

A IMPORTÂNCIA DE COMUNIDADES PARA A TERCEIRA IDADE

THE IMPORTANCE OF COMMUNITY FOR SENIORS

¹SERRANO, A. C.; ²CARDOSO, B. C.

^{1e2}Departamento de Arquitetura e Urbanismo –Faculdades Integradas de Ourinhos-FIO/FEMM

RESUMO

Com a crescente longevidade, modelos de habitação para a terceira idade estão cada vez mais limitados. Os idosos têm de escolher entre moradias que tiram a autonomia e outras que excluem do convívio social. Com o objetivo de estudar a importância de comunidades específicas, voltadas ao atendimento e acolhimento de indivíduos da terceira idade, foram realizadas pesquisas nas mais variadas plataformas de pesquisa, disponíveis na internet e em livros que auxiliaram na obtenção de conteúdo necessário para a conclusão deste trabalho. Assim, conclui-se que viver em comunidade seria muito benéfico para a terceira idade, pois os problemas comuns que o envelhecimento traz como solidão e tédio, dariam lugar para uma oportunidade de manter a proximidade com o convívio social que se perde gradativamente com o passar dos anos. Desta forma, a vida em comum proporciona uma maior predisponibilidade para o convívio social, o qual favorece uma melhor qualidade de vida.

Palavras- chave: Terceira Idade. Comunidade. Qualidade de vida.

ABSTRACT

Considering increasing longevity, housing models for seniors are increasingly limited. The elderly have to choose between villas that take autonomy and others that exclude from society. In order to study the importance of specific communities, dedicated service and care older adults, surveys were conducted in various research platforms available on the internet and in books that helped in getting content needed to complete this work . Thus, it is concluded that living in the community would be very beneficial for seniors because the common problems that aging brings as loneliness and boredom, would give rise to an opportunity to stay close to the social life that is gradually lost over the years. Thus, the common life provides greater predisposition for social interaction, which favors a better quality of life.

Keywords: Third Age. Community. Quality of life.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional tem aumentado consideravelmente com o passar dos anos. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil será o sexto em número de idosos até 2025. Com isso, o espaço planejado para a habitação da terceira idade ganha mais amplitude, porém, moradas eficientes, voltadas especialmente à população desta faixa etária estão se tornando cada vez mais desafiadoras, pois, a expectativa do idoso de hoje, não é mais ser um mero expectador do seu envelhecimento e, sim, condutor de uma forma mais agradável e digna de viver.

Da mesma forma que o pictograma que os representa tem proposta de inovação, pois a figura que se demonstra frágil, com dificuldades de se permanecer em pé, mesmo com o apoio da bengala, já não simboliza mais a nova terceira idade, que saudável e dinâmica, continua com entusiasmo em prolongar o seu vigor.

O objetivo deste trabalho concentrou em estudar a importância de comunidades específicas, voltadas ao atendimento e acolhimento de indivíduos da terceira idade e seus benefícios a esta população.

METODOLOGIA

Para a realização deste trabalho foram realizadas pesquisas em páginas da internet e em livros que auxiliaram na obtenção de conteúdo necessário para a conclusão deste.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Terceira idade, de acordo com o Estatuto do Idoso, refere-se ao período da vida que se inicia aos 60 anos, termo criado pelo gerontologista francês Huet, procura apresentar uma nova etapa do envelhecimento.

Há pouco tempo, havia uma geração de idosos que, por estarem na última fase da vida, viviam melancólicos e saudosistas, pois tinham a ideia de que já não acrescentavam mais nada à sociedade, por estarem mais próximos da morte. Hoje, porém, o idoso não pretende mais ser mero expectador do seu envelhecimento, e, sim, condutor de uma forma mais agradável e digna de viver.

Um movimento denominado “Nova Cara da 3ª Idade” propôs uma inovação no pictograma que representa essa categoria, a questão a ser debatida pelos coordenadores foi de que “será que o símbolo que representa as pessoas com mais de 60 anos no Brasil traduz o estilo delas?”. Trabalhando com referências que realmente interpretam a terceira idade no presente momento – pois ela não se define mais por um idoso com dificuldades em se manter em pé, mesmo com o apoio da bengala – o movimento criou uma versão que valoriza a idade e toda a experiência com ela obtida.

