

Guia Global: Cidade Amiga do Idoso



Organização
Mundial da Saúde

Dados internacionais de catalogação na publicação - Biblioteca da OMS :

Guia global : cidade amiga do idoso.

1.Idoso - estatística. 2.Envelhecimento. 3.Saúde da população urbana. 4.Planejamento de cidades.
5.Distribuição espacial da população. 6.Qualidade de vida. 7.Participação comunitária. 8.Planejamento
estratégico. I.Organização Mundial da Saúde.

ISBN 978 92 4 854730 0

(Classificação NLM: WT 31)

© **Organização Mundial da Saúde 2008**

Todos os direitos reservados. As publicações da Organização Mundial da Saúde podem ser pedidas a: Publicações da OMS, Organização Mundial da Saúde, 20 Avenue Appia, 1211 Genebra 27, Suíça (Tel: +41 22 791 3264; fax: +41 22 791 4857; e-mail: bookorder@who.int). Os pedidos de autorização para reprodução ou tradução das publicações da OMS – para venda ou para distribuição não comercial - devem ser endereçados a Publicações da OMS, mesmo endereço (fax: : +41 22 791 4806; e-mail: permissions@who.int).

As denominações utilizadas nesta publicação e a apresentação do material nela contido não significam, por parte da Organização Mundial da Saúde, nenhum julgamento sobre o estatuto jurídico de qualquer país, território, cidade ou zona, nem de suas autoridades, nem tampouco sobre questões de demarcação de suas fronteiras ou limites. As linhas ponteadas nos mapas representam fronteiras aproximativas sobre as quais pode ainda não existir acordo completo.

A menção de determinadas companhias ou do nome comercial de certos produtos não implica que a Organização Mundial da Saúde os aprove ou recomende, dando-lhes preferência a outros análogos não mencionados. Com excepção de erros ou omissões, uma letra maiúscula inicial indica que se trata dum produto de marca registado.

A OMS tomou todas as precauções razoáveis para verificar a informação contida nesta publicação. No entanto, o material publicado é distribuído sem nenhum tipo de garantia, nem expressa nem implícita. A responsabilidade pela interpretação y utilização deste material recai sobre o leitor. Em nenhum caso se poderá responsabilizar a OMS por qualquer prejuízo resultante da sua utilização.

Version for the Web

Guia Global

Cidade Amiga do Idoso:

Agradecimentos

A idéia deste projeto foi apresentada, em junho de 2005, na sessão de abertura do 18º Congresso Mundial de Gerontologia, no Rio de Janeiro, Brasil e atraiu o interesse entusiasmado dos especialistas presentes, manifestado através de importantes contribuições de inúmeros parceiros. Agradecemos imensamente o financiamento e o apoio prestado pela Agência de Saúde Pública do Canadá, apoio este fundamental para a implementação da pesquisa, a participação de várias cidades e a publicação deste guia.

Também estendemos nosso agradecimento ao Ministério de Saúde da British Columbia, no Canadá, por promover a reunião inicial das cidades colaboradoras, realizada em maio de 2006, em Vancouver, no Canadá; à *2010 Legacies Now* por financiar a publicação de um panfleto promocional; à *Help the Aged* por possibilitar a participação de suas cidades e promover, em março de 2007, em Londres, Inglaterra, a segunda reunião das cidades colaboradoras; e à cidade de Ottawa, no Canadá, por realizar o teste-piloto do Protocolo de Pesquisa. A implementação do projeto de pesquisa e o comparecimento às reuniões do projeto foram possíveis pelo apoio e financiamento dos governos municipais da maioria das cidades colaboradoras.

O projeto contou, em todas as suas fases, com a orientação de um grupo de consultores, a cujos membros agradecemos: Margaret Gillis, da Agência de Saúde Pública do Canadá; James Goodwin, da *Help the Aged*, Inglaterra; Tessa Graham, do Ministério da Saúde da British Columbia, Canadá; Gloria Gutman, da Simon Fraser University, Canadá; Jim Hamilton, da Secretaria de Envelhecimento Saudável de Manitoba, Canadá; Nabil Kronful, da Associação Libanesa de Gestão em Saúde, Líbano; Laura Machado, InterAge Consultoria em Gerontologia, Brasil; e Elena Subirats-Simon, Acción para la Salud, México.

O Projeto Mundial Cidade Amiga do Idoso foi desenvolvido por Alexandre Kalache e Louise Plouffe, da sede da OMS em Genebra, na Suíça, e o relatório foi produzido sob sua direção. Contribuições acadêmicas importantes na análise de dados e preparação do relatório foram dadas por Louise Plouffe; Karen Purdy, do Escritório de Defesa dos Interesse de Idosos e Voluntariado, Governo da Austrália Ocidental; Julie Netherland, Ana Krieger e Ruth Finkelstein, da Academia de Medicina de Nova York; Donelda Eve, Winnie Yu e Jennifer MacKay, do Ministério da Saúde da British Columbia; e Charles Petitot, da sede da OMS.

O Protocolo de Pesquisa foi implementado nas 33 cidades a seguir relacionadas, graças aos esforços de governos, organizações não-governamentais e grupos acadêmicos:

Aman, Jordânia
Cancún, México
Dundalk, Irlanda
Genebra, Suíça
Halifax, Canadá
Himeji, Japão
Islamabad, Paquistão
Istanbul, Turquia
Kingston e Montego Bay (em conjunto), Jamaica
La Plata, Argentina
Londres, Inglaterra
Mayaguez, Porto Rico
Melbourne, Austrália
Melville, Austrália
Cidade do México, México
Moscou, Federação Russa
Nairobi, Quênia
Nova Delhi, Índia
Ponce, Porto Rico
Portage La Prairie, Canadá
Portland, Oregon, Estados Unidos da América

Rio de Janeiro, Brasil
Região metropolitana do Ruhr, Alemanha
Saanich, Canadá
San José, Costa Rica
Shanghai, China
Sherbrooke, Canadá
Tóquio, Japão
Trípoli, Líbano
Tuymazy, Federação Russa
Udaipur, Índia
Udine, Itália

Por fim, um agradecimento especial é dirigido a todos os idosos, de todas as cidades onde a pesquisa foi realizada, bem como aos cuidadores e prestadores de serviços que foram também consultados. Nos grupos focais, essas pessoas articularam o modelo de uma cidade amiga do idoso com base na sua experiência, que constitui o cerne deste Guia. Esses idosos, e aqueles que interagem com eles de forma significativa, continuarão a ter um papel fundamental como defensores e supervisores de ações que tornem a sua cidade mais amiga dos idosos.

Sumário

Agradecimentos

Introdução: sobre este Guia

Seção 1. Envelhecimento global e urbanização: aceitando o desafio imposto pelo sucesso da humanidade

Seção 2. Envelhecimento ativo: uma base para as cidades amigas do idoso

Seção 3. Como este Guia foi desenvolvido

Seção 4. Como usar este Guia

Seção 5. Espaços abertos e prédios

Seção 6. Transporte

Seção 7. Moradia

Seção 8. Participação social

Seção 9. Respeito e inclusão social

Seção 10. Participação cívica e emprego

Seção 11. Comunicação e informação

Seção 12. Apoio comunitário e serviços de saúde

Seção 13. Finalizando e seguindo em frente

Referências bibliográficas

Introdução: sobre este Guia

O envelhecimento populacional e a urbanização são duas tendências mundiais que, em conjunto, representam as maiores forças que moldam o século XXI. Ao mesmo tempo em que as cidades crescem, aumenta, cada vez mais, o seu contingente de residentes com 60 anos ou mais. Os idosos são um recurso para as suas famílias, comunidades e economias, desde que em ambientes favoráveis e propícios. A OMS considera o envelhecimento ativo como um processo de vida moldado por vários fatores que, isoladamente ou em conjunto, favorecem a saúde, a participação e a segurança de idosos. Seguindo a abordagem da OMS para o envelhecimento ativo, o objetivo deste Guia é mobilizar cidades para que se tornem mais amigas do idoso, para poderem usufruir o potencial que os idosos representam para a humanidade.

Uma cidade amiga do idoso estimula o envelhecimento ativo ao otimizar oportunidades para saúde, participação e segurança, para aumentar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem.

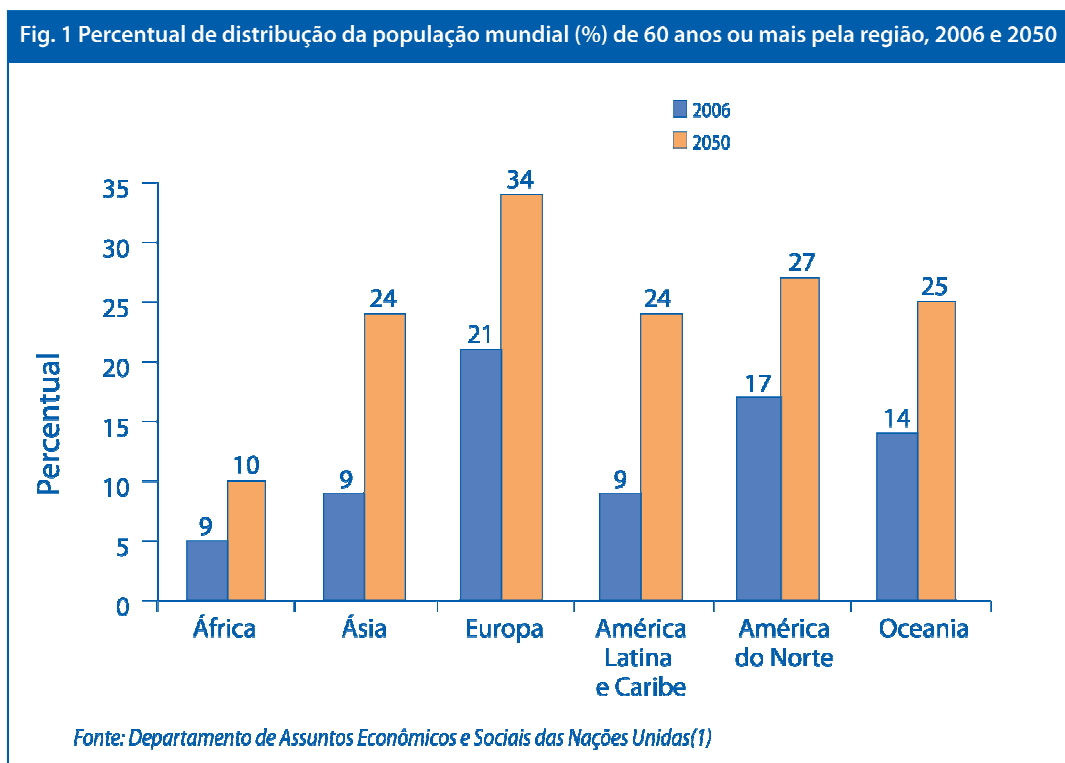
Em termos práticos, uma cidade amiga do idoso adapta suas estruturas e serviços para que estes sejam acessíveis e promovam a inclusão de idosos com diferentes necessidades e graus de capacidade.

Para entender as características de uma cidade amiga do idoso é fundamental que os próprios interessados – os habitantes idosos da cidade – sejam ouvidos. Assim, trabalhando com grupos focais de idosos, em 33 cidades de todas as regiões do mundo, a OMS pediu que eles, que apontassem as vantagens e as barreiras que eles encontram, abordando oito aspectos da vida urbana. Na maioria das cidades, os relatos dos idosos foram complementados por informações colhidas em grupos focais de cuidadores e prestadores de serviços dos setores público, privado e voluntariado. A partir das informações colhidas nos grupos focais foi desenvolvido um conjunto de itens amigáveis aos idosos, a serem avaliados por meio de um *checklist*.

- A seção 1 descreve as tendências convergentes do rápido crescimento da população com mais de 60 anos e da urbanização, e aborda os desafios que as cidades terão que enfrentar.
- A seção 2 apresenta o conceito de “envelhecimento ativo” como um modelo para orientar o desenvolvimento de cidades amigas do idoso.
- A seção 3 resume o processo de pesquisa que levou à identificação das características principais de uma cidade amiga do idoso.
- A seção 4 descreve como esse Guia deve ser utilizado por pessoas e grupos para estimular a sua própria cidade a agir.
- As seções 5 – 12 abordam as questões e preocupações expressas pelos idosos e por aqueles que atendem aos idosos, em cada um dos oito aspectos da vida urbana: espaços abertos e prédios; transporte; moradia; participação social; respeito e inclusão social; participação cívica e emprego; comunicação e informação; e apoio comunitário e serviços de saúde. Em cada seção, a descrição dos achados é concluída com um *checklist* das principais características amigáveis aos idosos identificadas pela análise dos relatórios de todas as cidades.
- A seção 13 integra os achados conforme a perspectiva de envelhecimento ativo da OMS e enfatiza as fortes ligações entre as diferentes áreas amigáveis aos idosos. Elas revelam os principais traços do que seria uma cidade amiga do idoso “ideal” e mostram como a melhoria em um dos tópicos, pode ter um impacto positivo sobre os demais. Estimuladas pela promessa de um número maior de comunidades amigas do idoso, as cidades colaboradoras da OMS estão desenvolvendo iniciativas que façam com que os achados da pesquisa conduzida se transformem em ações locais para então servirem de modelo para as cidades que não participaram deste estudo. Um movimento de comunidades amigas do idoso está crescendo e este Guia é o ponto de partida.

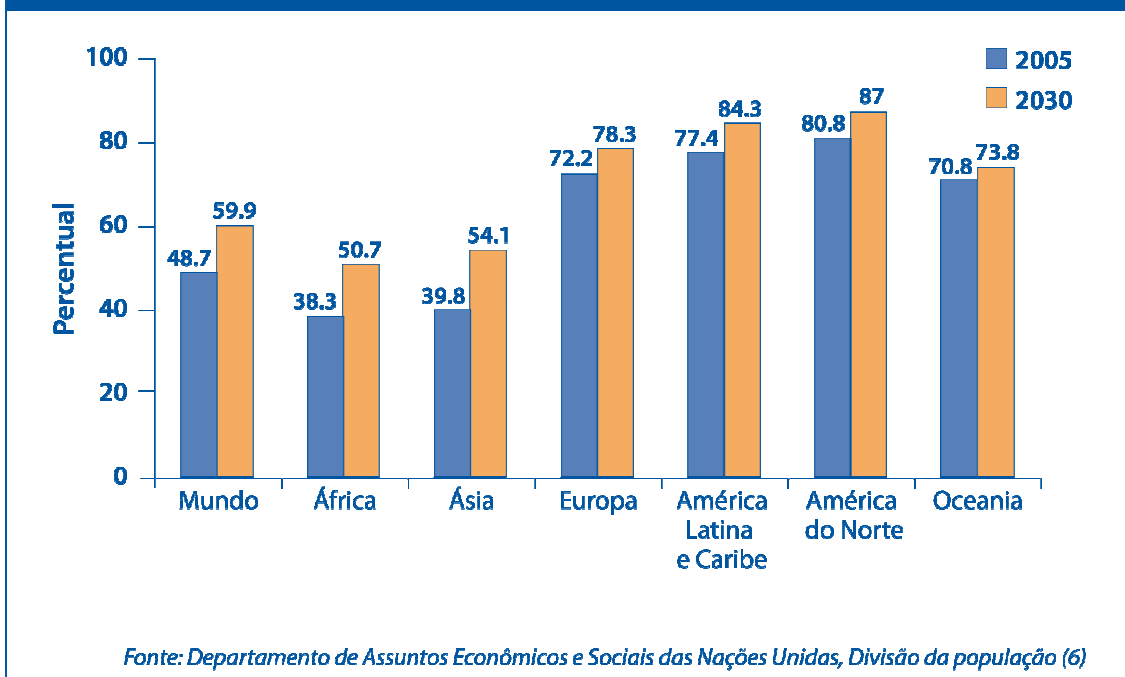
Seção 1. Envelhecimento global e urbanização: aceitando o desafio imposto pelo sucesso da humanidade

O mundo está envelhecendo rapidamente: o número de pessoas com 60 anos ou mais dobrará, proporcionalmente, passando de 11%, em 2006, para 22%, em 2050. Então, pela primeira vez na história da humanidade (1), haverá mais idosos que crianças (com idade 0–14 anos) na população. Países em desenvolvimento estão envelhecendo em uma velocidade muito maior que a dos países desenvolvidos: em cinco décadas, pouco mais de 80% dos idosos do mundo viverão em países em desenvolvimento, comparativamente com 60% em 2005 (Fig. 1) (2).



Ao mesmo tempo, o nosso mundo é uma “cidade” em crescimento: já em 2007, mais da metade da população mundial está vivendo em cidades (3). O número de mega-cidades, isto é, cidades com 10 milhões de habitantes ou mais, aumentou dez vezes, passando de 2 para 20, ao longo do século XX, e respondiam por 9% da população urbana do mundo em 2005 (4). O número e a proporção da população urbana continuarão a aumentar nas próximas décadas, especialmente em cidades com menos de cinco milhões de habitantes (5). Mais uma vez, esse crescimento está se dando muito mais rapidamente em países em desenvolvimento. Em 2030, cerca de três em cada cinco pessoas no mundo habitarão em cidades e o número da população urbana nas regiões menos desenvolvidas será quase quatro vezes maior que nas regiões mais desenvolvidas (Fig. 2) (6).

Fig. 2 Percentual da População Urbana em Grandes Centros, 2005 e 2030



Um contingente maior de idosos também está morando em cidades. Em 80% dos casos, a proporção de residentes idosos chega a ser semelhante à de moradores de faixas etárias mais jovens; a proporção de aumento populacional se dará no mesmo ritmo entre indivíduos mais velhos e mais jovens. Nos países em desenvolvimento, entretanto, a proporção de idosos em comunidades urbanas, aumentará 16 vezes, passando de cerca de 56 milhões, em 1998, para mais de 908 milhões, em 2050. Nesse momento, os idosos representarão um quarto da população urbana total dos países menos desenvolvidos (7).

O envelhecimento da população e a urbanização representam, ao longo do último século, o ápice do êxito do desenvolvimento humano. Mas representam, também, os principais desafios para este século. O aumento da expectativa de vida é fruto de ganhos fundamentais na saúde pública e nos padrões de vida. Como menciona a Declaração de Brasília sobre o Envelhecimento (8) de 1996, “os idosos saudáveis são um recurso para as suas famílias, suas comunidades e a economia”. O crescimento urbano está associado ao desenvolvimento tecnológico e econômico de um país. Cidades vibrantes beneficiam toda a população de um país – urbana e rural. Como as cidades são o centro das atividades culturais, sociais e políticas, elas são um celeiro de novas idéias, produtos e serviços que influenciarão outras comunidades e, portanto, o mundo. Contudo, para ser sustentável, as cidades devem oferecer estruturas e serviços que proporcionem o bem-estar e a produtividade de seus residentes. Os idosos, em particular, precisam de ambientes que lhes apoiem e capacitem, para compensar as alterações físicas e sociais decorrentes do envelhecimento. Essa necessidade foi reconhecida como um dos três direcionamentos principais do Plano Internacional de Ação de Madri, de 2002, com endosso das Nações Unidas (9). Tornar as cidades mais amigáveis aos idosos é uma resposta necessária e lógica para promover o bem-estar e a contribuição de idosos residentes em áreas urbanas e manter as cidades prósperas. E como o envelhecimento ativo é um processo de toda a vida, uma cidade amiga do idoso é uma cidade para todas as idades.

Seção 2. Envelhecimento ativo: uma base para as cidades amigas do idoso

O conceito de cidade amiga do idoso apresentada neste Guia é construído a partir dos fundamentos do envelhecimento ativo da OMS (10).

O envelhecimento ativo é o processo de otimização de oportunidades para saúde, participação e segurança, para melhorar a qualidade de vida das pessoas à medida que envelhecem.

Em uma cidade amiga do idoso, políticas, serviços, ambientes e estruturas dão apoio e capacitam as pessoas a envelhecer ativamente ao:

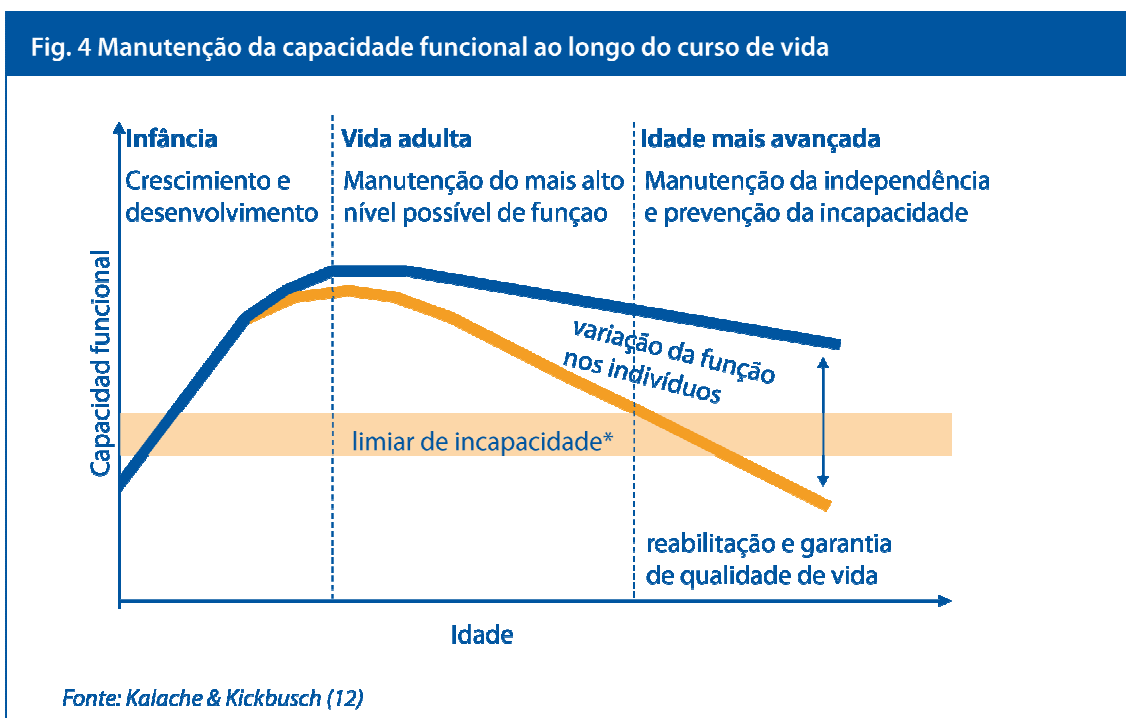
- reconhecer a ampla gama de capacidades e recursos entre os idosos;
- prever e responder, de maneira flexível, às necessidades e preferências relacionadas ao envelhecimento;
- respeitar as decisões dos idosos e o estilo de vida que escolheram;
- proteger aqueles que são mais vulneráveis; e
- promover a sua inclusão e contribuição a todas as áreas da vida comunitária.

O envelhecimento ativo depende de uma gama de influências ou determinantes que regulam indivíduos, famílias e países. Incluem condições materiais e fatores sociais que afetam tipos individuais de comportamento e sentimento (11). Todos esses fatores, individualmente e combinados uns com outros, exercem um papel importante sobre o envelhecimento de cada indivíduo. Muitos aspectos do ambiente urbano e dos serviços refletem esses determinantes e fazem parte das características de uma cidade amiga do idoso (Fig. 3).



Esses determinantes têm de ser compreendidos sob uma perspectiva do curso de vida, que reconhece que os idosos não formam um grupo homogêneo, e que a diversidade individual aumenta com a idade. Isso está apresentado na Fig. 4, que mostra que a capacidade funcional (como a força muscular ou débito cardiovascular) aumenta na infância, atinge o ápice na idade adulta jovem e eventualmente declina. A taxa de declínio é amplamente determinada por fatores relativos ao estilo de vida, bem como fatores sociais externos, ambientais e econômicos. Sob uma perspectiva individual e social, é importante ter-se em mente

que a velocidade do declínio pode ser influenciada, e pode ser reversível em qualquer idade, por meio de ações individuais e políticas públicas, como a promoção de um ambiente amigável ao idoso.



Como o envelhecimento ativo é um processo que dura a vida toda, uma cidade amiga do idoso não é apenas “amigável aos velhos”. Prédios e ruas sem obstáculos propiciam a mobilidade e independência de pessoas com deficiências, sejam elas jovens ou velhas. Vizinhanças seguras permitem que crianças, mulheres jovens e pessoas idosas tenham confiança em sair, seja para atividades de lazer ou sociais. As famílias têm menos estresse quando seus membros idosos contam com o apoio comunitário e os serviços de saúde de que necessitam. Toda a comunidade se beneficia da participação dos idosos em trabalho voluntário ou remunerado. Por fim, a economia local se beneficia por ter idosos como consumidores. A palavra-chave para um ambiente urbano amigo do idoso, tanto no aspecto social quanto físico, é *capacitação*.

