

Idosos do Brasil: Estado da Arte e Desafios

“Políticas públicas relacionadas à pessoa idosa”

Solange Kanso El Ghaouri (IPEA) e

José Luiz Riani Costa (UNESP).

Coordenador: David Braga

José Luiz Riani Costa

Departamento de Educação Física

UNESP - Rio Claro - F. (19) 3526-4337

E.mail: riani@rc.unesp.br

**Como é o céu para você?
O que você espera encontrar no paraíso**



Saúde e Qualidade de Vida



Determinação Social da Saúde

O Art. 3º da Lei 8.080/90 diz que a Saúde tem como Fatores Determinantes e Condicionantes, entre outros:

Alimentação

Moradia

Saneamento

Meio Ambiente

Trabalho e Renda

Educação/Cultura

Esporte /Lazer

Transporte

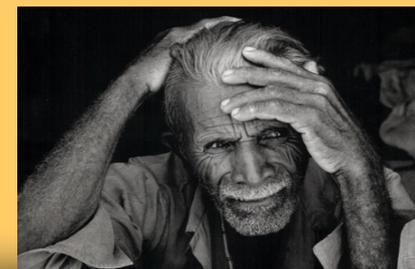
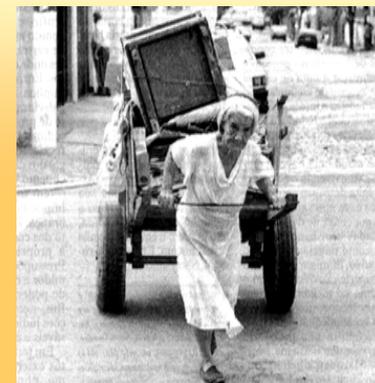
Os níveis de saúde da população expressam a organização social e econômica do país.

FUNDAMENTOS DAS GRANDES TRANSFORMAÇÕES DO MUNDO NA PRIMEIRA METADE DO SÉCULO XXI

- **Nova hegemonia econômica mundial, com diminuição do poder dos E.U.A. e da União Européia e aumento da importância do Brasil, Rússia, Índia e China (BRIC);**
- **Novo padrão de desenvolvimento econômico muito mais comprometido com a sustentabilidade do meio ambiente e a inclusão social;**
- **Transição Demográfica com uma expressiva e crescente parcela percentual das pessoas com mais de 60 anos na população total.**

O Processo de Envelhecimento

- da Humanidade;
 - da América Latina;
 - do Brasil;
 - de nossas cidades
- ## Diferenças Brutas



Quando eu me chamar saudade (1974)

Guilherme de Brito e Nelson Cavaquinho

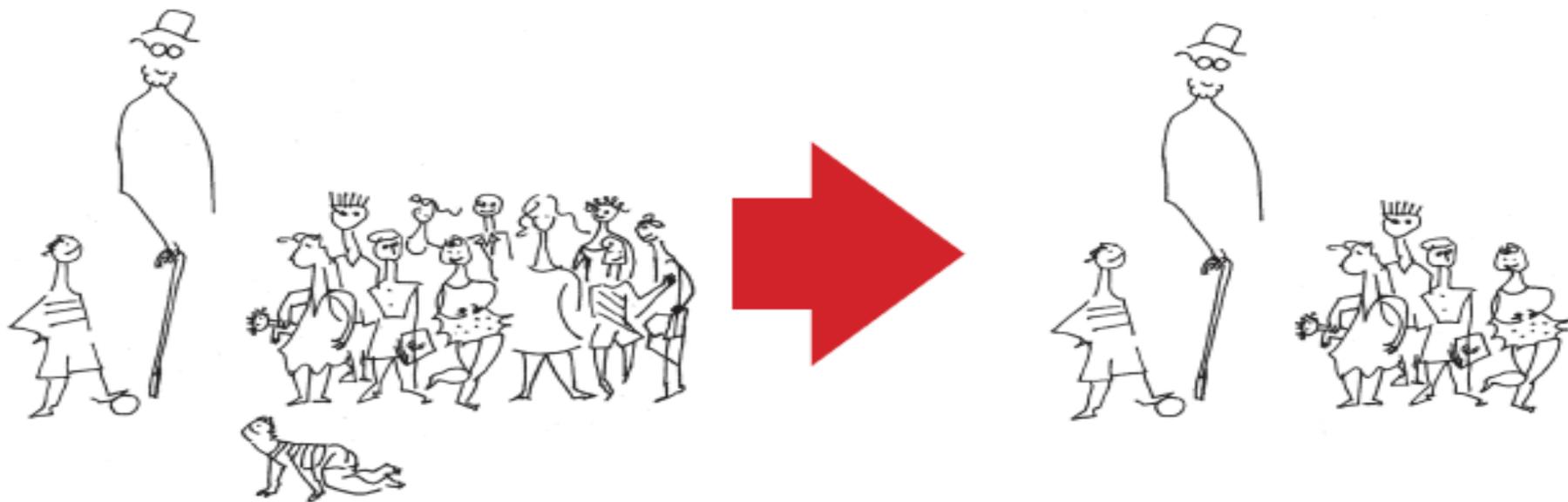
*Sei que amanhã quando eu morrer
Os meus amigos vão dizer
Que eu tinha um bom coração
Alguns até hão de chorar
E querer me homenagear
Fazendo de ouro, um violão*

*Mas depois que o tempo passar
Sei que ninguém vai se lembrar
Que eu fui embora
Por isso é que eu penso assim,
Se alguém quiser fazer por mim,
Que faça, agora.*

*Me dê as flores em vida
O carinho, a mão amiga
Para aliviar meus ais
Depois que eu me chamar
saudade
Não preciso de vaidade
Quero preces e nada mais....*