Sintetizando, é o começo da melhor idade, no qual se pretende mostrar que a velhice não é sinônimo de caduquice e, muito menos doença, mas apenas um estado biológico, pelo qual todos, um dia, pretendem passar. Sendo assim, ela não precisa ser uma condição inconveniente, pelo contrário, deve ser admirada por carregar consigo toda a experiência de uma trajetória de vida.

No Brasil

Os países em desenvolvimento abrigam o maior número de pessoas da terceira idade (aproximadamente 70%). Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicaram que 10% da população mundial, em 2000, eram compostas por idosos, mostraram também, que com o envelhecimento populacional crescendo em ritmo acelerado, até 2025, o Brasil será o sexto em número de idosos.

Com isso, estima-se que em 2025, existirá em torno de 1,2 bilhões de idosos no mundo, no Brasil, o índice de envelhecimento pode ser observado no gráfico a seguir.

Dentre os motivos para a crescente longevidade, estão relacionados diretamente: a diminuição na taxa de natalidade, fertilidade, redução de crianças, jovens e aumento gradual na expectativa de vida.

É dos idosos o segmento etário que cresce mais rapidamente em todo o mundo e, neste contexto, as mulheres superam os homens em expectativa de vida. A razão da feminização do envelhecimento, descritas pela OMS 1998, se dá pela redução da mortalidade materna e diminuição das taxas de fertilidade, fazendo com isso, aumentar a longevidade das mulheres até a meia idade, fase esta, em que elas têm um melhor padrão de vida, fato que as ajuda no prolongamento na velhice.

Para a longevidade se tornar uma experiência positiva, esta precisa estar acompanhada por melhorias na saúde e na qualidade de vida, para isso, um novo conceito de envelhecimento está sendo inserido na sociedade.

Quando param de trabalhar, as pessoas propendem a se excluir do corpo social, desta forma, as doenças crônicas que mais afetam os idosos no mundo, (OMS, 1998) como: hipertensão, doenças mentais (principalmente demência e depressão), doenças músculo - esqueléticas (artrite e osteoporose), etc, tendem a se precipitar. Buscando adiantar-se a essas possíveis patologias e criar intervenções para possibilitar um envelhecimento com conforto, o Ministério da Saúde, com o Programa Brasil Saudável, desenvolve uma ação para criar políticas públicas para favorecer – em todas as etapas da vida – um modo de viver mais saudável, promovendo, para isso:

Práticas de Atividades Físicas- que podem diminuir o aparecimento de doenças crônicas, reduzir o risco de queda e de morte por problemas cardíacos, além de melhorar a saúde mental e contribuir para os idosos ficarem independentes por maior tempo.

Acesso a Alimentos Saudáveis- sendo por falta ou excesso de consumo, alimentações incorretas aumentam o risco de pressão alta, diabetes, obesidade e faz com que seja necessário um maior uso de medicamentos.

Abstinência do Consumo de Tabaco- fumando ou apenas sendo expostos à fumaça, os malefícios do tabaco interferem no efeito de medicamentos, aumentam o risco de desenvolver câncer de pulmão e perda da capacidade funcional.

Favorecendo os aspectos biológicos, psicológicos e sociais, o Programa contribui para o chamado “envelhecimento ativo”.

Envelhecimento Ativo

Envelhecimento Ativo é o termo adotado pela OMS, para descrever que o objetivo a ser alcançado na medida em que as pessoas envelhecem, é o de melhorar a qualidade de vida, com oportunidades de saúde, participação e segurança.

Esses três princípios – baseados nos Princípios das Nações Unidas para Idoso – dão o eixo para promover um envelhecimento saudável e ativo, porém, para que esse novo modo de envelhecer se concretize, é fundamental que a sociedade se una em prol deste propósito e compreenda que além dos cuidados com a saúde, é preciso facilitar o acesso do idoso nas atividades desenvolvidas socialmente (sendo elas para um desenvolvimento econômico ou apenas voluntário) e deve-se garantir a eles independência e proteção.

Moradia para Idosos

Ao pronunciar moradia para idosos, de imediato presume-se referir a asilos. Não é de se estranhar, pois foram eles as primeiras configurações de assistência aos idosos fora do convívio familiar.