Seção 3. Como este Guia foi desenvolvido

Cidades de todas as regiões do mundo

Trinta e cinco cidades, de todos os continentes, participaram do projeto da OMS que levou à criação deste Guia. Em 33 delas, as pesquisas com grupos focais foram realizadas graças à colaboração de autoridades governamentais e de grupos não governamentais e acadêmicos.¹ Essas cidades representam uma variada gama de países desenvolvidos e em desenvolvimento (Fig. 5). Elas refletem a diversidade dos ambientes urbanos contemporâneos e incluem seis mega-cidades, cada uma com mais de 10 milhões de habitantes (Cidade do México, Moscou, Nova Delhi, Rio de Janeiro, Xangai e Tóquio) além de “quase mega-cidades” como Istambul, Londres e Nova York, bem como capitais de países, centros regionais e pequenas cidades.



A designação empregada e a apresentação do material neste mapa não representam qualquer opinião por parte da Organização Mundial da Saúde relativa à condição legal de qualquer país, território, cidade ou área, ou de seus governos, ou às suas fronteiras. As linhas pontilhadas representam fronteiras para as quais ainda não há plena concordância.

¹ Edimburgo contribuiu com informações sobre as suas características amigáveis aos idosos com base em uma ampla pesquisa e em entrevistas individuais feitas alguns meses antes do projeto da OMS. As informações de Edimburgo, que utilizou uma metodologia diferente, porém complementar, permitiu uma confirmação adicional dos achados dos grupos focais. A cidade de Nova York esteve intimamente envolvida na análise de dados e no desenvolvimento das fases seguintes do projeto global da Cidade Amiga do Idoso.

Participação da base em direção ao topo

A participação da base em direção ao topo (13) faz com que os idosos analisem e expressem sua situação para o desenvolvimento de políticas públicas. Este tipo de participação é recomendado pelas Nações Unidas por dar poder aos idosos e lhes permitir contribuir para a sociedade e participar de processos de tomada de decisões. Como os idosos são os principais especialistas em suas próprias vidas, a OMS e seus parceiros, em cada cidade, envolveram os idosos como participantes plenos do projeto. Os líderes do projeto buscaram a experiência de primeira-mão dos idosos. Quais são as características amigáveis aos idosos nas cidades em que eles vivem? Que problemas eles encontram? O que está faltando na cidade para melhorar a sua saúde, participação e segurança?

Os grupos focais foram formados por idosos de 60 anos ou mais, de classe social baixa e média. Cento e cinquenta e oito (158) grupos focais, com 1.485 participantes, foram realizados, entre setembro de 2006 e abril de 2007. Em todas as 33 cidades nas quais os grupos focais foram realizados os idosos foram a principal fonte de informação. Para se obter a visão daqueles idosos impossibilitados de participar dos grupos focais, em virtude de incapacidade física ou mental, a maioria das cidades também realizou grupos focais com cuidadores, que falaram da sua experiência com os idosos que assistiam.

Para complementar as informações dos idosos e cuidadores, a maioria das cidades realizou, também, grupos focais com prestadores de serviços dos setores público, comercial e voluntários. Ao todo, foram ouvidos 250 cuidadores e 490 prestadores de serviço. Eles fizeram suas observações com base na sua interação com os idosos. Os cuidadores e prestadores de serviço forneceram, por vezes, informações não relatadas pelos idosos, mas as informações desses dois grupos foram, sempre, consistentes com a visão expressa pelos idosos.

Tópicos de discussão

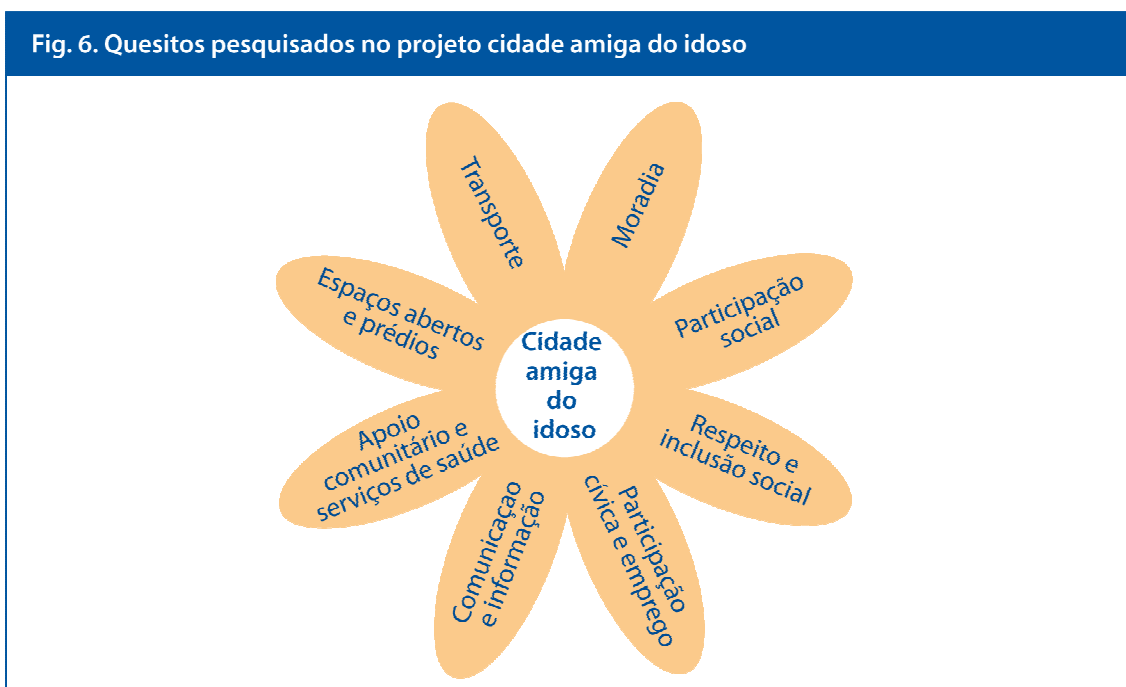
Para se ter uma visão abrangente das características amigáveis aos idosos em cada cidade oito tópicos foram explorados nos grupos focais. Os tópicos incluíam estruturas, ambientes, serviços e políticas que refletem os determinantes do envelhecimento ativo. Os tópicos foram definidos, em pesquisa anterior, realizada com idosos, investigando as características de comunidades amigas do idoso (14,15). As mesmas perguntas básicas, sobre cada tópico, foram feitas para os grupos focais em todas as cidades envolvidas.

Os três primeiros tópicos investigados foram: prédios públicos e espaços abertos, transporte e moradia. Como representam as principais características do ambiente físico de uma cidade, eles têm uma grande influência sobre a mobilidade pessoal, que se traduz na segurança contra quedas e lesões, segurança em relação a crimes, comportamento em relação à saúde e à participação social.

Outros três tópicos refletem os diferentes aspectos do ambiente social e da cultura que afetam a participação e o bem-estar mental. Respeito e inclusão social abordam as atitudes, o comportamento e as mensagens de outras pessoas e da comunidade como um todo em relação aos idosos. A participação social diz respeito ao engajamento dos idosos em atividades recreativas, sociais, culturais, educacionais e espirituais. A participação cívica e emprego enfocam oportunidades de cidadania, trabalho voluntário e remunerado e estão relacionados aos determinantes econômicos do envelhecimento ativo. Os dois últimos tópicos – comunicação e informação, e apoio comunitário e serviços de saúde – englobam ambientes sociais e determinantes de saúde e serviços sociais. Os determinantes do envelhecimento ativo de cultura e gênero foram incluídos apenas indiretamente neste projeto, porque sua influência sobre o envelhecimento ativo vão muito além da vida urbana. Por causa da grande abrangência de sua influência, estes determinantes merecem iniciativas específicas para eles.

Assim como os determinantes do envelhecimento ativo, esses oito aspectos da vida urbana se sobrepõem e interagem. Respeito e inclusão social se refletem na acessibilidade de prédios e espaços públicos e na gama de oportunidades que a cidade oferece para os idosos em termos de participação social, entretenimento ou emprego. A participação social, por sua vez, influencia a inclusão social e o acesso à informação. A moradia afeta as necessidades dos serviços de suporte da comunidade, ao passo que, a participação social, cívica e econômica dependem, em parte, da acessibilidade e da segurança dos espaços abertos e prédios públicos. Em especial, o transporte e a comunicação e informação interagem com as outras áreas: sem transporte ou

meios adequados de se obter informações que permitam as pessoas se encontrar e conectar-se, outras facilidades urbanas que ajudariam a proporcionar o envelhecimento ativo são simplesmente inacessíveis. A Fig. 6 mostra os tópicos incluídos no estudo da cidade amiga do idoso.



Identificando características amigáveis ao idoso

Para cada tópico, os relatos sobre as características amigáveis ao idoso, as barreiras e as falhas existentes e as sugestões de melhoria manifestadas pelos participantes dos grupos focais, de todas as cidades, foram transcritos e agrupados em temas. Os temas mencionados em cada cidade foram registrados para mostrar o que era mais importante para todos, de maneira geral, e para as diferentes regiões e cidades. Com base nesses temas, um *checklist* das principais características de uma cidade amiga do idoso foi desenvolvido para cada uma das áreas da vida urbana. O *checklist* é um resumo fidedigno das visões expressas pelos participantes dos grupos focais no mundo todo.

Seção 4. Como usar este Guia

Principais características amigáveis aos idosos

O objetivo deste Guia é ajudar as cidades a se avaliarem sob a ótica dos idosos, a fim de identificar onde e como elas podem ser mais amigáveis aos idosos. As seções deste Guia descrevem, para cada área da vida urbana, as vantagens e as barreiras que os idosos encontram em cidades com diferentes níveis de desenvolvimento. O *checklist* das principais características amigáveis aos idosos, apresentado ao final de cada seção, se aplica tanto às cidades menos desenvolvidas quanto às mais desenvolvidas. Sua intenção é proporcionar um padrão universal para uma cidade amiga do idoso.

O *checklist* das características amigáveis aos idosos não é um sistema para classificar quanto uma cidade é mais amiga do idoso que outra; na verdade, trata-se de um instrumento para que uma cidade possa se auto-avaliar e um mapa para avaliar a sua evolução. Nenhuma cidade é tão atrasada que não possa fazer melhorias significativas só pelo *checklist*. Mas é possível ir além do *checklist*, e algumas cidades apresentam características que vão além do mínimo estabelecido. Essas boas práticas proporcionam idéias que outras cidades podem adaptar e adotar. Não obstante, nenhuma cidade apresenta um “padrão ouro” em todas as áreas.

Os *checklists* das características urbanas amigáveis aos idosos não são diretrizes técnicas ou especificações de desenho. Outras documentações técnicas estão disponíveis para ajudar a implementação de mudanças que podem ser necessárias em determinadas cidades (16,17).

Quem vai utilizar este Guia?

Este Guia deve ser utilizado por pessoas ou grupos interessados em fazer sua cidade mais amiga do idoso, como governos, organizações de voluntários, o setor privado e grupos de cidadãos. O mesmo princípio seguido na criação do Guia se aplica à sua utilização, isto é: envolver os idosos como parceiros plenos em todas as etapas. Na avaliação dos pontos positivos e negativos de cada cidade, os idosos vão descrever como o *checklist* das características reflete as suas próprias experiências. Eles darão sugestões para mudança e podem participar na implementação de projetos de melhoria. A situação dos idosos, articulada por essa abordagem da base em direção ao topo, fornece informações essenciais, que devem ser filtradas e analisadas por especialistas em Gerontologia e tomadores de decisão no desenvolvimento e adaptação de intervenções e políticas. Nas etapas de acompanhamento das ações locais “amigáveis ao idoso”, é imperativo que os idosos continuem a ser envolvidos no monitoramento da evolução da cidade e atuem como defensores e conselheiros das cidades amigas do idoso.

Seção 5. Espaços abertos e prédios

Visão geral dos achados

Prédios públicos e espaços abertos têm um impacto importante na mobilidade, independência e qualidade de vida dos idosos e afetam sua capacidade de “envelhecer no seu próprio lugar”. Nas consultas para o projeto da OMS, os idosos e aqueles que interagem com eles de maneira significativa, descrevem várias características do cenário urbano e do ambiente construído que são amigáveis aos idosos. Os temas recorrentes, em cidades de todo o mundo, são a qualidade de vida, acesso e segurança. Melhorias que foram ou estão sendo feitas em cidades, qualquer que seja o seu grau de desenvolvimento, são apreciadas por aqueles que foram consultados, e que também apontaram outras mudanças que devem ser realizadas.

1. *Um ambiente limpo e agradável*

Em muitas cidades, a beleza do seu entorno natural é uma característica mencionada como sendo amigável ao idoso. Por exemplo, no Rio de Janeiro e em Cancún, morar próximo ao mar é considerado uma grande vantagem, assim como morar perto do rio, em Melville e Londres. Em Himeji, os idosos valorizam a paz e a tranquilidade do seu ambiente. Ao mesmo tempo, os idosos se queixam da sujeira da cidade e de níveis perturbadores de barulho e do mau cheiro.

Você sai da sua cama às 4 horas da manhã ao invés das 6 horas porque há muito barulho lá fora.

Idoso, Istambul

Em Trípoli, o cheiro da fumaça do *narguilé* (um tipo de cachimbo oriental) é considerado “sufocante”, especialmente à noite e durante o Ramadan. Na Jamaica, há preocupação com o volume da música, associado à linguagem explícita das letras. Em várias cidades, a percepção da sujeira tem um impacto na qualidade de vida dos idosos. Para abordar esse problema, pessoas da Cidade do México sugeriram a realização de uma campanha “rua limpa”, ao passo que na Jamaica, recomenda-se a imposição de normas em relação ao nível de ruído.

Em algumas cidades, o seu tamanho é apontado como um problema. Um número cada vez maior de habitantes em Tóquio pode estar relacionado a uma menor coesão da comunidade. Nairóbi é considerada superpovoada e é difícil para os idosos se locomoverem.

2. *Importância de espaços verdes*

A existência de espaços verdes é uma das características mais comumente mencionadas como amigáveis aos idosos. Entretanto, em muitas cidades, há barreiras que impedem os idosos de utilizar estes espaços verdes. Em Nova Delhi, por exemplo, foi dito que alguns espaços verdes são mal conservados e tornaram-se “monturos de lixo”, e em Himeji, alguns parques são considerados perigosos. Em Melville, houve reclamações quanto à inadequação de banheiros públicos e à ausência de bancos. Em Moscou, foi relatada a ausência de proteção contra o mau tempo, ao passo que, em Udaipur, a ênfase foi na dificuldade de acesso aos parques. Outro aspecto mencionado foi o risco resultante da utilização compartilhada do parque.

Pode ser um fator limitante a um idoso ir a um parque onde também haja [crianças ou jovens de] bicicleta indo de um lado para o outro, ou [de] skate ou [de] patins, ou onde haja cavalos.

Prestador de serviço, Melbourne

Diferentes sugestões são oferecidas para resolver esses problemas. Cuidadores em Halifax sentem a necessidade de espaços verdes menores e mais tranquilos em áreas periféricas da cidade, ao invés de parques maiores e mais freqüentados por crianças e jovens que andam de skate. Idosos em Amã recomendam que sejam feitos jardins especiais para eles, enquanto, os de Nova Delhi, sugerem que sejam demarcadas áreas só para idosos. Em muitas cidades foi mencionada a necessidade de uma melhor conservação dos parques.

3. *Um lugar para descansar*

A disponibilidade de bancos e áreas para sentar é uma característica urbana necessária para os idosos: para muitos deles, é difícil andar pela cidade se não houver algum lugar para sentar e descansar.

Há muito poucos bancos ... você fica cansado e precisa de um lugar para sentar.

Idoso, Melville

Os idosos e cuidadores de Xangai gostam das áreas de descanso existentes em sua cidade. Em Melbourne, a colocação de áreas externas para sentar é vista positivamente. Mas há alguma preocupação com a utilização de áreas ou bancos públicos por pessoas ou grupos intimidadores ou que apresentam comportamento anti-social. Em Tuymazy, por exemplo, foi pedido que os bancos públicos fossem removidos por esse motivo.

4. Calçadas amigáveis aos idosos

A condição das calçadas tem um impacto óbvio na capacidade de locomoção do idoso. Calçadas estreitas, desniveladas, com rachaduras, que tenham meio-fio alto, ou que sejam congestionadas ou apresentem obstáculos, são potencialmente perigosas e afetam a capacidade dos idosos caminharem pelas ruas.

Eu caí por causa [do estado] da calçada. Quebrei o ombro.

Idoso, Dundalk

Calçadas inadequadas são um problema quase universal. Em muitas cidades, como Cidade do México, Rio de Janeiro e Jamaica, os pedestres são obrigados a dividir a calçada com camelôs. Em outras cidades, como La Plata, Moscou, Ponce, Porto Rico e a região metropolitana do Ruhr, carros estacionados nas calçadas obrigam os pedestres a caminhar pela rua. O clima pode contribuir para a dificuldade de locomoção dos idosos nas calçadas. Em Sherbrooke, por exemplo, há preocupação quanto à não retirada da neve nas calçadas e, em Portage La Prairie, o risco de quedas é maior após uma nevasca.

Há aprovação para as melhorias que algumas cidades estão fazendo em relação ao planejamento e à manutenção de calçadas. As características, a seguir relacionadas, para fazer calçadas amigáveis aos idosos são freqüentemente sugeridas:

- uma superfície homogênea, plana, antiderrapante;
- larga o bastante para circular em cadeira de rodas;
- rebaixamento do meio-fio para ficar nivelado com a rua;
- remoção de obstáculos como camelôs, carros estacionados e árvores; e
- prioridade de acesso para pedestres.

Eu não moro no centro, eu moro em La Loma, mas nós tivemos o mesmo problema com as calçadas. Eu tenho dificuldade em andar, eu uso uma bengala, e tenho que olhar para baixo toda hora. Hoje, quando eu ando pelo centro, eu peço ajuda para atravessar a rua 7. Eu vejo se há um jovem para me ajudar, e as pessoas ajudam. Eu não posso me queixar.

Idoso, La Plata

5. Cruzamentos seguros para pedestres

A capacidade de atravessar a rua em segurança é uma preocupação mencionada com freqüência e há relatos de muitas cidades que tomaram medidas para melhorar as condições de travessia dos pedestres: sinais de trânsito nos cruzamentos de pedestres em Cancún; ilhas de trânsito em La Plata; cruzamentos de pedestres em Mayaguez, e faixas anti-derrapantes nos cruzamentos de pedestres em Portland. Em Amã foram construídos pontes e túneis para ajudar os pedestres a atravessar as ruas.

Em algumas cidades, há relatos que os sinais de trânsito mudam muito rapidamente. Em Melville, foi sugerido que os sinais tenham uma “contagem regressiva visual”, para que os pedestres saibam quanto tempo têm para atravessar a rua. Sinais sonoros em cruzamentos de pedestres são bem apreciados em Istambul e, em Portland e Udine, são recomendados sinais sonoros e visuais nos cruzamentos.

O [tempo do] sinal é feito para corredores olímpicos.

Idoso, Halifax

Outra preocupação comum é que os motoristas não respeitam os sinais de trânsito e não dão chance aos pedestres.

... há cruzamento de pedestres, mas os motoristas não respeitam os pedestres. Eles vêem você cruzando e vêm em cima. Se o seu coração não for forte, você cai duro.

Idoso, Jamaica

Na maioria das cidades, o volume e a velocidade do tráfego representam barreiras para os idosos, sejam eles pedestres ou motoristas. Em Udaipur, relata-se que o tráfego é caótico e que os idosos têm medo de sair por causa do tráfego pesado; alguns só saem acompanhados. (As dificuldades encontradas por motoristas idosos são abordadas na Seção 7.)

6. Acessibilidade

Tanto em países desenvolvidos quanto nos em desenvolvimento, as pessoas acreditam que a sua cidade não foi planejada para idosos.

Eu só vou para a cidade quando tenho algo específico para fazer. Eu vou, faço o que tenho de fazer e volto logo para casa. Por que eu deveria passear pela cidade? Eu não sou um jovem.

Idoso, Nairóbi

Em muitas cidades, há menção às barreiras físicas que desestimulam os idosos a saírem de casa. No Rio de Janeiro, os idosos têm dificuldade de acesso à favela porque as ladeiras que sobem o morro são de concreto. A ausência de rampas, em algumas áreas, é um problema em Sherbrooke. A recomendação para a solução desses problemas é, em geral, a educação, especialmente de planejadores urbanos e arquitetos, sobre as necessidades dos idosos.

7. Um ambiente seguro

A sensação de segurança no local onde se mora afeta grandemente a vontade das pessoas de saírem à rua, o que, por sua vez, influencia na sua independência, saúde física, integração social e bem-estar emocional. Muitas cidades são consideradas geralmente seguras, ao passo que outras, claramente, não o são. Independente do nível real de perigo, preocupações quanto à segurança são mencionadas em quase todos os lugares e incluem aspectos como iluminação urbana, violência, crimes, drogas e sem-teto morando em lugares públicos. Muitos idosos sentem medo de sair à noite.

Nós não saímos à noite. Eu não vou a lugar algum ... eles podem matar você.

Idoso, Tuymazy

Algumas cidades tomaram medidas para melhorar a segurança; por exemplo, foi registrado que em Genebra e Sherbrooke câmeras de vigilância foram instaladas.

Uma sugestão para melhorar a segurança, feita em La Plata, é envolver a comunidade, por exemplo, estimulando a auto-organização de grupos de idosos para que tenham maior segurança nas ruas, bem como aumentar o policiamento. Em Dundalk, foi sugerido que o governo subsidiasse os idosos para que eles melhorassem sua segurança pessoal.

Terremotos são fenômenos frequentes na Turquia e os idosos de Istambul estão preocupados pois a cidade não foi planejada para que os riscos de lesões decorrentes de terremotos fossem minimizados.

Nós deveríamos ter um espaço vazio para nos sentirmos a salvo dos terremotos, mas eles não nos dão, eles nos dizem para usarmos as ruas.

Idoso, Istambul

8. Calçadas e ciclovias

Calçadas e ciclovias são tidas como determinantes de um ambiente amigável ao idoso, de promoção de saúde; contudo, elas também apresentam alguns riscos. Em Genebra, alguns vêem os ciclistas como um perigo para os idosos. Em Udine, foi sugerido que houvesse uma separação – uma ciclovia para ciclistas e uma calçada para pedestres. Idosos em Cancún, Portland e Saanich gostam das calçadas que existem em sua cidade. A necessidade das calçadas terem a superfície nivelada é enfatizada por cuidadores em Halifax e a necessidade de que elas sejam de fácil acesso e com um número de acessos suficientes para cadeiras de rodas é mencionado por idosos e cuidadores em Portage la Prairie. Idosos em Udine sugerem o desenvolvimento de um sistema de calçadas que lhes permita se locomover por toda a cidade, e em Halifax houve a recomendação de se fazer calçadas em estacionamentos para garantir a segurança de pedestres. A colocação de banheiros públicos em calçadas é outra idéia que foi implementada em Saanich.

9. Prédios amigáveis aos idosos

Em muitas cidades, incluindo Himeji, Mayaguez, Melbourne e Nova Delhi, menciona-se que novos prédios são acessíveis e a melhorias estão sendo feitas para que prédios antigos fiquem mais acessíveis. De maneira geral, as características necessárias para que os prédios sejam amigáveis aos idosos são:

- elevadores
- escadas rolantes
- rampas
- portas e corredores amplos
- escadaria adequada (não muito inclinada, degraus não muito altos) com corrimão
- piso anti-derrapante
- áreas de estar com sofás/poltronas/cadeiras confortáveis
- sinalização adequada
- banheiros públicos com acesso a pessoas deficientes.

Em duas cidades, entretanto, são mencionadas barreiras a idosos com o uso de elevadores. Em Nairóbi, idosos têm medo de usar elevadores e precisam ser acompanhados; em Trípoli, os idosos têm receio de usar elevadores porque é comum faltar luz e eles têm medo de ficarem presos.

Ainda que a importância de se ter prédios acessíveis seja amplamente reconhecida, também é fato que muitos prédios, especialmente os antigos, são de difícil acesso aos idosos. Em alguns casos, não é possível tornar prédios antigos mais acessíveis. Na maioria das cidades, percebe-se a necessidade de melhorar a acessibilidade dos seus prédios, especialmente para facilitar o acesso à cadeira de rodas.

