bem-estar dos idosos, principalmente, no que se refere à acessibilidade e respeito às individualidades. Dessa forma, é de fundamental importância identificar os fatores de risco de quedas para que se possam planejar estratégias de prevenção, reorganização ambiental, reabilitação funcional e capacitação profissional na perspectiva de adequação do meio de vivência desses idosos. As condições físicas, onde os idosos residem, devem promover acessibilidade com o intuito de diminuir esses riscos e promoverem saúde e bem-estar (GARBIN CAS et al, 2015).

O presente trabalho aborda os centros de convivências para idosos, pensando em uma abordagem que consiga aliar natureza e tecnologia com o intuito de trazer uma ambiência funcional com foco no indivíduo, de maneira que possa contribuir para o bem estar e autoestima dos usuários.

Palavras-chave: Idoso; Bem-estar; Convivência; Tecnologia; Acessibilidade.

Abstract: The process of “aging” is involved with many challenges, as the increase in life expectancy generates concern mainly in relation to the quality of life and well-being of the elderly, especially with regard to accessibility and respect for individuals. Thus, it is of fundamental importance to identify the risk factors for falls so that prevention strategies, environmental reorganization, functional rehabilitation and professional training can be planned from the perspective of adapting the way of life of these elderly people. The physical conditions, where the elderly live, must promote accessibility in

Tecnologia em Design de Interiores

order to reduce these risks and promote health and well-being (GARBIN CAS et al, 2015).

The present work approaches the community centers for the elderly, thinking of an approach that can combine nature and technology in order to bring a functional ambience focused on the individual, in a way that can contribute to the users' well-being and self-esteem.

Keywords: Elder; Well Being; Living; Tecnology; Accessibility.

Introdução

Inúmeros brasileiros têm envelhecido em condições adversas e chegam à velhice acometidos por um ou mais agravos à saúde, que podem representar uma ameaça potencial à capacidade funcional (RABELO, & NERI, 2005). O contexto de precariedades e de desigualdades sociais em que tem ocorrido o rápido aumento do quantitativo de idosos no Brasil clama, por conseguinte, pela busca de alternativas e pela realização de políticas públicas e medidas urgentes para lidar com o novo perfil da população. Sem condições adequadas de independência e saúde para os idosos, o aumento da longevidade, ao invés de se caracterizar como uma conquista da sociedade, pode se tornar um problema sério a ser resolvido (CHAIMOWICZ, 1997; VERAS, 2009). Nessa perspectiva, torna-se importante criar ações amplas e efetivas para promover o envelhecimento saudável e manter a independência dos idosos.

Costa (2001) ratifica que o corpo deve ser analisado enquanto um espaço de expressão da vitalidade e da comunicação. Dessa maneira, observar a corporeidade significa, ao mesmo tempo, observar os modos e estilos de vida do ser humano a ser explorado a seguir. Por sua vez, Davidoff (2001) também relata que um corpo que vive sozinho e em ambientes pequenos, como um quarto,

Tecnologia em Design de Interiores

comprometem sua saúde e vitalidade tanto em nível sensorial, como em comportamental, pois o corpo necessita de espaço e movimento: “A exclusão privada favorece o processo de descorporificação, o desaparecimento da pessoa, porque sem o corpo não há existência, deixando lugar apenas para o diagnóstico.” (MONTEIRO, 2003, p. 146).

A oferta de espaços maiores e coletivos pode favorecer a vida e a saúde do idoso, proporcionando-lhe a sensação de vigor, bem-estar e, claro, vitalidade (PERRACINE, 2002). É por intermédio do corpo que o mundo do ser humano é construído, logo, se com a chegada da velhice há a total falta de movimento e pouco contato com o outro, o idoso deixa de viver e passa a esperar pelo momento de sua morte, alguns, menos engajados em seus projetos, “defendem-se, entretanto, do declínio com energia, por um sentimento de dignidade. Vivem sua última idade como um desafio. É o tema da narrativa de Hemingway O velho e o mar.” (BEAUVOIR, 1990, p. 385). Costa Júnior (2001, p. 08) conclui vitalidade como sendo uma potência do ser, realmente existente em cada um, mas não necessariamente externalizada: “Vitalidade é o poder de criar além de si próprio sem perder a si próprio. Quanto maior poder de criação, além de si próprio, tem um ser, mais vitalidade tem ele.” Dentre as expressões mais conhecidas da vitalidade, está o lazer. Segundo a Revista Brasileira de Sociologia da Emoção, 11 (32): Agosto de 2012 físico, sob a forma do lazer, favorece a pessoa idosa a minimizar os efeitos causados pelo processo natural de envelhecimento, tanto em nível patológico como, sobretudo, numa dimensão psicossocial.