Inicialmente, criada a partir de instituições religiosas para abrigar e dar proteção a idosos, doentes mentais, crianças abandonadas, mendigos, pobres e desempregados - como descreve o dicionário Aurélio em sua definição: “1. Casa de assistência social onde se sustentam e/ou educam crianças e abrigam mendigos, velhos, etc. 2. Abrigo, proteção.” - as instituições asilares teve seu uso redefinido conforme foram surgindo espaços específicos para cada amparo (ex: doentes mentais em hospitais psiquiátricos, crianças abandonadas em orfanatos) assim, o asilo se configurou como instituição para idosos.

Entretanto, essa configuração de moradia para a terceira idade está passando por transformações, pois para satisfazer o idoso moderno com capacidade funcional que tem entusiasmo em prolongar seu vigor, foram criados os chamados Condomínios para a Terceira Idade, local em que é explorada a autonomia dos seus habitantes, sem os deixar afastados dos seus círculos sociais.

Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI)

Termos para denominar a institucionalização de idosos, foram sendo redefinidos ao longo de anos, como: asilo, casa de repouso, lar, abrigo, clínica geriátrica. Com a proposta de padronização, a denominação estabelecida foi Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI), sugerida pela Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia.

No Estatuto do Idoso (sancionado em 2003), é imposto que a família é responsável pelos seus descendentes, mas caso isso não seja possível, a responsabilidade com esses cidadãos passa a ser do Estado.

Porém, essas instituições não são bem vistas pela sociedade, que as intitulam, muitas vezes, de “depósitos de idosos” e julgam com repúdio as famílias que optam por este recurso, pois, por muitas vezes, as ILPI têm a inapropriada conduta de submeter os idosos ao isolamento, conduzindo-os à inatividade física e mental, com isso, propiciam consequências negativas à saúde dos residentes, deixando-os cada vez mais carentes, apáticos, sem motivação e com a sensação de estar cada vez mais próximo da morte.

Tais consequências são causadas principalmente pela falta de vínculos afetivos, perda do controle da própria vida (pois, têm que seguir e respeitar normas), exclusão social e distanciamento dos laços familiares. Para Scharfstein (2006 apud CAMARANO, 2009, p. 175): “Morar em uma instituição fora do contexto familiar pode gerar sentimentos de desamparo e abandono, principalmente, em se tratando de pessoas que vivem a última fase da vida”.

Uma pesquisa realizada em 2006, em uma parceria entre SESC Nacional, SESC São Paulo e a Fundação Perseu Abramo (FPA) – e posteriormente base para o livro *Idosos no Brasil- Vivências, desafios e expectativas na terceira idade* – reuniu idosos, jovens e adultos para saber sobre a percepção destes com as Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI).

Foi concluído que, para a maioria dos entrevistados, morar em uma ILPI é admissível apenas como uma “falta de opção/opção de terceiros” e que, para um terço, o cuidado com o idoso é de total obrigação da família. Sobre residir ou não nessas instituições, daqueles que aceitariam (46%), só concordariam caso a família não pudesse/ quisesse cuidar. A rejeição sobre residir, surgiu em maior proporção pelos idosos do que para os não idosos (33% a 25%), como demonstra o gráfico abaixo.

Também de acordo com os dados coletados, quanto ao conhecimento de existência sobre esse tipo de instituição, a maioria dos entrevistados (88%) afirmou conhecer - tendo os não idosos (jovens e adultos) mais conhecimento com 89%, contra 77% dos idosos. A respeito de ter parentes ou amigos residindo nas ILPI, o diagrama dos idosos se mostra à frente com 15% a 10% dos não idosos.

Quando a institucionalização for o único meio de trazer dignidade no envelhecimento, principalmente aos idosos dependentes (necessitam de cuidados especializados) este local se mostra acolhedor.

Condomínios para a Terceira Idade

Observando a necessidade de renovação dos domicílios para idosos com capacidade funcional, empreendedores criam condomínios para a terceira idade, onde apostam em residências repletas de conforto, favorecendo a liberdade individual e autonomia do idoso.

Os condomínios voltados a esse segmento acompanham o retrato do idoso contemporâneo, que vigoroso, não se vê residindo em uma instituição sem liberdade, mas, sim, em moradias acessíveis, com segurança e facilidade de locomoção.