Alguns atributos, positivos e negativos, de grandes shopping centers são também mencionados. Em Dundalk e Melville, alguns shoppings centers fornecem cadeiras de rodas para os seus clientes e dispõem de acesso próprio para cadeiras de rodas. Em Melbourne, a necessidade de caminhar longas distâncias é vista como uma barreira para ir aos grandes shoppings centers. Em Istambul, os shopping centers têm escadas rolantes, mas os idosos acham difícil utilizá-las.

Considera-se que prédios, incluindo lojas, devem ser localizados próximo de onde os idosos vivem, para permitir-lhes acesso mais fácil aos serviços e ao comércio. Os idosos em Tuymazy gostam de morar perto de lojas e mercados. A concentração de lojas e serviços em Sherbrooke permite que os idosos façam suas compras perto de onde moram.

10. Banheiros públicos adequados

A existência de banheiros limpos, convenientemente localizados, bem sinalizados e acessíveis a deficientes é, em geral, considerada uma importante característica amigável ao idoso. Em Islamabad, houve satisfação com os banheiros públicos recentemente colocados, cujo número vem aumentando.

Há vários obstáculos relativos a banheiros públicos. Em Halifax, observou-se que as portas dos banheiros são pesadas. Em Himeji, os banheiros públicos são pequenos e nem todos dispõem de bancos para sentar. Em La Plata, cuidadores observam que não há banheiros acessíveis às pessoas com deficiência.

11. Consumidores idosos

A existência de bons serviços de atendimento a clientes, que reconhecem as necessidades dos idosos, é considerada uma característica amiga do idoso. Em Cancun, é dado um tratamento preferencial a idosos e, na Jamaica, algumas lojas oferecem cadeiras de rodas para clientes idosos. Na Cidade do México, é previsto em lei que idosos tenham atendimento prioritário. Em Portland, um guia de “lojas e negócios amigos do idoso” e um sistema de auditoria foram desenvolvidos por um grupo de voluntários.

Uma das barreiras identificadas em algumas cidades são as longas filas ou o tempo de espera que os idosos enfrentam para serem atendidos. A sugestão é que haja um atendimento diferenciado aos idosos, como filas separadas ou guichês de atendimento específicos. Os idosos em Islamabad recomendam que as mulheres mais velhas tenham preferência nas filas. Em Sherbrooke, foi sugerida a colocação de bancos em locais comerciais, tais como Bancos, onde há necessidade de os idosos esperarem o atendimento.

Outra barreira identificada em algumas cidades, incluindo Londres e Tóquio, é o desaparecimento de pequenas lojas de bairro ou lojas de conveniência. Com o seu fechamento, os idosos perdem uma fonte em potencial de contato social e precisam se deslocar por distâncias maiores para fazer suas compras.

Checklist dos espaços abertos e prédios amigáveis aos idosos

Ambiente

- ✓ A cidade é limpa, e há uma legislação, devidamente cumprida, que limita o nível de ruído e odores desagradáveis ou nocivos em locais públicos.

Espaços verdes e calçadas

- ✓ Há espaços verdes bem conservados e seguros, com abrigos adequados, banheiros e bancos de fácil acesso.
- ✓ Calçadas amigáveis aos pedestres, que sejam livres de obstáculos, com superfície nivelada, com banheiros públicos e de fácil acesso.

Bancos públicos

- ✓ Existem bancos públicos, especialmente em parques, nas paradas de ônibus e em espaços públicos, e colocados a intervalos regulares; os bancos são bem conservados e fiscalizados para que todos tenham acesso seguro a eles.

Calçamento

- ✓ O calçamento é bem conservado, nivelado, anti-derrapante e amplo o suficiente para acomodar cadeiras de rodas, com um meio-fio baixo para facilitar a transição para a rua.
- ✓ O calçamento é livre de quaisquer obstáculos (por exemplo, camelôs, carros estacionados, árvores, cocô de cachorro, neve) e os pedestres têm prioridade.

Ruas

- ✓ As ruas têm cruzamentos em intervalos regulares, com faixas anti-derrapantes, fazendo com que seja seguro aos pedestres atravessá-las.
- ✓ As ruas dispõem de estruturas físicas bem desenhadas e apropriadamente colocadas, como ilhas de tráfego, passagens ou túneis que ajudem os pedestres a atravessá-las, especialmente nas de muito movimento.
- ✓ Os sinais de trânsito são regulados para dar tempo suficiente para que os idosos atravessem a rua, e têm dispositivo visual e sonoro.

Tráfego

- ✓ As regras de trânsito são rigidamente cumpridas, e a preferência é dada aos pedestres.

Ciclovias

- ✓ Há uma faixa exclusiva para bicicletas.

Segurança

- ✓ A segurança pública, em todos os espaços abertos e prédios, é uma prioridade e é proporcionada, por exemplo, por medidas que reduzem o risco de desastres naturais, com boa iluminação pública, patrulhamento policial, cumprimento da legislação e apoio a iniciativas de segurança da comunidade e pessoal.

Serviços

- ✓ Os serviços estão agrupados e localizados próximo de onde os idosos moram e são de fácil acesso (por exemplo, localizado no andar térreo dos prédios).
- ✓ Há um atendimento especial para os idosos, como filas separadas ou guichês específicos para idosos.

Prédios

- ✓ Os prédios são acessíveis e têm as seguintes características:
 - elevadores
 - rampas
 - sinalização adequada
 - corrimãos em escadas
 - degraus não muito altos ou inclinados
 - piso anti-derrapante
 - áreas de repouso com cadeiras confortáveis
 - número suficiente de banheiros públicos.

Banheiros públicos

- ✓ Os banheiros públicos são limpos, bem conservados e de fácil acesso a pessoas com diferentes graus de incapacidade; são bem sinalizados e estão em locais convenientes.

Seção 6. Transporte

Visão geral dos achados

Transporte, incluindo o transporte público acessível e barato, é um fator chave que influencia o envelhecimento ativo. É um tema que perpassa muitas outras áreas de discussão. Em especial, a possibilidade de se mover pela cidade determina a participação cívica e social e o acesso a serviços comunitários e de saúde.

As pessoas consultadas pelo projeto da OMS, portanto, têm muito a dizer sobre esse assunto, que cobre todos os aspectos de infra-estrutura, equipamento e serviços para todos os meios de transporte urbano.

Para muitos idosos, as suas vidas são guiadas pelo sistema de transporte existente.
Prestador de serviço, Dundalk

1. Disponibilidade

Serviços de transporte públicos estão disponíveis em quase todas as cidades, mas não em todas as áreas. Cidades em países desenvolvidos e nas de países cuja economia está em transição (por exemplo, Federação Russa) muito provavelmente indicarão que o seu sistema de transporte público é bem desenvolvido ou satisfatório. Há uma gama de serviços de transporte disponível em muitas cidades, incluindo ônibus (privados e públicos), trens, teleféricos, bondes, riquixás (privados e públicos), vans e micro-ônibus, serviços comunitários (voluntários) de transporte, serviços específicos para idosos frágeis ou deficientes, táxis, e motoristas particulares. Ainda assim, nas cidades, independentemente de sua etapa de desenvolvimento, há falhas relatadas que precisam ser resolvidas para tornar a comunidade mais amigável do idoso.

2. Custo

O custo é considerado um fator significativo que afeta a utilização do transporte público por idosos. Em algumas cidades, o transporte público é gratuito ou subsidiado para os idosos. Em Genebra, o transporte é gratuito para quem está acompanhando um idoso, e em Dundalk, pessoas com 75 anos ou mais têm direito a um Passe Acompanhante. Em algumas cidades, entretanto, o preço do transporte público é considerado alto. Idosos em Nairóbi se queixam de aumentos arbitrários de preços por conta de mau tempo, feriados e alta temporada para viagens. Há menção a dificuldades para se conseguir transporte gratuito ou a preços subsidiados. Em Himeji, foi relatado que somente pessoas bem mais velhas conseguem gratuidade, enquanto que em Nova Delhi o processo de solicitação de gratuidade é muito complicado. No Rio de Janeiro, não há transporte gratuito até a favela, pois não é uma área servida pelo sistema de transporte público. Em Genebra, a passagem com desconto só pode ser obtida se os idosos comprarem um passe de trem para a temporada. Tarifas subsidiadas não são aplicadas aos serviços de transporte privado em algumas cidades, apesar de em Dundalk, passes gratuitos serem aceitos por algumas empresas de transporte privado.

Pessoas em algumas cidades sugerem que o transporte gratuito ou subsidiado seja oferecido ou estendido aos idosos. Na Cidade do México, foi sugerido que o transporte gratuito seja oferecido para que os idosos compareçam a eventos específicos.

3. Confiabilidade e frequência

A existência de serviços de transporte público confiáveis e frequentes é identificada como uma característica amigável ao idoso. Alguns idosos, especialmente em países desenvolvidos, indicam que a frequência dos serviços de transporte de sua cidade é boa.

Ainda assim, há vários relatos de que em cidades, dos mais diversos níveis de desenvolvimento, os serviços de transporte públicos não têm a frequência necessária nem são tão confiáveis. Em Istambul, os idosos disseram que a viagem feita em transporte público leva muito tempo, pois sua frequência é reduzida. Em Melbourne, não há serviço de ônibus desde a tarde de sábado até a manhã de segunda-feira. Na área

metropolitana do Ruhr, idosos consideram que o transporte público para a periferia da cidade e à noite não é muito freqüente. Em algumas cidades, foi sugerido que se aumentasse a freqüência do transporte público, especialmente à noite e nos fins de semana.

Em poucas cidades, como Genebra, Londres, Moscou e Tóquio, as pessoas dizem que os serviços de transporte públicos são confiáveis, mas o mesmo não é verdade em outras cidades igualmente desenvolvidas. Este não foi um aspecto relatado como amigável aos idosos pelas cidades em desenvolvimento. Em Amã, não há horário fixo para os ônibus, e em Islamabad, não há horário fixo para veículos de transporte público. Em La Plata, os ônibus não são confiáveis e as rotas são freqüentemente mudadas.

4. Destinos

A capacidade de usar transporte público depende, em grande parte, de para onde se deseja ir. Em algumas cidades, as pessoas mencionaram que os serviços de transporte público têm uma boa cobertura em pelo menos algumas áreas, permitindo que as pessoas cheguem ao destino que desejam. Em outras cidades, tanto em países desenvolvidos como nos em desenvolvimento, foi mencionada preocupação quanto à adequação das rotas dos transportes públicos. Houve queixas de que muitas áreas da cidade não são cobertas, ou que é difícil cruzar a cidade de uma ponta à outra, ou que as conexões entre ônibus e outros meios de transporte são muito ruins. Além disso, destinos importantes para idosos não são bem servidos. Por exemplo, o ônibus em Dundalk não chega a uma das instituições asilares de longa permanência, e em Mayaguez, o transporte para os centros de idosos é limitado. Em Tuymazy, o acesso por transporte público para os jardins públicos é considerado insuficiente.

O problema com o transporte público é que há grandes furos ...se você quer ir para o centro, tudo bem, se quiser ir para o outro lado da cidade, vai ter que penar.

Idoso, Portland

5. Veículos amigáveis aos idosos

Embarcar e desembarcar de veículos foi outro grande problema apontado. Várias cidades dispõem de veículos de transporte público adaptados para proporcionar um acesso mais fácil aos idosos: em Xangai, bancos são modificados; em Saanich, há alguns ônibus de acesso mais fácil; e em Udaipur, um serviço de ônibus está para ser disponibilizado, com ônibus de piso rebaixado. Em Genebra, alguns ônibus têm plataformas elevadas e piso rebaixado.

As pessoas costumam observar que os veículos usados no transporte público apresentam barreiras aos idosos. Em Udine, por exemplo, os idosos dizem que é difícil usar ônibus por causa dos degraus altos, e em Ponce, os ônibus não são adaptados para cadeira de rodas.

Residentes de algumas poucas cidades também mencionam outras características que desestimulam o uso de transporte público. Em Nova Delhi, idosos dizem que o número das rotas não é claramente indicado nos ônibus. Os prestadores de serviço em Dundalk apontam a precariedade de alguns ônibus e, em La Plata, os idosos relatam preocupação com a má conservação de alguns ônibus.

6. Serviços especializados para idosos

Idosos com dificuldade de usar transporte público precisam ter meios de transporte especialmente adaptados. Estes são mencionados como uma característica amigável aos idosos por algumas cidades de países desenvolvidos, mas em outras há poucas opções disponíveis. Recomenda-se sejam oferecidos serviços de transporte adaptado às pessoas com deficiência. Por exemplo, no Rio de Janeiro, cuidadores relatam que os táxis são o único meio de transporte de idosos com deficiência, mas que as cadeiras de rodas não cabem no porta- mala por causa do tanque de gás. Na Cidade do México, os cuidadores sugerem que haja ônibus especificamente adaptados para pessoas com deficiência e seus cuidadores.

7. Assentos para idosos e gentileza dos passageiros

Algumas cidades indicam que dar prioridade aos idosos para sentar, em transportes públicos, é uma característica amigável aos idosos e, em algumas cidades, como Islamabad, os passageiros respeitam essa

prioridade. Entretanto, esta atitude cortês não é comum: idosos de Moscou, por exemplo, recomendaram que houvesse uma ação de educação da população sobre gentileza no transporte público.

8. Motoristas

Em algumas cidades, a gentileza dos motoristas ao facilitar o acesso ao transporte público é descrita como uma característica amigável aos idosos. Em muitas outras cidades, entretanto, foi mencionada a falta de sensibilidade dos motoristas, especialmente dos ônibus, para com os idosos.

Uma das principais queixas mencionadas é que os motoristas não esperam que os idosos se sentem antes de arrancar com o ônibus.

Eu consigo pegar o ônibus, mas na hora que o motorista arranca, o ônibus dá um solavanco e eu caio de cara no chão.

Idoso, Saanich

No Rio de Janeiro, foi dito que muitos idosos de classe média preferem táxi ou metrô ao ônibus, por medo de cair.

Um problema específico identificado em cidades de países em desenvolvimento, como Amã, é a relutância dos motoristas em pegar idosos. Em Delhi e Genebra, os idosos enfatizam as dificuldades causadas quando os motoristas não param perto da calçada para que eles possam embarcar e desembarcar com segurança. As pessoas em Dundalk dizem que os motoristas de ônibus param fora do ponto, o que costuma ser perigoso, especialmente em esquinas. Em Genebra e Ponce, foi dito que alguns motoristas são grosseiros.

Dentre outras barreiras mencionadas estão direção perigosa e o não cumprimento da legislação de trânsito.

Eles dirigem como loucos ... com uma música muito alta.

Idoso, Cidade do México

Uma última questão relatada em algumas cidades de países em desenvolvimento é a exploração feita pelos motoristas. Por exemplo, em Nova Delhi, alguns condutores de riquixás cobram a mais de seus passageiros, e em Nairóbi a tarifa muda arbitrariamente.

Não é de surpreender que, em algumas cidades, tenha sido sugerido que os motoristas fossem sensibilizados, por meio de ações educativas, para as necessidades dos idosos. O programa de treinamento de motoristas implementado em Sherbrooke foi considerado benéfico para os passageiros idosos.

Em algumas cidades, foi sugerido que outros funcionários dos serviços de transporte público, por exemplo os atendentes de guichês, sejam também educados sobre as necessidades dos idosos e como elas afetam a sua utilização dos serviços de transporte.

9. Segurança e conforto

A sensação de segurança ou insegurança na utilização do transporte público tem um impacto significativo na disposição das pessoas de usar esse serviço. Em algumas cidades, foi relatado que o transporte público é seguro. Em Cancún, foi mencionado que há menos crimes nos serviços de transporte público que em outras cidades e, em Melbourne e Moscou, transporte público é considerado seguro. Contudo, mesmo em lugares onde as pessoas consideram seguro usar o transporte público, como, por exemplo, Londres, é sugerido que medidas sejam tomadas para aumentar ainda mais a segurança. Em muitas cidades onde se critica a segurança do transporte público, as queixas são relativas a furto ou comportamento anti-social.

O maior problema é entrar e sair dos ônibus. Qual dos seus bolsos você vai controlar? Enquanto você vigia o bolso, percebe que a bolsa sumiu.

Idoso, Istambul.

Em muitas cidades, a superlotação do transporte público, especialmente nas horas de pico (a hora do “rush”), também representa um problema de segurança para os idosos. Esse problema é mais comumente

identificado em cidades de países em desenvolvimento e nas cidades russas. Por exemplo, na Jamaica, puxões e empurrões constituem um problema para os idosos nos pontos e ao entrar no ônibus. Em Moscou, foi mencionado que a multidão faz com que seja difícil respirar na estação de trem.

Algumas cidades de países desenvolvidos, como Dundalk, Portland e Saanich, também registram dificuldades relacionadas à superlotação de transportes públicos.

Você não consegue nem respirar nele [trem de Dublin]. Se você desmaiasse ninguém perceberia – você está entalado!

Idoso, Dundalk

Em Nairóbi, idosos observam, com satisfação, que os problemas de superlotação melhoraram significativamente desde a introdução de uma legislação, a Lei Michuki, que exige que a lotação máxima determinada não seja ultrapassada. Em Tuymazy, foi sugerido que se aumentasse o número de ônibus no horário de pico, enquanto que, em Saanich foi recomendado que os idosos usassem o transporte público fora do horário de pico.

10. Paradas e estações

O desenho, a localização e as condições das paradas e das estações de transporte público são também características importantes. Em Xangai, idosos e cuidadores apreciam os bancos, o abrigo e a iluminação existentes em alguns pontos. Em Ponce, as paradas e o terminal de ônibus têm boas condições de manutenção. Em Portland, o acesso conveniente a pontos de ônibus é visto com satisfação.

A localização dos pontos apresenta algumas dificuldades para os idosos. Há problemas em Melbourne, onde os pontos são poucos e a distância entre eles é muito grande. Em Melville, os idosos manifestam preocupação em terem que atravessar uma via movimentada para chegar ao ponto. Em Saanich, alguns idosos disseram que os pontos de ônibus ficam muito longe de suas casas.

Em algumas cidades, há problemas de segurança em pontos de transporte público. Em Moscou, foi relatado que há batedores de carteira nos pontos superlotados e, em Melbourne, há queixas de vandalismo nos pontos. Em Melville, acredita-se que um programa no qual crianças participam da “decoreção” dos pontos de ônibus tenha reduzido o vandalismo.

Em San José, a ausência de cobertura nos pontos de ônibus é vista como uma desvantagem, assim como a ausência de bancos nos pontos de ônibus em Xangai. Em Tóquio, entretanto, foi observado que a colocação de bancos em pontos de ônibus dificulta a locomoção de pessoas deficientes, pois as ruas são muito estreitas.

Pessoas em muitas cidades consideram que estações de trem e terminais de ônibus devem ser de fácil acesso e devem ser planejados para serem amigáveis aos idosos, dispondo de rampas, escadas rolantes, elevadores, banheiros públicos e uma sinalização visível e inteligível. Em Tóquio, idosos e cuidadores apreciam o elevador da estação do metrô. Na região metropolitana do Ruhr, os idosos consideram um problema a falta de instalações que permitam o transporte de bagagem e cadeiras de rodas para as plataformas na principal estação de trem. Em Nova Delhi, os idosos observam que a estação de metrô não é localizada perto de onde moram e que a sinalização existente é inadequada.

11. Táxis

Os táxis são considerados, em muitas cidades, uma opção de transporte amigável ao idoso. Em Cancún, os táxis são considerados baratos. Em Dundalk, os idosos apreciam as tarifas com desconto dadas pelos táxis. Em Melville, cuidadores gostam do esquema de subsídio governamental para o uso de táxis. Em Halifax, foi dito que alguns motoristas de táxi são muito prestativos aos idosos e, em Trípoli foi dito que os táxis oferecem um serviço bom e conveniente.

Em outras cidades, foram identificadas barreiras para o uso de táxis. O custo é uma delas e, a ausência de acesso para deficientes, é outra. Em Portage La Prairie, os cuidadores se preocupam com o fato de motoristas de táxi não pararem para passageiros em cadeira de rodas. Em Halifax, o tamanho dos táxis é um

problema, porque não há espaço para levar andadores. Em Tuymazy, foi sugerido que os táxis tivessem porta-malas grande o bastante para transportar uma cadeira de rodas.

12. Transporte comunitário

Um serviço de transporte comunitário (isto é, transporte gratuito prestado por voluntários ou pelo setor privado) é considerado um serviço amigável ao idoso e é mais mencionado por pessoas de cidades de países desenvolvidos que em desenvolvimento. Em Ponce, por exemplo, há transporte gratuito oferecido por centros de idosos para que eles compareçam a consultas médicas e, em Portage La Prairie, motoristas voluntários da comunidade e o serviço de transporte oferecido por supermercados são muito apreciados. Em Londres, sugeriu-se um serviço de transporte comunitário com ônibus de fácil acesso e motoristas treinados para atender os idosos.

13. Informação

Em algumas cidades, foi mencionada a importância de se ter informações sobre as opções de transporte, sobre como usar os serviços de transporte e sobre os seus horários. Em Portland, por exemplo, há programas que ensinam os idosos a usar o transporte público. Em Melville, foi sugerido que seja oferecido, aos idosos que não podem mais dirigir, um curso sobre como usar transporte público. Em Himeji, foi sugerido que nos horários dos ônibus haja a indicação dos veículos que permitem o acesso de pessoas deficientes. Idosos em Tóquio identificam a necessidade dos horários serem impressos em letras grandes e colocados em locais convenientes.

14. Condução de veículos

Dirigir, como uma opção de transporte importante para os idosos, foi mencionado em algumas cidades. Por exemplo, foi observado que Melville é uma cidade planejada para carros e, em Himeji, os carros são considerados uma necessidade nos subúrbios. Em Ponce, os carros são considerados uma necessidade pelas limitadas opções de transporte existentes.

Um fato mencionado, mais por quem mora em países desenvolvidos, é que é fácil dirigir em sua cidade, Em Portage La Prairie, o tráfego é tranquilo e é fácil dirigir. Em Saanich, os idosos apreciam os alertas que existem nos cruzamentos. Em Tóquio, os idosos mencionam que os sinais de trânsito e a sinalização das ruas são de fácil visualização. As ruas de Trípoli são tidas como bem sinalizadas e, em Xangai, o controle de tráfego é considerado bom.

Barreiras à condução de veículos são relatadas por um número muito maior de pessoas, de várias cidades, em países com diferentes níveis de desenvolvimento. Dentre as barreiras mencionadas estão o tráfego pesado, ruas mal conservadas, dispositivos ineficazes para melhorar o fluxo do trânsito, iluminação pública inadequada, sinalização mal posicionada e de difícil leitura e a desobediência às leis de trânsito. Por exemplo, no Rio de Janeiro, o tráfego pesado é visto como uma barreira. Em Cancún os idosos se queixam que as ruas são esburacadas e, via de regra, são mal conservadas. Em Melville, há preocupação quanto à ineficácia de dispositivos para limitar a velocidade dos carros, como rotundas, que podem ser muito pequenas ou em localizações inapropriadas. Em Mayaguez, os idosos relatam que as ruas não são bem iluminadas. Em Halifax, a sinalização das ruas é considerada muito pequena, muito alta e frequentemente obscurecida. Idosos em Udine relatam que os motoristas não respeitam as leis de trânsito. Em Sherbrooke, motoristas não idosos são considerados muito agressivos.

15. Gentileza para com os motoristas idosos

Além das barreiras acima identificadas, o desrespeito aos motoristas idosos os desestimula a dirigir.

Eu não gosto de dirigir. As pessoas xingam você, fazem sinais se você vai devagar. São mal-educados.

Idoso, Trípoli

Em La Plata, foi mencionado que o abuso contra motoristas idosos decorre do fato de eles dirigirem muito devagar. Em Cancún, os idosos se sentem inseguros quando dirigem por terem problemas de visão e por causa do tráfego agressivo. Em Tuymazy, prestadores de serviço comentam que os idosos não se sentem confiantes em dirigir.

Em algumas cidades, como Portage La Prairie, onde dirigir é uma opção de transporte fundamental, há preocupação quanto às dificuldades que os idosos enfrentam quando param de dirigir. Para garantir que os idosos sejam motoristas confiáveis, em algumas cidades, como Genebra e Portland, recomenda-se um curso de reciclagem. As aulas dadas aos idosos, quando eles renovam a sua carteira em Himeji, são consideradas um benefício para eles.

16. Estacionamento

Vagas de estacionamento específicas para idosos e deficientes, situadas próximas aos prédios, em conjunto com áreas de embarque e desembarque, são consideradas características amigáveis aos idosos. Em Amã, os idosos apreciam os estacionamentos para deficientes existentes nas lojas. Em Dundalk, o estacionamento gratuito é apreciado. Em Portage La Prairie, um estacionamento grande é considerado amigável para o motorista idoso.