Transição Demográfica no Brasil

A POPULAÇÃO ENVELHECE



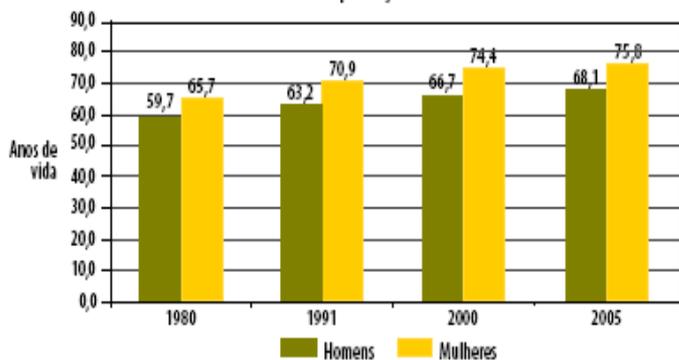
1981

**6 idosos para cada
12 crianças até 5 anos**

2004

**6 idosos para cada
5 crianças até 5 anos**

Cresce a esperança de vida no Brasil

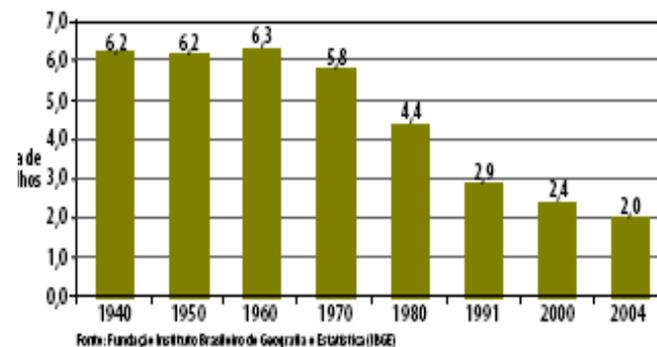


Esperança de vida aos 60 anos de idade. Brasil, 1998 - 2004



Fonte: IBGE, Peab

Média de filhos por mulher



Fonte: Fundação Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE)

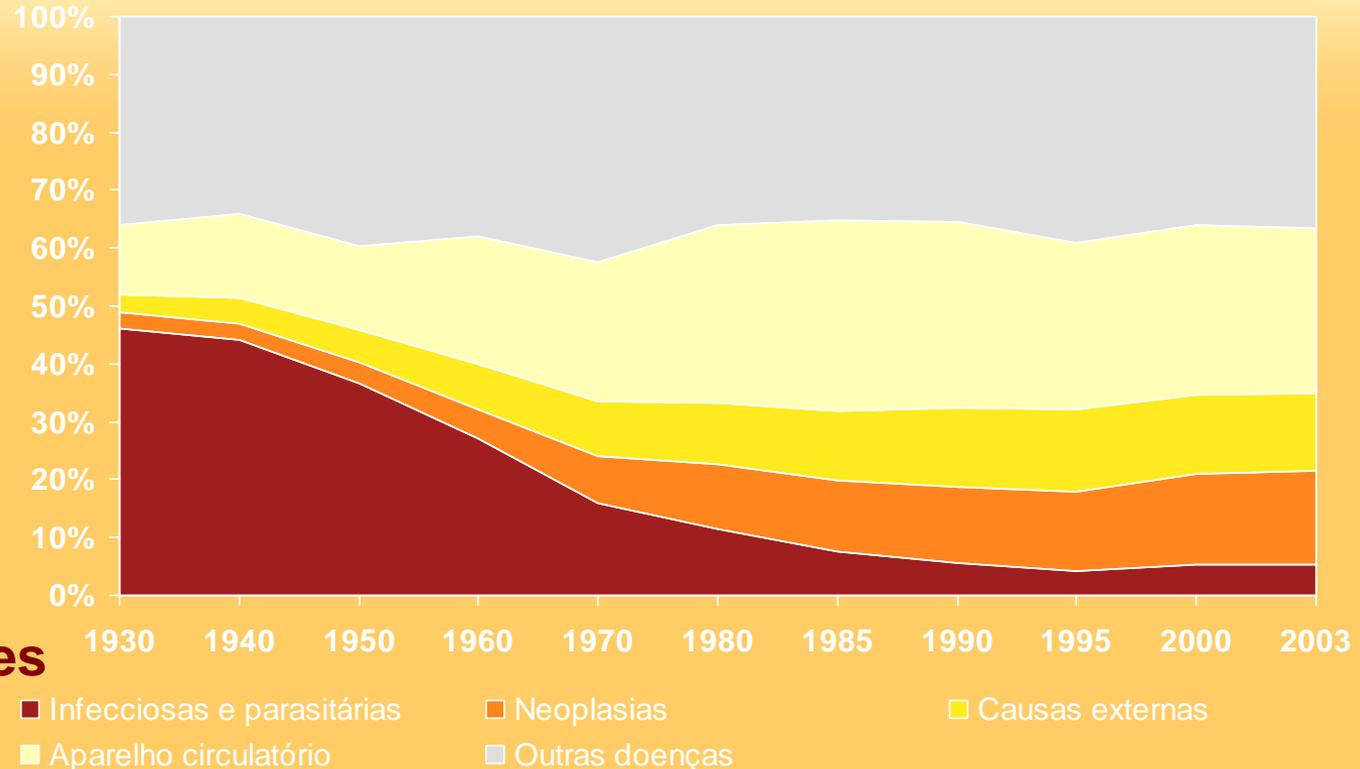
Transição Epidemiológica Cenário Brasileiro

Mortalidade

Proporcional (%)
nas capitais:

- D. Infecciosas e Parasitárias:
46% em 1930,
5% em 2003

- D. cardiovasculares
12% em 1930,
31% em 2003



Fonte Barbosa da Silva e cols. In: Rouquairol & Almeida Filho: Epidemiologia & Saúde, 2003 pp. 293.

Estatuto do Idoso - Lei 10.741/03

O idoso goza de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, sendo asseguradas todas as oportunidades e facilidades para:

- preservação de sua saúde física e mental
- seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social,
- em condições de liberdade e dignidade.

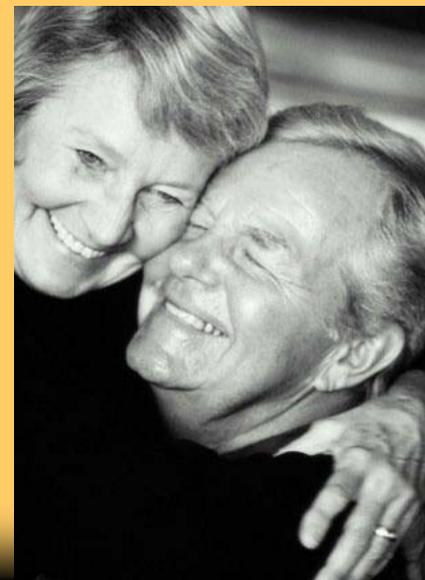
Pontos a considerar:

- “Velhice cronológica” X bio/psico/social
- Individualidade no processo de envelhecimento



Estatuto do Idoso - Lei 10.741/03

“É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária”.