Esses estabelecimentos se mostram progressistas, garantindo áreas de convivência social com o intuito de aproximar a vizinhança de mesma faixa etária. No entanto, esta integração é ineficiente para quem não tem companhia e vive solitário, pois a comunicação entre eles só ocorre em períodos curtos e aleatórios.

Comunidade Intencional

Quando um grupo de pessoas, dentro de uma sociedade se aproxima devido a um interesse, uma condição ou objetivo, pode-se dizer que essas pessoas fazem parte de uma comunidade.

Entretanto, alguns grupos sentem que para tornar essa comunidade sólida é necessário mais do que encontros esporádicos, com isso, optam por dividirem mais do que afinidades; dividem as vivências. “Uma comunidade se forma a partir da união de pessoas, da vontade de experimentar ou de resgatar um cotidiano com muitos momentos e situações vivenciados em grupo”. (CAPELLO, 2013, p. 68).

Sendo alicerce para os arranjos de vida comunitária que estavam por vir, as Comunidades Intencionais surgiram a partir de grupos com crenças comuns e o desejo por viver comunitariamente. Para Capello (2013, p.45) “(...) *comunidades intencionais*, em que a vontade pessoal de conceber um espírito de pertença do grupo cria condições para a existência e a continuidade do próprio grupo”.

No século XX, sua tipologia e quantidade aumentaram buscadas principalmente por desilusões com o mundo globalizado.

Comunidade Alternativa

Comunidades Alternativas representavam movimentos religiosos e esotéricos, muitas vezes, relacionados com terapias de cura alternativa, artes, alimentação natural, etc. Hoje, são agrupamentos sociais que propagam uma maneira de viver com valores mais simples e consciente.

Tendo seu início na década de 50, o movimento tornou-se um ato de libertação dos jovens, que procuravam se excluir da sociedade e dos valores que ela trazia consigo. Porém, seu auge se deu nos anos 60, com o surgimento do movimento hippie que pregava o amor acima de qualquer coisa.

Enraizadas na igualdade humana, as Comunidades Alternativas nasceram de sonhos de jovens de uma sociedade diferente, em que todos viveriam igualitariamente, partilhando bens, sonhos, experiências, ideais e utopias.

Cohousing

Em 1970, surgiu na Dinamarca, a denominada Cohousing, modelo de assentamento que tem como finalidade partilhar um padrão de vida com menos comprometerimentos perante a sociedade, práticas de consumo consciente e uma maior vivência comunitária.

A lógica é simples: compartilhando espaços e bens de consumo, é possível reduzir o impacto socioambiental das famílias, já que tal atitude diminui o giro de toda uma cadeia baseada na demanda por matérias-primas,

fábricas, transportes, pontos de revenda e locais adequados para receber produtos após o término de sua vida útil. (CAPELLO, 2013, p.50)

Formadas em média por vinte famílias, em um tipo de condomínio residencial, as cohousings são compostas por espaços privados e comunitários. Os espaços privados se delimitam às residências, que são compostas por quartos, sala de estar, cozinhas pequenas e banheiros, porém os princípios deste assentamento são explorados nos espaços comunitários, que abrigam: cozinha, refeitório, biblioteca, lavanderia, sala de tevê, ateliê, horta, garagem, etc.

Não podem ser consideradas autossustentáveis, pois os moradores, mesmo contribuindo com os afazeres dentro da comunidade, têm a possibilidade de permanecer com uma vida social fora desta (ex: trabalho remunerado). Entretanto, podem ser descritas como um belo exemplo grupal e ambiental. Grupal, ao afastar a solidão sem perder a privacidade, como quando executadas para idosos, Capello (2013, p. 52), descreve:

Há casos de cohousings concebidas para pessoas da terceira idade que, juntas, cuidam umas das outras e, assim, sentem-se mais seguras e envolvidas numa atmosfera de amorosidade que as desvia do isolamento e da alienação social. As trocas de saberes e a própria convivência cotidiana incubem-se de produzir um ambiente mais criativo, vivo, rico em diversidade e aprendizado.

Ambiental, pois ao compartilhar ambientes e equipamentos, ocasiona uma maior economia que beneficia o meio ambiente e possibilita com isso, ter uma vida mais sustentável.