Em muitas cidades, entretanto, estacionamentos inadequados e caros são considerados uma barreira para os idosos. Outros problemas são também mencionados: em Mayaguez, foi dito que não há pontos para embarque e desembarque de idosos com deficiência em número suficiente ao passo que, em Portage La Prairie foi observado que as vagas de estacionamento não são largas o suficiente para permitir que uma cadeira de rodas seja colocada no carro. Em Saanich, a ausência de vagas para deficientes é considerada um problema. Em Melbourne, há preocupação com a dificuldade de se achar vagas próximas aos prédios. Uma outra preocupação mencionada foi a falta de respeito na utilização de vagas para deficientes.

Eles fazem vagas para deficientes que são total e absolutamente ignoradas.
Idoso, Londres

Checklist para características de transporte amigáveis ao idoso

Baixo custo

- ✓ O transporte público é financeiramente acessível a todos os idosos.
- ✓ As tarifas dos transportes são razoáveis e seu preço é afixado de forma visível.

Confiabilidade e frequência

- ✓ O transporte público é confiável e freqüente (inclusive à noite e nos fins de semana).

Destinos

- ✓ O transporte público existente permite que os idosos cheguem a locais-chave, como hospitais, centros de saúde, parques públicos, shopping centers, bancos e centros de convivência de idosos.
- ✓ A cidade é bem servida de transporte público, com rotas adequadas e com boas conexões para todas as áreas da cidade (inclusive a periferia) e para cidades vizinhas.
- ✓ Há boas conexões nas rotas dentre as diferentes opções de transporte.

Veículos amigáveis aos idosos

- ✓ Os veículos são acessíveis, com piso que rebaixa, degraus baixos e assentos amplos e elevados.
- ✓ Os veículos são limpos e bem mantidos.
- ✓ Os veículos são bem sinalizados, com indicação do seu número e da rota que fazem.

Serviços especializados

- ✓ Serviços de transporte especializados para pessoas com deficiências existem em número suficiente.

Prioridade para sentar

- ✓ Existe prioridade para os idosos sentarem e ela é respeitada pelos outros passageiros.

Motoristas

- ✓ Os motoristas são gentis, obedecem as regras de trânsito, param nos pontos determinados, esperam que os passageiros estejam sentados antes de sair, e param junto às calçadas, para facilitar o embarque e desembarque de idosos.

Segurança e conforto

- ✓ O transporte público é seguro contra crimes e não há superlotação.

Pontos e paradas

- ✓ Os pontos de ônibus são localizados próximo de onde moram os idosos, são equipados com assento e abrigo contra o mau tempo, são limpos e seguros, e adequadamente iluminados.
- ✓ As paradas e estações são acessíveis, com rampas, escadas rolantes, elevadores, plataformas apropriadas, banheiros públicos e sinalização legível e bem localizada.
- ✓ Os pontos e paradas de ônibus são fáceis de acessar e convenientemente localizadas.
- ✓ Os funcionários das paradas e estações são gentis e prestativos.

Informação

- ✓ São fornecidas informações aos idosos sobre como utilizar o transporte público e sobre as diferentes opções existentes de transportes.
- ✓ Os horários são legíveis e fáceis de se obter.
- ✓ Nos horários indica-se claramente a rota dos ônibus que são acessíveis às pessoas com deficiência.

Transporte comunitário

- ✓ Existem serviços de transporte comunitário, incluindo motoristas voluntários e serviços de busca em domicílio, para levar os idosos a eventos e locais específicos.

Táxis

- ✓ Os táxis são baratos e há descontos ou subsídios nas tarifas para os idosos de baixa renda.
- ✓ Os táxis são confortáveis e acessíveis, com espaço para levar cadeira de rodas ou andadores.
- ✓ Os motoristas de táxi são gentis e prestativos.

Ruas

- ✓ As ruas são bem conservadas, amplas e bem iluminadas, com dispositivos bem planejados e colocados de forma a limitar a velocidade dos carros; há sinais de trânsito nos cruzamentos; os cruzamentos são bem sinalizados; os bueiros são tampados, e a sinalização é padronizada, claramente visível e bem colocada.
- ✓ O fluxo do trânsito é bem-regulado.
- ✓ As estradas são livres de obstrução que possam bloquear a visão do motorista.
- ✓ O cumprimento das regras de trânsito é rigorosamente controlado e os motoristas são educados para segui-las.

Competência para dirigir

- ✓ Cursos de reciclagem para dirigir são oferecidos e a participação neles é estimulada.

Estacionamento

- ✓ Existe estacionamento a preços acessíveis.
- ✓ Há vagas específicas para idosos próximas à entrada dos prédios e às estações de transporte coletivo.
- ✓ Há vagas para deficientes próximas à entrada dos prédios e às estações de transporte coletivo, cuja utilização é fiscalizada.
- ✓ Há pontos de embarque e desembarque para deficientes e idosos próximos à entrada dos prédios e às estações de transporte coletivo.

Seção 7. Moradia

Visão geral dos achados

Moradia é fundamental para a segurança e bem estar. Não é de surpreender que as pessoas consultadas pela OMS, em todas as regiões, tenham muito a dizer sobre os diferentes aspectos de moradia: estrutura, projeto, localização e escolha. Há uma relação direta entre uma moradia apropriada e acesso a serviços comunitários e sociais que influenciam a independência e a qualidade de vida dos idosos. Está claro que a moradia e os serviços de suporte, que permitem os idosos envelhecer com conforto e segurança na comunidade a que pertencem, são universalmente valorizados.

1. Viabilidade financeira

Há um consenso, entre as cidades participantes, de que o custo da moradia é um fator importante e que tem influência direta sobre o local onde os idosos moram e na sua qualidade de vida. Enquanto em algumas cidades o custo da moradia, incluindo o aluguel, é considerado financeiramente viável, em outras, a moradia é considerada cara, tornando difícil aos idosos morarem de forma adequada.

Eu recebo a minha aposentadoria, mas como posso viver com tão pouco dinheiro? Mal entra em casa, em alguns segundos o dinheiro vai embora.

Idoso, Istambul

Em Genebra, por exemplo, foi relatado que alguns idosos moram em casas grandes demais para eles mas, como são aposentados, não têm dinheiro para se mudar. Da mesma forma, em Tuymazy, foi dito que o custo de mudança é muito alto, impossível para os aposentados. Moradia pública, gratuita ou de baixo custo é considerada, em algumas cidades, como Londres, uma característica amigável aos idosos. Em outras, como Islamabad, a ausência de moradias de baixo custo é vista como uma barreira. A necessidade de se ter informações sobre moradia subsidiada foi enfatizada em Portage La Prairie.

Eu tenho uma casa com terraço e não pago aluguel. Eu gosto muito.

Idoso, Londres

Em cidades, independente do grau de desenvolvimento do país, foi recomendado que houvesse moradia barata para os idosos. Dentre as estratégias citadas estão: a redução do imposto predial, para os idosos em Amã, e em Himeji, foi sugerido que houvesse subsídio à moradia, seja ela pública ou privada.

2. Serviços essenciais

Em algumas poucas cidades, os serviços essenciais são inadequados ou muito caros. Em Islamabad, casas em áreas de baixa renda não têm eletricidade, gás ou água. Em Moscou, os serviços básicos (água, luz, gás, telefone) são considerados caros. Em Dundalk e Istambul, os idosos preocupam-se com o alto custo de calefação e acreditam que o governo deveria subsidiá-lo. Na Jamaica, idosos de baixa renda têm dificuldade em pagar o preço dos serviços essenciais e acreditam que seu custo deva ser reduzido.

A conta de água me custa \$1000. Eu não consigo pagar, então não uso o chuveiro, e às vezes fico sem água.

Idoso, Jamaica

No Rio de Janeiro, os idosos (de baixa renda) valorizam as melhorias feitas nos serviços de água, esgoto e eletricidade, e em Istambul, os idosos apreciam o bom fornecimento de água.

3. Planejamento

Muitos aspectos do planejamento da moradia afetam a capacidade de os idosos morarem, confortavelmente, em suas casas. Em geral, considera-se importante que os idosos vivam em residências construídas com material adequado e estruturalmente seguras; que tenham superfícies niveladas; que disponham de elevador, se houver andares para subir; que o banheiro e a cozinha sejam adaptados; que seja grande o bastante para se locomover dentro dela; que tenham um espaço de armazenamento adequado; que tenha corredores com

portas suficientemente largas para permitir a passagem de cadeira de rodas; e que seja adequadamente equipada para atender às condições ambientais.

Problemas na construção de moradias são relatados em algumas cidades. Na Cidade do México, as pessoas identificam a necessidade de supervisão das construções, para garantir que a moradia seja estruturalmente segura. Em Istambul, foi dito que a pobreza resulta em moradias mal construídas ou mal conservadas e, em Nairóbi, a falta de material de construção é fonte de preocupação. Em Islamabad, algumas moradias não são à prova de terremotos.

Várias características estruturais são identificadas como barreiras. Uma planta cuja disposição dos cômodos impede a mobilidade é um problema identificado em Dundalk. Em La Plata, escadas e pisos não nivelados são vistos como barreiras. Em Moscou, é relatada a necessidade de se ter banheiros e lavabos especificamente projetados para idosos. Em Nova Delhi, foi dito que as cozinhas precisam ser mais bem planejadas. Na Cidade do México, mencionou-se a necessidade de corrimãos e elevadores em prédios de andares e, em Tóquio, foi apontada a necessidade de corredores e portas suficientemente largas para a passagem de cadeira de rodas.

Em algumas poucas cidades, as moradias não são adequadamente equipadas para as condições climáticas locais. Ar-condicionado, em especial, é considerado uma necessidade em Cancún e em algumas áreas de Melville, onde o desenho do telhado de novas casas faz com que elas se tornem, internamente, mais quentes.

Em muitas cidades, reconhece-se que foram tomadas medidas para melhorar o planejamento de moradias para idosos. Na Cidade do México, por exemplo, 1% do total da construção de novas casas deve ser adequado a idosos. Em Halifax, alguns prédios são amigáveis aos idosos por disporem de rampas de acesso, elevadores, estacionamento, academia de ginástica e portas amplas.

Mesmo assim, as pessoas acreditam que mais precisa ser feito para que se tenha moradias adequadas aos idosos. Em Himeji, recomenda-se que haja mais moradias amigáveis aos idosos enquanto que, em Melbourne, são sugeridos incentivos para estimular arquitetos e construtores a construir moradias amigáveis aos idosos. Pessoas em Nova Delhi recomendam que características amigáveis aos idosos sejam incorporadas à legislação específica para construções imobiliárias. Em Saanich, os construtores incluem características adaptadas ou adaptáveis nos seus projetos, como colocação de interruptores a uma altura mais baixa, a instalação de chuveiros ao invés de banheiras, e escadas que podem ser adaptadas para acomodar um ascensor de cadeira de roda.

4. Modificações (Adaptações)

A possibilidade de se adaptar uma casa ou apartamento também afeta a capacidade dos idosos continuarem a viver confortavelmente em sua casa. Cuidadores em Dundalk gostam dos ascensores instalados para cadeiras de rodas para auxiliar no deslocamento de idosos cadeirantes. Em Mayaguez, apartamentos para idosos com deficiências precisam ser devidamente adaptados. Em poucas cidades, como Himeji e Dundalk, há auxílio financeiro para a realização de modificações.

Várias dificuldades em relação a reformas de casa foram identificadas. Em Halifax, reformar uma casa é considerado caro e difícil. Restrições para reformas de moradias públicas foram mencionadas em Himeji e Nova Delhi. Em Portland, um imóvel alugado que tenha sido reformado deve ser devolvido em seu estado original. Em Melbourne, foi observado que equipamentos de auxílio não podem ser usados por não caberem na casa, e muitos cuidadores não conseguem custear as reformas necessárias. Em Sherbrooke, foi mencionada a necessidade de se adaptar moradias para determinadas doenças.

Além dos idosos manifestarem a importância de conhecerem as possíveis opções para adaptação da sua casa, em muitas cidades foi mencionado que eles precisam obter o material necessário. Em Tuymazy, os cuidadores identificam a necessidade de receberem informações sobre diferentes tipos de materiais e suas possíveis adaptações e sobre equipamentos de fácil aquisição. Em Udaipur, foram mencionadas dificuldades para se obter corrimãos, rampas e banheiros.

5. Manutenção

A manutenção ou conservação da casa é um grande obstáculo para alguns idosos. Em Cancún, os idosos dizem que são incapazes de fazer consertos por causa do custo envolvido. Em Melbourne também há preocupação com os custos de manutenção e sugere-se que a prefeitura cobre uma taxa simbólica para disponibilizar um serviço de manutenção de casas. No Rio de Janeiro, o alto custo do condomínio é considerado um obstáculo, mas foi observado que é possível sublocar um apartamento para pagar parte do custo de manutenção da casa.

Em Dundalk, os idosos valorizam as verbas disponibilizadas para reformas, mas se queixam da dificuldade em organizar os funcionários para fazer os consertos.

Foram embora no meio da obra e levaram meses para voltar e terminar.

Idoso, Dundalk

Em Melville, há preocupação quanto ao fato de estranhos virem fazer o trabalho de manutenção e foi sugerido que a prefeitura tenha uma lista de profissionais confiáveis e preparados para lidar com idosos. Em Portland, os cuidadores gostam do sistema usado para avaliar empreiteiros e pessoal dos serviços de conserto e manutenção.

Também são identificados problemas em relação aos consertos que precisam ser feitos em moradias públicas ou alugadas. Em Londres, há preocupação quanto ao fato dos consertos demorarem muito para serem executados. Em Trípoli, os idosos dizem que os senhorios negligenciam propositadamente a manutenção dos imóveis, para que os idosos se mudem. Em Delhi, é dito que as áreas comuns, como as escadas, são geralmente negligenciadas, permanecendo sujas e escuras.

Contudo, os funcionários de moradias coletivas, como zeladores e faxineiros, têm, por vezes, um papel importante no bem-estar dos idosos. Em Genebra, os idosos falaram da importância do zelador no contato entre os residentes e para providenciar os consertos necessários.

6. Acesso a serviços

A prestação de serviços a idosos em seus lares é especialmente importante. Em Udine foi dito que os idosos não cogitam em se mudar de onde moram. Da mesma forma, em Tuymazy, os prestadores de serviço dizem que os idosos são muito apegados às suas casas e não querem se mudar. Em Saanich, manifestam que é melhor receber ajuda em casa do que ter que se mudar.

Em algumas cidades, há dificuldades de se obter serviços em casa, inclusive, pelo seu custo, o que é considerado uma desvantagem. Na região metropolitana do Ruhr, são poucas as pessoas que fazem serviços de limpeza e jardinagem, e elas cobram caro. Já em Saanich, idosos reclamam que os serviços de limpeza e jardinagem são precários.

Morar perto de uma área em que haja serviços e prédios públicos é considerada uma característica amigável ao idoso. Essa característica é mais comumente citada por pessoas residentes em cidades de países desenvolvidos, como Melville, Portage La Prairie e Tóquio. Em San José, idosos gostam de morar próximo a serviços públicos, do comércio e de igrejas e templos. Em várias cidades, como Nairóbi, Udaipur e Udine, viver longe desses serviços é considerado um problema.

Houve um alerta quanto ao fato de um idoso permanecer em casa, porém incapaz de cuidar de si adequadamente. Na Cidade do México, foi levantada a necessidade de se educar os idosos quanto aos riscos de morarem sozinhos, e em Saanich foi sugerida a publicação de um guia para idosos listando os diferentes prestadores de serviços de manutenção e conservação de imóveis.

7. Conexões comunitárias e familiares

Ambientes familiares, em que as pessoas se sintam integradas à comunidade, contribuem para que uma cidade seja amiga do idoso. Por esse motivo, os idosos relutam em se mudar. Em Udine, os idosos dizem

sentir um tipo de “segurança psicológica” no seu ambiente. Em Trípoli, os idosos enfatizam a importância dos seus vizinhos. Em Dundalk, prestadores de serviço reconhecem a necessidade de as das novas construções para idosos ficarem próximas das antigas, para que eles mantenham seus vínculos com a família e a comunidade. Em Himeji, há preocupação quanto aos idosos perderem seus vínculos com a comunidade caso se mudem para outro local.

Mudanças na cidade afetam essa sensação de familiaridade com a comunidade. Em Tóquio, a falta de contato pessoal com os vizinhos, decorrente da construção de prédios altos, é considerada como uma característica não amigável ao idoso. Em Sherbrooke, idosos mostram preocupação com a falta de espaços para integração entre as gerações. Em Genebra, a falta de contato com jovens em prédios de apartamentos é vista como uma desvantagem. Em Udaipur, os cuidadores reclamam que os apartamentos modernos e sem varandas não permitem a interação da comunidade. A importância de um planejamento que facilite a interação comunitária é mencionada também em Dundalk, onde foi sugerido que as casas devem estar próximas a centros comunitários para reduzir a sensação de isolamento.

8. Opções de moradia

Ter várias opções de moradia na região para atender às novas necessidades é uma importante característica amigável ao idoso. Algumas cidades oferecem várias opções de moradia. Em Melville, por exemplo, os idosos podem escolher entre morar em casas menores, residências para idosos ou centros de longa permanência. Em muitas cidades foi enfatizada a necessidade de mais opções de moradia para idosos. Em Halifax, por exemplo, foi dito que alguns idosos se preocupavam por não encontrar acomodações na área que queriam e por não terem conhecimento das opções de moradia existentes.

Em algumas cidades, há opções de moradia para idosos. Em Melville, complexos residenciais para idosos oferecem uma variedade de serviços, áreas de lazer e atividades.

Você tem muitas atividades sociais, você pode estar ocupado o tempo todo ou pode fechar a porta e ficar em casa, não participar. É sua a escolha..

Idoso, Melville

Moradia para idosos parece estar em falta em muitas cidades e o tempo de espera para uma pode ser longo, como foi dito em Halifax e Himeji. Moradias para idosos também devem ser baratas para terem a característica de amigável. Idosos em Saanich expressam preocupação com o seu custo. É claramente mencionada, em algumas cidades, a preocupação de que a moradia para idosos seja integrada à comunidade local. Em Melville, foi sugerido que houvesse grupos de moradias de idosos, com pequenos jardins, em toda a cidade, para que eles não fiquem isolados da comunidade e, especialmente, das crianças. Em Portland, foi identificada a necessidade de uma moradia multigeracional. Na região metropolitana do Ruhr e em Sherbrooke, há preocupação quanto à criação de guetos de idosos em grandes complexos residenciais de idosos.

10. Ambiente onde se mora

É importante que os idosos tenham espaço e privacidade em sua casa. Em algumas cidades de países em desenvolvimento e em Tuymazy, o excesso de pessoas é identificado como um obstáculo para os idosos. Em Delhi, por exemplo, como o tamanho médio das famílias aumentou, as casas ficaram abrigando um número excessivo de moradores e os idosos não têm espaço suficiente. Em San José, um número excessivo de moradores é resultado do alto custo da habitação, que força os membros da família a viverem na mesma casa.

A sensação de segurança no ambiente doméstico é uma outra questão importante. Em muitas cidades, os idosos se sentem inseguros e, em especial, têm medo de morar sozinhos. Em algumas cidades foram tomadas medidas para aumentar a segurança das residências de idosos. Em Dundalk, por exemplo, câmaras de vigilância são usadas em algumas casas; em Genebra existe um acesso seguro a prédios de apartamentos; em Saanich, são feitas verificações de segurança da casa gratuitamente; e em Xangai existe um policiamento local de segurança. Em Himeji, alguns apartamentos têm dispositivos para fazer chamadas de emergência em caso de necessidade.

Mesmo assim, ainda precisa ser feito mais para que os idosos se sintam seguros em casa. Em Udaipur, recomenda-se que sejam prestadas mais informações sobre segurança e em Saanich foi sugerida a instalação de alarmes de emergência.

Em algumas cidades, as casas dos idosos estão localizadas em áreas de risco de ocorrência de desastres naturais. Em La Plata, algumas casas estão em áreas sujeitas a inundações e em Islamabad os idosos preocupam-se com terremotos.

Checklist de moradias amigáveis ao idoso

Custo acessível

- ✓ Existem moradias de custo acessível para todos os idosos.

Serviços essenciais

- ✓ Os serviços essenciais são prestados a um custo acessível.

Planejamento

- ✓ As moradias são feitas de materiais apropriados e bem estruturadas.
- ✓ Há espaço suficiente para que os idosos se locomovam com facilidade dentro da casa.
- ✓ A moradia é apropriadamente equipada para atender às condições ambientais (por exemplo, dispõe de ar-condicionado ou calefação).
- ✓ A moradia está adaptada para os idosos, com pisos nivelados, corredores e portas largas o suficiente para a passagem de cadeira de rodas, e com banheiros, lavabos e cozinhas especialmente adaptados.

Modificações

- ✓ A moradia pode ser modificada para atender aos idosos, quando houver necessidade.
- ✓ As modificações da moradia têm custo acessível.
- ✓ Equipamentos e material para modificações de moradia são facilmente encontrados.
- ✓ Há financiamentos e auxílio financeiro para reformas da casa.
- ✓ Há uma boa compreensão de como uma casa pode ser modificada para atender às necessidades dos idosos.

Manutenção

- ✓ Os serviços de manutenção são de custo acessível para os idosos.
- ✓ Há prestadores de serviço devidamente qualificados e confiáveis para fazer a manutenção da casa.
- ✓ Moradias públicas, moradias de aluguel e áreas comuns são bem conservadas.

Envelhecer em casa

- ✓ A moradia fica perto de serviços e do comércio.
- ✓ Serviços de custo acessível são prestados a domicílio, para que os idosos “envelheçam em casa”.
- ✓ Os idosos estão bem informados dos serviços existentes para que eles possam envelhecer em suas casas.

Integração comunitária

- ✓ O projeto da moradia facilita a integração permanente dos idosos na comunidade.

Opções de moradia

- ✓ Existe, na região, uma gama de opções de moradia apropriadas e de custo acessível para os idosos, incluindo-se os frágeis e dependentes.
- ✓ Os idosos estão bem informados sobre as opções de moradia existentes.

Moradia

- ✓ Há moradias em número suficiente na região e a um custo acessível para os idosos.
- ✓ Há uma gama de serviços apropriados além de entretenimento e atividades nos prédios onde os idosos moram.
- ✓ A moradia dos idosos está integrada na comunidade onde se localiza.

Ambiente da casa

- ✓ A moradia não tem excesso de moradores.
- ✓ Os idosos se sentem confortáveis no ambiente em que moram.
- ✓ A moradia não é localizada em áreas sujeitas a desastres naturais.
- ✓ Os idosos se sentem seguros no ambiente onde vivem.
- ✓ Há auxílio financeiro para medidas de segurança da casa.

Seção 8. Participação social

Visão geral dos achados

Participação social e suporte social são muito ligados à boa saúde e ao bem estar ao longo da vida. A participação em atividades de lazer, sociais, culturais e espirituais na comunidade bem como junto à família permite que os idosos continuem a exercer a sua autonomia, a gozar de respeito e estima, e a manter ou formar relacionamentos de apoio e carinho. Ela fomenta a integração social e é a chave para que os idosos fiquem informados. Ainda assim, os idosos consultados pela OMS disseram claramente que a sua capacidade de participar, formal e informalmente, da vida social depende não só das atividades oferecidas, mas também da disponibilidade de acesso adequado aos transportes e aos locais onde elas se realizam e também de receberem informações sobre essas atividades.

Quando encontro os meus amigos, eu me sinto muito bem.

Idoso, Cidade do México

Na maioria das cidades, os idosos contam que participam ativamente nas suas comunidades, mas sentem que poderia haver maiores possibilidades de participação. Eles sugerem que haja mais atividades, e mais variadas, próximas de onde moram. Eles gostariam de oportunidades que fomentassem a integração dentro da comunidade e com outros. Eles desejam ter atividades que estimulem a integração à comunidade e junto às pessoas de outras faixas etárias e culturas. As maiores preocupações são relativas ao custo e ao acesso, especialmente para pessoas com deficiência, e também quanto à divulgação das atividades e eventos. Dispor-se de meios adequados que permitam a acessibilidade, especialmente para pessoas com dificuldade de locomoção, é importante em todos os lugares, mas em particular nos países em desenvolvimento e naqueles com economia em transição.

