

RESUMO EXPANDIDO - ARQUITETURA E URBANISMO

A IMPORTÂNCIA DA ARQUITETURA PARA LAR DE IDOSOS: ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL E ATIVO

Rafael Rodrigues De Oliveira (dxrafael-oliveira96@hotmail.com)

Alessandra Chaia (alessandra.chaia@unigran.br)

(i) Introdução: O envelhecimento é um processo natural da vida e atualmente é importante conhecer sobre esse fenômeno, visando uma velhice com qualidade, autonomia e independência. Embora na atualidade a população idosa esteja crescendo, a sociedade ainda não está totalmente preparada para lidar com situações que ocorrem ao decorrer da idade do idoso, como problemas na saúde física ou mental. Os lares para idosos contribuem nesse sentido, visando o envelhecimento saudável e ativo, o convívio comunitário, emancipação do indivíduo, além de prevenir o isolamento e a exclusão social (APARÍCIO, 2017; BARROS, 2000; GUIMARÃES DE SÁ, 2021). Logo, o conteúdo deste recorte aborda a arquitetura para idosos e faz parte do Trabalho de Conclusão de Curso em Arquitetura e Urbanismo, de um anteprojeto arquitetônico para um Lar de Idosos na cidade de Campo Grande, capital do estado de Mato Grosso do Sul (MS). Propõe-se aqui, discutir as características básicas dessas necessidades que acompanham a velhice, inevitáveis, mas que podem ser mitigadas no ambiente construído, nas adequações e adaptações pré-definidas para um bom projeto, tanto no sentido funcional quanto emocional, afetivo, integrado. Dentre essas adequações, destaca-se a NBR 9050, que trata de acessibilidade em todas as instâncias (ABNT, 2020).

(ii) Objetivo: O estudo teve como objetivo geral desenvolver um programa de necessidades que contemple a população da terceira idade através de referenciais teóricos, buscando bases para a implantação da fase arquitetônica não somente funcional, partindo da comunidade ativa para a construção integrada e acessível.

(iii) Metodologia: Com o intuito de alcançar estes objetivos, a contextualização do trabalho se dá através de pesquisas sobre o tema, análise de referenciais e do local da proposta. A abordagem da pesquisa possui caráter qualitativo, de natureza básica e de procedimento bibliográfico (GIL, 2022).

(iv) Resultados e discussão: Sabemos que a população idosa vem aumentando em cada ano segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (2015), onde os dados do Censo Demográfico no ano de 2010, apresenta um aumento da população com 65 anos ou mais: de 4,8% em 1991, passando a 5,9% em 2000 e chegando a 7,4% em 2010. O envelhecimento é uma fase natural da vida e para um melhor entendimento da velhice busca-se qualidade e saúde neste processo. A prática de atividades físicas é um item muito essencial para tal, pois diminui o risco de doenças cardiovasculares e fortalece os músculos, sendo essencial para que o idoso se mantenha mais disposto e ativo. Realizar exercícios regularmente está intimamente relacionado a uma vida melhor. Entretanto, estas atividades devem ser constantemente supervisionadas: a falta de orientação profissional competente pode ser prejudicial ao idoso, já que treinos e exercícios podem ocasionar lesões e acidentes. As atividades físicas como caminhadas e alongamentos são as escolhas mais interessantes para a terceira idade e podem ser feitas em vários locais da cidade. Além de manter regularmente a prática de exercícios, alimentação balanceada é uma das maiores formas de preservar a saúde da população idosa. O cuidado para com a alimentação correta evita o desenvolvimento de doenças e desnutrição, como sugere Lima (2022), a educação nutricional deve ser um processo ativo, lúdico, interativo que contribui para que o indivíduo possa atuar nas mudanças de atitudes e de suas práticas alimentares. Por fim, além de manter uma alimentação saudável e realizar a prática regular de atividades físicas, a integração e o convívio social são muito importantes para a vida do idoso. O sentimento de abandono pode levar a situações de depressão, impotência e até revoltas. A partir das análises foi possível observar as necessidades do idoso para uma melhor qualidade de vida e, com isso, a demanda para desenvolver um anteprojeto de um Lar para Idosos em Campo Grande (MS), visando proporcionar um programa funcional

direcionado para a população idosa com diferentes formas de inclusão e valorização, refletindo na qualidade de vida desta população. O lar para idosos é um local que previne o isolamento e a exclusão social com um ambiente onde se permite interagir e compartilhar experiências uns com os outros, aliviando, dentro do possível, algumas consequências da velhice.

(v) Considerações Finais: O envelhecimento populacional tem sido um fenômeno gradativo, por isso é cada vez mais importante discutir sobre o assunto. Envelhecer com qualidade de vida é encarado como algo que os seres humanos almejam por muito tempo, porém, para isso é necessário que haja mobilização de todos, tanto dos idosos quanto da sociedade. As necessidades específicas dos idosos ainda são negligenciadas na construção dos ambientes públicos e privados por isso, integração e acessibilidade são pré-requisitos fundamentais para qualquer programa de necessidades arquitetônico. Faz-se necessária uma reflexão sobre o papel do arquiteto na construção de espaço, e até que ponto a adaptação desses espaços é suficiente para atender as demandas em crescimento. Portanto, por meio do levantamento das principais necessidades da população idosa, propõem-se desenvolver o anteprojeto de TCC pensando nessas questões valiosas para a qualidade de vida na velhice: não somente integrar e permitir acesso, mas utilizar a arquitetura do lar para idosos como ponto de apoio ativo e digno.

(vi) Referências:

ALVES, José Eustáquio Diniz. Envelhecimento populacional continua e não há perigo de um geronticídio. Universidade Federal de Juiz de Fora, 2020. Disponível em: <<https://www.ufjf.br/ladem/2020/06/21/envelhecimento-populacional-continua-e-nao-ha-perigo-de-um-geronticidio-artigo-de-jose-eustaquio-diniz-alves/>>. Acesso em: 22 maio 2022.

APARÍCIO, Idiane Lopes Silva. O reinventar da residência para idosos: da arquitetura médico-hospitalar à arquitetura residencial. Repositório Universitário da Ânima (RUNA), 2017. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/10400.14/25864>>. Acesso em: 22 maio 2022.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. ABNT NBR 9050:2015/Em1:2020. Acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos. Rio de Janeiro: ABNT, 2020.

BARROS, Cybele Ferreira Monteiro de. Casa Segura: Uma Arquitetura para a maturidade. Rio de Janeiro: Papel Virtual Editora, 2000, 115pg.

GIL, Antonio Carlos. Como elaborar projetos de pesquisa. 7. ed. Barueri [SP]: Atlas, Grupo GEN, 2022. 9786559771653. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786559771653/>. Acesso em: 23 maio 2022.

GUIMARÃES DE SÁ, Amanda. Centro Dia para Idosos: A Arquitetura como Catalisador de Inserção do idoso na Sociedade. Repositório Universitário da Ânima (RUNA) 2021. Disponível em: <<https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/20467>>. Acesso em: 23 maio 2022.

LIMA, Erielma Pontes de. A importância da orientação nutricional para a terceira idade. II Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde. (COMBRACIS). Acesso em: 23 maio 2022.