

Condomínio Amigo

Ingrid Vilardi Mazeto

Talitha Lobo

O programa Condomínio Amigo foi premiado pelo programa Talentos da Maturidade em 2008 possibilitando que iniciássemos sua implementação em janeiro de 2009. Esse programa faz parte do Observatório da Longevidade Humana e Envelhecimento – OLHE, uma entidade civil, não-governamental, criada em 2006 por um grupo multidisciplinar de profissionais focados nas questões do envelhecimento, da velhice e da longevidade humana, e que tem como missão disseminar, aplicar e transferir conhecimento qualificado, sobre o envelhecimento e a longevidade humana.



O projeto inicial chamado Condomínio Amigo do Idoso teve como idealizadoras Beltrina Côrte, na ocasião presidente do OLHE, Celina Dias que era associada da organização, e Ingrid Mazeto, também associada e que assumiu a coordenação do projeto nos anos de 2009 e 2010.

Premiação: Fábio Ribas, Ingrid Mazeto, Beltrina Côrte, Patrícia Cabral.

Nossas justificativas

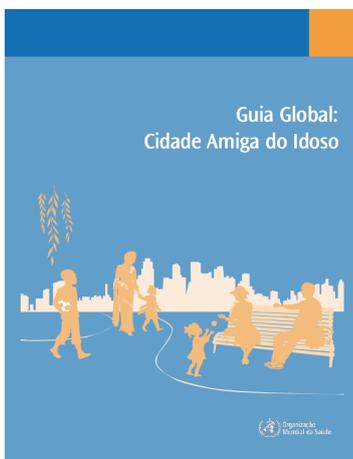
Consideramos a relevância demográfica, pois o número de pessoas acima de 60 anos tem aumentado rapidamente no Brasil. Hoje são mais de 20 milhões de indivíduos (mais de 11% da população total) e, em 2050, serão 30% da população. Esses números chamam nossa atenção para o envelhecimento da sociedade, especialmente para a faixa de 80 anos e mais, a qual nos mostra que o processo de envelhecimento coloca em cena dimensões vitais da vida, marcadas por potencialidades de invenção de múltiplos modos de existência.

A cidade de São Paulo ocupa a quarta posição das capitais com maior número proporcional de pessoas acima de 60 anos. As pessoas idosas já representam 11% da população paulistana. Desse contingente 12% têm mais de 80 anos, faixa etária que cresceu 67% nos últimos 10 anos, sendo que 67,5% deste total são mulheres, e mais de 3.000 já ultrapassaram os 100 anos. Grande parte dessa população longeva requer atenção e cuidados para o desenvolvimento de sua autonomia e estar amparado em situações de fragilidade.

Com a verticalização da cidade de São Paulo, e de outras metrópoles, como uma tendência crescente na urbanização com características diversas, encontramos velhos e novos edifícios e novos e velhos moradores, que se misturam e convivem. A grande maioria dos velhos da metrópole vive só,

sendo que esse traço é mais acentuado entre as mulheres e na região central. O estudo realizado por Castro e Medeiros (2004) evidencia que o envelhecimento da população da metrópole ocorre de forma desigual nas diferentes localidades da metrópole, sendo que a maior concentração de idosos que moram sozinhos se dá nas regiões mais centrais da capital.

Nessas regiões, o percentual de idosos que vivem só varia em torno de 20%. Em algumas dessas áreas estão concentradas as camadas mais ricas da população, onde os mais velhos tiveram oportunidade de comprar suas casas próprias quando eram mais jovens, mas que hoje estão empobrecidos. Nas regiões periféricas, os idosos moram com suas famílias e contribuem para o orçamento das mesmas. Com os novos formatos de estruturas familiares, cada vez mais encontramos idosos que permanecem grande parte de seu dia isolados, idosos ou casais de idosos vivendo sozinhos, sem a companhia de parentes.