1. Oportunidades acessíveis

Os idosos podem ter conhecimento de eventos e atividades que existem em sua comunidade, mas na experiência de muitos participantes deste projeto, essas atividades são inacessíveis. A segurança pessoal, especialmente à noite, é mencionada como um obstáculo tanto em cidades de países desenvolvidos quanto em desenvolvimento, como Halifax, La Plata, Londres e Rio de Janeiro. Em muitas cidades, os locais ficam muito longe e o transporte é difícil. Outro problema comum é a acessibilidade dos prédios, especialmente para pessoas com problemas de locomoção, e a falta de instalações adequadas, como banheiros, assentos apropriados ou um ambiente livre do cigarro. Outro obstáculo mencionado é restrição à entrada, como a necessidade de se ser membro de uma organização.

Eles [os idosos com deficiências] acham difícil se ajustar, pois não há assentos ou banheiros apropriados, etc. O lazer para a maioria é conversar com amigos ou parentes ao telefone ou receber visitas ocasionalmente.

Cuidador, Nova Delhi

Em muitas cidades, os esforços para incluir os idosos são reconhecidos por eles próprios e por aqueles que interagem com eles. Foi relatado que a prefeitura municipal de Mayaguez organiza várias atividades em horários adequados para os idosos e fornece transporte para que eles compareçam. Um idoso em Genebra observou que há atividades de lazer para pessoas com deficiência auditiva. Foram mencionadas a existência de: transporte comunitário em Melbourne e Melville; atividades em locais convenientes em Portland; horário conveniente para eventos e atividades em Trípoli. Participantes em Dundalk sugerem que o fato de se permitir que os idosos tragam um amigo para os eventos estimularia a participação deles.

2. Atividades financeiramente acessíveis

A gratuidade ou o baixo custo das atividades facilitam a participação dos idosos. O preço das atividades é um problema frequentemente citado, especialmente em cidades de países em desenvolvimento e nos de economia em transição. Em algumas áreas, há opções variadas apenas para aquelas pessoas de renda adequada, e atividades recreativas e de lazer só são possíveis para os ricos. Os participantes em Islamabad observam, entretanto, que as atividades lá oferecidas são financeiramente acessíveis. O Rio de Janeiro

oferece muitas atividades de lazer gratuitas, e na Cidade do México há eventos culturais gratuitos ou de baixo custo. Em Dundalk, Genebra e Londres foi dito que, por conta do alto custo do seguro, as organizações filantrópicas são obrigadas a cobrar pelas atividades que oferecem e sabem que o custo pode desestimular a participação.

3. Leque de oportunidades

A existência de várias oportunidades que interessam a uma gama variada de idosos estimula uma maior participação. Muitas cidades oferecem atividades em grandes centros urbanos, mas há menos oportunidades para pessoas que vivem fora desses centros. Pode haver também menos opções para pessoas frágeis ou portadoras de deficiências. Por vezes, os horários das atividades são rígidos e os idosos precisam optar entre suas necessidades pessoais, como o cochilo habitual da tarde ou a participação em uma atividade. Os locais onde as atividades ocorrem podem não agradar aos idosos, por causa do nível de ruído ou ênfase em atividades para jovens. Diversas atividades integradas e voltadas para segmentos específicos podem atender a um número maior de pessoas. Dentre a diversidade estão eventos como os organizados em Himeiji, voltados para pessoas com mais de 80 anos. Na Jamaica, os idosos citam eventos esportivos em que competem em diferentes categorias. Portage La Prairie oferece refeições comunitárias e contato social como parte da atração. Atividades ao ar livre, como caminhar no jardim em Nairóbi ou uma caminhada em Moscou quando o tempo está bom são consideradas maneiras simples e baratas de estimular a participação social.

Foi relatado que em Udine são oferecidas instalações para atividades como teatros, clubes e Universidade da Terceira Idade. Em Tuymazy, há um clube de xadrez, uma sociedade histórica e um clube para quem tem mais de 60 anos. Participantes de Cancún dizem que gostam do clube da “idade de ouro”, aulas de artesanato no mosteiro da cidade, e de conversas, música e dança. Pelo que foi dito, todas as grandes cidades em países desenvolvidos, e a maioria delas em países em desenvolvimento, oferecem uma variada gama de atividades.

Na maioria das cidades, atividades religiosas e de socialização em espaços religiosos dentro das comunidades é uma importante forma de participação para os idosos. Eles podem ser bem conhecidos e estimados nos espaços religiosos que freqüentam. Esses espaços são acolhedores e inclusivos e propiciam a participação de pessoas que estariam em risco de isolamento. Foi dito que, em Halifax, por exemplo, as igrejas contribuem para a vida dos idosos por meio de atividades como jogos de cartas, refeições em grupo, condução para a igreja e equipes de visitantes para pessoas que se isolam. Em Islamabad, foi observado que ir à mesquita mais de uma vez ao dia contribui para a participação social.

Na igreja nós somos ouvidos pela nossa experiência. As pessoas nos consultam.

Idoso, Jamaica

Atividades culturais, educacionais e tradicionais também são importantes para os idosos de muitos lugares. A educação continuada por meio das Universidades da Terceira Idade ou através de cursos em centros comunitários ou de idosos estimula a participação e o aprendizado. Casamentos e funerais constituem oportunidades de socialização. Idosos em Islamabad dizem gostar de comparecer a eventos tradicionais, como casamentos.

4. Divulgação das atividades e eventos

Muitos participantes disseram que os idosos precisam ter conhecimento das atividades e das oportunidades para participar.

Eu creio que o problema está na divulgação – as pessoas têm que saber as opções que existem.

Prestador de serviço, Saanich

Em Dundalk, foi relatado que as organizações promovem suas atividades enviando informações aos idosos antes de eles se aposentarem. Pessoas que freqüentam serviços religiosos e outras atividades realizadas regularmente tendem a saber de novas atividades pelo efeito boca-a-boca. Em San José, associações ocupacionais promovem as suas atividades. Um prestador de serviço em Xangai acredita que mais idosos participariam das atividades se houver publicidade o bastante para atraí-los.

5. Estimular a participação e combater o isolamento

Uma mensagem consistente de cidades de todo o mundo foi que a participação social é mais fácil quando as oportunidades são muitas e estão perto de onde se mora. As pessoas em La Plata estão insatisfeitas com a falta de centros comunitários em todos os bairros, e em Udaipur foi sugerido que os centros comunitários fiquem a uma distância próxima para que os idosos possam ir a pé. Participantes em Dundalk e Xangai recomendam que os prédios ou construções existentes na comunidade, como escolas e centros recreativos, possam ser usados por todos os membros daquela comunidade, inclusive os idosos. Esta sugestão teve eco em Islamabad: uma maior variedade de atividades de lazer em diferentes locais.

Esforços voltados para estimular e motivar a participação dos idosos pode, por vezes, fazer a diferença entre participação e isolamento. Muitas pessoas que estão envolvidas com grupos e clubes de idosos estão muito satisfeitas com suas atividades. Entretanto, algumas pessoas relutam em participar de clubes e associações por vários motivos: elas podem não conhecer ninguém, acreditam que devem partilhar de uma determinada visão política ou acham que as atividades daquele clube não são interessantes.

Os idosos relutam em fazer qualquer coisa. Muitos foram convidados a entrar para o clube e recusaram.

Prestador de serviço, Himeji

Há muitas explicações sobre o porquê de idosos que vivem em isolamento terem dificuldade de se associar com outros. Os seus contatos sociais desapareceram, gradativamente, após a morte do cônjuge e de outros membros da família e amigos. A saúde pode estar em declínio, o que limita a sua capacidade de participar. Devido às mudanças na estrutura da sociedade, há um número maior de mulheres que trabalham e, portanto, não dispõem de tempo durante o dia para visitar os idosos. Visita aos idosos isolados que vivem em suas casas proporciona uma conexão social e é uma maneira de estimulá-los à participação. Em Melbourne e Xangai, foi relatada a existência de organizações que tomam a iniciativa de ir aos idosos e convidá-los a participar de suas atividades.

Eu creio que há muitas oportunidades se as pessoas estão conectadas e têm alguém com quem ir, mas devemos ouvir as pessoas solitárias e as marginalizadas através das organizações, a fim de reconstruir redes sociais ou fomentar contatos.

Prestador de serviço, Halifax

Os cuidadores, muitos dos quais também são idosos, estão especialmente vulneráveis ao isolamento porque o seu mundo é centrado na pessoa de quem cuidam. Os participantes sugerem que haja mais programas e opções que permitam aos idosos com deficiências socializar-se fora de suas casas sem a necessidade da presença do seu cuidador. A realização de atividades que durem o dia inteiro e opções para descanso da tarefa de cuidar são sugeridas como maneira de ajudar os cuidadores de idosos a permanecerem em contato com a sociedade.

Poucos homens participam; eles não aceitam a sua idade e/ou se sentem desconfortáveis rodeados de tantas mulheres.

Idoso, Cancún

A ausência de participação social por parte dos homens foi mencionada em muitas cidades, dentre as quais Cancún e Genebra. Em algumas cidades, contudo, há atividades voltadas para eles: em Melville, por exemplo, há a “Tenda dos Homens”, que oferece atividades para homens de diferentes idades. Idosos em Istambul contam que a mesquita é um bom lugar para a participação social de homens. Participantes na Cidade do México sugerem mais atividades específicas para eles, como oficinas ou jogos de cartas ou dominó.

Alguns idosos preferem não participar, e os participantes em Portland aconselham respeitar quem prefere se abster de frequentar as atividades.

6. Integrando gerações, culturas e comunidades

Os idosos querem oportunidades para socializar e se integrar com outros grupos etários e outras culturas em suas comunidades e famílias.

Os idosos sentem que podem participar em diferentes áreas e com pessoas de todas as idades, dependendo de sua vontade e iniciativa pessoal.

La Plata, Argentina

Atividades intergeracionais são consideradas mais desejáveis que atividades voltadas apenas para idosos. Essas oportunidades são propiciadas compartilhando-se espaços e instalações, como em Saanich, onde um centro para idosos está localizado em uma área não utilizada de uma escola primária. Em Ponce, algumas atividades envolvem idosos em ambientes escolares. Sugere-se a realização de programas em centros comunitários e recreativos para estimular a participação de pessoas de diferentes idades e níveis de dependência.

Se não for possível para os idosos participar de atividades fora de casa, ver televisão representa a sua única fonte de lazer e conexão com a sociedade. Como a televisão é voltada para uma audiência composta por pessoas de todas as idades, os idosos se preocupam com a programação, pois são poucas as opções de programas televisivos para eles.

Ver TV é uma opção, mas os tipos de programas exibidos hoje em dia na TV não são para a família.

Idoso, Udaipur

Idosos de muitas cidades querem participar da vida familiar de uma maneira que seja significativa. Em Amã, por exemplo, os idosos dizem não querer se isolar das suas famílias. Entretanto, as famílias podem não dar tanta atenção aos idosos, especialmente se houver a expectativa dos avós de cuidarem dos netos, ou se houver pouco tempo para se dedicar a um membro idoso da família.

Uma maior integração de gerações é vista como uma maneira de combater o preconceito contra os idosos na sociedade, pois ele desestimula a participação social. Os idosos mencionam o desejo de uma maior conscientização social sobre a realidade do envelhecimento, e consideram que as outras gerações seriam mais pacientes e respeitosas se compreendessem mais umas às outras.

Oportunidades intergeracionais são uma experiência enriquecedora para todas as idades. Os idosos transmitem práticas tradicionais, conhecimento e experiências, ao passo que os jovens oferecem informações sobre novas práticas e ajudam os idosos a se situarem em uma sociedade que muda muito rapidamente. Idosos em Nairóbi estão engajados em danças e atividades tradicionais, e passam o seu conhecimento para os outros.

[Os idosos] são uma “tradição viva”.

Cuidador, Nairóbi

A formação e o planejamento de um bairro podem estimular a integração de pessoas de várias origens, idades e culturas. Muitos bairros em cidades de todo o mundo estão mudando. As pessoas mais jovens não vivem no mesmo bairro que os membros mais idosos de sua família. As pessoas podem não manter os mesmos vizinhos ao longo de sua vida, e em muitas cidades há grandes populações de imigrantes que não falam a mesma língua e não têm a mesma formação que a maioria da população.

As aldeias se esvaziaram. Todos se mudaram para as cidades. Agora, os [antigos] aldeões envelheceram nas cidades.

Idoso, Istambul

Um bairro aberto e acolhedor na região metropolitana do Ruhr forma a base para que os novos moradores se integrem. Novos residentes em cidades de todo o mundo estão em risco de ficarem isolados, e os idosos

participantes deste projeto reconhecem a necessidade de melhor integrar as suas atividades para estimular uma maior participação de pessoas de outros lugares e culturas.

Eu gostaria que houvesse uma maneira de estimular mais atividades comunitárias multiculturais em bairros com uma população diversificada.

Idoso, Portland

A solução é que os residentes mais velhos passem a aceitar os novos residentes como seus companheiros. E também, será bom para os vizinhos cumprimentarem-se uns aos outros.

Idoso, Tóquio

Checklist de participação social amigável ao idoso

Atividades e eventos acessíveis

- ✓ A localização em seus bairros é conveniente para os idosos, com transporte variado e de baixo custo.
- ✓ Os idosos têm a possibilidade de participar com um amigo ou cuidador.
- ✓ O horário dos eventos é conveniente para os idosos.
- ✓ O ingresso para um evento é aberto (por exemplo, não precisa ser sócio), e a entrada no local, assim como a compra de ingresso, é um processo rápido, de uma única fase, que não requer que o idoso fique na fila por muito tempo.

Custo acessível

- ✓ Eventos e atividades, e as atrações locais são financeiramente acessíveis aos participantes mais velhos, sem custos ocultos ou adicionais (como custo de transporte).
- ✓ As instituições de voluntários têm o apoio do setor público e privado para manter baixo o custo das atividades para idosos.

Diversidade de eventos e atividades

- ✓ Existe uma gama de atividades para atender aos interesses das diferentes populações de idosos, cada uma das quais com seus gostos e particularidades próprias.
- ✓ As atividades comunitárias estimulam a participação de pessoas de diferentes idades e formação cultural.

Locais e ambientes

- ✓ As reuniões e eventos para idosos ocorrem em diferentes locais das comunidades, como centros recreativos, escolas, bibliotecas, centros comunitários localizados em bairros residenciais, parques e jardins.
- ✓ Os prédios são acessíveis e devidamente equipados para permitir a participação de pessoas com deficiência ou que necessitem de cuidados especiais.

Promoção e divulgação das atividades

- ✓ As atividades e eventos são divulgados aos idosos; as informações descrevem as atividades, a acessibilidade do local onde será realizada, assim como as opções de transporte.

Combate ao isolamento

- ✓ Convites pessoais são enviados para promover as atividades e estimular a participação.
- ✓ É fácil participar dos eventos, que não exigem qualquer formação ou conhecimento (incluindo alfabetização).
- ✓ Um membro de um clube que não mais comparece às atividades é mantido na mala direta do clube, a menos que haja solicitação expressa para sua exclusão da relação.

- ✓ As organizações devem estimular a participação dos idosos que se isolam, por meio de, por exemplo, visitas pessoais ou telefonemas.

Estimulando a integração com a comunidade

- ✓ Os prédios e instalações comunitárias propiciam a utilização compartilhada, para diferentes finalidades, por pessoas de diferentes idades e interesses, e estimulam a interação entre os grupos de usuários.
- ✓ Reuniões e atividades fomentam o relacionamento e o intercâmbio entre os residentes do bairro.

Seção 9. Respeito e inclusão social

Visão geral e achados

Os idosos relatam perceber comportamentos e atitudes conflitantes em relação a eles. Por um lado, muitos se sentem respeitados, reconhecidos e incluídos; por outro, experimentam uma falta de consideração da comunidade, e também de prestadores de serviços e da sua família. Esse embate se explica pela mudança pela qual a sociedade está passando, pelas normas de comportamento, pela falta de contato entre as gerações e pelo desconhecimento generalizado do processo de envelhecimento e do que é ser velho. Ficou claro pelo estudo realizado que o respeito e a inclusão social dos idosos dependem de outros fatores, além das mudanças sociais: cultura, gênero, condição de saúde e status econômico têm um papel importante na inserção social dos idosos. O grau de participação dos idosos na vida social, cívica e econômica da cidade está, também, intimamente relacionado à experiência deles de inclusão.

1. Comportamento respeitoso e desrespeitoso

Os participantes do projeto comentam que o comportamento das pessoas para com eles é ou de respeito e gentileza ou bem o contrário. Em geral, os idosos são respeitados nas cidades objeto deste estudo: a maioria dos idosos e os outros participantes dos grupos focais mencionam o respeito e a gentileza frequentemente demonstrados para com os idosos.

Você anda pela rua e as pessoas sorriem para você, você entra numa loja e é bem atendido, até as crianças dizem “oi” mesmo que não o conheçam.

Idoso, Melbourne

Na Jamaica e em Ponce, por exemplo, os idosos sentem que têm prioridade no comércio e no atendimento ao público. Em Islamabad e Moscou, comentou-se que as pessoas cedem seu lugar para os idosos nos ônibus. Exemplos de serviços amigáveis aos idosos são mencionados em algumas cidades: em Portage la Prairie, cédulas de votação são levadas às residências dos idosos que não podem comparecer às seções eleitorais, e fones de ouvido são fornecidos em igrejas para pessoas com deficiência auditiva. Na Cidade do México, houve menção a um banco cujos funcionários são treinados para tratar bem os idosos, e ao final de cada mês há um horário determinado para atender exclusivamente os idosos. Foi também comentado que em alguns estabelecimentos comerciais na Jamaica os idosos podem se sentar e ser atendidos por funcionários especificamente designados para aquela área reservada a eles. Também em Tóquio os idosos observam que os estabelecimentos comerciais os tratam bem porque os clientes são, em sua maioria, idosos. Além disso, os idosos se sentem especialmente respeitados e incluídos em clubes de idosos. Foi também observado que quando os próprios idosos são respeitosos e agradáveis, eles recebem tratamento igual dos outros.

Não obstante, participantes em várias cidades também relataram a ocorrência de comportamento desrespeitoso para com os idosos. As pessoas parecem estar impacientes com os idosos, que são mais lentos para a realização de tarefas e ações, e gestos obscenos são direcionados a motoristas idosos. Em Sherbrooke, eles se sentem tratados como crianças. Os idosos em Amã se sentem criticados por jovens por suas roupas diferentes e pelo modo como falam. Foi dito que alguns jovens são mal-educados (Tóquio e Udine), não cedem seu lugar nos ônibus (Portland), e são verbal ou fisicamente agressivos para com os idosos (Halifax, Nova Delhi e San José).

Eles olham para você como se a sua “data de validade” estivesse vencida, e não querem atendê-lo.

Idoso, Melville

Em algumas cidades foi dito que pessoas da área de serviços profissionais e do comércio são desrespeitosas ou desconsideram as necessidades dos idosos. Um cuidador em Amã observou que a comida em restaurantes não é adequada aos idosos. Mau atendimento em lojas foi observado em Melville. Em La Plata e Mayaguez foi dito que atendentes de bancos e funcionários públicos não ouvem as queixas e reivindicações dos idosos. Em San José, foi mencionado que médicos já tinham as prescrições feitas antes mesmo de examinarem os pacientes idosos. Outras preocupações sobre os prestadores de serviço foram mencionadas em, por exemplo, Nairóbi, Ponce e Saanich.

Alguns idosos vão de um guichê para o outro sem conseguir obter a informação de que precisam porque ninguém quer perder tempo ou ter a gentileza de ouvi-los.

Prestador de serviço, Mayaguez

Uma das sugestões para promover serviços que sejam amigáveis aos idosos é o treinamento de prestadores de serviço para que compreendam como responder melhor às necessidades dos idosos.

2. Preconceito contra a idade e desconhecimento

Em uma sociedade que glorifica a juventude, as imagens negativas comuns da velhice e do envelhecimento são geralmente evocadas para explicar o comportamento desrespeitoso. Dentre os preconceitos relatados contra a idade estão aqueles que consideram os idosos inúteis, menos inteligentes, pão-duros e um estorvo. Em países desenvolvidos, há a sensação de que os idosos, como grupo etário, são um estorvo pois consomem grande parte dos recursos públicos. Os idosos doentes ou deficientes têm maior probabilidade de serem vistos sob uma ótica negativa do que os saudáveis.

Você é muito mais respeitado se for saudável e não depender de ninguém, nem mesmo de seu filho.

Idoso, Trípoli

Acredita-se que o comportamento desrespeitoso e o preconceito contra a idade em algumas cidades resultam da desinformação, da impessoalidade dos grandes centros que crescem cada vez mais, da falta de interação entre as gerações e da falta generalizada de conhecimento da população sobre a velhice e o envelhecimento. Em Melbourne e Nova Delhi também foi reconhecido que existe um hiato entre o individualismo contemporâneo e as expectativas dos idosos.

3. Interação entre gerações e conscientização social

Há uma grande desvantagem hoje ... as crianças não têm esse privilégio, de se relacionar com idosos ... o preço é alto.

Idoso, Portland

Em quase todas as cidades do projeto, os participantes enfatizaram a grande necessidade de se facilitar e organizar encontros intergeracionais como: trabalhar em conjunto; participar de eventos intergeracionais programados; a participação de idosos em programas de educação cívica ou história em escolas ou tomar conta de crianças em espaços públicos; programas de voluntariado de jovens para ajudar os idosos. Todas as soluções que promovam atividades intergeracionais são bem aceitas na maioria das cidades. Em Genebra, os idosos dizem que eles mesmos devem dar o primeiro passo em direção à geração de jovens.

Uma visão comum é que falta conscientização pública sobre o envelhecimento e os problemas a ele relacionados, e que a educação sobre o envelhecimento deve começar cedo e se estender a todos os grupos sociais.

O que você vê é que a atitude para com os idosos precisa ser reajustada. Eu acho que esse é o maior problema, e não sei como educar os mais jovens a respeitar os mais velhos.

Idoso, Portage la Prairie

Muitos são de opinião que a educação da comunidade deve começar na escola primária, para que as pessoas aprendam valores culturais e a apreciar os idosos. Na opinião dos participantes, a educação sobre o envelhecimento deve incluir alguma compreensão das dificuldades decorrentes do envelhecimento físico e das deficiências associadas. Como dito na Jamaica, através da educação as pessoas seriam capazes de se preparar para esse período da vida. Quase todos os grupos focais insistem na importância de se inculcar respeito aos idosos; em Udaipur, foi sugerida a realização de colônias de férias voltadas para a transmissão dos valores sociais. Também foi proposta uma educação sobre o envelhecimento por meio de anúncios, a serem veiculados na mídia, sobre a importância de se ter uma atitude amigável aos idosos; em Melville foi mencionado, como exemplo, um programa de televisão mostrando o relacionamento entre um jovem e um

idoso, ou de jornais publicando perfis de idosos da cidade que contribuíram para a comunidade. Anúncios e pôsteres com fotos atraentes do envelhecimento foram também mencionados, bem como a apresentação de idosos de maneira realista, não caricatural.

4. Um lugar dentro da comunidade

Nós não escutamos as vozes dos idosos em nossas sociedades.

Cuidador, Sherbrooke

O papel dos idosos na comunidade é decisivo para que eles se sintam respeitados e incluídos. Em algumas cidades, como Moscou e Tóquio, foi relatado que eles ainda mantêm uma liderança local ativa e têm influência sobre as decisões públicas. Com mais frequência, entretanto, os participantes falam da perda dessas responsabilidades de liderança, e mesmo da relutância em se ouvir conselho de idosos, como relatado em Melville. Em Mayaguez, os participantes observam que a comunidade não está habituada a levar em consideração as opiniões dos idosos e agora, mesmo as decisões que dizem respeito a eles são tomadas sem consultá-los.

A participação dos idosos em eventos sociais contribui positivamente para a sua estima dentro da comunidade. Os idosos muito frequentemente se envolvem em serviços voluntários, nos quais têm um papel ativo, como em Halifax e Melbourne. Algumas tarefas são reservadas para os idosos, como trabalhar em supermercados, em Cancún. Em Himeji, um programa chamado “Pergunte ao Idoso” é citado como um exemplo de inclusão amigável ao idoso: este programa envolve idosos em atividades nas quais eles têm experiência, como jardinagem, organização de eventos ou proferir palestras em escolas primárias. Em Saanich, existem programas que trazem os idosos às escolas.

Nós nos fiamos nos ... idosos como voluntários, e certamente nós valorizamos a sua opinião e sugestões.