Junto ao crescimento das cidades e o processo de urbanização, a busca por atividades de lazer e da naturalidade e individualidade das atividades domésticas é cada vez mais crescente. O lar ainda se constitui com um dos principais espaços utilizados pelos idosos. No entanto, em decorrência do processo de envelhecimento, os idosos enquadram-se no grupo de pessoas com

Tecnologia em Design de Interiores

mobilidade reduzida, o que significa dizer que apresentam redução da mobilidade, flexibilidade, coordenação motora e percepção. Pela dada questão, a observação e integralidade das características como luminosidade, estrutura física entre outras são determinantes para a adaptação do indivíduo ao ambiente (LUIZ FI e TEIXEIRAJC, 2016).

A velhice é uma fase natural da vida e não há como fugir desse ciclo, a busca por um envelhecimento com qualidade se faz em envelhecer com mais saúde. O conceito de qualidade de vida relaciona-se à autoestima e ao bem-estar pessoal e abrange uma grande gama de aspectos, tais como: capacidade funcional, nível socioeconômico, estado emocional, interação social, atividade intelectual, autocuidado, suporte familiar, estado de saúde, valores culturais, éticos e religiosidade, estilo de vida, satisfação com o emprego e/ou com as atividades da vida diária e com o ambiente em que se vive (VECCHIA, RUIZ, BOCCHI et al. 2005, p. 394).

É necessário perceber que para a concretização da inclusão das pessoas idosas na sociedade e nas projeções dos trabalhos em design de interiores é necessário que essas disponham de garantias de atendimento individualizado e de condições de utilizar de forma plena os ambientes, objetos e serviços necessários à sua existência, com autonomia, independência e segurança. Acessibilidade e acolhimento devem representar as ferramentas, constantemente presentes, na formação dos novos ambientes de convivência e que possam servir como modificadores dos espaços não acessíveis e/ou não ergonômicos (SANTOS MIPO et al, 2016)

Justificativa

O Brasil, assim como diversos outros países, passa por um crescimento populacional que projeta a população para um aumento exponencial de faixa etária. Nos últimos 20 anos a população idosa brasileira praticamente duplicou

Tecnologia em Design de Interiores

e entre as variáveis que justificam esse dado pode-se citar a diminuição da fecundidade nos últimos anos e a redução da mortalidade infantil. Porém, percebe-se que junto ao novo cenário populacional ainda é visível a deficiência na maioria dos ambientes onde os idosos estão inseridos, o que não permite a adequação entre o indivíduo e o meio em que vivem, tal fato relaciona-se a diversos riscos que geram acidentes domésticos e que reduzem a melhoria das atividades cotidianas da população em questão (SILVA NM et al, 2015).

O envelhecimento biológico causa, na grande maioria das vezes, alterações significativas no sistema neurológico, musculoesquelético e cardiovascular, tais alterações refletem sobre a acuidade visual, o equilíbrio e a locomoção, limitando os indivíduos idosos em sua autonomia e segurança, principalmente quando apresentam doenças crônicas degenerativas. Há uma necessidade de projetar ambientes que possam minimizar as alterações funcionais e fisiológicas no idoso, principalmente em relação aos espaços e utensílios domésticos, facilitando as ações do dia a dia e projetando o idoso para um cotidiano seguro e funcional (FERNANDES JCFA e CARVALHO RJM, 2011)

Metodologia

A metodologia é um dos passos essenciais na condução de uma pesquisa, pois oferece os instrumentos adequados para seu desenvolvimento. Segundo Gil (2008) a pesquisa bibliográfica é desenvolvida a partir de material já elaborado e publicado, principalmente em livros e artigos científicos.

Para referenciar e fundamentar este estudo foi realizado um levantamento de artigos, na base de dados SciELO - Scientific Electronic Library Online, utilizando os descritores “terceira idade”, “velhice”, “idoso” e “envelhecimento”, todos cruzados com a palavra chave “qualidade de vida”.

