UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
FACULDADE ARQUITETURA, ARTES E COMUNICAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM DESIGN

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE ARQUITETURA
PROGRAMA DE DOUTORAMENTO EM DESIGN

MODA E TERCEIRA IDADE:
uma abordagem ergonômica acerca dos aspectos do vestir/despir do usuário idoso

ERICA PEREIRA DAS NEVES
2020

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA

FACULDADE ARQUITETURA, ARTES E COMUNICAÇÃO

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM DESIGN

UNIVERSIDADE DE LISBOA

FACULDADE DE ARQUITETURA

PROGRAMA DE DOUTORAMENTO EM DESIGN

VESTUÁRIO E TERCEIRA IDADE:
uma abordagem ergonômica acerca dos aspectos do vestir/despir do usuário idoso

ERICA PEREIRA DAS NEVES

Orientador Brasil (UNESP): Prof. Titular Dr. Luis Carlos Paschoarelli

Orientador Portugal (ULisboa): Prof. Catedrático Dr. Fernando Moreira da Silva

Bauru
Lisboa
2020

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA

FACULDADE ARQUITETURA, ARTES E COMUNICAÇÃO

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM DESIGN

UNIVERSIDADE DE LISBOA

FACULDADE DE ARQUITETURA

PROGRAMA DE DOUTORAMENTO EM DESIGN

VESTUÁRIO E TERCEIRA IDADE: uma abordagem ergonômica acerca dos aspectos do vestir/despir do usuário idoso

ERICA PEREIRA DAS NEVES

Tese de doutorado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Design da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação da UNESP em cotutela com o Curso de Doutoramento em Design da Faculdade de Arquitetura da Universidade de Lisboa, sob orientação, respectivamente, do Professor Titular Luis Carlos Paschoarelli e do Catedrático Fernando J.C. Moreira da Silva; como parte dos requisitos para obtenção do título de Doutor em Design.

Bauru

Lisboa

2020

Neves, Érica Pereira.
Vestuário e Terceira idade: uma abordagem ergonômica acerca dos aspectos do vestir/despir do usuário idoso / Érica Pereira das Neves, 2020.
179 f. : il.

Orientador: Luís Carlos Paschoarelli.

Tese (Doutorado)- Universidade Estadual Paulista. Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação, Bauru, 2020.

1.Design Ergonômico. 2.Design para idosos. 3.Fashion Design. 4.Usabilidade do vestuário. 5.Vestuário para idoso. I. Universidade Estadual Paulista. Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação. II. Vestuário e Terceira idade: uma abordagem ergonômica acerca dos aspectos do vestir/despir do usuário idoso.

PRESIDENTE

Prof. Titular Luís Carlos Paschoarelli
Universidade Estadual Paulista *"Júlio de Mesquita Filho"*
Orientador

TITULARES

Professor Catedrático Fernando José Carneiro Moreira da Silva
Universidade de Lisboa
Orientador

Prof. Dra. Marizilda dos Santos Menezes
Universidade Estadual Paulista "*Júlio de Mesquita Filho*"

Prof. Dra. Maria Sílvia Barros de Held
Universidade de São Paulo

Prof. Dra. Rita Assoreira Almendra
Universidade de Lisboa

Prof. Dra. Cristina Maria Santos Nunes Pires Caramelo Gomes
Universidade Lusíada de Lisboa

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA

Câmpus de Bauru

ATA DO EXAME GERAL DE QUALIFICAÇÃO DE ÉRICA PEREIRA DAS NEVES, DISCENTE DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM DESIGN, CURSO DE DOUTORADO, DA FACULDADE DE ARQUITETURA, ARTES E COMUNICAÇÃO - CÂMPUS DE BAURU

