

A ACESSIBILIDADE MELHORANDO A SEGURANÇA E A QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO

ACCESSIBILITY IMPROVING THE SAFETY AND QUALITY OF LIFE OR THE ELDERLY

Francisco Chagas C. SANTOS¹

RESUMO

A população idosa ainda não vem tendo a devida atenção do governo e da sociedade para a questão dos riscos a que ela é submetida no seu dia-a-dia. Estudos de 2009 apontam para uma população de idosos de 21,5 milhões, ou seja, 11,4 % da população brasileira, sendo o maior crescimento na faixa acima de 80 anos. Apesar dos avanços da medicina ter proporcionado uma elevação da expectativa de vida dos brasileiros, as questões de mobilidade urbana, acessibilidade e segurança da população idosa pouco tem evoluído. As autoridades e a sociedade em geral devem olhar para esta questão para que o idoso usufrua de sua melhora na expectativa de vida.

PALAVRAS CHAVES: Idoso, acessibilidade, mobilidade urbana, acidente, segurança e qualidade de vida.

ABSTRACT

The Government and society has not given the suitable attention to the elderly, towards the usual risks in his day by day life. In 2009, a study has point to an elderly population of 21.5 million, ie 11,4 % of the Brazilian population, the highest growth in the range above 80 years. Despite medical advances have provided an increase in life expectancy of Brazilians, issues of urban mobility, accessibility and safety of the elderly population has not been increased properly. The authorities and society should look at this issue so that the elderly enjoy your improved life expectancy.

KEYWORDS: Elderly, accessibility, urban mobility, accident, safety and quality of life.

¹ Graduado em Engenharia Química, especialização em Engenharia de Segurança do Trabalho e Engenharia da Qualidade e MBA em Sistemas de Gestão Ambiental. Consultor, Coordenador e Professor do Curso de Tecnologia em Segurança no Trabalho – Faculdade HERRERO.

Os idosos, na maioria dos lares brasileiros, ainda não estão adequadamente amparados por seus familiares, de forma a proporcionar-lhes um bem estar pleno e uma boa qualidade de vida. Aos poucos, a sociedade e o poder público vêm-se conscientizando de que a população idosa precisa de mais cuidados a fim de lhes garantir uma vida digna.

Dados, de 2009, publicados pela Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo, no trabalho “Vigilância e Prevenção de Quedas em Pessoas Idosas” (*), apontam para uma população de idosos, com idade igual ou maior que sessenta anos no Brasil, de 21,5 milhões, representando 11,4 % da população do Brasil. O mesmo estudo aponta para o crescimento da população mais idosa, acima dos oitenta anos, de 65 %, ao passo que a população de idosos com idade entre sessenta e oitenta anos foi de apenas 47,8 %.

É evidente que esta a estatística acima tem que ser motivo de preocupação e de ações concretas pelo estado e, também, pela sociedade como um todo visando à segurança e à qualidade de vida da população idosa, tendo em vista os riscos a que esta submetida no seu dia a dia, principalmente a faixa etária acima dos oitenta anos de idade.

O avanço da medicina tem proporcionado aos idosos no Brasil a oportunidade de viver um pouco mais. Isto é evidenciado pelo crescimento da população de idosos apontado no estudo publicado pela Secretaria de Estado da Saúde do estado de São Paulo, referido acima. Os problemas de saúde, típicos da população idosa, como a hipertensão arterial, a diabetes, a artrose e artrite, têm sido amenizados por este avanço da medicina, em que pese ele ainda não ter atingido todas as camadas sociais, infelizmente, tão distanciadas uma das outras.

Por outro lado, um ponto ainda não está resolvido na maioria dos lares brasileiros: a segurança do idoso. A Ausência de políticas públicas adequadas e descentralizadas para todas as regiões e estados da federação certamente contribuem para esta situação.

Cito aqui, como tentativa de melhorar esta situação dos idosos, as ações sugeridas no trabalho publicado pela Secretaria de Estado da Saúde do estado de São Paulo “Vigilância e Prevenção de Quedas em Pessoas Idosas”, em 2009. Em 2006, segundo este estudo, a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, promulgada em 1994 (Lei 8.842/94) e regulamentada em 1996 (Decreto 1948/96), preocupou-se com os eventos incapacitantes dos idosos, com ênfase às quedas das pessoas idosas, que levam às fraturas, principalmente as fraturas de fêmur. Nesta publicação, enfatizam-se algumas consequências desses acidentes, destacando-se, além das sequelas funcionais que comprometem as condições de vida do idoso, o fato de ter que lidar com a vergonha de caído e com medo de tornar a cair. Essa série de fatores compromete em muito a qualidade de vida das pessoas idosas.

Também, segundo a publicação “Vigilância e Prevenção de Quedas em Pessoas Idosas”, visando propiciar mais benefícios à população idosa, após a realização de duas Conferências Nacionais dos Direitos dos Idosos, em 2006 e 2009, coordenadas pela Secretaria Especial dos Direitos Humanos, ligada à Presidência da República, saiu uma proposta para a organização de uma “Rede Nacional de Proteção e Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa”, onde um dos eixos sugeridos destacam-se “educação, cultura, esporte e lazer para as pessoas idosas”. E, também, o estudo cita que em 2010 foi realizada no estado de São Paulo uma Oficina de Prevenção à Osteoporose, quedas e fraturas, em parceria com o Ministério da Saúde. Este evento trouxe, dentre outros resultados, três itens importantes para a segurança da população idosa: 1) a capacitação da rede básica, da rede ambulatorial e da rede hospitalar, além dos profissionais das Instituições de Longa Permanência de Idosos para as ações de prevenção de osteoporose, quedas e fraturas; 2) a implantação de programas específicos de prevenção de osteoporose e quedas, com o foco na atividade física e alimentação saudável com orientação de dieta rica em cálcio e exposição solar; 3) o provimento da rede com equipamentos necessários para o desenvolvimento das ações de prevenção de quedas, fraturas e osteoporose.