Objetivo

Tecnologia em Design de Interiores

As características que devem permear o conhecimento dentro dos projetos de arquitetura e design de interiores devem focar não apenas em ambientes de convivência coletiva, mas também nos ambientes onde o idoso realiza atividades individuais. Devido ao grande risco presente em ambientes pouco acessíveis as atividades do cotidiano acabam apresentando barreiras, e a capacidade funcional dessa população acaba limitando-se pela diminuição da capacidade de exercer atividades que possam aumentar o seu nível cognitivo e de força muscular, entre as inúmeras características que esse comportamento pode causar ainda é possível elencar como principais, os riscos de queda, desconforto e até mesmo a insegurança.

Dessa maneira, o objetivo geral proposto por este TCC foi desenvolver um projeto de ambientes relativo a um espaço destinado a atividades para os idosos, de uma Instituição de Longa Permanência, fundamentado no design interiores, visando benefícios tais como qualidade de vida e bem estar para os idosos que convivem neste local.

Visando o objetivo geral, alguns objetivos específicos puderam ser delimitados.

-Identificar qual a necessidade da Instituição em relação a um projeto de Design de Interiores, delimitando um cômodo e demandas de alterações e adaptações.

-Buscar um referencial teórico considerando dados de ambientação envolvidos num Projeto de Design de Interiores.

-Pesquisar junto aos idosos residentes e aos profissionais que os atendem na ILPI pesquisada, quais as necessidades/dificuldades diárias quanto ao(s) ambiente(s) encontrado(s).

Tecnologia em Design de Interiores

-Verificar quais são as possíveis adaptações necessárias no ambiente, segundo os aspectos analisados pelo design de interiores.

-Elaborar um projeto de ambiente, propondo possíveis implementações.

Desenvolvimento

Conforme uma intervenção desenvolvida no Centro de Convivência Paulo Fagundes da Fonseca, localizado no Bairro Bonsucesso, Belo Horizonte (MG), no segundo semestre de 2012, estudos realizados mostram que atividades de lazer contribuem para o estreitamento dos laços interpessoais e da interação entre os institucionalizados, favorecendo o autoconhecimento, a valorização das características individuais destes e a melhora do bem estar físico e mental através de dinâmicas interativas em grupo e do emprego da música. Através dos relatos obtidos, durante as visitas realizadas, dos profissionais da instituição e dos próprios idosos, constatou-se que era de grande interesse por parte deles a realização de uma atividade com música, visto que alguns participavam do coral da instituição, portanto a segunda intervenção tratou-se de uma atividade denominada “Seresta em Roda”, que reunia as músicas do repertório do coral, facilitando assim a participação ativa dos idosos.

Nesse estudo percebeu-se a participação ativa de todos, possibilitando tanto aos cadeirantes quanto aos deficientes visuais ou auditivos, uma participação integrada, sem exclusões e favorecendo o empowerment.

Empowerment significa o aumento do poder e da autonomia pessoal e coletiva de indivíduos e grupos sociais nas relações interpessoais e institucionais, principalmente daqueles submetidos a relações de opressão, discriminação e dominação social².

Os estudos realizados pelo Projeto Conviver, direcionado, principalmente, para a população idosa da comunidade do Catete (bairro de Santo Antônio do

Tecnologia em Design de Interiores

Leite, Distrito de Ouro Preto), observou-se que o objetivo da utilização da música com idosos é promover a prevenção, reabilitação e ativação do indivíduo, trabalhando, durante a sessão, a integração, socialização, afetividade, motivação e aspectos cognitivos e sensório-motores. Os métodos de tratamento enfatizam a escuta, a improvisação, a execução, a composição, o movimento e a fala, e os instrumentos musicais dão vitalidade à combinação dos elementos som, ritmo, melodia e harmonia. A música desperta para variadas funções e unifica o grupo para uma ação comum. Uma das mais importantes funções da música é exatamente levar o indivíduo a uma relação de total integração e adaptação com o grupo^{7,8}.

Em seguida, o trabalho com o grupo foi realizado por meio de uma oficina de jogos. Diversos jogos (baralho, dama, quebra-cabeça, mico, dominó, três marias e varetas) foram usados para abranger um maior número de gostos pessoais. Construiu-se uma roda para discussão dos benefícios dos jogos para a memória e raciocínio, bem como para a promoção do lazer e desenvolvimento da psicomotricidade.

A importância dessa oficina baseou-se no fato de que as atividades intelectuais, tais como ler um livro ou jogar, devem ser exercitadas semelhantemente ao corpo no exercício físico. Muitos participantes se animaram ao ver que ainda eram capazes de jogar e obter êxito nos jogos, tal como antes quando eram jovens.