Outra importante diretriz de nosso projeto foi o programa Cidade Amiga do Idoso, desenvolvido por Alexandre Kalache, Louise Plouffe e colaboradores na Organização Mundial de Saúde - OMS, através de pesquisas focais com idosos, cuidadores, prestadores de serviços públicos e privados e voluntários de 33 cidades espalhadas pelo mundo, sendo indagados sobre quais as vantagens e barreiras que eles encontraram apontando 8 aspectos da vida urbana. A partir dessa pesquisa foi criado um guia global que funciona como um *check list* desses apontamentos para que uma cidade seja amigável para todas as idades.

Nesses apontamentos a moradia aparece como fundamental para sua segurança e bem estar. Há uma relação direta entre uma moradia apropriada e acesso a serviços comunitários e sociais, e que influenciam a independência e a qualidade de vida dos idosos. A moradia e os serviços de suporte, que permitem os idosos envelhecer com conforto e segurança na comunidade a que pertencem são universalmente valorizados. Esse cenário exige que a sociedade pense e elabore estratégias para apoio e suporte desses cidadãos para que possam, ao longo do tempo, manter sua autonomia e estar amparado em casos de emergência.

Para melhorar a qualidade de vida, manter a autonomia e independência dessa população longeva é fundamental que a rede e o suporte social estejam sensibilizados e preparados para entender a complexidade das diversas maneiras de envelhecer. A rede social dos idosos pode ser formada pelas relações estabelecidas entre eles, seus vizinhos, familiares, cuidadores, prestadores de serviços e equipamentos sociais. Grande parte dessa rede consolida-se entre pessoas próximas e do entorno de sua moradia. Elas também criam para os idosos oportunidades de manter sua identidade social, receber apoio, auxílio material, serviços, informações e novos contatos sociais, sendo elas as fontes de suportes sociais.



Ingrid Mazeto e Bernadete Oliveira (condomínio Amigo) com Alexandre Kalache no lançamento do programa Porteiro Amigo em Copacabana-RJ 2010.

A cidade de São Paulo, como outras grandes cidades, constitui objeto complexo. Vive-se nas metrópoles sob o signo da apatia e da indiferença - a falta de vínculos com o lugar leva a uma atitude generalizada que se expressa na falta de participação na vida pública e na perda da consciência de cidadania.

As relações pessoais e profissionais que se estabelecem em um condomínio residencial no meio urbano podem representar a possibilidade de aproximação e construção de relações intergeracionais onde mesmo mantendo a autonomia e individualidade os moradores, juntamente com síndicos, conselho e funcionários possam construir e manter uma rede de apoio mútuo.

Os objetivos

Inicialmente, 2009, nos propusemos a identificar as redes e o apoio social de condomínios residenciais, para fazer a capacitação de colaboradores e moradores dos condomínios, abordar a rede de serviços e comércio do entorno para participarem da sensibilização e de um guia Condomínio Amigo.

No segundo ano de implementação do programa, 2010, objetivou-se fortalecer a rede e o apoio social já identificados em 2009 nos condomínios participantes, e ampliar a implementação do programa para outros condomínios, prestadores de serviços condominiais e grandes redes de serviços e comércio.

Sensibilizar e capacitar os moradores e os colaboradores do condomínio sobre os temas envelhecimento e a longevidade, desmistificando o envelhecer e a velhice, mostrando sua heterogeneidade, a fragilidade e suas necessidades, e a importância da rede de suporte para os idosos residentes, proporcionando uma convivência mais solidária e harmoniosa para todos além de aproximar as diferentes gerações.

O caminho percorrido

No ano de 2009 foram abordados diretamente 33 condomínios, em diferentes ruas da Sé e Mooca após delimitação de área central das regiões nas quais se encontrava o maior número de prédios residenciais. Dessa abordagem direta resultou a seleção do IAPI (Instituto de Aposentadoria e Pensões dos Industriários), na Mooca. E, através de uma abordagem indireta, chegou-se ao COPAN, na Sé.