A Inclusão do Idoso na Vida da Cidade

... Passe em casa

Tô te esperando, tô te esperando

Passe em casa

Tô te esperando, tô te esperando

Estou esperando visita

Tão impaciente e aflita

Se você não passa no morro

Eu quase morro, eu quase morro

Estou implorando socorro

Ou quase morro, ou quase morro

Vida sem graça

Se você não passa no morro

Já estou pedindo que...

Passe em casa

Arnaldo Antunes,

Carlinhos Brown,

Margareth Menezes

Marisa Monte

Políticas Públicas Voltadas à População Idosa

- Uma das diretrizes da Política Nacional do Idoso (Lei 8.142/94) é a “descentralização político-administrativa”, pois grande parte das políticas voltadas à população idosa é de competência dos municípios.
- Em 2003, tivemos o Estatuto do Idoso (Lei n° 10.741/03) que ampliou e consolidou direitos dos idosos.

Políticas Públicas Voltadas à População Idosa

EM BUSCA DA CIDADE PERDIDA: O Município e as Políticas Públicas Voltadas à População Idosa (COSTA, JLR)

Tese de Doutorado – Saúde Coletiva – UNICAMP, 2002

Capítulo 5 – Pauta para a Política Municipal do Idoso
Assistência Social

Saúde

Educação

Trabalho e Previdência

Habitação e Urbanismo

Cultura, Esporte, Lazer e Turismo

Meio Ambiente



Políticas Públicas Voltadas à População Idosa

- Rio Claro tem sua Política Municipal do Idoso (Lei n° 3.498/04), carinhosamente chamada de “Estatuto Municipal do Idoso”
- A lei tenta refletir a especificidade local, pois seu processo de elaboração envolveu todos os setores interessados, especialmente a própria população idosa, incluindo a I Conferência Municipal do Idoso.

Conselho e Conferência do Idoso e o Papel dos Conselheiros



No Conselho e na Coferência...



estão representados diferentes setores da sociedade

Para Construir a PMI

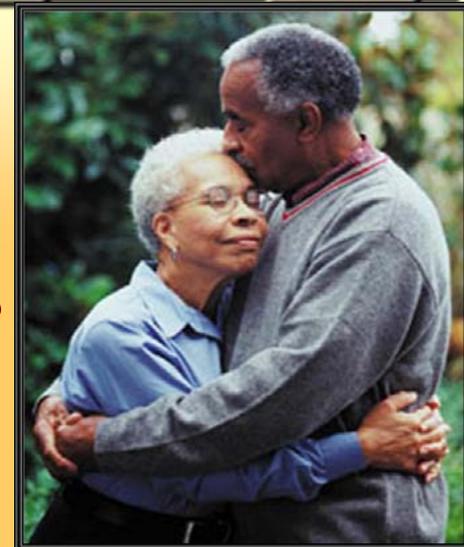
• Identificar o perfil do idoso que frequenta os programas, conhecer os fatores que influenciam a participação e as barreiras para outros.

Para que os municípios desenvolvam atividades voltadas aos idosos, é importante que os órgãos estaduais e federais garantam recursos.

Propõe-se a criação de um banco de dados, a ser disponibilizado por meio eletrônico e material impresso, contendo todas as informações que possam facilitar/apoiar os municípios na formulação de políticas públicas voltadas à população idosa, com sua efetiva participação.

Envelhecimento e Saúde

- ✓ Envelhecimento não é sinônimo de Adoecimento
- ✓ Mas há maior prevalência de doenças crônico-degenerativas, incluindo:
 - ✓ hipertensão arterial,
 - ✓ coronariopatias,
 - ✓ diabetes e
 - ✓ enfermidades neuropsiquiátricas, como as demências (p.ex: Doença de Alzheimer) Doença de Parkinson e depressão.



Envelhecimento e Saúde

- ✓ O ritmo e a intensidade das alterações dependem:
- ✓ características individuais,
- ✓ fatores ambientais,
- ✓ fatores ocupacionais e
- ✓ estilo de vida.



- ✓ Cuidado para não fazer “culpabilização da vítima”

Projeto-Doença

✓ Alguns idosos desenvolvem “projetos-doença”, como forma de continuar a ter contato com a comunidade e garantir a sobrevivência.



SAÚDE

Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa

Portaria nº 2.528, de 19 de outubro de 2006:

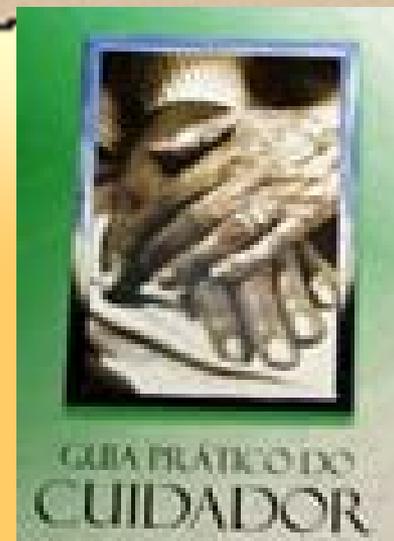
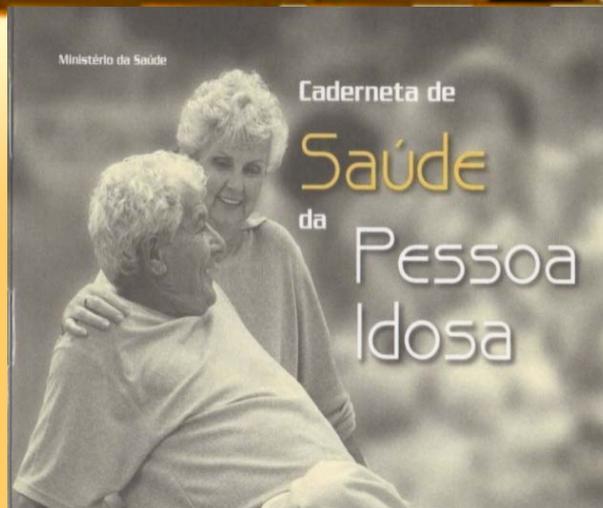
- Ações desenvolvidas em Atenção Básica, incluindo Estratégia Saúde da Família/PSF;
- Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa;
- Caderno de Atenção Básica “Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa” e Curso de Capacitação (EAD);
- Internação Domiciliar;
- Centros de Referência em Saúde do Idoso;
- Programa de Doenças e Agravos Não-Transmissíveis;
- Fiscalização e controle das Instituições de Longa Permanência para Idosos e prestadores de serviços;
- Programa articulado