Aos 27 dias do mês de fevereiro do ano de 2020, às 08:00 horas, no(a) Sala de Reuniões da Seção Técnica de Pós-graduação da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação. , reuniu-se a Comissão Examinadora composta pelos seguintes membros: Prof. Titular LUIS CARLOS PASCHOARELLI - Orientador(a) do(a) Programa de Pós-Graduação em Design - FAAC/UNESP/Bauru, Profª. Drª. MARIZILDA DOS SANTOS MENEZES do(a) Programa de Pós-graduação em Design - FAAC/UNESP/Bauru, Prof. Catedrático FERNANDO MOREIRA DA SILVA do(a) Centro de Investigação em Arquitetura, Urbanismo e Design - FA/Ulisboa, Prof. Dr. GIANNI MONTAGNA do(a) Faculdade de Arquitetura - Universidade de Lisboa, sob a presidência do primeiro, para o Exame Geral de Qualificação de ÉRICA PEREIRA DAS NEVES, nos termos de Regulamento do Programa, tendo a candidata recebido o conceito final: APROVADO. Nada mais havendo, foi lavrada a presente ata, que após lida e aprovada, foi assinada pelos membros da Comissão Examinadora.

Prof. Titular LUIS CARLOS PASCHOARELLI

Profª. Drª. MARIZILDA DOS SANTOS MENEZES

Prof. Catedrático FERNANDO MOREIRA DA SILVA

Prof. Dr. GIANNI MONTAGNA

ATA DAS PROVAS DE DOUTORAMENTO
ÉRICA PEREIRA DAS NEVES

BAURU - LISBOA, 27 DE ABRIL DE 2020

Aos vinte e sete dias do mês de abril do ano de dois mil e vinte, pelas oito horas (horário de Brasília), em sistema de videoconferência, *Hangouts Meet*, por meio do link: *https://meet.google.com/hvk-dpxr-egm*, tiveram lugar a Sessão Pública / Provas de Doutoramento da Mestra Érica Pereira das Neves, cuja tese foi elaborada em regime de cotutela internacional, com vista à dupla titulação, entre a Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" (FAAC-UNESP), na Área de Concentração Desenho de Produto; e a Faculdade de Arquitetura da Universidade de Lisboa (FA-ULISBOA), no ramo de Design.

A Comissão Examinadora (Júri) foi aprovada pelo Conselho Científico da Faculdade de Arquitetura da Universidade de Lisboa em 21 de abril de 2020; e pelo Conselho do Programa de Pós-graduação em Design da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" (FAAC-UNESP), "*ad referendum*" do Conselho do PPGDES em 15 de abril de 2020 e referendada na 113ª Reunião Ordinária, realizada em 16 de abril de 2020, atendendo ao Artigo No 51 do Regulamento do Programa de Pós-graduação em Design da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", estabelecido pela Resolução UNESP N° 65, de 17 de setembro de 2009, publicada no Diário Oficial do Estado de São Paulo - Poder Executivo Seção I, Página 42, de 18 de setembro de 2019; e é constituída(o) pelos membros indicados abaixo:

Presidente:

Doutor LUIS CARLOS PASCHOARELLI, Professor Titular da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" (FAAC-UNESP).

Arguentes:

Doutora RITA ASSOREIRA ALMENDRA, Professora Associada da Faculdade de Arquitetura, da Universidade de Lisboa (FA-ULISBOA).

Doutora CRISTINA MARIA SANTOS NUNES PIRES CARAMELO GOMES, Professora Associada com Agregação da Universidade Lusíadas de Lisboa.

Doutora MARIA SÍLVIA BARROS DE HELD, Professora Associada com Livre-docência da Escola de Artes, Ciências e Humanidades, da Universidade de São Paulo (EACH-USP).

Doutora MARIZILDA DOS SANTOS MENEZES, Professora Assistente da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação, da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" (FAAC-UNESP).

Doutor FERNANDO JOSÉ CARNEIRO MOREIRA DA SILVA, Professor Catedrático da Faculdade de Arquitetura da Universidade de Lisboa (FA-ULISBOA).