O Edifício COPAN (Sé), projetado pelo arquiteto Oscar Niemeyer e colaboradores, ícone da arquitetura paulista e mundialmente conhecido partiu de uma proposta inovadora de múltiplos usos – residência, comércio e serviço - distribuídos em um único edifício que apresenta forma arquitetônica arrojada e alto índice de adensamento populacional nas suas 1160 unidades, e que demandam um quadro efetivo de 99 funcionários para aproximadamente 5000 condôminos, distribuídos em 6 blocos, com 20 elevadores no total, 220 vagas de garagem e 72 lojas, além do cinema atualmente ocupado por uma igreja evangélica.

O Instituto de Aposentadoria e Pensões dos Industriários - IAPI (Mooca) composto por 17 torres de 4 pavimentos mais o térreo, compondo 576 unidades onde residem aproximadamente 2.300 pessoas, sendo que cerca de 80% são idosos. O IAPI é um símbolo da conquista de uma classe operária que hoje mantém em suas estruturas os filhos, netos e até bisnetos dos operários da década de 40, de uma São Paulo que pulsava o crescimento industrial junto com o adensamento populacional e vertical.

Ambos apresentam semelhanças como o tamanho do condomínio - com grande número de unidades - e de moradores, construídos na fase modernista da arquitetura onde se priorizava a funcionalidade, sem considerar a escala humana e a perspectiva do envelhecimento dos usuários. Além disso, estão localizados em zonas urbanas atualmente focadas com políticas de recuperação dos espaços públicos degradados pela técnica do "retrofit" que requalifica essas construções e seus usos, destinados a habitação, prioritariamente, por idosos ou pessoas de baixa renda, elevando, assim, os índices de envelhecimento nas áreas centrais das grandes cidades.

A pesquisa realizada inicialmente pelo programa com 41 idosos, e a capacitação dos moradores idosos e funcionários de ambos os condomínios, indicaram, no entanto, que estes apresentam características diversas, e que sintetizam a complexidade existente em grande parte dos condomínios da região central de São Paulo. Após a identificação e conhecimento, os idosos indicaram as fraquezas e fortalezas da rede e o suporte social existente para os mesmos.

Foram realizadas oficinas de sensibilização para os funcionários do COPAN e moradores do IAPI nos anos de 2009 e 2010, cada oficina foi dividida em 4 encontros de 2 horas.

1º Encontro (2 horas)	<ul style="list-style-type: none"> - Levar informações para facilitar a reflexão do grupo sobre o tema central de todos os encontros, a pessoa idosa. - Facilitar para que o grupo tome contato com sua a percepção e a do outro sobre o envelhecimento. - Desconstruir os estereótipos permitindo a construção de um olhar sobre a complexidade e diversidade da velhice. - Identificar quem são as pessoas idosas do condomínio para o grupo.
Objetivos	

<p>2º Encontro (2 horas)</p> <p>Objetivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Entender quais as alterações normais no envelhecimento e quando elas apontam para uma doença. - Vivenciar as possíveis alterações e fragilidades. - Apresentar as recomendações gerais sobre acessibilidade no condomínio, e a importância de evitar quedas e permitir uma acessibilidade a todos.
<p>3º Encontro (2 horas)</p> <p>Objetivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Discutir os conflitos apresentados pelo grupo, relações intergeracionais e dificuldades na comunicação. - Trazer para reflexão a importância dos vínculos e solidariedade nas relações cotidianas, para amenizar o isolamento e identificar maus tratos e violência contra a pessoa idosa.
<p>4º Encontro (2 horas)</p> <p>Objetivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Finalizar a capacitação apontando e reforçando as relações dos principais pontos abordados. - Elaborar em grupo possíveis intervenções no condomínio que contemplem os moradores idosos. - Coletar dados para a pesquisa.



Participaram das oficinas 40 funcionários do edifício COPAN e 16 moradores do IAPI; 20 moradores do COPAN participaram de um Workshop de 2 horas com o objetivo de fortalecer as redes de apoio entre vizinhos antes desconhecidos. Foi feito um relatório de arquitetura amiga, por uma arquiteta de nossa equipe, com foco gerontológico, entregue ao síndico do Edifício COPAN sugerindo modificações que poderiam melhorar sua acessibilidade.