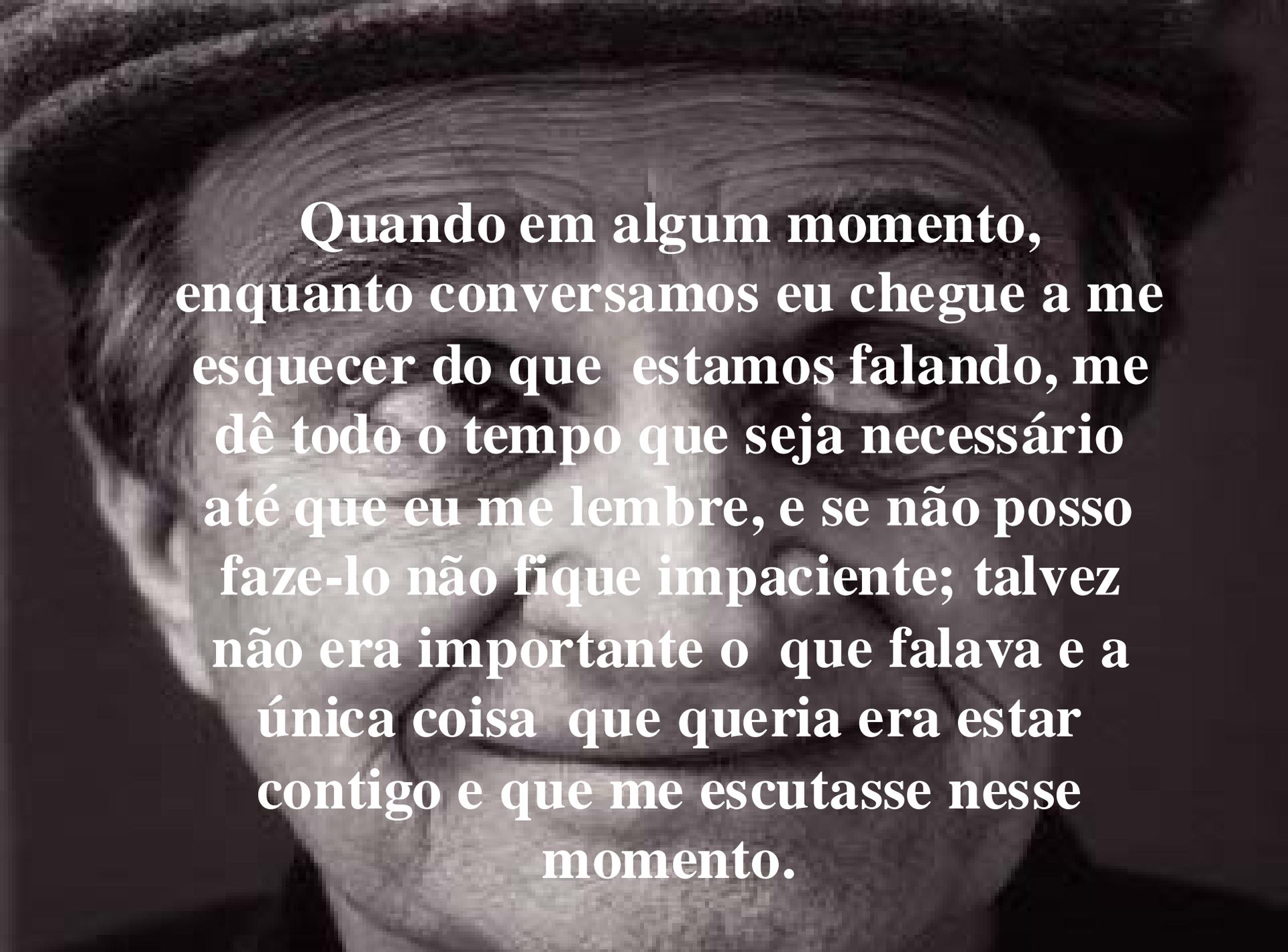
PRATIQUE SAÚDE



Equipe de Saúde da Família - ESF



NASF
Núcleo de
Apoio à SF



**Quando em algum momento,
enquanto conversamos eu chegue a me
esquecer do que estamos falando, me
dê todo o tempo que seja necessário
até que eu me lembre, e se não posso
faze-lo não fique impaciente; talvez
não era importante o que falava e a
única coisa que queria era estar
contigo e que me escutasse nesse
momento.**

MEIO AMBIENTE

- ✓ Recuperar os rios (urbanos e rurais);
- ✓ Organizar áreas que lembrem os antigos quintais ou o ambiente rural, estimulando a participação dos idosos;
- ✓ Passeios ecológicos integrando atividade física e meio ambiente, com ações intergeracionais;