Ecovila

Ecovila é um assentamento sustentável, criada a partir de aprimoramentos nas cohousings. Em 1998 foi incluída pela Organização das Nações Unidas (ONU), como um dos cem melhores modelos de vida sustentável.

Para a construção de uma ecovila, o uso dos materiais apropriados é de total importância, por eles serem um meio de reduzir impactos socioambientais. Tais materiais podem ser encontrados localmente (bambu, terra, pedra, madeira, fibras naturais), reaproveitados (vidro, plástico, madeira de demolição, portas e janelas, etc.) ou tecnológicos, que com seu uso deem um retorno positivo ao meio ambiente

(placas fotovoltaicas, turbinas eólicas, conjunto de materiais para captação de água da chuva e tratamento de esgoto, etc.)

Vizinhança é, na maioria das vezes, aleatória (pois cada qual escolhe onde morar, tendo como base a sua necessidade), nas ecovilas isso se difere, pois há valores mais complexos a serem considerados, como relata CAPELLO, 2013, p. 66:

Sabemos ser muito comum nas cidades o total desconhecimento dos vizinhos. (...) Não há, de modo geral, uma troca entre os moradores, bem ao contrário do que se espera em uma ecovila, onde as pessoas tendem a se conhecer desde a fase do projeto, muitas vezes quando o grupo ainda nem definiu a área para a construção do sonho – que pode ser uma fazenda, um pequeno sítio, um terreno na cidade ou um prédio no centro urbano a ser reformado. Em outras palavras, trata-se, na verdade, de transformar o que seria apenas uma vizinhança em uma *comunidade*.

Voltada a uma civilização sintonizada com a natureza e que possuem princípios de vida comunitária, as ecovilas buscam ser autossuficientes para limitar ao máximo a dependência com o exterior.

Os Benefícios de Viver em Comunidade

Ao viver em uma comunidade, dividindo afazeres, responsabilidades, partilhando bens materiais e espirituais, as pessoas se afastam do individualismo, solidão e egoísmo, condições que circundam nossa sociedade. Encontram na moradia companheirismo, união, mas também diferenças, estas, que são um dos maiores motivos para a desexcomunhão das comunidades, o sacrifício de ter que transformar sonhos pessoais em metas coletivas, alterar o “eu” pelo “nós”.

Porém, quem consegue lidar com as desavenças ganha uma maior recompensa, que é viver rodeado por coletividade e confraternização, podendo compartilhar anseios e alegrias. “Comunidade” é nos dias de hoje outro nome do paraíso perdido – mas a que esperamos ansiosamente retornar, e assim buscamos febrilmente os caminhos que podem levar-nos até lá.” (BAUSMAN, 2003, p. 9). Por trazer condições de um futuro com mais humanidade, com uma maior integração social, as comunidades poderão ser a solução futura para preencher o vazio da sociedade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que viver em comunidade seria muito benéfico para a terceira idade, pois os problemas comuns que o envelhecimento traz como solidão e tédio, dariam lugar para uma oportunidade de manter a proximidade com o convívio social que se perde gradativamente com o passar dos anos. Uma vida em comum é garantia de apoio, compreensão e afeto, itens que são indispensáveis a qualquer segmento etário.

REFERÊNCIAS

BAUSMAN, Zygmunt; tradução Plínio Dentzien. **Comunidade: a busca por segurança no mundo atual.** Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2003.

BRASIL. Estatuto do Idoso – LEI Nº 10.741 de 1º de Outubro de 2003

CAPELLO, Giuliana. **Meio Ambiente & Ecovilas.** São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2013.

CAMARANO, Ana Amélia. Instituições de longa permanência e outras modalidades de arranjos domiciliares para idosos. In: NERI, Anita Liberalesso (Org.). **Idosos no Brasil: vivências, desafios e expectativas na terceira idade.** 1. ed. São Paulo: Editora Fundação Perseu Abramo, Edições SESC SP, 2007. (169-190)

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Mini Aurélio: o dicionário da língua portuguesa.** 8. ed. Curitiba: Positivo, 2010.

Nova Cara da 3ª Idade. Disponível em: <https://www.facebook.com/Nova3idade/info/?tab=page_info>. Acesso em: 31 Março 2016.

Organização das Nações Unidas – ONU

Organização Mundial da Saúde – OMS