Ainda no ano de 2010 desenvolvemos uma ação em parceria com a Universidade São Judas Tadeu, uma grande universidade da região do IAPI. A mesma constitui-se de um dia de mutirão da saúde, no qual os moradores tiveram acesso a profissionais de odontologia, medicina, enfermagem, educação física e fisioterapia, aptos a esclarecer dúvidas, aferir pressão arterial, glicemia, índice de massa corpórea - IMC e realizar testes determinantes do risco de

quedas. Neste mesmo dia, deu-se início o projeto sênior, realizado pelos alunos de mestrado da Universidade São Judas, com apoio do OLHE, com reuniões semanais entre os idosos e os alunos, para esclarecimentos sobre como se tornar e manter independente para realização de atividades físicas e de lazer. As reuniões aconteceram até março de 2011. Em parceria com o sindicato de síndicos profissionais em 2010 fizemos uma sensibilização com 20 alunos do curso de síndicos.

Com a identificação e qualificação das redes e suportes sociais,



apontadas pelos idosos e pelos funcionários nas capacitações e pesquisas de opinião, foram realizadas visitas aos estabelecimentos indicados, convidando-os a participarem do projeto, através de sensibilização de seus funcionários no ano de 2010. Nesse momento do programa não houve adesão do comércio e serviços.

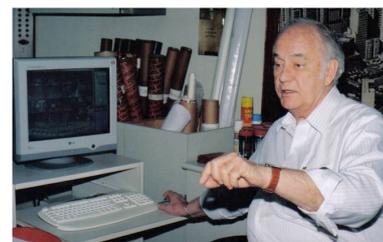


Essas ações possibilitaram identificar, conhecer, e fortalecer tais redes e suportes sociais. Após essas intervenções foram feitas entrevistas com os funcionários participantes do COPAN e com o síndico para saber se aconteceram melhorias e fortalecimento da rede e apoio ao morador idoso.

“Antes eu via o idoso com mais brincadeira hoje eu vejo o idoso como aprendiz e vejo eu no futuro”. Aristóteles, 27 anos, porteiro.

“Eu aprendi que as pessoas precisam mais da minha solidariedade que antes eu não dava”. José Raimundo, 53 anos, porteiro.

“A gente vê a mudança na forma como o idoso é tratado: com mais paciência agora. Se alguém chega com uma compra, os porteiros colaboram, carregando as sacolas. Também vejo que abrem a porta, apertam o andar. Em termos de acessibilidade, só há alguns lugares, perto da área de serviço, que é preciso ser mais cuidadoso, porque há um degrau. Mas isso está sendo superado, estamos fazendo uma reforma. Aqui há 1.160 unidades e cerca de 5 mil moradores, mas, juntando todas as pessoas que circulam, dá para dizer que temos uma população flutuante de 13.200 pessoas. Cerca de 12% são idosos, e muitos desses moram sozinhos. Mas procuramos acompanhar essas pessoas, sabendo mais ou menos o horário que chegam, quando saem. Agora, costumamos ficar mais atentos ainda quando não estão bem de saúde.” Affonso Celso, 66 anos, há 17 anos é síndico e morador no COPAN.



“O Condomínio Amigo é uma ação onde todos nós, moradores, funcionários, podemos ter uma relação melhor. Ajuda não só os idosos, mas principalmente nós que lidamos com eles. Achei o curso uma maravilha, mudou bastante minha visão daquilo que pode acontecer no futuro comigo. Agora eu penso muito na minha aposentadoria, na minha relação com a família, com os amigos, porque eu quero envelhecer com qualidade”.
Francisco, 39 anos, há 11 anos porteiro no Copan

“Os vizinhos aqui são muito unidos, como eu não posso andar muito porque tenho um problema na coluna, eles é que fazem as compras de supermercado, padaria, farmácia, tudo que você imaginar, tenho até cabeleireiro que vem uma vez por semana cuidar dos meus cabelos, não é um luxo?! Com o Condomínio

Amigo, os idosos do IAPI serão mais unidos, para se ajudar no dia a dia e conquistar mais benefícios.”