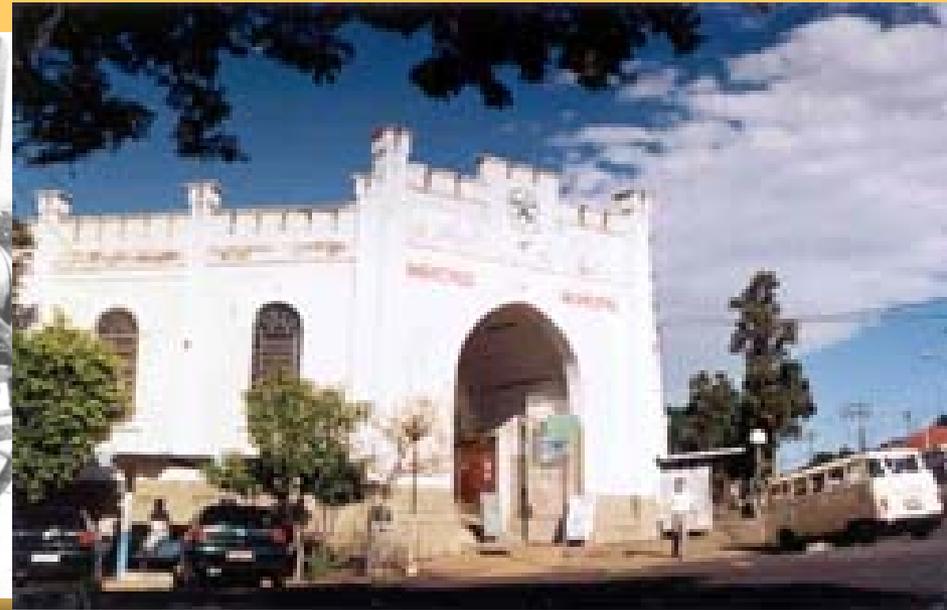
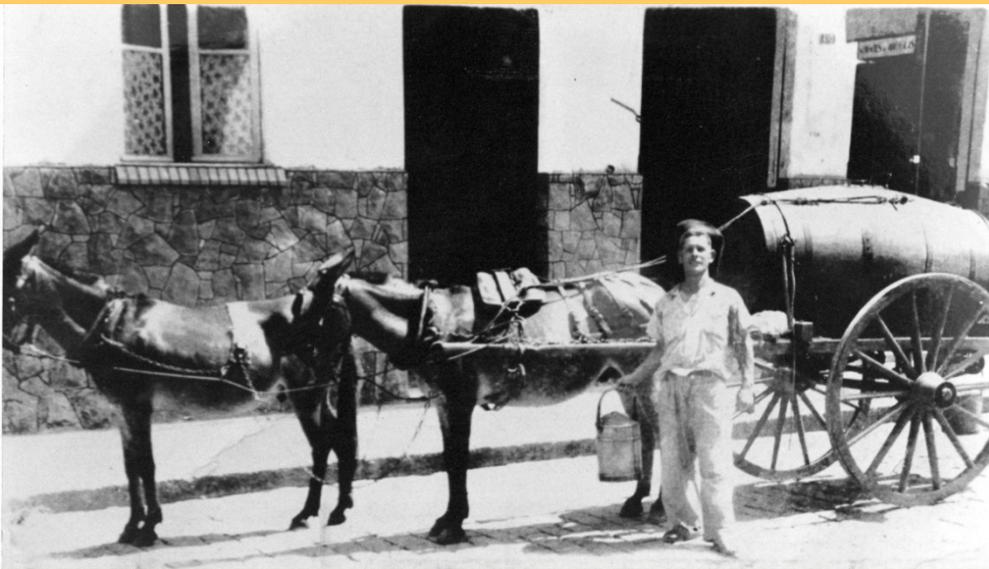
MEIO AMBIENTE

- ✓ **Apoiar pessoas que fazem caminhadas, oferecendo:**
 - **avaliação de saúde nos casos indicados,**
 - **realização de alongamentos e exercícios específicos,**
 - **orientação sobre alimentação,**
 - **orientação sobre hábitos saudáveis,**
 - **medidas antropométricas.**



O IDOSO E O MEIO AMBIENTE

**Utilizar o conhecimento acumulado pelas pessoas idosas, enriquecendo as atividades de educação ambiental, incluindo relatos para alunos de todos os níveis de ensino, produção de documentários, exposições de objetos antigos, etc;
(Vovô e Vovó como Educadores Ambientais – Melissa Riani Costa)**



O IDOSO E O MEIO AMBIENTE

Muitos idosos sentem-se 'estrangeiros' em sua própria cidade.

Desenvolver políticas de recuperação da paisagem urbana, tanto a natural quanto a produzida pelo homem, buscando oferecer à população idosa marcos que permitam sentir-se incluída/integrada à cidade e à sociedade.

Desorientação Urbana em Idosos no Município de São Carlos: Fatores Associados e Possibilidades de Intervenção - Larissa Riani Costa



Viaduto Santa Efigênia

Venha ver

Venha ver Eugênia

Como ficou bonito

O viaduto Santa Efigênia

Foi aqui que você nasceu

Foi aqui que você cresceu

Foi aqui que você conheceu

O seu primeiro amor

Eu me lembro que uma vez você me disse

Que o dia que demolissem o viaduto

De tristeza você usava luto

Arrumava sua mudança e ia embora pro interior

Quero ficar ausente,

o que os olhos não vêem

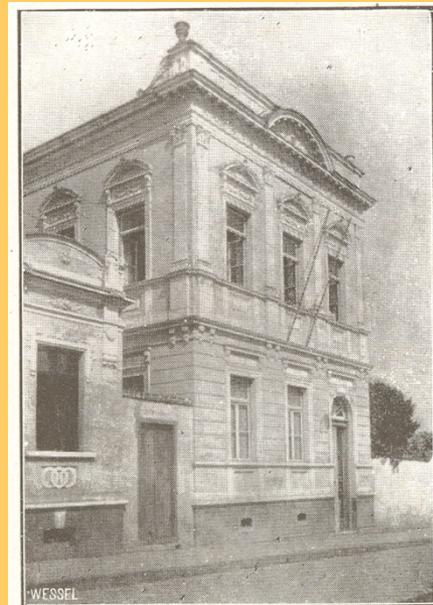
O coração não sente

Adoniran Barbosa

CULTURA



✓ Os órgãos municipais de cultura devem oferecer cursos de teatro, música, artes plásticas, artesanato e literatura oferecidos a diferentes grupos.



O predio do "Gabinete de Leitura"

CULTURA

- ✓ As danças folclóricas e regionais são excelentes atividades físicas associadas a aspectos emocionais.
- ✓ A preservação da cultura popular pode incluir bailes com músicas de diferentes épocas.
- ✓ Podem ser realizadas festas e exposições típicas das diferentes colônias de migrantes existentes.



ESPORTE E LAZER

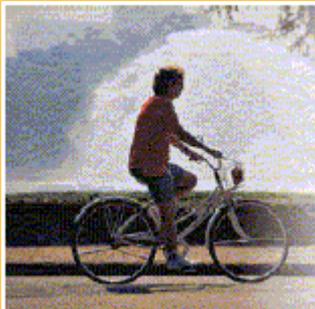


✓ Muitos municípios oferecem programas de esportes adaptados à terceira idade, mas às vezes de forma episódica, visando a participação em competições.