As provas prestadas pela candidata ao grau de "Doutor" consistiram na crítica e defesa da tese intitulada "VESTUÁRIO E TERCEIRA IDADE: UMA ABORDAGEM ERGONÔMICA ACERCA DOS ASPECTOS DO VESTIR/DESPIR DO USUÁRIO IDOSO".

Aberta a sessão, o Presidente apresentou os cumprimentos aos membros da Comissão Examinadora (Juri), ao candidato, à assistência e aos demais presentes na Sessão Pública. Depois de explicar o conteúdo das provas e o seu tempo regulamentar, o Presidente deu a palavra ao candidato que, durante trinta minutos, fez uma exposição oral sobre a tese, pondo em evidência os seus objetivos, os meios utilizados para a realizar e as principais conclusões obtidas. Terminada a exposição do candidato, o Presidente deu a palavra aos membros da Comissão Examinadora (Juri), pela seguinte ordem: Doutora RITA ASSOREIRA ALMENDRA, Doutora CRISTINA MARIA SANTOS NUNES PIRES CARAMELO GOMES, Doutora MARIA SÍLVIA BARROS DE HELD, Doutora MARIZILDA DOS SANTOS MENEZES e Doutor FERNANDO JOSÉ CARNEIRO MOREIRA DA SILVA, os quais fizeram observações e colocaram à candidata questões que consideraram pertinentes sobre a tese em apreciação. O Presidente do Júri concluiu as questões e apreciações. No final da intervenção de cada Arguente, o candidato respondeu às questões colocadas por esse membro da Comissão Examinadora (Juri). Concluídas as provas no tempo regulamentar, a Comissão Examinadora (Juri) reuniu-se para apreciá-las. Tendo em conta o desempenho do candidato, as declarações dos Arguentes, o cumprimento de todos os critérios de avaliação, o júri comprovou que o candidato demonstrou satisfazer os requisitos fixados para a atribuição do grau de doutor, definidos pelos Artigos 52 e 53 do Regulamento do Programa de Pós-graduação em Design da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, estabelecido pela Resolução UNESP N° 65, de 17 de setembro de 2009, Publicada no D.O.E. de 18.09.09, Seção 1, pág. 42, particularmente em seus artigos 51, 52, 53 e 54; e definidos pelo N° 2 do artigo 24 do Regulamento de Estudos de Pós-graduação da Universidade de Lisboa, publicado no Diário de República, 2a série, n.° 155 de 11 de agosto de 2017, através do Despacho No 7024/2017, tendo decidido por unanimidade aprovar a tese e atribuir à Mestra Érica Pereira das Neves o grau de Doutora em Design com a classificação de APROVADO por UNANIMIDADE, correspondente à classificação de APROVADO COM DISTINÇÃO, da FA-ULISBOA, pela elevada qualidade do documento e do seu conteúdo que, formal e substantivamente, contribui de modo relevante para o conhecimento da área do Design. Nada mais havendo a tratar, o Presidente deu por encerrada a prova da qual se lavrou a presente Ata que, depois de lida e aprovada vai ser assinada pelo Presidente do Júri e por todos os Arguentes, em quatro vias, sendo dois exemplares

arquivados na FAAC-UNESP; outro exemplar remetido à FA ULISBOA; e outro exemplar entregue à Doutora Érica Pereira das Neves.

O Presidente do Júri

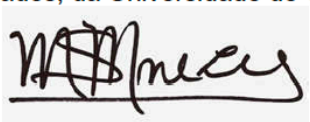
Doutor LUIS CARLOS PASCHOARELLI, Professor Titular da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação, da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" (FAAC-UNESP).

Arguentes:

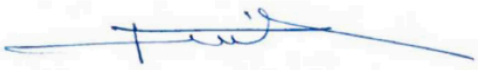
Doutora RITA ASSOREIRA ALMENDRA, Professora Associada da Faculdade de Arquitetura, da Universidade de Lisboa (FA-ULISBOA).