Dona Lurdes, 76 anos que mora só no IAPI e tem apartamento no térreo, nos contou que em abril de 2010, estava no banheiro, sentiu uma fraqueza e caiu, tentou levantar-se várias vezes, em vão. Pediu socorro, mas com a voz baixa que possui ninguém a ouviu. Ficou no chão durante três dias, sentindo muita sede.

“Eu estou com um problema de equilíbrio, devido a uma cirurgia, e, de repente, percebi que os funcionários começaram a se preocupar mais comigo, a me dar o braço”. Ilzet Maurice, 73 anos, moradora há quase 50 anos do Copan, entre algumas idas e vindas, disse que notou que os porteiros, já alguns meses, estão mais atenciosos com ela.

Desafios e caminhos novos do Condomínio Amigo



Por se tratar de uma iniciativa pioneira não tivemos outras ações semelhantes para trocar informações, o que nos impulsionava a desbravar caminhos novos. Os equívocos e desafios que encontramos foram fundamentais no aprendizado para os passos seguintes e para nossa organização.

É muito importante que as pessoas que idealizam o projeto estejam efetivamente no cotidiano da implementação para saber quais ações pensadas são efetivamente possíveis, como também estimular os demais a encontrarem brechas para a viabilização do que é possível.

A primeira modificação que fizemos foi a mudança do nome que, em 2010, passou a se chamar Condomínio Amigo, retiramos a palavra idoso, pois verificamos que moradores idosos relataram que não participavam porque não se consideravam idosos, evidenciando uma não representatividade em relação à classificação etária. Verificamos que ainda não é uma demanda dos condomínios, bem como dos prestadores de serviços e comércio investir na capacitação de seus funcionários sobre essa temática, indicando uma demanda preocupante ainda não percebida pela sociedade.

Por isso, um ponto forte de nosso programa são as sensibilizações, pois a partir delas é que as pessoas percebem os idosos ao seu redor, as diferentes velhices, o seu próprio processo de envelhecimento, e como mudanças de atitudes podem contribuir para um convívio melhor com os mais velhos, e ajudar na construção de uma cidade mais amigável para todas as idades.

Através da pesquisa feita com os idosos dos condomínios sobre os serviços e comércio que utilizavam e qual a qualificação que davam a eles, constatamos que utilizam grandes redes de supermercado, farmácia e os bancos.

Com os desafios encontrados, as ações que foram exitosas e para a sustentabilidade do programa, no ano de 2011, pensamos em estratégias que possibilitem pulverizar por São Paulo o programa Espaço Amigo que pode ser um condomínio, o comércio e prestadores de serviço.

Verificamos que teríamos que oferecer esse programa para grandes redes de supermercado, farmácias e bancos, e para empresas que oferecem serviços terceirizados para condomínio. Nesse momento estamos trabalhando junto a uma instituição financeira para que seus colaboradores sejam sensibilizados e suas agências adequadas para o atendimento ao cliente idoso.

Nosso grande desafio é sensibilizar as empresas e os serviços da necessidade de “olhar” para o idoso de hoje considerando suas necessidades e desejos, para que possamos realmente pensar em um envelhecer com futuro, um futuro de todos nós.

Referências

CASTRO, Y. e MEDEIROS, S. (2004). Mapeando a população idosa na região metropolitana de São Paulo. In: *Revista Kairós-Gerontologia*. São Paulo, v. 7(1).

Ingrid Vilardi Mazeto - Fisioterapeuta, Especialista em fisioterapia respiratória, acupunturista. Mestre em Gerontologia pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP). Presidente do Observatório da Longevidade Humana e Envelhecimento (OLHE). E-mail: ingravm@hotmail.com.

Talitha O.C. Lobo – Fisioterapeuta; Especialista em Gerontologia pelo Hospital Israelita Albert Einstein; Especialista em Psicogerontologia pela PUC-SP; membro do grupo de pesquisa: LEC - Longevidade Envelhecimento e Comunicação /PUC-SP; Colaboradora do OLHE (Observatório da Longevidade e do Envelhecimento Humano). E-mail: talithafisio@gmail.com.

Fotos: Alessandra Anselmi, Rita Amaral e Bernadete Oliveira.