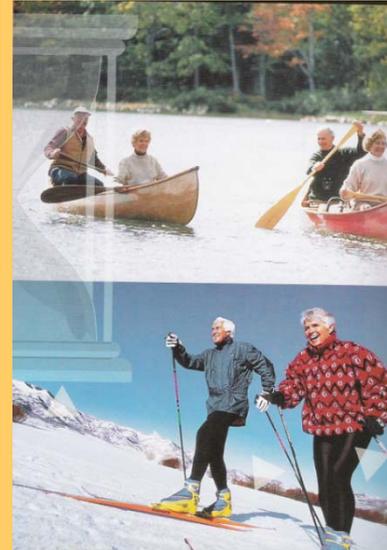
ESPORTE E LAZER

✓ Também são oferecidas atividades de ginástica, hidroginástica e, mais recentemente, musculação.



ESPORTE E LAZER

✓ É comum a concentração das atividades na área central da cidade onde geralmente se encontra uma população menos necessitada que a da periferia.



ESPORTE E LAZER

✓ Importância da implantação de centros sociais urbanos em diversos bairros, incluindo salão social, quadras esportivas, piscinas, etc. (“Clubes Populares”)



ASSISTÊNCIA SOCIAL

✓ Prioridade para o atendimento não-asilar, como Centro de Convivência e Centro-Dia, onde são desenvolvidas atividades físicas, culturais, educativas, recreativas, ocupacionais e de cidadania.



ASSISTÊNCIA SOCIAL

✓ Para a parcela chega aos “asilos”(ILPI), desenvolver programas interdisciplinares e multiprofissionais. (Trocar Casas de Repouso por “Casas de Atividades”)



ASSISTÊNCIA SOCIAL

✓ Estímulo à organização de Grupos da Terceira Idade para que o idoso tenha o “sentimento de pertencer”, melhorando a auto-estima e estimulando atividades sociais, culturais e de esporte/ lazer.