Doutora CRISTINA MARIA SANTOS NUNES PIRES CARAMELO GOMES, Professora da Universidade Lusíadas.

Doutora MARIA SÍLVIA BARROS DE HELD, Professora da Escola de Artes, Ciências e Humanidades, da Universidade de São Paulo (EACH-USP).



Doutora MARIZILDA DOS SANTOS MENEZES, Professora Assistente da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação, da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" (FAAC-UNESP).



Doutor FERNANDO JOSÉ CARNEIRO MOREIRA DA SILVA, Professor Catedrático da Faculdade de Arquitetura da Universidade de Lisboa (FA-ULISBOA).

Aos meus pais e
A todos as meninas e meninos da tal terceira idade...

Agradeço à **Deus** por me acompanhar ao longo de tamanho desafio, dando-me força e sabedoria para sempre buscar o meu melhor. À **Nossa Senhora** pela proteção e conforto em todos os momentos. Muito obrigada por colocarem sempre as melhores pessoas perto de mim

...

Agradeço **aos meus pais**. Não conseguiria colocar em palavras o que sinto por eles, mas sei que sem eles, eu nunca teria chegado onde estou e muito menos teria me tornado a pessoa que sou. A minha dupla da terceira idade sempre me mostrou com maestria o que é viver em respeito aos demais, lutando pela justiça e torcendo pelo bem. Com certeza isso me influenciou nas escolhas profissionais que fiz, afinal, lidar com Design (e Arquitetura) é lidar com a emoção dos indivíduos; é promover e partilhar alegrias; é simplesmente, incluir a todos em um processo de empatia constante. Aos meus irmãos, **Tadeu e Mateus**, pelo apoio incondicional de sempre

...

Agradeço à minha irmã de coração, **Cintia Samaan,** pelo apoio imensurável que me deu em todo o momento. Muito obrigada pela paciência e por falar sempre que eu não sou tão ruim assim (rs). Mais que tudo, muito obrigada por confiar em mim, mesmo conhecendo meu lado mais pesado. Ao meu amigo **Gabriel Bonfim,** pelas palavras de apoio e incentivo, e pelos meses mais divertidos em terras lusitanas

...

Ao meu orientador, e amigo, **Prof. Dr. Luis Carlos Paschoarelli**. Muito Obrigada pela confiança em meu trabalho e em mim. Agradeço de coração por todo o companheirismo. Com certeza se não fosse por ele, não teria conseguido chegar até aqui

...

Ao meu coordenador, **Prof. Dr. Fausto Orsi Medola**, que sempre me ajudou contribuindo muito com meu trabalho; e ao meu orientador português chiquérrimo (de óculos espelhado e tudo mais), **Prof. Catedrático Fernando Moreira da Silva**. Obrigada professor pelo apoio e pela confiança

...

Ao meu primo **Toninho** pelo apoio nos meus últimos meses em Portugal. Obrigada pelo carinho e disposição.

...

Ao meu querido amigo (em memória) **S. Ino,** por querer sempre meu bem e por sempre falar que eu estava fazendo o certo. Obrigada por sempre renovar minha fé por meio de seus olhar e orações. Saudades!

...

Aos meus **amigos do LEI**, pela troca de conhecimentos, pelas palavras de incentivo e conversas sem sentido, mas com muitas risadas. Agradeço também **às equipes do PPGDesign da UNESP** e **da ULisboa**. Vocês são essenciais para dar todo o suporte aos nossos projetos

...

À "bulgára" mais portuguesa desse mundo, minha grande amiga, **Mira**. Não tens ideia rapariga de como foste importante na minha aventura em Portugal. Sério. Tu foste meu anjo!

...

À **Carla Carriço**, técnica do Centro de Convívio Felipe Folque de Lisboa, a qual sem a confiança e disposição, meu estudo não conseguiria ter sido desenvolvido. Muito Obrigada! À malta do centro de apoio aos idosos **Lar de Galache**, de Vila Franca de Xira, que se dispuseram a participar do meu estudo com todo carinho e dedicação

...