Prestador de serviço, Saanich

Por vezes, os idosos fazem partes de comitês e diretorias de associações e organizações, apesar de em Sherbrooke ter sido dito que eles precisam de uma maior representação. Um ponto frequentemente levantado é que os idosos, suas competências e sua experiência de vida merecem confiança e devem ser usadas nas tomadas de decisão. Seus recursos devem ser valorizados pela comunidade, conforme sugerido em Dundalk e Cidade do México. Os prestadores de serviço em Portland disseram que os idosos podem ser importantes observadores da vida comunitária.

5. Ajuda da comunidade

Você sabe, as pessoas se conhecem, não é uma cidade grande. E é isso, quando você conhece alguém, você ajuda o seu amigo e é ajudado por ele.

Idoso, Portage la Prairie

Muitos comentários dizem respeito à ajuda das pessoas para com os idosos e os motivos pelos quais comunidades são mais ou menos inclusivas. Observou-se que as comunidades menores, onde as pessoas viveram por muito tempo e se conhecem umas às outras, são mais amigas e inclusivas: como exemplos temos Dundalk, Portage la Prairie e o bairro de Copacabana, no Rio de Janeiro.

As pessoas perceberiam se você não fosse à missa.

Idoso, Dundalk

Em outras cidades grandes, há comentários sobre o fato de a cidade ser “muito grande” e impessoal, como em Istambul. Os bairros não são tão coesos em Islamabad e Cidade do México, e em Londres parece que os vizinhos se mudam tão rapidamente que as pessoas não têm tempo de se conhecer. Contudo, pode-se estimular comunidades mais inclusivas. Alguns dos grupos focais sugerem que os bairros sejam mais bem organizados, com, por exemplo, comitês de ruas (San José e Tuymazy). A criação de lugares para encontros

de bairro foi sugerida em Istambul; foi relatado que isso já existe em La Plata, onde parte da prefeitura foi designada para reuniões de idosos.

6. Um lugar na família

Em algumas cidades, como Amã e Udaipur, viver com suas famílias foi considerada uma vantagem para os idosos. Permanecer com a família significa ser bem cuidado, ter carinho e manter o status social, na visão da população de Trípoli. Em Udaipur, os idosos são consultados pelas famílias para a tomada de decisões e sua opinião é levada em conta. Alguns idosos mencionam que deixaram sua cidade de origem para viver com seus filhos em Cancún. Foi mencionado que membros da família são prestativos e que ajudam muito, mas ao mesmo tempo observa-se que as relações familiares estão mudando. Houve comentários, por exemplo em Istambul e Nova Delhi, que as famílias estão mais espalhadas porque os filhos se mudam para longe, e que gerações mais novas não têm tanto tempo para dedicar aos membros mais velhos da família. Em consequência, houve relatos em Nova Delhi de que os mais velhos ficam, gradativamente, marginalizados em suas próprias famílias. Em Islamabad, os idosos contam que as mulheres mais velhas nem sempre são consultadas sobre questões familiares. Em Nova Delhi, foi dito que os avós ficam reduzidos à condição de empregados de seus netos. Em San José, algumas famílias exigem mesmo que os avós exerçam atividade remunerada. Prestadores de serviço em algumas cidades mencionam problemas de abandono ou maus tratos a idosos.

7. Exclusão econômica

Eu me sinto intimidada quando entro numa loja, porque não tenho dinheiro para comprar o que necessito.

Idoso, Tuymazy

Em muitos países, a maioria dos idosos tem uma renda muito pequena e a pobreza, independentemente da idade, exclui as pessoas da sociedade. Na Federação Russa, muitos idosos dizem que se sentem excluídos da sociedade por causa de sua baixa renda: os aposentados dependem totalmente de pequenas pensões pagas pelo governo. Foi relatado na Jamaica e na Cidade do México que as aposentadorias / pensões que as pessoas recebem do governo é, comumente, muito pequena, e que há muita burocracia para se ganhar o benefício. Em Cancún, os idosos dizem que eles não se sentem incluídos em programas governamentais.

Pela primeira vez alguém pensou sobre as necessidades dos que não têm renda alguma [sobre o cartão “Si Vale”].

Idoso, Cidade do México

Na Cidade do México, as pessoas valorizam muito o critério de apoio econômico oferecido pelo governo pois é adaptado à renda dos idosos. Isso inclui um cartão de identificação que lhes permite descontos e mesmo serviços de graça, e a um cartão “Si Vale”, que garante aos mais pobres uma renda de US\$ 80 por mês.

Checklist de respeito e inclusão social amigável ao idoso

Serviços respeitosos e inclusivos

- ✓ Os idosos são consultados pelos serviços público, privados e voluntários sobre como servi-los melhor.
- ✓ Serviços públicos e comerciais oferecem serviços e produtos adaptados às necessidades e preferências dos idosos.
- ✓ Os serviços dispõem de uma equipe prestativa e cortês, treinada para atender os idosos.

Imagens públicas do envelhecimento

- ✓ A mídia inclui os idosos nas matérias que veicula, mostrando-os positivamente e sem estereótipos.

Relações familiares e intergeracionais

- ✓ Ambientes comunitários, atividades e eventos atraem pessoas de todas as idades, ao combinar necessidades e preferências de todos os grupos etários.
- ✓ Os idosos são especificamente incluídos nas atividades comunitárias voltadas para a família.
- ✓ Atividades que reúnam diferentes gerações são realizadas regularmente para que, em conjunto, as apreciem e usufruam.

Conscientização social

- ✓ O aprendizado sobre o envelhecimento e os idosos está incluído no currículo do primeiro e segundo grau.
- ✓ Os idosos estão ativos e regularmente envolvidos em atividades escolares com alunos e professores.
- ✓ Os idosos têm oportunidades de partilhar seu conhecimento, história e experiência com outras gerações.

Inclusão comunitária

- ✓ Os idosos são considerados parceiros plenos das decisões comunitárias que lhes dizem respeito.
- ✓ Os idosos são reconhecidos pela comunidade por suas contribuições do passado e do presente.
- ✓ As ações comunitárias para fortalecer os laços e o apoio entre os membros do bairro incluem os residentes mais velhos como informantes-chave, conselheiros, atores e beneficiários.

Inclusão econômica

- ✓ Idosos com limitações econômicas devem ter acesso a serviços e eventos públicos, voluntários e privados.

Seção 10. Participação cívica e emprego

Visão geral dos achados

Idosos não param de contribuir para a sua comunidade quando se aposentam. Muitos continuam a trabalhar, gratuita e voluntariamente, para as suas famílias e comunidades. Em algumas regiões, circunstâncias econômicas forçam os idosos a trabalhar de maneira remunerada muito depois da hora de eles se aposentarem. Uma comunidade amiga dos idosos lhes dá opções para que eles continuem a contribuir para a sua comunidade, seja por meio de trabalho remunerado ou voluntário, se eles assim preferirem, e de eles se engajarem no processo político.

Muitos idosos gostariam de continuar a trabalhar, e, com efeito, alguns efetivamente o fazem. Além disso, os idosos participantes do projeto da OMS expressaram desejo e vontade de participar de trabalho voluntário em suas comunidades. Os idosos, na maioria das cidades, têm acesso a emprego e trabalho voluntário, e em geral se sentem respeitados pelas suas contribuições. Os idosos gostariam de ter mais oportunidades de emprego, e gostariam que as oportunidades de emprego e de trabalho voluntário existentes fossem moldados às suas necessidades e interesses. Eles também gostariam de ver maior estímulo à sua participação cívica, e percebem que existem barreiras a essa participação, incluindo obstáculos físicos e estigmas culturais para a participação de idosos.

1. Opções de trabalho voluntário para idosos

Foi cientificamente comprovado que o trabalho voluntário pode ajudar você a se manter saudável e viver mais.

Idoso, Halifax

Em muitas das cidades participantes, os idosos estão ativamente envolvidos em atividades voluntárias e desfrutam de muitos benefícios decorrentes dessas atividades, incluindo a sensação de auto-valorização, de se sentir ativo, de se manter saudável e de manter suas conexões sociais. Participantes em algumas cidades contam que há uma infra-estrutura de voluntariado bem desenvolvida, como centros de voluntários ou organizações de trabalho voluntário bem estabelecidas. Na maioria das cidades, os participantes dizem que há muitas oportunidades para se trabalhar como voluntário.

Em Ponce, os idosos gostam de se sentir úteis por meio do trabalho voluntário, e em Udine foi observado que o trabalho voluntário é recompensador e evita o isolamento. Os idosos em Genebra se apresentam como voluntários para trabalhar em clubes e organizações.

Apesar da importância do trabalho voluntário, os participantes observam muitos obstáculos para os idosos, tais como ter conhecimento das oportunidades de trabalho voluntário, e em especial quais seriam as mais adequadas a eles. Os participantes querem mais oportunidades e uma maior gama de opções. Sugere-se a criação de uma central de informações para que os idosos consultem as oportunidades existentes. Em Melbourne, há um projeto para que os voluntários encontrem as oportunidades de trabalho voluntário pela Internet, e um *site* que relaciona as oportunidades existentes em Portland. Os residentes idosos de Melville e Udaipur sugerem a criação de um banco de dados ou registro de voluntários, e os participantes de Nova Delhi sugerem que esse sistema possa ser operado por uma organização como a HelpAge India.

Além disso, os idosos enfrentam problemas em ir e vir de seus trabalhos voluntários, e alguns relatam a existência de limitações físicas para que executem as tarefas que lhes foram confiadas. Em países mais desenvolvidos, alguns idosos e prestadores de serviço contam que despesas não reembolsadas (como gasolina) ou problemas legais relacionados à responsabilidade civil (por parte de organizações de voluntários) fazem com que não sejam capazes ou não tenham vontade de trabalhar como voluntários.

Vários participantes mencionam um declínio generalizado ou uma mudança no setor de voluntariado que afetam os voluntários idosos. Incluem-se nessas mudanças uma sensação de que a ética do voluntariado está

diminuindo e que os mais jovens não estão substituindo os mais idosos no trabalho voluntário. Em Halifax, um idoso mencionou que o aumento da burocracia e os custos do seguro estão contribuindo para o declínio do número de voluntários. Em Dundalk foi sugerido que os custos do seguro sejam abonados para os voluntários idosos.

As sugestões para melhorar o trabalho voluntário são feitas no sentido de se fortalecer, de maneira geral, as organizações de voluntários, formando um corpo de voluntários idosos, e reembolsando os voluntários por despesas relacionadas ao seu trabalho. Participantes em Islamabad sugerem a criação de um corpo de voluntários idosos para trabalhar com pessoas portadoras de deficiência. Em Mayaguez, foi sugerido que fossem dados incentivos aos voluntários idosos, e um prestador de serviço na Cidade do México recomenda que os voluntários sejam reembolsados por despesas que tenham. Em Himeji, foi sugerido que fosse dado apoio financeiro às organizações de voluntários. Em Xangai, foi dito que uma atmosfera social gratificante e encorajadora estimularia mais pessoas a se apresentarem para o trabalho voluntário. Em Tóquio, sugeriu-se que um convite formal estimularia os idosos a se tornarem voluntários.

2. Melhores opções de emprego e mais oportunidades

Minha mãe sempre fala em trabalhar, mas eu sei que ela não dá conta. É que ela quer ganhar seu próprio dinheiro.

Cuidador, Jamaica

Precisamos ajudar os idosos a permanecer empregados. Trabalhar é uma graça de saúde e de vida.

Prestador de serviço, Trípoli

Participantes em muitas cidades relatam que eles estão dispostos e ansiosos por trabalhar e têm a experiência e as qualificações necessárias. Entretanto, os idosos enfrentam vários obstáculos para encontrarem trabalho ou permanecerem empregados. Políticas que tornam a aposentadoria obrigatória em uma idade arbitrariamente determinada, que varia de país para país, são rejeitadas pelos participantes dos grupos focais. Alguns países têm políticas segundo as quais qualquer soma ganha após a idade da “aposentadoria” é deduzida do valor da aposentadoria ou pensão paga pelo governo, o que cria outro obstáculo para os idosos que querem continuar a trabalhar.

Em muitos lugares, os idosos contam que são simplesmente muito frágeis para trabalhar, têm dificuldade em chegar e sair do trabalho, ou não se sentem seguros viajando ou permanecendo no trabalho. Em muitas cidades, foi dito que as únicas oportunidades de trabalho disponíveis para os idosos são geralmente para tarefas mais básicas, de baixo salário, geralmente indesejáveis. Em algumas áreas, os idosos ajudam suas famílias cuidando dos netos, e na Cidade do México foi dito que este tipo de trabalho impede que os idosos tenham um emprego formal.

Em lugares onde a renda é baixa e o apoio do governo é limitado, alguns idosos sentem que precisam trabalhar, quer queiram ou não. Em algumas cidades (por exemplo, Moscou, Nairóbi e Ponce), participantes de grupos focais comentaram que o nível geral de desemprego e concorrência para emprego afeta a sua capacidade de encontrar trabalho.

Eu não posso pensar em trabalhar. Por quê? Porque, você sabe, o desemprego é alto mesmo entre os jovens, então como eu posso querer trabalhar?

Idoso, Istambul

Apesar desses obstáculos, em muitas cidades os idosos ainda trabalham. Os idosos em Trípoli comentam sobre as muitas vantagens de se continuar a trabalhar, incluindo o salário, o combate à idéia de que os idosos são dependentes, e a manutenção de relações sociais. Muitos idosos em Himeji querem trabalhar e gostariam que houvesse mais oportunidades de emprego. Idosos em Amã sugerem que o tempo e a experiência dos idosos devem ser aproveitados enquanto eles tiverem capacidade de trabalhar, e que deve haver incentivos para estimular a participação.

Em alguns lugares, sobretudo em países desenvolvidos, há políticas, e em especial algumas empresas, que promovem e valorizam trabalhadores idosos. Em Mayaguez, os prestadores de serviço observam que há pouco absenteísmo entre os trabalhadores idosos, e eles tendem a ser pontuais. Em Melville, percebe-se que os locais de trabalho estão mudando, e que há uma atitude mais positiva para se contratar trabalhadores idosos.

Os participantes têm várias sugestões para melhorar e criar novas oportunidades de emprego para os idosos. Dentre elas estão o oferecimento de incentivos para empregadores que contratam idosos, a criação de programas de emprego patrocinado pelo governo, a formação de parcerias público-privadas, e a contratação de idosos para trabalhar no setor público.

A eliminação da aposentadoria obrigatória ou de restrições de idade para emprego foi sugerida em cidades onde essa legislação existe. Permitir que as pessoas trabalhem além da idade da aposentadoria é sugerido em Dundalk, e a eliminação da restrição etária legal para emprego é proposta em Islamabad. Os prestadores de serviço em Sherbrooke acreditam que deva haver maior flexibilidade na legislação e nas políticas públicas, permitindo-se que pessoas aposentadas voltem ao trabalho. Um idoso em Istambul sugeriu que fosse proibida a aposentadoria precoce.

Várias sugestões foram feitas para se melhorar o tipo ou as condições de trabalho. Em algumas cidades, as pessoas sentem que o problema era a ausência de informações e de instrumentos para combinar as capacitações e necessidades dos trabalhadores idosos com as dos empregadores. Dentre as sugestões para remediar a situação estão uma melhor divulgação da oferta de trabalho, a criação de bancos de dados para relacionar os trabalhadores idosos com funções, e o desenvolvimento de um registro de idosos e suas capacitações para ser consultado por empregadores em potencial. Em Istambul, foi dito que deve-se apoiar mais as mulheres que trabalham em casa, e em Nova Delhi sugere-se a sensibilização dos empregadores quanto às necessidades dos idosos.

3. Flexibilidade para acomodar trabalhadores e voluntários idosos

Eu não quero alguma coisa que me obrigue a chegar as 9:00 em ponto; eu já tive isso bastante quando trabalhava.

Idoso, Portland

A flexibilidade nas oportunidades no trabalho remunerado e voluntário para os idosos é mencionada como uma maneira de permitir que os idosos as aproveitem.

Há relatos de rigidez de horário, e uma sensação de que os trabalhos voluntários ficaram muito profissionalizados. Os participantes propõem que as oportunidades de trabalho remunerado e voluntário devem ser estruturadas de tal maneira que possam acomodar os trabalhadores idosos. O trabalho voluntariado deve ser mais flexível e melhor adaptado às necessidades dos idosos. Em muitos lugares foi mencionada uma maior flexibilidade de empregadores em termos de horas e de trabalho temporário ou por temporada, e adaptado conforme os requisitos físicos para sua execução.

Os idosos em Genebra sentem que as oportunidades de trabalho voluntário devam ser flexíveis e adequadas à capacitação daqueles que se voluntariam, considerando-se ainda as necessidades dos idosos que podem se cansar mais rapidamente. Os prestadores de serviço em Himeji sentem que as empresas devem proporcionar um ambiente onde os idosos possam trabalhar sem dificuldade, e muitas empresas têm isso como objetivo para o futuro.

Um trabalho mais leve e regras mais flexíveis quanto à licença por doença para os funcionários mais velhos são sugeridas em Halifax. Os participantes em Londres sugerem a realização de pequenos projetos que sejam interessantes para os idosos e nos quais eles possam usar as suas competências. Em Nairóbi, Ponce e Tuymazy, os participantes pedem oportunidades de trabalho de meio expediente. Em Tóquio, há um serviço de recursos humanos para trabalho temporário que pode atender às necessidades dos idosos. Os idosos em Tuymazy consideram trabalho de consultoria especialmente adequado aos idosos.

4. Estimulando a participação cívica

Relatos sobre o nível de participação cívica variam. De maneira geral, os idosos têm interesse e disponibilidade de participar em funções cívicas. Em alguns lugares, os idosos têm voz ativa, por meio dos conselhos comunitários ou dos conselhos de idosos. Algumas culturas valorizam a experiência e o conhecimento dos idosos e, rotineiramente, os colocam em posições de autoridade, apesar de alguns acreditarem que essas posições são, em grande parte, simbólicas. Em Melville, há grupos de interesses especiais nos quais os idosos participam, e em Mayaguez há na Câmara de Vereadores. Participantes em Trípoli contam que idosos servem em conselhos curadores, e em Halifax, os idosos ajudam nas eleições.

Apesar desses relatos de participação cívica, em um número significativo de cidades observa-se que as oportunidades para que os idosos participem em atividades cívicas são limitadas. Algumas cidades mencionam obstáculos logísticos, como falta de transporte e acesso para o comparecimento em eventos cívicos e questões de segurança.

Dentre as sugestões para aumentar a participação cívica estão a reserva de lugares para os idosos, a melhora do acesso aos eventos cívicos (por exemplo, facilitar o acesso físico e distribuição de aparelhos auditivos para quem tiver deficiência auditiva), e a criação ou valorização de conselhos comunitários ou outros conselhos participativos. Os participantes em Dundalk consideram que uma melhor informação sobre as atividades cívicas levaria a uma maior participação das pessoas. Em Portland, sugeriu-se que os idosos se envolvam expressando sua preocupação diretamente às autoridades. Idosos em La Plata pedem mais oportunidades para os idosos participarem politicamente, e que eles ajudem na resolução de problemas comunitários. Em Tóquio, sugeriu-se que os idosos sejam designados para a função cívica específica de ouvir as preocupações de outros idosos, e os participantes em Saanich sugerem que os idosos se envolvam no planejamento de ações para idosos.

5. Formação

Agora, o voluntariado é algo profissional. Para você ser voluntário, tem que ter formação.
Prestador de serviço, Londres

A formação é vista como uma maneira de capacitar os idosos a se juntar à força de trabalho e participar como voluntários. Algumas cidades relatam que os idosos sentem que não têm formação (especialmente as que incluem o uso de tecnologias) necessária para competir no local de trabalho. Algumas cidades relatam que os idosos gostariam de oportunidades de treinamento ou re-capacitação (apesar de essa ser uma sugestão feita mais habitualmente por prestadores de serviço do que pelos próprios idosos). Em Nova Delhi, é sugerido o preparo para a aposentadoria e o desenvolvimento de uma nova habilidade. Em Amã, pede-se que haja treinamento de idosos para a execução de tarefas leves que proporcionem algum rendimento. Em Tuymazy, percebe-se que o treinamento para trabalhadores idosos deve se concentrar nas possibilidades de trabalho autônomo ou de pequenos negócios.

6. Oportunidades empresariais

Alguns participantes sugerem a criação de oportunidades empresariais para os idosos como uma maneira de terem uma renda extra e participarem da força de trabalho. Financiar ou, de alguma forma, apoiar oportunidades de trabalho autônomo são sugestões de como ajudar os idosos. Essas idéias tendem a vir de cidades que também relatam desemprego em geral ou que pagam aposentadorias ou pensões muito pequenas para os idosos (por exemplo, Cancún, Cidade do México, Nova Delhi, Ponce, Trípoli, Tuymazy e Udine).

Em muitas cidades os idosos estão ativamente envolvidos em uma gama de atividades autônomas, como artesanato e jardinagem. Em San José, eles têm oportunidades de trabalho como camelôs. Em Cancún há oportunidades para a venda de artesanato, apesar de os idosos de lá sugerirem que a existência de um mercado fixo os ajudaria. Em Trípoli, sugere-se que organizações não governamentais ajudassem os idosos a montar em sua própria casa, pequenos negócios; que a agricultura pudesse ser estimulada como uma opção para os idosos. Já em Tuymazy, mercados de produtos hortifrutigranjeiros são sugeridos como uma forma de geração de renda para os idosos.

7. Valorizando as contribuições dos idosos

Relatos de discriminação etária no mercado de trabalho são generalizados. A discriminação é demonstrada de várias maneiras, desde a sensação de desrespeito por parte dos outros trabalhadores até uma recusa pura e simples de padrões empregarem trabalhadores idosos. Em algumas cidades parece ser culturalmente inaceitável que idosos trabalhem após a idade de aposentadoria. Alguns desses preconceitos vêm dos próprios idosos; alguns relatam que eles simplesmente não querem mais trabalhar depois de terem trabalhado a vida toda.

Há relatos de idosos de que são tratados com desrespeito. Outros dizem que é difícil trabalhar para pessoas mais jovens que eles, de assumir cargos que eles consideram aquém de si, ou de trabalhar em ambientes em que são tratados com condescendência.

Também varia a percepção dos voluntários idosos quanto às suas contribuições são apreciadas e reconhecidas. Diplomas de agradecimento são dados em Genebra. Em Nairóbi, os prestadores de serviço sentem que os idosos são vistos como líderes por causa de sua experiência e confiabilidade.

Em Udine, é sugerido que se deve valorizar mais a experiência dos idosos. Alguns sugerem que seja feito um programa de sensibilização para os empregadores sobre as necessidades e qualificações dos trabalhadores idosos. Na Cidade do México, foi dito que o reconhecimento da sociedade sobre o valor da experiência dos idosos e da sua presença na força de trabalho deve aumentar. Idosos na Jamaica sugerem que eles sejam empregados para ensinar os jovens sobre o envelhecimento, abordando tanto a sua participação quanto os preconceitos que sofrem.

Checklist das iniciativas amigáveis de participação cívica e emprego para o idoso

Opções de voluntariado

- ✓ Há uma gama de opções para a participação de voluntários idosos.
- ✓ Organizações de voluntários são bem desenvolvidas, com infra-estrutura, programas de treinamento e uma força de trabalho de voluntários.
- ✓ As habilidades e os interesses dos voluntários são associados às funções (por exemplo, em um registro ou banco de dados).
- ✓ Os voluntários têm apoio em seu trabalho, sendo-lhes oferecido transporte ou tendo o custo do estacionamento reembolsado.

Opções de emprego

- ✓ Há uma gama de oportunidades para os idosos trabalharem.
- ✓ Políticas e leis proíbem a discriminação com base na idade.
- ✓ A aposentadoria é uma escolha, não uma imposição.
- ✓ Há oportunidades flexíveis para os idosos, com opções de emprego em meio-expediente ou temporário.
- ✓ Há programas de emprego e agências para trabalhadores idosos.
- ✓ Organizações de funcionários (por exemplo, sindicatos) apóiam opções flexíveis, como meio-expediente e trabalho voluntário, para permitir uma maior participação dos trabalhadores idosos.
- ✓ Os empregadores são estimulados a empregar e a manter trabalhadores mais velhos.

Formação (Treinamento)

- ✓ Uma outra capacitação para atividades pós-aposentadoria é oferecida a trabalhadores mais velhos.
- ✓ Existem oportunidades para trabalhadores idosos de recapacitação, como o aprendizado de novas tecnologias.

- ✓ Organizações de voluntários oferecem treinamento para as suas posições.

Acessibilidade

- ✓ Oportunidades de trabalho voluntário ou remunerado são conhecidas e promovidas.
- ✓ Há transporte para o trabalho.
- ✓ Os locais de trabalho são adaptados para atender às necessidades das pessoas deficientes.
- ✓ Não há custo para o trabalhador participar de trabalho remunerado ou voluntário.
- ✓ As organizações recebem apoio (por exemplo, verba ou redução no prêmio do seguro) para recrutar, treinar e manter voluntários idosos.