Impacto da norma NBR 9050 - Acessibilidade a Meios, Edificações, Mobiliário, Espaços e Equipamentos: esta norma foi editada pela ABNT - Associação Brasileira de Normas Técnicas em 2004 e atualizada em 2012, com o objetivo de disciplinar as questões de acessibilidade no meio urbano. No Paraná evidencia-se a participação do Ministério Público e do CREA na evolução da aplicação desta norma. A evolução da aplicação desta norma favorece a prevenção de acidentes em idosos, que podem ser considerados pessoas com dificuldade de locomoção, visto que ela disciplina inúmeros itens que afetam não só deficientes visuais e cadeirantes, mas também, os idosos em suas inclusões ao meio urbano: utilização de calçadas, escadas de acesso, sanitários e outros locais de prédios públicos, shopping centers, hospitais e outras edificações. As prefeituras das cidades, já começam a olhar para a aplicação dessa norma.

Segurança dos idosos em suas residências: Nas residências de idosos os riscos também existem e não é raro ocorrerem quedas devido a várias situações de riscos, como tapetes, pisos molhados, inexistência de barras de apoio no banheiro, falta de organização, dentre outras. Esta situação é mais crítica em residências de idosos pertencentes às classes sociais menos favorecidas, onde a questão econômica é um impedimento para a correção de alguns desses riscos. Somam-se aí: 1) a falta de conscientização para o controle desses riscos e para a prevenção de acidentes por parte dos familiares; 2) a ausência de políticas públicas adequadas, de forma a favorecer a população idosa pertencente às classes sociais menos favorecidas, com campanhas educativas sobre os riscos e a prevenção de acidentes caseiros com idosos e o fornecimento equipamentos que tornem a acessibilidade de suas residências mais seguras.

Segundo o artigo “Casa adaptada para idosos: Veja as dicas de segurança” (**), o **banheiro** é o lugar com maior incidência de acidentes graves, primeiro porque muitos idosos querem preservar a privacidade e chaveiam a porta, e segundo porque o local costuma ficar com frequência úmido e escorregadio. Segundo esta publicação, as adaptações para o banheiro para o piso (o maior causador de quedas) há duas opções: piso antiderrapante e tapete de borracha que gruda no chão. As barras de apoio, fixadas nas paredes, também são importante e podem evitar os tombos quando faltar equilíbrio. No chuveiro, algumas vezes pode ser necessária uma cadeira de plástico para a pessoa tomar banho sentada. Também, é interessante que o vaso sanitário seja elevado e barras de apoio sejam instaladas nas laterais. Assentos removíveis, que elevam a privada (encontrados em lojas de produtos ortopédicos), são uma boa opção para quem não quer trocar o vaso. Ao invés de box de vidro, prefira um material não cortante, como cortinas de plástico.

As **escadas** devem ter corrimões bem firmes e dos dois lados, começando antes e terminando um pouco depois. Os degraus devem ser da mesma altura e não podem ser muito altos.

Os **corredores** da casa requerem atenção especial, pois é por onde o idoso mais trafega. Por esta razão eles devem estar bem iluminados e livres de objetos que possam causar tropeços. Deve-se ter muito cuidado com os tapetes.

Os **quartos** devem estar bem adaptados: a altura da cama adequada para permitir que o idoso apoie os pés no chão quando estiver sentado. Para ajudar a calçar os sapatos, uma poltrona deve ser colocada ao lado da cama.

A **cozinha** deve ser provida de armários não muito altos e o piso deve ser antiderrapante.

A questão da segurança da população idosa não é de fácil solução, por conta de problemas econômicos e de distribuição de renda da população brasileira, já citados. Muitas prefeituras no Brasil têm dificuldades em resolver o problema de acessibilidade devido ao custo dos reparos para adequação de calçadas, retirando os obstáculos à boa mobilidade e dos demais itens exigidos pela norma NBR-9050. Isto certamente impacta na elevação dos riscos de quedas dos idosos residentes nas cidades menos favorecidas. É aí que a sociedade pode e deve entrar em cena, com criatividade e mobilização para sensibilizar o poder público para a questão.

O poder público sensibilizado pode atuar no sentido de criar políticas públicas direcionadas à acessibilidade da população idosa pertencente às classes sociais menos favorecidas para os idosos pertencentes a esta recebam os devidos cuidados e não venham se acidentar. Também, os demais idosos e seus familiares tenham acessos às informações que os levem a reduzir os riscos de acidentes em casa. Por fim, os familiares dos idosos em geral conscientes dos riscos, a sociedade consciente e mobilizada, o poder público (representado pelas Prefeituras dos municípios, Secretarias de Saúde e Ministério da Saúde) sensibilizado para as questões da acessibilidade e da inclusão (educação, cultura, esporte e lazer para os idosos) e os Conselhos Regionais de Engenharia e o Ministério Público atuando para que a norma NBR 9050 seja aplicada, irá propiciar mais segurança e melhor qualidade de vida à população idosa no Brasil.

REFERÊNCIAS

1. CASA E JARDIM. Casa adaptada para idosos. Disponível no site www.hagah.com.br. Acessado em: 13/05/2014.
2. LOUVISO, M. C. P.; ROCHA, T.E. da C. SES/SP, 2010. Disponível no site www.saude.sp.gov.br. Acessado em 17/05/2014.