Circulação na Cidade - Acessibilidade



Circulação na Cidade - Acessibilidade



Circulação na Cidade - Acessibilidade



Circulação na Cidade - Acessibilidade



Circulação na Cidade - Acessibilidade



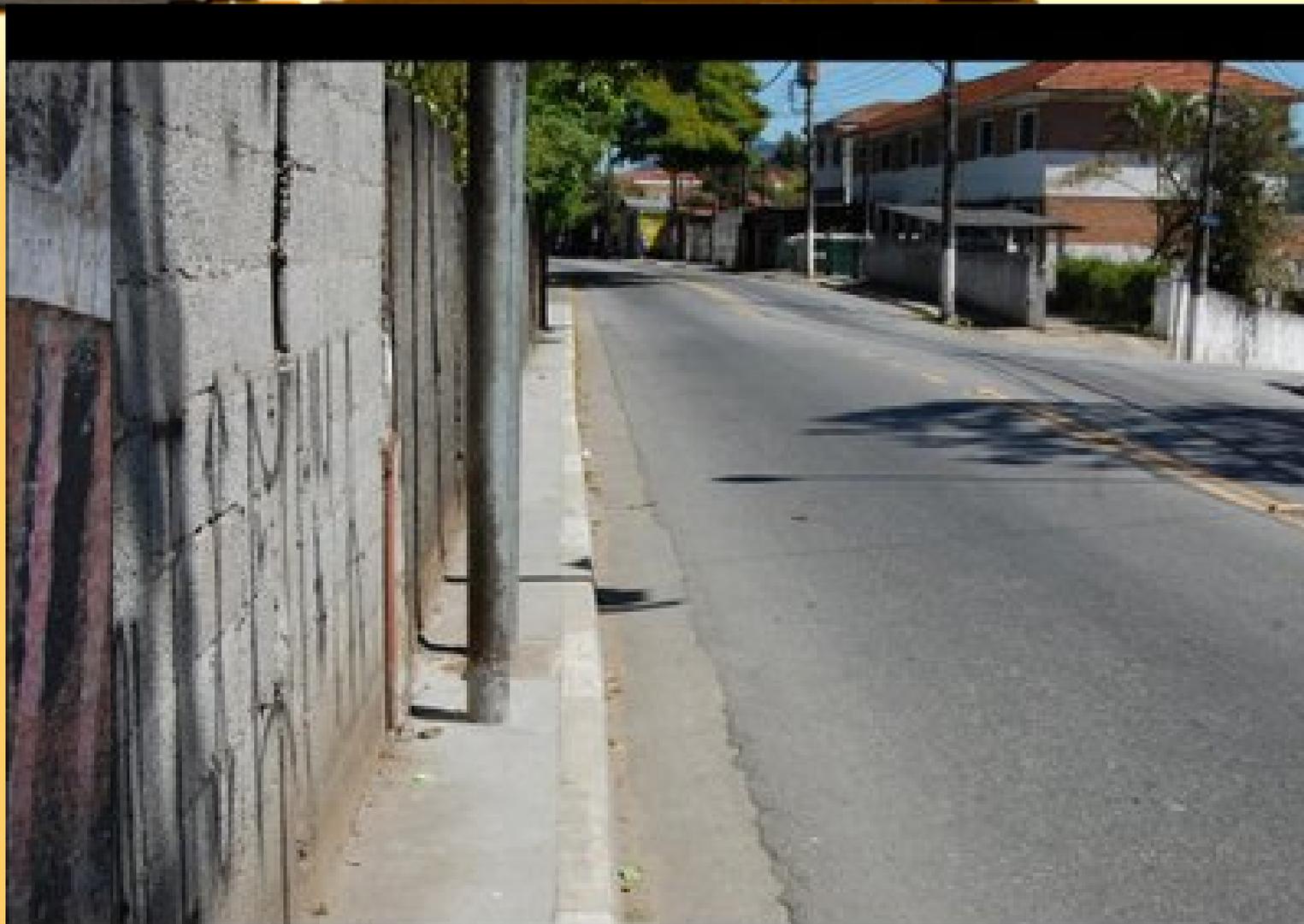
Circulação na Cidade - Acessibilidade



Circulação na Cidade - Acessibilidade



Circulação na Cidade - Acessibilidade



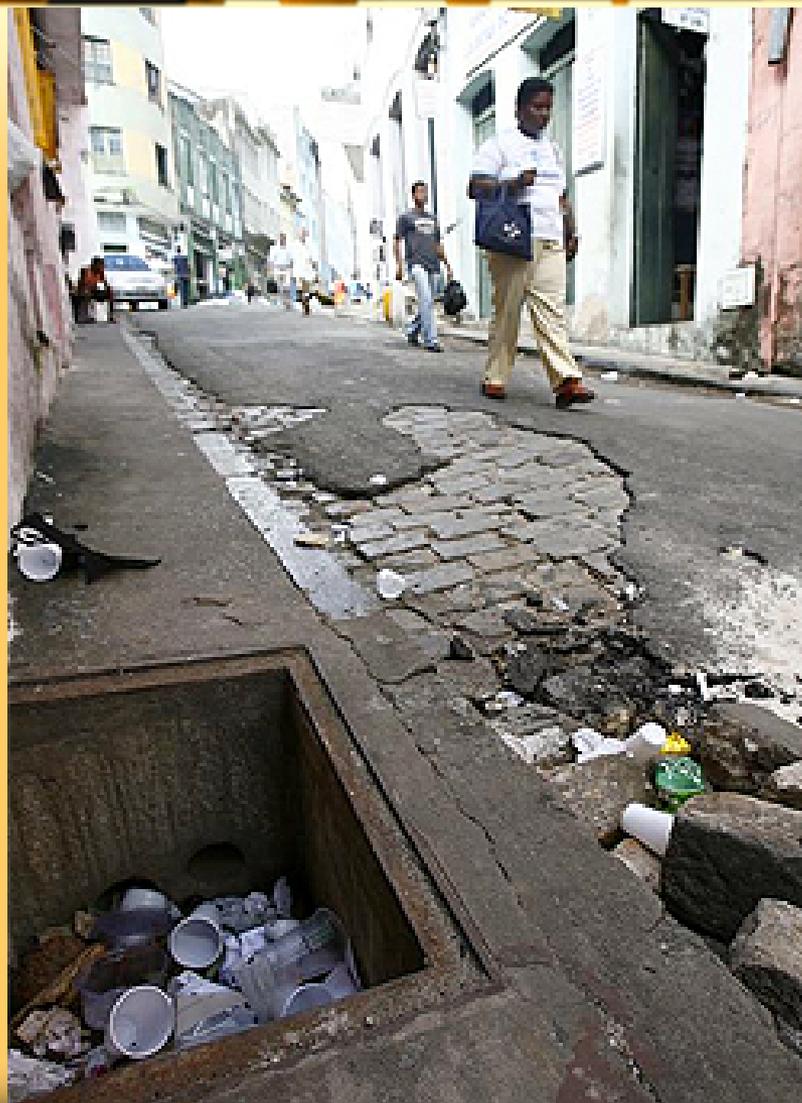
Circulação na Cidade - Acessibilidade

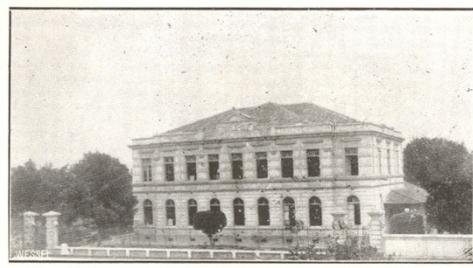


Circulação na Cidade - Acessibilidade



Circulação na Cidade - Acessibilidade





Predio do Grupo Escolar "C.º Joaquim Salles"



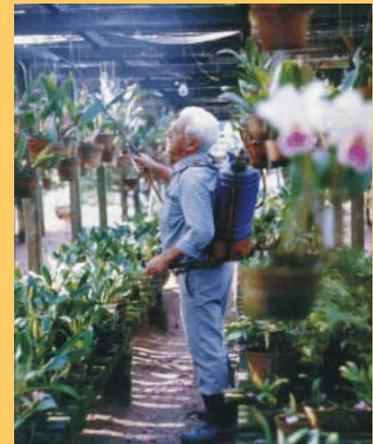
EDUCAÇÃO



- ✓ **As Administrações Municipais devem apoiar as Universidades Abertas à Terceira Idade, locais ou regionais.**
- ✓ **Outra proposta é a utilização das escolas públicas, especialmente nos finais de semana e períodos de férias, para a realização de atividades educativas, culturais, esportivas e de lazer, voltadas ao idosos, mas envolvendo pessoas de todas as idades.**
- ✓ **Podem ser oferecidos cursos de alfabetização, supletivo, línguas estrangeiras, informática, etc.**
- ✓ **Estabelecer parcerias com as Universidades.**

TRABALHO E PREVIDÊNCIA

✓ 25% das pessoas com 65 anos ou mais trabalham e um importante fator para a permanência na vida ativa é a melhor condição de saúde, especialmente a manutenção da autonomia e da mobilidade física.



✓ Empresas vêm empregando pessoas idosas para diversos serviços internos e/ou externos (que por analogia poderiam receber a denominação *office-old*), muitas vezes sem vínculo empregatício, aproveitando-se, inclusive, do tratamento especial que os idosos conquistaram com tanta luta (passe no transporte coletivo, caixas exclusivos, etc.)



TURISMO



- ✓ Uma das ações mais amplamente desenvolvidas junto à população idosa, tanto pelos órgãos públicos como pelas entidades que congregam idosos, é a realização de viagens para fins turísticos/culturais ou esportivos/de lazer.
- ✓ Estudo desenvolvido para avaliar a participação de idosos em atividades de turismo, revelou que quase todos gostariam de participar de excursões que incluíssem atividades físicas.
- ✓ As excursões poderiam ser enriquecidas com aspectos ambientais, culturais e atividades físicas .

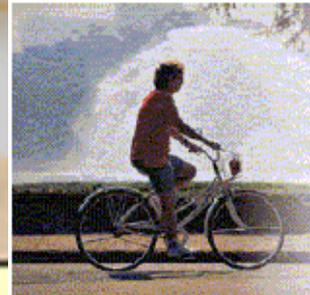
HABITAÇÃO E URBANISMO



- ✓ Com relação à habitação para a população idosa, a oferta de moradias deve evitar a segregação e prever os serviços de saúde, esporte/lazer, cultura, etc.
- ✓ Uma experiência interessante é a “República da Terceira Idade”, desenvolvida em Santos (SP).
- ✓ O “Programa de Renovação da Casa” deve disponibilizar às pessoas com baixa renda os recursos destinados à reforma das habitações, visando a adequação às necessidades do idoso, facilitando sua mobilidade.
- ✓ Eliminar as barreiras arquitetônicas, na perspectiva do “Município Acessível ao Cidadão”.