Participação cívica

- ✓ Conselhos consultivos, diretorias de organizações, etc. incluem idosos.
- ✓ Há apoio para que os idosos participem em reuniões e eventos cívicos, como lugares reservados, apoio às pessoas com deficiências, aparelhos auditivos e transporte.
- ✓ Políticas, programas e planejamento que envolvam idosos são feitos ouvindo-os primeiro.
- ✓ Os idosos são estimulados a participar.

Contribuições valorizadas

- ✓ Os idosos são respeitados e suas contribuições são reconhecidas.
- ✓ Os empregadores e organizações são sensíveis às necessidades dos trabalhadores idosos.
- ✓ As vantagens de empregar trabalhadores idosos são conhecidas pelos empregadores.

Empreendedorismo

- ✓ Existe apoio para empresários idosos e oportunidades para trabalho autônomo (por exemplo, mercados para se vender hortifrutigranjeiros e artesanato, treinamento para a administração de pequenos negócios e micro-financiamento para trabalhadores idosos).
- ✓ As informações elaboradas para dar apoio a micro-empresas e empreendimentos administrados de casa estão em formato adequado aos trabalhadores idosos.

Pagamento

- ✓ Os trabalhadores idosos são corretamente remunerados pelo seu trabalho.
- ✓ Os voluntários são reembolsados por gastos que incorrem por conta do trabalho.
- ✓ Os ganhos dos trabalhadores idosos não são deduzidos do valor da aposentadoria ou de outras rendas a que os idosos tenham direito.

Seção 11. Comunicação e informação

Visão geral dos achados

Os participantes dos grupos focais concordam que ter conhecimento dos eventos, o contato com pessoas e o recebimento de informações práticas para administrar a sua vida e atender às necessidades pessoais dos idosos é vital para o envelhecimento ativo. Os participantes da maioria das cidades do mundo desenvolvido dizem que há uma variedade de informações veiculadas em diferentes mídias, para o público em geral e para os idosos em especial, ao passo que em cidades de países em desenvolvimento, as pessoas dos grupos focais disseram que há pouca mídia na comunidade, especialmente TV, rádio e jornais. O medo de não receber informações e de ficar à margem dos acontecimentos é mencionado em quase todos os lugares. A rapidez com que se modificam as informações e as tecnologias da comunicação são, ao mesmo tempo, consideradas ferramentas úteis e criticadas como instrumento de exclusão social. Independente da diversidade de escolhas de comunicação e do volume de informações disponíveis, a principal preocupação mencionada nos grupos focais é a de se ter informação imediata e acessível aos idosos com diferentes capacidades e habilidades.

Fica pior quando você fica mais velho ... quando as suas faculdades começam a falhar, esse tipo de coisa parece afetar mais em termos de estresse.

Idoso, Halifax

1. Ampla disseminação

Em todas as cidades, a mídia da comunidade é mencionada como um veículo para a divulgação de informações úteis. Nos países em desenvolvimento e na Federação Russa, os meios de comunicação familiares aos idosos limitam-se ao rádio, televisão e jornais. Nos países desenvolvidos, relata-se a o grande número de informações disponíveis, tanto para a comunidade em geral quanto específica para os idosos, provenientes de diferentes fontes, inclusive a Internet. Em todos os lugares, valorizam-se as informações que chegam aos idosos em sua vida diária e em suas atividades, seja boca-a-boca, por telefone e por meio de panfletos distribuídos em lugares-chave: centros comunitários e quadros de avisos, repartições públicas, bibliotecas, lojas, consultórios médicos e clínicas de saúde. Idosos em Istambul contam que o telefone é o meio mais universal e confiável de se comunicar com eles. Considera-se que governos e organizações de voluntários têm um papel importante para que as informações sejam amplamente disponíveis: serviços públicos de distribuição sistemática e efetiva de informações são tidos como uma característica amigável ao idoso. Em Himeji, foi dito que existe uma distribuição bem estruturada de informações municipais às associações de moradores, que as passam aos líderes de bairro, que então as repassam a cada domicílio. Em cidades onde o setor privado ainda tem de se conscientizar desse crescente mercado de “cabelos brancos”, como Trípoli, também o comércio é mencionado como uma fonte potencial de disseminação de informações para os idosos. A distribuição de um catálogo local de serviços “amigáveis aos idosos”, conforme o sugerido por idosos em Saanich, poderia interessar a uma câmara de comércio, por exemplo.

O acesso barato aos canais de comunicação e às informações é essencial. O rádio é o principal meio de comunicação para os idosos em Nairóbi porque é barato; em Udaipur, quadros de avisos onde se afixam notícias locais são importantes para se atingir pessoas das classes sócio-econômicas mais baixas. Para garantir o acesso à informação em Tuymazy, assinaturas de jornais são dadas, gratuitamente, a aposentados pelos antigos empregadores. Em Dundalk, o custo de uma linha telefônica residencial é subsidiado pelo governo para pessoas de mais de 70 anos de idade. Publicações grátis e acesso público a jornais, computadores e à internet em centros comunitários e bibliotecas, a baixo custo ou gratuitamente, são considerados características amigáveis aos idosos em outras cidades.

2. A informação certa na hora certa

Existe muita informação, mas achar a informação de que se precisa é complicado.

Cuidador, Moscou

Independentemente do número e da diversidade das fontes de informação, a preocupação em se obter informações relevantes no tempo certo é comum a cidades de diferentes graus de desenvolvimento. Em

algumas cidades desenvolvidas, como Genebra, é difícil controlar o excesso de informações, e as importantes podem passar despercebidas. Um obstáculo freqüente é a falta de conscientização sobre informações ou serviços disponíveis, ou não se saber como encontrar informações necessárias. O resultado é que os idosos podem não receber os benefícios ou serviços a que têm direito, ou saber deles quando já expirou o prazo de solicitá-los. Saber como lidar com ligações de telemarketing agressivo, e identificar fraudes e esquemas de estelionato, é outra preocupação, manifestada em apenas algumas cidades desenvolvidas. Habitantes idosos de cidades em países em desenvolvimento enfrentam com mais freqüência o problema de informação desatualizada sobre assuntos importantes, como saúde, direitos, benefícios, serviços e eventos comunitários. Foi observado em La Plata que os tópicos importantes para os idosos não são cobertos com detalhes o bastante para que a informação seja devidamente aproveitada.

Uma sugestão freqüente para que a comunicação seja mais amigável aos idosos é fazer com que ela seja publicada em jornais direcionados a eles ou em colunas na imprensa em geral, bem como através de programas de rádio e TV especializados. Outra sugestão é que os meios de comunicação ampliem a sua programação e cobertura para incluir assuntos de interesse dos idosos. Os idosos em algumas cidades se queixam que a televisão, em especial, parece excluir programas que atendam aos seus interesses e gostos.

As pessoas querem que as informações sejam coordenadas por um serviço único, de fácil acesso, cujo funcionamento seja conhecido pela comunidade. A região de Portland conta com um serviço de informações telefônicas que funciona 24 horas. Os idosos consultados em Nova Delhi sugerem que uma organização central e voluntária respeitada, como HelpAge India, colete e organize um banco de dados de informações relevantes aos idosos e as torne disponível pelo telefone. Em Islamabad, recomenda-se uma sala de informações comunitárias, com jornais e televisão.

3. Será que alguém vai falar comigo?

Os idosos telefonam para programas de rádio a qualquer hora.

Prestador de serviço, Mayaguez

Independente do grau de desenvolvimento de uma cidade, o sistema boca-a-boca é o meio de comunicação principal e preferido para os idosos, tanto através de contatos informais com a família e amigos quanto de clubes, associações, reuniões públicas, centros comunitários, igrejas e templos religiosos. O rádio é uma fonte de informação muito popular em várias cidades, com transmissão de programas fechados ou com programas abertos à participação de ouvintes, seja fazendo perguntas a especialistas ou participando de debates ao vivo. A dimensão interpessoal da comunicação é muito importante, e deve-se enfatizar que permanecer ativo e envolvido na comunidade é a melhor maneira de se permanecer informado. Tristeza é expressada com a perda de oportunidades de interação com os outros em virtude de mudanças, como a construção de conjuntos residenciais enormes na vizinhança ou o fechamento de agências dos correios na comunidade, com a automação bancária e de outros serviços. A comunicação verbal é especialmente importante para os idosos com deficiência visual e para os que não são alfabetizados. As taxas de analfabetismo são muito altas na população idosa de países em desenvolvimento, e nos países desenvolvidos, os idosos têm, em média, um nível menor de escolaridade que as pessoas mais jovens. O sistema boca-a-boca feito por algum conhecido que saiba detalhes das informações funciona porque as pessoas confiam em quem lhes transmite as informações e porque podem fazer as perguntas que quiserem. Receber a atenção de uma pessoa que é prestativa e que dispõe de tempo é altamente apreciada por idosos do mundo todo.

Cada bairro tem uma mesquita. A palavra em árabe para mesquita é sinônimo de um lugar onde as pessoas se encontram.

Idoso, Trípoli

A comunicação amigável ao idoso, em todos os lugares, reconhece e utiliza canais informais para atingir os idosos. Uma das maneiras é a de fornecer informações relevantes regularmente, em lugares onde os idosos normalmente se reúnem; outra é criar ocasiões sociais para fornecer informações de interesse deles. No Rio de Janeiro, por exemplo, foi proposta a utilização do auditório do posto de saúde para palestras

educacionais. Uma terceira estratégia é passar a informação para pessoas que, por sua vez, vão retransmiti-las a outras no sistema boca-a-boca. Esses “informantes-chave” podem ser voluntários, como sugerido na Jamaica, profissionais de saúde ou assistentes sociais, ou ainda pessoas que trabalham na área de serviços – corretores de imóveis, cabelereiros, carteiros, ou o porteiro dos prédios de Copacabana, que conhecem cada residente e são reconhecidos como uma fonte informal de informação e de apoio.

O problema de atingir aqueles socialmente isolados – idosos que não têm contato com o mundo porque moram sozinhos, são portadores de incapacidades significativas e tem apoio familiar mínimo – ocorre tanto nas cidades ricas quanto nas pobres. O uso de e-mail e internet é uma solução que foi raramente mencionada. O contato direto com pessoas de confiança é a abordagem preferida, sejam eles voluntários que visitam ou telefonam ou assistentes sociais. Saber em que outros lugares além de sua casa os idosos em risco de isolamento social podem ser encontrados foi também uma sugestão apresentada: a utilização de postos de saúde do bairro como um ponto para a distribuição de informações sobre serviços para os idosos com problemas de saúde foi sugerido em San José.

4. Formatos e desenho amigável ao idoso

Recebi uma carta ontem. Ao que parece, eles estão verificando os benefícios que você está recebendo ...Você tem que ler a carta umas quatro vezes para realmente entender.

Idoso, Londres

O maior obstáculo, universalmente mencionado, para se comunicar com os idosos é a apresentação visual e auditiva da informação. O tamanho da fonte dos textos, especialmente material impresso, e também apresentações visuais, como na televisão, têm letras muito pequenas para se ler. Rótulos de produtos e instruções de uso, especialmente para medicações, são difíceis de decifrar. A programação visual das páginas é, muitas vezes, confusa, com muita informação em um espaço pequeno. A informação verbal é transmitida muito rapidamente, e os comerciais de rádio e televisão fazem os idosos perderem sua linha de raciocínio. A linguagem usada é freqüentemente muito complicada, com muitas palavras desconhecidas. Formulários oficiais – que são vitais para se receber serviços e benefícios – são especialmente difíceis de entender.

Escreva de maneira simples, pouco e com letras grandes.

Prestador de serviço, Cidade do México

A automação de serviços aumenta a complexidade da vida cotidiana. Telas e botões de telefones celulares e de equipamentos eletrônicos são muito pequenos, ao passo que caixas automáticas, máquinas de selos, de tiquete de estacionamento e de outros serviços são todas diferentes, pouco iluminadas e com instruções pouco claras. Para pessoas em uma cadeira de rodas, os visores são muito altos para elas alcançarem. Para que os telefones sejam acessíveis aos idosos analfabetos, para que eles possam ligar para a família ou para serviços, uma sugestão dada em Amã é que as teclas e os números dos telefones sejam coloridos.

Serviços de atendimento automático de telefone são uma fonte generalizada de queixas: muita informação é dada muito rapidamente, as escolhas são confusas e freqüentemente não é possível falar com um atendente.

5. Tecnologia da informação: prós e contras

A tecnologia da informação, especialmente computadores e a internet, é apreciada por alguns idosos por sua abrangência e conveniência. Em Trípoli, os idosos dizem que a internet é uma boa maneira de eles permanecerem em contato com filhos que vivem longe, até mesmo em outros países.

Ainda assim, muitos idosos experimentam uma sensação de exclusão por não usarem computadores ou a internet. A conversão de serviços diretos e a documentação para a tecnologia da computação aumentam a sensação de exclusão. Nos países em desenvolvimento e na Federação Russa, os computadores são muito caros para os idosos, ou simplesmente não estão tão amplamente disponíveis na comunidade. Em outros lugares, o acesso físico aos computadores é possível, mas os idosos não estão familiarizados com essa tecnologia e têm medo de não conseguir aprender. O acesso público, gratuito ou de baixo custo, para os

idosos em centros comunitários, clubes de idosos, serviços públicos e bibliotecas, é uma importante característica amigável ao idoso. Aconselha-se que os idosos sejam treinados no uso de computadores individualmente e no seu ritmo próprio de aprendizado, por uma pessoa em quem confiam. Em Halifax, por exemplo, os idosos falam de um instrutor de internet permanente e disponível para ajudar os idosos individualmente, indo até as casas deles, se for solicitado.

6. Responsabilidade pessoal e coletiva

Como outros cidadãos, os idosos têm uma responsabilidade pessoal de se manterem atualizados sobre novas informações mantendo-se envolvidos em atividades comunitárias, além de fazer um esforço para se adaptar às novas mudanças e aprender a usar as novas tecnologias. Coletivamente, governos, organizações de voluntários e o setor privado são responsáveis por remover os obstáculos à comunicação que progressivamente isolam os idosos, especialmente aqueles obstáculos relacionados à pobreza, ao analfabetismo e à diminuição da sua capacidade.

Checklist de comunicação e informação amigável ao idoso

Oferta de informações

- ✓ Um sistema básico, universal de comunicações, usando a mídia impressa, o rádio, a televisão e o telefone, alcançando todos os residentes.
- ✓ A distribuição regular e confiável de informações é garantida pelo governo ou por organizações de voluntários.
- ✓ A informação é disseminada próximo às residências dos idosos e nos locais onde eles realizam as suas atividades habituais do dia-a-dia.
- ✓ A disseminação da informação é coordenada por um serviço comunitário acessível, que todos conhecem – e por um escritório de centralização de informações.
- ✓ Informações regulares e a transmissão de programas de interesse dos idosos são veiculadas tanto na mídia regular quanto na especificamente voltada para eles.

Comunicação verbal

- ✓ Uma comunicação verbal acessível aos idosos deve ser feita, preferencialmente, em eventos públicos, centros comunitários, clubes e pela mídia rádio-televisiva, e também pelas pessoas responsáveis por repassar as informações no sistema boca-a-boca.
- ✓ As pessoas em risco de isolamento social recebem a informação de pessoas em quem confiam e com quem interagem, como visitantes voluntários, empregados domésticos, cabelereiros, porteiros ou zeladores.
- ✓ Funcionários de repartições públicas e de empresas privadas atendem individualmente e de maneira amistosa, os idosos, sempre que solicitados.

Informações impressas

- ✓ As informações impressas – incluindo formulários oficiais, legendas de televisão e textos em telas – devem ter letras grandes e as principais idéias são mostradas através de títulos de enunciado claro e letras em negrito.

Linguagem simples

- ✓ A comunicação, seja impressa ou verbal, usa palavras simples, conhecidas, em frases curtas e objetivas.

Comunicação e equipamentos automatizados

- ✓ Serviços automatizados de atendimento telefônico dão instruções de forma lenta e clara, e informam como as mensagens podem ser repetidas a qualquer momento.
- ✓ Os usuários têm a possibilidade de falar com um atendente, ou de deixar uma mensagem para que sua ligação seja retornada.
- ✓ Equipamentos eletrônicos, como telefones celulares, rádios, televisões, caixas automáticos e máquinas para pagar estacionamento têm botões e letras grandes.
- ✓ A tela de um caixa automático, de máquinas de selos e de outros serviços é bem iluminada e fácil de ser alcançada por pessoas de diferentes estaturas.

Computadores e a internet

- ✓ Há amplo acesso público a computadores e à internet, disponíveis gratuitamente ou a baixo custo, em locais públicos como repartições governamentais, centros comunitários e bibliotecas.
- ✓ Instruções detalhadas e assistência individual para os usuários estão facilmente disponíveis.

Seção 12. Apoio comunitário e serviços de saúde

Visão geral dos achados

Os serviços de saúde e de apoio são vitais para os idosos manterem sua saúde e independência na comunidade. Muitas das preocupações mencionadas pelos idosos, cuidadores e prestadores de serviço nos grupos focais dizem respeito à disponibilidade suficiente de cuidados de boa qualidade, adequados e acessíveis. Os participantes do projeto da OMS relatam suas experiências a partir de diferentes sistemas, e com expectativas distintas; ainda assim, os idosos de todo o mundo exprimem claramente seu desejo de ter um sistema básico de saúde e uma renda. Os custos com a saúde são considerados muito altos em todos os lugares, e o desejo para uma assistência que seja financeiramente acessível é mencionado constantemente.

Eu conheço muitos idosos que protelam a ida ao médico, e a sua saúde fica cada vez pior, mas eles não têm dinheiro.

Idoso, Portland

Em muitas cidades, em países em desenvolvimento, existe escassez de serviços e suprimentos básicos; em outras, os serviços são mal distribuídos. Alguns dos países mais desenvolvidos têm, ao mesmo tempo, o maior volume e diversidade de serviços de saúde e de apoio comunitário e o maior número de queixas. Ao mesmo tempo em que isso reflete a insatisfação com os serviços existentes, também mostra que os idosos nessas cidades têm um nível de acesso a serviços que não existe em outras partes do mundo.

Na maioria das cidades participantes, o oferecimento, a organização e o financiamento de muitos serviços de saúde e sociais são oriundos do governo estadual ou federal, e não do municipal. Além disso, a oferta e o treinamento profissional de técnicos da área da saúde e social estão fora do âmbito municipal. Ainda assim, serviços de âmbito social e de saúde são prestados na cidade, por profissionais locais em unidades municipais; também instituições locais, sejam elas privadas ou de trabalho voluntário, têm uma função importante nos serviços de apoio e assistencial. Autoridades públicas e organizações privadas e de voluntários do município têm influência sobre o número, os tipos e a localização de serviços e sobre outros aspectos relativos à acessibilidade das unidades e serviços em sua região. Os órgãos públicos locais também oferecem treinamento da equipe e estipulam os padrões de desempenho. Cabe à sociedade civil oferecer apoio financeiro e trabalho voluntário. Ao relatar os achados e desenvolver um *checklist* de características amigáveis aos idosos nos serviços comunitários e de saúde, o Guia enfoca aqueles aspectos de apoio comunitário e serviços de saúde que estão dentro do que se espera de uma cidade amiga do idoso.

A questão da prestação dos serviços de saúde domina as discussões nos grupos focais, na maioria das cidades, refletindo sua importância para o envelhecimento ativo. O acesso aos serviços médicos propriamente ditos e a outros serviços da área da saúde é um tema relevante. Apesar de os serviços sociais e de apoio comunitário serem menos valorizados, os principais atributos de uma cidade amiga do idoso podem ser identificados pelos comentários feitos pelos participantes.

1. Acesso às unidades assistenciais

É importante para os idosos em todas as cidades colaboradoras do projeto que os serviços de saúde sejam bem localizados e de fácil acesso. Os idosos em cidades como Amã, Rio de Janeiro, Sherbrooke e Tóquio gostam que as unidades de saúde fiquem perto de onde moram, e em Genebra e Xangai, os idosos apreciam que haja um bom sistema de transporte para as unidades de saúde. Serviços de saúde distantes ou de difícil acesso são obstáculos à sua utilização. O transporte público é considerado inadequado em alguns lugares e em outros, como Delhi e Cidade do México, o transporte de pessoas com deficiência física é um problema específico. O acesso à assistência médica em situações de emergência é uma preocupação frequente. Além de queixas específicas, como a falta de serviços de emergência em algumas cidades, os participantes também disseram que os serviços de ambulância ou são insuficientes (Ponce) ou muito lentos, por causa do tráfego pesado (Moscou). Dentre as sugestões para minimizar os obstáculos geográficos está a idéia de multiplicar os locais de atendimento ou de descentralizar os serviços, para que fiquem disponíveis em todos

os bairros. Também foi sugerido que voluntários transportassem os idosos e que houvesse um serviço telefônico para casos de emergência, como em Himeji, para os idosos que moram sozinhos.

É importante que a estrutura física das unidades de saúde não tenha obstáculos, e que seja fácil o deslocamento dentro delas, assim como também é importante os aspectos de segurança do prédio. Dentre os obstáculos mencionados estão a má-conservação de elevadores e rampas em Udaipur; o acesso precário das pessoas com deficiência física e a ausência de cadeiras de rodas ou andadores para pacientes em Cancún; e pacientes em excesso, em muitas outras cidades. Preocupações quanto aos aspectos de segurança ou à falta de vagas em unidades de longa permanência (*nursing homes*) são problemas mencionados em Amã, La Plata e Portage la Prairie.

Outro obstáculo frequentemente mencionado em relação ao acesso à assistência é o desconhecimento sobre os serviços de saúde existentes na cidade. Como foi observado em Melbourne, se os serviços são desconhecidos, eles não são usados. Uma melhor divulgação sobre os serviços existentes na cidade, explicar o seu funcionamento, dispor de uma coordenação e de um serviço telefônico de informação de saúde são sugeridos como soluções possíveis.

Por fim, a atitude dos prestadores de serviço no atendimento aos idosos é uma questão frequentemente mencionada. Tuymazy é um dos poucos lugares em que os idosos relatam um comportamento gentil e amigável de recepcionistas e enfermeiros. Atitudes negativas e uma comunicação ruim por parte de profissionais de saúde são uma queixa comum. Dentre os problemas mencionados está a indiferença, o desrespeito, o descaso; o idoso é tratado como um estorvo ou como um esbanjador dos recursos disponíveis. Como sugestão para melhorar a atitude e o comportamento dos profissionais de saúde está o treinamento para desenvolverem sua capacidade de comunicação e a sua sensibilização para tratar os idosos melhor. Em Amã, foi sugerido que os jovens sejam estimulados a fazer um trabalho voluntário para cuidar de idosos.

Quando eles vieram para dar banho nela e trocar a sua roupa, eles a trataram como se ela fosse um móvel – sem dignidade, sem respeito.

Idoso, Londres

2. Uma gama variada de serviços de saúde

Em todas as cidades, a visão das pessoas apontou para a necessidade de uma gama variada de serviços de saúde para os idosos. A existência de diferentes formas de cuidados específicos é uma vantagem no cenário urbano, e sua ausência é apontada como uma falha: serviços de geriatria e leitos hospitalares, centros-dia, assistência médica para pacientes dementados, serviços de saúde mental, serviços de apoio e treinamento de cuidadores, reabilitação e cuidados paliativos são mencionados. Juntamente com esses serviços, recomenda-se um maior suprimento de equipamentos, como cadeiras de rodas, andadores e próteses auditivas. Entretanto, os serviços de saúde mais priorizados no mundo todo são os de prevenção de doença e promoção de saúde, *home care* e unidades de longa permanência (“*nursing homes*”).

3. Serviços para o envelhecimento saudável

Os idosos e outras pessoas em várias cidades relatam uma ausência de serviços ou programas de prevenção de doenças e promoção de saúde, ou os incluem em suas sugestões para melhoria. Na relação de serviços importantes estão o rastreamento preventivo, a atividade física, a educação sobre prevenção de lesões, a orientação nutricional e as terapias voltadas para a saúde mental. Dentre as características amigáveis aos idosos relatadas na área metropolitana do Ruhr estão grupos de auto-ajuda ou organizações que oferecem atividades esportivas para condicionamento físico ou reabilitação, e avaliações de saúde feitas regularmente, em domicílio. Os idosos na Cidade do México estão satisfeitos com a campanha de vacinação direcionada para eles, e com a distribuição gratuita de óculos. Os participantes em Saanich sugerem que os centros de idosos se transformem em centros de bem-estar para a comunidade, e as pessoas em Tuymazy propõem que os idosos tenham acesso subsidiado a *spas* de saúde. Em Islamabad e na Cidade do México, é considerada uma boa idéia que os serviços sejam prestados nos diferentes bairros, ao invés de centralizados em um único local.