A cor tem a capacidade de evocar memórias. Aliada a outras sensações é capaz de despertar reações relacionadas a fatos ulteriores, que de algum modo possuem importante significado interior (simbologia acidental). “As causas escondem-se no inconsciente. As reações, em grande parte, professam-se pelo mecanismo dos reflexos condicionados” (GOLDMAN, 1964, p. 198). Entre as

Tecnologia em Design de Interiores

cores frias estão os verdes, azuis e violetas e entre as cores quentes, os amarelos, laranjas e vermelhos. As cores frias são consideradas tranquilizantes, enquanto a cores quentes estimulantes.

Segundo o Núcleo do Centro de Convivência do idoso – Juiz de Fora, ao se manterem ativos, os idosos contribuem para manter a qualidade de vida e retardar possíveis problemas de saúde. Atividades como ginástica, bate-papo, prática de esportes e artesanato são ótimas alternativas. Ambientes em que eles possam conviver com pessoas da mesma idade, mas com realidades diferentes, também são importantes.

IMAGEM 01 - Núcleo do Centro de Convivência do Idoso – Juiz de Fora (MG)



Fonte: imagens disponíveis em:

<https://www.pjf.mg.gov.br/noticias/view.php?modo=link2&idnoticia2=55724> Acesso em 23/06/2021

Considerações finais

A pesquisa aprofundada sobre o tema velhice traz a tona a projeção da realidade reservada a cada ser humano. Estatísticas nacionais e mundiais apontam para o envelhecimento da população. Baseado nestas informações torna-se necessário abrir o campo de discussões e tomada de medidas que amenizem as dificuldades passadas pelas pessoas idosas. O objetivo geral proposto para este TCC, foi desenvolver um projeto de ambientes relativo a um cômodo de uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI), fundamentado no Design de Interiores, visando benefícios tais como qualidade de vida e bem estar para os idosos que convivem neste local.

Buscou-se um referencial teórico considerando dados de ambientação envolvidos num Projeto de Design de Interiores.

Rodapé:

Localizado na Rua Gilberto Freire, nº 801 – Bairro Bonsucesso Belo Horizonte - MG / CEP: 30.622.340 Centro de Convivência Paulo Fagundes é uma instituição de longa permanência, sem fins lucrativos e que presta serviços de assistência social à idosos.

Projeto Conviver, direcionado, principalmente, para a população idosa da comunidade do Catete (bairro de Santo Antônio do Leite, Distrito de Ouro Preto), na qual foram observados relatos relevantes de tristeza, ansiedade e depressão descritos por profissionais de saúde da região. O grupo buscou interferir positivamente no bem-estar mental de seus participantes, por meio de oficinas que valorizaram o convívio e promoveram o envelhecimento ativo

O Centro de Convivência do Idoso é uma unidade da Secretaria de Desenvolvimento Social (SDS) da Prefeitura de Juiz de Fora (PJF), com trabalho executado pela Associação Municipal de Apoio Comunitário (AMAC). Realiza

Tecnologia em Design de Interiores

ações visando a garantir o envelhecimento saudável no município. Entre as atividades oferecidas, estão aulas de ginástica, dança, trabalhos manuais, teatro, jogos, ioga e informática.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA RLS, et al. Instituição de longa permanência para idosos: avaliação das condições de acessibilidade e da funcionalidade dos idosos. *Rev. Saúde. Com.*, 2015; (11)2: 162-173.

ANVISA. Resolução da Diretoria Colegiada, 283, de 26 de setembro de 2005. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2005/res0283_26_09_2005.html. Acesso em 05/07/2021.

Atlas, 2008. **IBGE- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística**. Disponível em: <http://teen.ibge.gov.br/calendario-teen-7a12/evento/1022-dia-nacional-do-idoso>. Acesso em 23/6/2021.

BEAUVOIR, Simone de. *A velhice*. Tradução: Maria Helena Franco Monteiro – 4. ed. – Rio de Janeiro: Nova Fronteira S.A, 1990.

2. Becker D, Edmundo K, Nilza R, Nunes D, Bonatto RS. **Empowermente avaliação participativa em um programa de desenvolvimento local e promoção da saúde**. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2004[Capturado em: 03/11/2012]; 9(3): 655-67. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141381232004000300017&script=sci_abstract&lng=pt. Acesso em 23/06/2021.