E por fim, **a TODOS OS SENHORES E SENHORAS** que com muito carinho, respeito e dedicação, participaram de meu experimento. Vocês foram sensacionais! Em especial a **Vera e Alceu Bonfim**, os quais foram a razão por eu ter conseguido completar meus objetivos de coleta. Muito obrigada!

...

E finalmente, agradeço a CAPES e a CNPq por terem financiado este estudo no Brasil e em Portugal, respectivamente.

"Aqueles que passam por nós, não vão sós, não nos deixam sós.
Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós."
Antoine de Saint-Exupéry

Num tempo em que as forças políticas e os agentes económicos apresentam uma evidente falta de capacidade para encontrar soluções para os complexos problemas sociais com que nos confrontamos, espera-se dos designers que sejam capazes de aplicar uma das suas mais vincadas características disciplinares: a criatividade perante o mundo, associada à capacidade de constantemente reinventar o suporte cultural que enquadra a nossa vida coletiva. As transformações sociais começam sempre por ser, num primeiro momento, reformulações narrativas, utopias a serem perseguidas ou visões a serem construídas. A natureza especulativa do design, bem como a sua capacidade de síntese, põe os designers numa posição privilegiada para esta tarefa de transformação simbólica do mundo que precede a transformação real.

Partilhando do postulado de Herbert Simon, que afirma que a atividade de design é sempre orientada pela transformação da realidade numa nova realidade preferida, encontrando alternativas e criando possibilidades que antes não existiam, dedica-se a presente tese a todas as pessoas que escolhem a realidade preferida invés, da mera realidade, agradecendo desde já o seu apoio e inspiração.

BISPO, R.J.C.L Design contra o estigma (dedicatória). Tese de doutorado. Universidade de Aveiro. Departamento de Comunicação e Arte, 2018.

Tenho a idade em que as coisas se olham com mais calma, mas com o interesse de seguir crescendo.

Tenho os anos em que os sonhos começam a se acariciar com os dedos e as ilusões se tornam esperança.

Tenho os anos em que o amor, às vezes, é uma louca labareda, ansiosa para se consumir no fogo de uma paixão desejada. E outras, é um remanso de paz, como o entardecer na praia.

Quantos anos tenho? Não preciso de um número marcar, pois meus desejos alcançados, as lágrimas que pelo caminho derramei ao ver minhas ilusões quebradas…
Valem muito mais do que isso.
O que importa se fizer vinte, quarenta, ou sessenta!
O que importa é a idade que sinto.

Tenho os anos que preciso para viver livre e sem medos.
Para seguir sem temor pelo atalho, pois levo comigo a experiência adquirida e a força de meus desejos.

Quantos anos tenho? Isso a quem importa! Tenho os anos necessários para perder o medo e fazer o que quero e sinto.

Quantos anos tenho?
José Saramago

TÍTULO: VESTUÁRIO E TERCEIRA IDADE: uma abordagem ergonômica acerca dos aspectos do vestir/despir do usuário idoso