TRANSPORTE



- ✓ O sistema de transporte público é vital para a circulação dos idosos que têm autonomia.
- ✓ Os com limitações necessitam meios especiais.
- ✓ Um município interessado em promover a integração social e estimular a atividade física de seus idosos deve ser um convite ao exercício físico integrado às atividades da vida diária. Neste sentido, podem ser desenvolvidos dois grupos de ações:
 1. Estímulo ao deslocamento a pé para a realização de uma série de tarefas urbanas cotidianas;
 2. Estímulo ao uso da bicicleta, em segurança.

Atividades da UNESP – Rio Claro Voltadas à População Idosa



O Programa de Atividade Física para a Terceira Idade - PROFIT é promovido pelo Depto de Educação Física, do IB/UNESP, Campus de Rio Claro, ligado ao Laboratório de Atividade Física e Envelhecimento – LAFE e ao Núcleo UNESP-UNATI (Universidade Aberta à Terceira Idade).



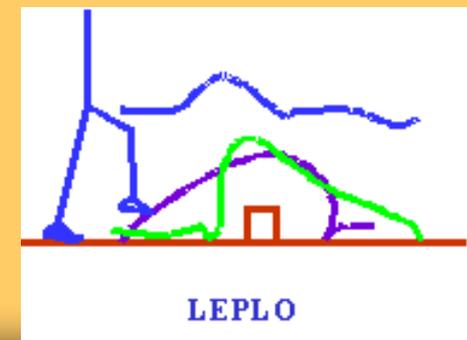
Programa de Cinesioterapia
Funcional e Cognitiva em Idosos
com Doença de Alzheimer
PRO-CDA

Programa de Atividade Física para
Idosos com Doença de Parkinson
PROPARKI

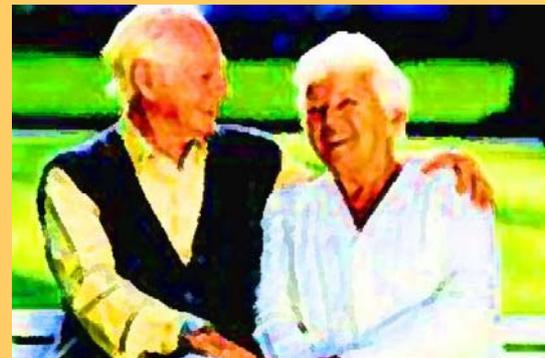
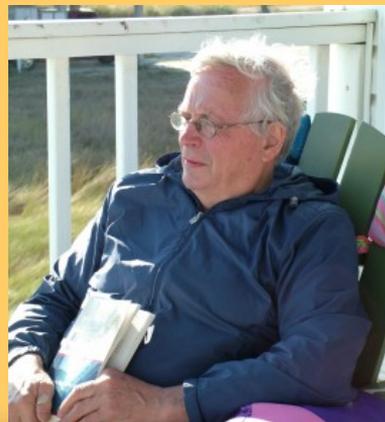
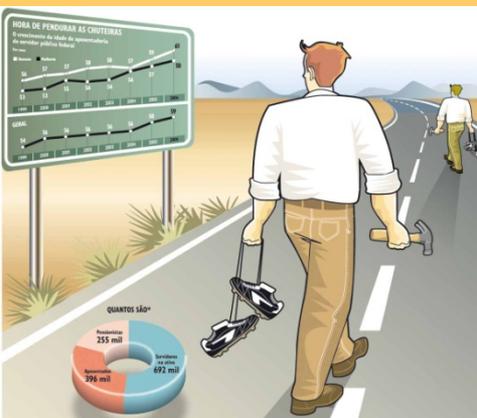
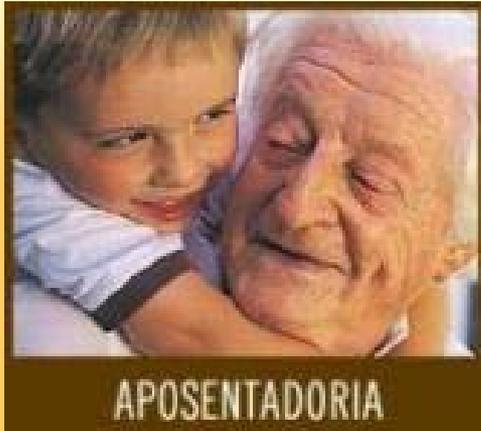


Programa de Preparação
para a Aposentadoria

Projeto Cinema, Educação e
Saúde



Jogo dos 7 erros



Envelhecimento e Longevidade: Novas Perspectivas

Maior Participação dos Municípios na Formulação de Políticas Públicas Voltadas à População Idosa

Revisão das políticas de Assistência Social, Saúde, Educação, Trabalho, Previdência, Habitação, Urbanismo, Meio Ambiente, Cultura, Esporte, Lazer e Turismo

Exigência de uma nova ordem mundial (econômica e social)

Maior demanda de atividades junto às universidades:

Ensino: Formação de profissionais, educação permanente

Extensão: Prestação de serviços à comunidade

Pesquisa: envolvendo diferentes áreas

Universidade Aberta à Terceira Idade: UNATI

DEZ CONSELHOS (Mandamentos) PARA VIVER MAIS E MELHOR

- I - Nunca fique só; homem algum é uma ilha.
- II - Sorria sempre que possível, chore se necessário.
- III - Mantenha-se sempre ativo: caminhe, jogue, brinque, dance.
- IV - Seja um eterno aprendiz; busque sempre o saber.
- V - Curta a natureza sem destruí-la; somos parte dela.
- VI - Faça planos e tente realizar seus sonhos; construa a utopia!
- VII - Participe das decisões que lhe dizem respeito e ajude a executá-las.
- VIII - Coma o necessário para viver; apenas o "pão nosso de cada dia".
- IX - Evite o que faz mal, para o corpo e para a mente.
- X - Nunca perca a esperança. Desesperar jamais!

TAREFA

(Geir Campos)

**Morder o fruto amargo e não cuspir
Mas avisar aos outros o quanto é amargo
Cumprir o trato injusto e não falhar
Mas avisar aos outros o quanto é injusto
Sofrer o esquema falso e não ceder
Mas avisar aos outros o quanto é falso
Dizer também que são coisas mutáveis
E quando em muitos a noção pulsar
Do amargo, injusto e falso por mudar
Então, confiar à gente exausta o plano
De um mundo novo e muito mais humano!**