4. Home care (“Cuidados em domicílio”)

Um tema consistentemente abordado é a necessidade de uma gama variada de serviços médicos e de apoio a serem prestados em domicílio – desde ajuda para fazer compras e/ou o fornecimento de refeições até o atendimento domiciliar por médicos e outros profissionais. Com algumas exceções, os participantes de grupos focais desejam que serviços médicos e de cuidados pessoais possam ser prestados em seu domicílio. Dentre os obstáculos verificados para a prestação de serviços em domicílio estão a inexistência desses serviços ou a sua má organização; critérios de elegibilidade restritivos; o alto custo e a alta rotatividade dos funcionários de *home care*. As sugestões para melhorar os serviços de *home care* dependem muito do contexto. Em várias cidades, especialmente nos países em desenvolvimento, a mensagem é, simplesmente, “queremos *home care*”. Em outras cidades, os comentários são sobre como aumentar o número ou a variedade de serviços (por exemplo, fisioterapia e tratamento psicológico) ou sua qualidade (por exemplo, a prestação de cuidados logo após a alta hospitalar, aumentar o número de gerentes de casos e ser cuidado, sempre, pelo mesmo profissional). Em alguns lugares, os comentários dizem respeito ao controle de custos, se através da cobertura do seguro ou utilizando-se os serviços de uma cooperativa de empregados, como mencionado em Sherbrooke. Em Xangai, os cuidadores contam que pessoas de mais de 80 anos, os viúvos, pessoas de baixa renda e pessoas portadoras de deficiência física têm direito a uma hora por dia de serviços de copeira/arrumadeira gratuitamente.

5. Unidades asilares para pessoas incapacitadas para morar em suas próprias casas

Uma preocupação comum nas cidades é a falta de opções adequadas e financeiramente viáveis para os idosos que não são mais capazes de viver em suas próprias casas. A falta de vagas e o alto custo são as queixas mais comuns. Cuidadores em Portage la Prairie observam que há um espaço insuficiente para a guarda de bens pessoais em *nursing homes*, e os idosos em Genebra sugerem que as *nursing homes* sejam localizadas no centro da cidade, ou em local de fácil acesso a partir do centro da cidade. Há muita preocupação, em algumas cidades, sobre segurança, baixa qualidade de cuidados prestados em asilos para idosos pobres, insuficiência de pessoal, e suspeita de sedação de residentes. São apresentadas idéias de modelos alternativos: cuidadores em Amã sugerem a criação de unidades asilares pequenas, para poucos residentes, ao invés de grandes *nursing homes*; prestadores de serviço na Jamaica e idosos em Udine, da mesma forma, sugerem que haja unidades residenciais que ofereçam serviços de copa/arrumação e alguns serviços de saúde e de cuidados pessoais.

6. Uma rede de serviços comunitários

O escopo dos serviços sociais da comunidade e a maneira como são prestados varia enormemente de uma cidade para outra. Em algumas, particularmente em países desenvolvidos, os serviços sociais são oferecidos ou financiados pelo governo. Em outras cidades, os serviços de apoio são prestados principalmente pelas famílias, instituições religiosas, organizações filantrópicas ou grupos comunitários. Dentre os serviços oferecidos pela comunidade que são muito apreciados estão a oferta de refeições para idosos a custo reduzido em restaurantes no Rio de Janeiro e Genebra, ajuda com aposentadoria e outros benefícios na Jamaica, e um sistema de verificação de empreiteiros e profissionais de serviços de manutenção em Portland, para garantir sua idoneidade. Centros comunitários e centros para idosos são considerados locais ideais para a prestação dos serviços sociais, por causa da sua familiaridade, conveniência e acessibilidade.

Além da existência de vários obstáculos, problemas mais frequentes e agudos são mencionados em regiões menos desenvolvidas: os serviços são insuficientes, muito onerosos, de difícil acesso ou de má qualidade. Assim como ocorre com os serviços de saúde, alguns participantes dizem que eles simplesmente não têm boas informações sobre os serviços disponíveis ou como acessá-los. A falta de coordenação entre os serviços, provocando complicações desnecessárias em solicitações formais e falhas na sua prestação é um problema frequentemente mencionado. São muitas as sugestões para aperfeiçoar os serviços sociais da comunidade. Melhorar a coordenação entre os serviços, aumentar o número de gerentes de casos e integrar as equipes são sugestões feitas em cidades mais desenvolvidas, mas com redes de serviços algo fragmentadas. Reduzir ou facilitar as formalidades administrativas são sugestões feitas na maioria das cidades, independente da região em que se localizam. A prestação de serviços sociais e de saúde em centros comunitários ou de idosos e o aumento da verba são outras recomendações.

Foi dito que muitos serviços sociais são necessários ou precisam ser melhorados, geralmente para proteger e assistir idosos de baixa renda, que são a maioria em muitas cidades. Além de aumentar a sua renda básica, os idosos acreditam que a sua cidade deva criar ou reforçar: abrigos e proteção para idosos abandonados e pobres, e para aqueles vítimas de maus tratos; serviços e programas de refeição; descontos sobre as tarifas de luz, gás, saneamento básico, telefone para pessoas de baixa renda; registros de idosos que moram só; auxílio para obtenção de aposentadorias, pensões e outros benefícios; e apoio espiritual. Um bom exemplo descrito na Cidade do México é uma carteira de identidade para os idosos, que dá ao seu portador o direito a descontos ou gratuidade em alguns estabelecimentos.

7. Precisa-se de voluntários

Um tema recorrente é a necessidade de voluntários para compensar eventuais *déficits* nos serviços sociais e de saúde. Mais voluntários são necessários para ajudar os idosos em clínicas e hospitais, bem como para prestar serviços sociais e de *home care*, para proporcionar transporte para que os idosos possam ir às compras e compromissos, ou simplesmente para passear com animais de idosos que não mais são capazes de fazê-lo. Como sugestão para o recrutamento de voluntários, foram sugeridos os “50+”, associações de aposentados mais jovens, estudantes de profissões relacionadas aos serviços sociais e de saúde, e estudantes. O voluntariado intergeracional é uma idéia mencionada em muitas cidades. Uma forte rede de voluntariado é mais fácil de ser criada e mobilizada em comunidades onde as pessoas se sentem socialmente conectadas: um obstáculo mencionado em Islamabad é que a cidade é relativamente nova e as pessoas não se conhecem, uma as outras, muito bem.

O porteiro é muito legal, ele cuida de quatro idosos no meu prédio. Ele dá banho, faz faxina e na hora do almoço ele também ajuda as pessoas.

Idoso, Rio de Janeiro

8. Outros problemas

Duas outras preocupações foram levantadas em algumas cidades: a responsabilidade pelos idosos em situações de emergência e a falta de espaço em cemitérios. Apesar de essas questões serem raramente mencionadas, elas são, não obstante, importantes em cidades em expansão. Participantes em duas cidades percebem uma falta de apoio para os idosos em situações de emergência, como desastres naturais e conflitos humanos. Na Jamaica, onde os furacões são freqüentes, os idosos dizem que as igrejas têm uma função vital na prestação de assistência em situações de desastre. Prestadores de serviços em Amã sugerem que a cidade desenvolva planos para situações de emergência e desastres naturais que também afetem os idosos. Apesar de não ter sido proposto neste contexto, uma sugestão útil para situações de emergência feita em Dundalk é a de se ter um registro dos idosos que moram sozinhos naquela comunidade. A falta de espaço suficiente no cemitério é mencionada muito rapidamente em Cancún e Melbourne; como solução os prestadores de serviço desta última cidade sugerem um cemitério vertical ou sepulturas “comunitárias”.

Checklist de serviços comunitários e de saúde amigáveis ao idoso

Acessibilidade aos serviços

- ✓ Os serviços sociais e de saúde estão bem distribuídos pela cidade, sua localização é conveniente e pode-se chegar facilmente a eles por todos os meios de transporte.
- ✓ Unidades residenciais com serviços assistenciais, como as unidades de longa permanência, estão localizadas próximo ao comércio, aos serviços e às áreas residenciais, para que os idosos permaneçam integrados à comunidade.
- ✓ Os prédios onde se localizam os serviços oferecem segurança e são totalmente acessíveis às pessoas portadoras de deficiência física.
- ✓ Informações claras e acessíveis sobre os serviços sociais e de saúde são oferecidas aos idosos.
- ✓ A prestação de serviços é coordenada caso a caso e com um mínimo de burocracia.
- ✓ O pessoal administrativo e de serviços trata os idosos com respeito e sensibilidade.

- ✓ Os obstáculos econômicos ao acesso a serviços de saúde e de apoio comunitário são mínimos.
- ✓ Há acesso adequado a cemitérios e campos funerários.

Oferta de serviços

- ✓ Uma gama adequada de serviços de apoio comunitário e de saúde é oferecida, visando à promoção, manutenção e restauração da saúde.
- ✓ Os serviços de *home care* oferecidos incluem serviços de saúde, de cuidados pessoais e de arrumação e faxina.
- ✓ Os serviços sociais e de saúde oferecidos contemplam as necessidades e as preocupações dos idosos.
- ✓ Os profissionais têm a formação e o treinamento adequado para se comunicar e atender efetivamente os idosos.

Apoio de voluntários

- ✓ Voluntários de todas as idades são estimulados e recebem apoio para ajudar os idosos em ambientes de saúde e comunitário.

Planejamento e assistência em emergências

- ✓ O planejamento para situações de emergência inclui os idosos, considerando-se suas necessidades e capacidades na preparação e na resposta a essas situações.

Seção 13. Finalizando e seguindo em frente

Envelhecimento ativo em uma cidade amiga do idoso

O ponto inicial deste Guia foi o conceito de que uma cidade amiga do idoso estimula o envelhecimento ativo ao otimizar as oportunidades de saúde, participação e segurança, visando melhorar a qualidade de vida das pessoas à medida que elas envelhecem. As vantagens e os obstáculos relatados por aproximadamente 1500 idosos e 750 cuidadores e prestadores de serviços consultados neste projeto global confirmam essa idéia, e dão muitos exemplos para mostrar como as características da cidade, interrelacionadas, refletem os determinantes do envelhecimento ativo de várias maneiras. Espaços públicos, edificações, sistema de transporte e condições de moradia da cidade contribuem para uma mobilidade segura, um comportamento saudável, para a participação social e para a auto-determinação ou, ao contrário, para um isolamento amedrontado, para a inatividade e exclusão social. Uma ampla gama de oportunidades de participação social, sejam integrando os diferentes grupos etários ou voltadas para cada um deles especificamente, estimula relações sociais fortes e dá poder às pessoas. O empoderamento e a auto-estima são reforçados por uma cultura que reconhece, respeita e inclui os idosos. Informações relevantes em formatos apropriados também contribuem para o empoderamento pessoal e a comportamentos saudáveis. Serviços de saúde acessíveis e bem coordenados têm influência direta na saúde e no comportamento dos idosos. Apesar de nas cidades as oportunidades de trabalho remunerado estarem relacionadas aos determinantes econômicos do envelhecimento ativo, as políticas que reduzem as desigualdades econômicas no acesso a todas as estruturas, serviços e oportunidades que a cidade oferece são ainda mais importantes.

O planejamento para a diversidade surgiu como uma das principais características de uma cidade amiga do idoso e se dá em diferentes áreas. Na perspectiva de curso de vida para o envelhecimento ativo da OMS, descrita na Seção 2, o planejamento para a diversidade é a chave para o apoio à manutenção da capacidade funcional, o que permite a idosos, que de outra forma seriam dependentes, permanecerem funcionalmente capazes. De acordo com os participantes do projeto, deveria ser normal para uma cidade amiga do idoso que o ambiente natural e o construído considerassem usuários de diferentes graus de capacidade, ao invés de se planejar para uma pessoa “comum” mítica (isto é, jovem). Uma cidade amiga do idoso enfatiza a capacidade, e não a incapacidade; ela é amiga de todas as idades, e não apenas do idoso. Deve haver bancos e banheiros públicos em número suficiente, meios-fios rebaixados e rampas de acesso a prédios, sinais de trânsito em cruzamentos de pedestres com tempo suficiente para a travessia. Prédios e residências devem ser livres de obstáculos. Meios informativos e tecnologias da comunicação devem ser adaptadas para atender às diferentes necessidades intelectuais e culturais. Em resumo, espaços e edificações devem ser acessíveis.

Reconhecer e respeitar a diversidade deve caracterizar relações sociais e a prestação de serviços tanto quanto as estruturas físicas e os meios. Os participantes deste projeto da OMS deixam claro que o respeito e a consideração para com o indivíduo devem ser os principais valores, seja no lar, nos serviços, no comércio, no emprego, em clínicas e hospitais. Em uma cidade amiga do idoso, usuários de espaços públicos devem partilhá-los, e respeitar a prioridade de assento nos transportes públicos, áreas de embarque e desembarque e áreas de estacionamento para pessoas com necessidades especiais. Os serviços devem empregar funcionários amáveis, com disponibilidade e paciência para prestar uma assistência personalizada. Os comerciantes devem atender os idosos, tão atenciosamente quanto a outros clientes. Empregadores e agências devem oferecer condições flexíveis e treinamento a trabalhadores idosos e voluntários. As comunidades devem reconhecer os idosos por suas contribuições passadas, não apenas pelas atuais. Como a educação estimula a conscientização, os estudantes devem ter aulas sobre a velhice e o envelhecimento, e a mídia deve retratá-los de maneira realista, não estereotipada.

A abordagem do curso de vida engloba todas as idades dentro do processo de promoção do envelhecimento ativo. Ela também inclui os valores da solidariedade intergeracional. Na visão dos participantes do projeto, outra característica importante de uma cidade amiga do idoso é que ela deve estimular a solidariedade entre as gerações e dentro da comunidade. Uma cidade amiga do idoso deve facilitar as relações sociais – tanto nos serviços que oferece quanto em atividades que reúnam pessoas de todas as idades. Oportunidades para que vizinhos se conheçam devem ser estimuladas; eles devem cuidar da segurança uns dos outros, se ajudar mutuamente e se manter informados uns sobre os outros. Graças a uma rede confiável de familiares, amigos,

vizinhos e prestadores de serviço, os membros idosos da comunidade se sentem integrados e em segurança. Além disso, deve haver uma ação personalizada para se chegar aos idosos em risco de isolamento social, e os obstáculos econômicos, lingüísticos ou culturais experimentados por muitos idosos devem ser minimizados.

Características urbanas integradas e mutuamente vantajosas

As fortes conexões entre os diferentes aspectos da vida urbana identificadas pelas pessoas consultadas pelo projeto da OMS mostram claramente que uma cidade amiga do idoso só pode resultar de uma abordagem integrada, centrada na forma como os idosos vivem. Buscar essa abordagem significa coordenar ações em diferentes áreas contempladas por políticas municipais e por serviços, de tal maneira que uns reforcem os outros. Com base nos relatos dos idosos e de outros agentes consultados pelo projeto, ações conjuntas que respeitem as seguintes relações são especialmente importantes.

- A moradia deve ser analisada em relação aos espaços abertos e às edificações existentes, de tal maneira que as residências dos idosos se localizem em áreas livres de risco de desastres naturais e perto de serviços; que estejam situadas perto de onde pessoas de diferentes faixas etárias morem; que permitam a participação cívica de forma a mantê-los integrados à comunidade, em atividade e com boa disposição.
- Os serviços de transporte e a infra-estrutura devem sempre estar ligados a oportunidades de participação social, cívica e econômica, bem como ao acesso aos serviços de saúde essenciais.
- A inclusão social dos idosos deve considerar a sua participação comunitária permitindo-lhes a tomada de decisões na vida civil, o trabalho remunerado e a oferta de programação específica e adequada na mídia.
- Como o conhecimento é a chave do empoderamento, a informação sobre todos os aspectos da vida na cidade deve ser acessível a todos e sempre.

Além do Guia da Cidade Amiga do Idoso e dos checklists

Este projeto é o ponto de partida para muitos outros programas comunitários e atividades de pesquisa, e também para se estabelecer uma maior rede global de comunidades amigas do idoso. As etapas seguintes para as cidades colaboradoras e para a OMS será validar os *checklists*. Uma cidade participante deste estudo já realizou visitas *in loco* para verificar os obstáculos existentes em espaços abertos e prédios públicos, e nos serviços relacionados aos idosos. Outras estão consultando os participantes dos grupos focais para determinar se as características apontadas neste Guia refletem efetivamente o que eles disseram, ou estão formando novos grupos focais com idosos de outras regiões para avaliar o grau de concordância entre a percepção deles e os *checklists*. Outra abordagem de validação envolve a consulta a especialistas na área do envelhecimento, que irão avaliar os *checklists* baseados na visão dos idosos a partir das evidências da pesquisa e da prática gerontológica.

Ao mesmo tempo, muitas outras cidades mostraram interesse em usar o Guia da OMS e os *checklists* para iniciar o desenvolvimento da cidade amiga do idoso localmente. Atualmente estão sendo consideradas redes de âmbito nacional no Japão e na Espanha, bem como “centros” regionais no Oriente Médio, Canadá, América Latina e Caribe. Para facilitar a disseminação do conceito de cidade amiga do idoso, este Guia está sendo traduzido para diferentes línguas, como chinês, francês, alemão, japonês, português e espanhol. Como a idéia da cidade amiga do idoso tem muito em comum com o conceito já consagrado e eficaz de Cidades Saudáveis, está se buscando uma ligação ativa e mutuamente benéfica entre as duas redes. Na OMS, o Departamento de Proteção do Ambiente Humano, em colaboração com o Programa de Envelhecimento e Curso de Vida será o “lar” institucional para os recursos do projeto cidade amiga do idoso.

Participantes de grupos focais mencionaram vários exemplos de práticas amigáveis aos idosos em suas cidades. Algumas delas foram muito resumidamente mencionadas neste Guia. Outra etapa importante será a coleta pelos líderes do projeto de maiores informações sobre essas iniciativas e a publicação de uma lista de boas práticas. Uma conferência para troca de experiências locais e internacionais sobre a cidade amiga do

idoso foi realizada em junho de 2007 na área metropolitana do Ruhr, patrocinada pelo governo do estado da Westfália do Norte do Reno, para marcar a escolha da cidade de Essen como capital da cultura européia em 2010. Um outro encontro sobre as melhores práticas está sendo planejado para ocorrer em Istambul, porque esta cidade foi escolhida capital da cultura européia em 2010. Para gerar mais e melhores práticas a partir da pesquisa da OMS, especialistas e prestadores de serviço serão convidados a identificar intervenções que correspondam às características amigáveis aos idosos nos *checklists*. Os *checklists* atuais também serão testados em pelo menos um local, para se verificar a sua utilidade em criar intervenções amigáveis aos idosos.

A pesquisa que levou a este Guia proporcionou muitos e valiosos achados no mundo todo, bem como conectou pesquisadores preocupados com o envelhecimento e o meio-ambiente. Com o apoio do *Institute of Aging* do *Canadian Institutes of Health Research*, a colaboração entre os pesquisadores está sendo estimulada para se avançar nos conhecimentos sobre o envelhecimento em áreas urbanas. Estão sendo elaborados trabalhos de pesquisa técnica para descrever detalhadamente o conceito e a metodologia dessa pesquisa liderada pela OMS. Ambientes amigáveis aos idosos serão avaliados em relação ao envelhecimento ativo, identificando-se evidências de convergência entre envelhecimento, urbanização e globalização – as principais forças que moldam o século XXI e que são centrais e esse projeto.

Como mencionado anteriormente, a presente pesquisa não enfocou especificamente os determinantes de gênero e cultura do envelhecimento ativo, apesar de seus efeitos serem enunciados esporadicamente neste Guia. Por exemplo, em muitas cidades foi observado que os homens são menos engajados em atividades sociais que as mulheres, e a situação de muitas mulheres mais velhas está descrita como uma barreira que as de grupos mais economicamente desfavorecidos enfrentam nas grandes cidades. Outras pesquisas, desenvolvidas com a colaboração de cidades em diferentes regiões do mundo serão conduzidas para abordar esses determinantes específicos, começando com uma iniciativa da Academia de Medicina de Nova York com o tema “envelhecimento numa terra estrangeira”.

Por fim, comunidades não urbanas devem também se tornar mais amigas dos idosos. Em muitos países, os idosos constituem uma grande porcentagem da população em áreas rurais e remotas, como consequência da emigração dos mais jovens. O governo federal canadense e os de suas províncias estão conduzindo um projeto para identificar características amigáveis aos idosos em muitas cidades pequenas e vilarejos, e os resultados serão partilhados com o mundo inteiro.

Já existe a vontade de se disseminar e adotar este Guia e os *checklists*. Novas iniciativas e colaboradores de todo o mundo são bem-vindos. O envelhecimento ativo em cidades acolhedoras é uma das abordagens mais efetivas para se manter a qualidade de vida e a prosperidade em um mundo cada vez mais velho e urbanizado.

References

1. *Population Ageing 2006*. New York, United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division, 2006 (<http://www.un.org/esa/population/publications/ageing/ageing2006.htm>, accessed 10 July 2007).
2. *Population issues: meeting development goals. Fast facts 2005*. New York, United Nations Population Fund, 2007 (www.unfpa.org/pds/facts.htm, accessed 26 June 2007).
3. *Urbanization: a majority in cities*. New York, United Nations Population Fund, 2007 (www.unfpa.org/pds/urbanization.htm, accessed 26 June, 2007).
4. *World urbanization prospects: the 2005 revision. Fact sheet 7. Mega-cities*. New York, United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division, 2006 (www.un.org/esa/population/publications/WUP2005/2005wup.htm, accessed 26 June 2007).
5. *A billion voices: listening and responding to the health needs of slum dwellers and informal settlers in new urban settings*. Kobe, WHO Kobe Centre, 2005 (www.who.int/social_determinants/resources/urban_settings.pdf, accessed 26 June 2007).
6. *World urbanization prospects: the 2005 revision*. New York, United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division, 2006 (www.un.org/esa/population/publications/WUP2005/2005wup.htm, accessed 26 June 2007).
7. *Living conditions of low-income older people in human settlements. A global survey in connection with the International Year of Older People 1999*. Nairobi, United Nations Human Settlements Programme, 2006 (<http://ww2.unhabitat.org/programmes/housingpolicy/pubvul.asp>, accessed 26 June 2007).
8. Brasilia Declaration on Ageing. *World Health*, 1997, No. 4: 21.
9. *Report of the Second World Assembly on Ageing, Madrid, 8–12 April 2002*. New York, United Nations, 2002.
10. *Active ageing: a policy framework*. Geneva, World Health Organization, 2002 (http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf, accessed 26 June 2007).
11. Marmot M. *Health in an unequal world. The Harveian Oration*. London, Royal College of Physicians of London, 2006.
12. Kalache A, Kickbusch I. A global strategy for healthy ageing *World Health*, 1997, No. 4:4–5.
13. *Guidelines for review and appraisal of the Madrid International Plan of Action on Ageing. Bottom-up participatory approach*. New York, United Nations, 2006 (<http://www.un.org/esa/socdev/ageing/documents/MIPAA/GuidelinesAgeingfinal13%20Dec2006.pdf>, accessed 26 June 2007).
14. *Livable communities: an evaluation guide*. Washington, DC, AARP Public Policy Institute, 2005 (www.aarp.org/research/housing-mobility/indliving/d18311_communities.html, accessed 26 June 2007).
15. *The AdvantAge initiative. Improving communities for an aging society*. New York, Visiting Nurse Service of New York, 2004 (<http://www.vnsny.org/advantage>, accessed 26 June 2007).
16. *Improving the quality of life of the elderly and disabled people in human settlements*. Nairobi, United Nations Human Settlements Programme, 1993 (www.unhabitat.org/list.asp?typeid=15&catid=298&RecsPerPage=ALL, accessed 26 June 2007).
17. *Inclusive design for getting outdoors. Design guidance*. Edinburgh, I'DGO Consortium, 2007 (http://www.idgo.ac.uk/design_guidance/index.htm, accessed 26 June 2007).



Envelhecimento e Curso de Vida
Saúde da Família e da Comunidade
Organização Mundial da Saúde
20 Avenue Appia
1211 Genebra 27, Suíça
activeageing@who.int
www.who.int/ageing/en
Fax: + 41 (0) 22 791 4839

ISBN 978 92 4 854730 0