RESUMO: O crescimento da população idosa no mundo há tempos ganha destaque na sociedade, tornando-se objeto de discussão de diversas áreas do conhecimento. Dentre elas, o Design é sensibilizado em decorrência, principalmente, das crescentes demandas por produtos e serviços que atendam as necessidades e expectativas dos usuários idosos de forma a garantir-lhes bem-estar psicológico, emocional, cognitivo e físico. Dado ao caráter multi e interdisciplinar da disciplina, identificar e compreender as características e as limitações físicas, cognitivas e biopsicossociais inerentes ao envelhecimento, faz parte do processo de concepção e desenvolvimento de produtos e serviços que contribuam com os hábitos saudáveis dos idosos, principalmente no que diz respeito a sua autonomia e independência na realização de atividades de rotina, tal como o vestir e despir. Neste caso, em específico, o vestuário passa a ser objeto de investigação por interagir diretamente com o corpo, influenciando o desempenho dos idosos durante a ação do vestir-despir. Frente a tal conjuntura, o presente estudo teve por objetivo realizar uma avaliação com base em atividades de uso do vestuário que possam esclarecer detalhes acerca da relação do usuário idoso com a vestimenta, visando verificar que fatores biopsicossociais e motores podem servir de parâmetros para a definição de requisitos de produto que possam contribuir para o design de vestuário desenvolvidos para estes usuários. A definição da amostragem teve por base a teoria da inferência estatística, a qual, em síntese, constitui-se pelo conjunto de métodos que permitem inferir, induzir ou estimar as leis de comportamento da população com base nos resultados de um conjunto de dados proveniente de uma amostra extraída de um universo mais amplo de população. Devido à população portuguesa se apresentar mais envelhecida, o estudo envolveu idosos do Brasil e de Portugal, caracterizando uma amostra de 60 indivíduos, acima dos 65 anos, de ambos os gêneros e nacionalidades. Os resultados permitiram verificar fatores biopsicossociais e motores que podem contribuir para a definição de requisitos para o design de vestuário para estes usuários. Pôde-se concluir que os resultados desta investigação corroboram com a hipótese de que os fatores biopsicossociais e motores decorrentes do envelhecimento e envolvidos no vestir-despir de indivíduos idosos podem colaborar na formulação de diretrizes e requisitos para o design de vestuário para estes usuários. Com base na observação e na análise das atividades de vestir e despir de diferentes peças do vestuário, padrões sequenciais de movimentos corporais puderam ser detectados e segmentados em etapas. Apesar de não ter sido registrado fatores físicos e motores que viessem a inviabilizar as tarefas requeridas, observou-se que destreza manual, equilíbrio corporal e amplitude de membros, principalmente os superiores, já apresentam perdas que começam a afetar a qualidade dos movimentos envolvidos nas ações do vestir e despir. Em relação às amostras de idosos de Portugal e Brasil, verificaram-se semelhanças quanto ao perfil físico e às alterações antropométricas dos participantes. Os fatores percebidos como importantes ao vestuário também apresentaram dados parecidos, principalmente em relação a importância do conforto e a percepção da moda como algo voltado aos indivíduos mais jovens.
Palavras-chaves: Design Ergonômico; Design para Idosos; Fashion Design; Usabilidade do vestuário; Vestuário para Idoso.

TITLE: CLOTHING AND THIRD AGE: an ergonomic approach concerning dressing/undressing aspects of the elderly user

ABSTRACT: The growth of the elderly population in the world has long been standing out in society, becoming the subject of discussion in several areas of study/knowledge. Among them, Design is sensitized as a result, mainly, by the growth of products and services demands that meet the needs and expectations that assure to elderly users psychological, emotional, cognitive and physical well-being support. Given the multi and interdisciplinary nature of the discipline, identifying and understanding the physical, cognitive and biopsychosocial characteristics and limitations inherent to aging, is part of process of designing and developing the products and services, that contribute to the healthy habits of the elderly, especially in what concerns their autonomy and independence in carrying out daily activities, such as dressing and undressing. In this case, in particular, clothing becomes an object of investigation for interacting directly with the body, influencing how the elderly performs dressing-undressing actions. Facing this situation, the present study aimed to carry out an assessment based on clothing use activities that shows details about elderly users' relationship with clothes and also verifies biopsychosocial and mechanisms factors can be parameters for product requirements that contributes for clothing development designs. The definition of sampling was based on the theory of statistical inference, which, in summary, consists of a set of methods that allow inferring, inducing or estimating the population behavior laws based on the results of a set of data from a sample drawn from a wider universe of a population. The study involved elderly people from Brazil and Portugal, characterizing a sample of 60 individuals, over 65 years old, of both genders and nationalities. The results allowed to verify biopsychosocial and motor factors that can contribute on how to define the requirements for clothing design for these users. It was concluded that the results of this investigation corroborate with the hypothesis that the biopsychosocial and motor factors resulting from aging and dressing-undressing actions of elderly individuals can collaborate in the formulation of guidelines and requirements for the design of clothing for these users. Based on the observation and analysis of the dressing and undressing activities of different apparel, sequential patterns of body movements could be detected and segmented in stages. Although physical and motor factors that could impact the required tasks have not been registered, it was observed that manual skills, body balance and range of body members, especially the upper ones, already present losses that begin to affect the quality of the movements involved in the actions of dressing and undressing. Regarding the samples of elderly people from Portugal and Brazil, similarities were found in the participants´ physical profile and anthropometric changes. The perceived factors as important to clothing also presented similar data, mainly regarding the importance in comforting and the perception of fashion as something aimed at younger individuals. Keywords: Ergonomic Design; Design for the Elderly; Fashion Design; Clothing usability; Clothing for the Elderly.