CHAIMOWICZ, F. (1997). **A saúde dos idosos brasileiros às vésperas do século XXI: problemas, projeções e alternativas**. *Rev. Saúde Pública*, 31(2), 184-200. (<http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89101997000200014>). Recuperado em 01 junho, 2014, de: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-89101997000200014&script=sci_arttext Acesso em: 23/06/2021

COSTA, Geni de A. **Corporeidade, atividade física e envelhecimento: desvelamentos, possibilidades e aprendizagens significativas**. In: KACHAR, Vitória. *Longevidade: um novo desafio para a educação*. São Paulo: Cortez, 2001

COSTA JÚNIOR, J. da. **O (des) interesse do jovem pela religião**. *Revista Mundo Jovem*, XLI, 337, junho, 2003. _____. J. da. *Vitalidade como coragem de ser*. Disponível em: http://www.metodista.br/ppc/correlatio/correlatio04/vitalidad_e-como-coragem-de-ser/.

Tecnologia em Design de Interiores

Portal de Publicações Científicas. Universidade Metodista de São Paulo, 2004. Acesso em 23/06/2021

DALMOLIN, I. S., Leite, M. T., Hildebrandt, L. M., Sassi, M. M., & Perdonssini, L. G. de B. (2013). **A importância dos grupos de convivência como instrumento para a inserção social de idosos**. Revista Contexto & Saúde, 11(20), 595–598. <https://doi.org/10.21527/2176-7114.2011.20.595-598> Acesso em: 23/06/2021

DAVIDOFF, Linda L. Introdução à Psicologia. São Paulo, Makron Books, 2001.

FERNANDES, JCFA, CARVALHO, RJM. **Mapeamento da acessibilidade nas instituições de longa permanência para idosos da cidade de natal - RN**. XXXI Encontro Nacional de Engenharia de Produção, 2011.

GARBIN, CAS, et al. **Histórico de quedas e acessibilidade do idoso em instituições de longa permanência**. Arch Health Invest, 2015; 4(4): 29-38.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 6. ed. São Paulo, Atlas, 2008. IBGE-Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em: <http://teen.ibge.gov.br/calendario-teen-7a12/evento/1022-dia-nacional-do-idoso>. Acesso em 18 de setembro de 2016. Acesso em: 23/06/2021

GOLDMAN, Simão. **Psicodinâmica das Cores**. Rio Grande do Sul: La Salle, 1964.

LUIZ FI; TEIXEIRA JC. **A acessibilidade de idosos e as unidades de conservação: reflexões rumo à democratização dos espaços públicos de lazer**. Revista Turismo -Visão e Ação –Eletrônica, 2016; 18(1): 164-192.

MONTEIRO, Pedro Paulo. **Espaços internos e externos do corpo: envelhecimento e autonomia**. In: Revista Serviço Social & Sociedade, Nº 75, Cortez, 2003.

NEVES, FC; BIFANO ACS. **O processo de envelhecimento e acessibilidade: o idoso no espaço domiciliar**. Anais CIEH,2015; 2(1)

PERRACINE, Mônica R. **Planejamento e Adaptação do Ambiente para Pessoas Idosas**. In: FREITAS, Elizabete V. de, et al. Tratado de geriatria e gerontologia. 2 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

Rabelo, D.F., & Neri, A.L. (2005). **Recursos psicológicos e ajustamento pessoal frente à incapacidade funcional na velhice**. Psicol. Estud., Maringá, 10(3), 403-412. Recuperado em 01 junho, 2014, de: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v10n3/v10n3a07>. Acesso em: 23/06/2021

SANTOS, Mipo; et al. **Acessibilidade e acolhimento: estratégias potenciais para qualificação da assistência à saúde do idoso**. Rev. Bras. Pesq. Saúde, Vitória, 2016; 18(2): 42-51.

SILVA, NM; et al. **Necessidades próprias da (c) idade: espaços acessíveis e funcionais para idosos**. Serv. Soc. Rev., Londrina, 2015; 18(1): 219-242.



Tecnologia em Design de Interiores

VECCHIA, R. D., RUIZ, T., BOCCHI, S. C. M., Corrente, J. E. (2005). **Qualidade de vida na terceira idade:** um conceito subjetivo. Revista Brasileira de Epidemiologia, in: DAWALIBI, Nathaly Wehbe, et al. Envelhecimento e qualidade de vida: análise da produção científica da SCIELO. Estudos de Psicologia, Campinas