Lista de Figuras

Figura 01. Percentual da população com 65 anos ou mais de idade em 1990, 2019 e 2050, de acordo com a projeção de média variante. Praticamente todos os países e áreas estão passando por um envelhecimento populacional. 29

Figura 02. Percentual da população com 65 anos ou mais de idade em 1990, 2019 e 2050, de acordo com a projeção de média variante. Praticamente todos os países e áreas estão passando por um envelhecimento populacional. 30

Figura 03. Taxa de fecundidade geral e taxas de fecundidade específicas por grupo etário (‰), Portugal, 2012 – 2017. 32

Figura 04. Exemplos de peças publicitárias das décadas de 1960 e 1970. 49

Figura 05. Campanha #velhapraisso promovida pela empresa de cosméticos Natura. 51

Figura 06. Campanha #Velhovens promovida pela empresa de bebida Skol. 52

Figura 07. Pôster e Cenas do filme Cocoon, lançado em 1985 53

Figura 08. Pôsteres e cenas dos filmes “Conduzindo Miss Daisy” (1989), “Meu Pai, uma lição de vida” (1989) e “Estamos todos bem” (1990). 55

Figura 09. Seriado Original da Netflix, Grace e Frankie. 57

Figura 10. Imagens da série Grace e Frankie; Vibrador desenvolvido pelas personagens; Peça publicitária desenvolvida pela marca das personagens para comercialização do dispositivo erótico. 58

Figura 11. Fotos dos perfis do Instagram dos atores Ian McKellen (1,8 milhões de seguidores); Patrick Stewart (1,3 milhões de seguidores); Betty White (1,4 milhões de seguidores). 61

Figura 12. Fotos do perfil do Instagram da atriz brasileira Vera Holtz. As imagens em destaque (preto) corresponde às legendas “Evangelho da Diversidade” e “Longe da Revoada” (1,3 milhões de seguidores). 61

Figura 13. Fotos do perfil do Instagram de Baddie Winkle 63

Figura 14. Fotos do perfil do Instagram de Iris Apfel 63

Figura 15. Exposição MET Museum; Livro; Documentário e Bonecas da Barbie em homenagem a Iris Apfel. 64

Figura 16. Fotos de Dee Goldberg; Beatrix Ost; Sarah Jane Adams; e, Lesley Crawford. 65

Figura 17. Ron Jack Foley, Eric Rutherford, Anthony Varrecchia, Thomas R. Pescod; Philippe Dumas; e Gunther Krabbenhof. 66

Figura 18. Wang Deshun em desfile realizado por Hu Sheguang; campanha para Ermenegildo Zegna e para Rebook China. 66

Figura 19. Imagens disponíveis no Instagram de Ari Seth Cohen, @advancedstyle. 68

Figura 20. Perfis que se tornaram icônicos pelas mãos de algumas personalidades idosas. 69

Figura 21. Idosos que se inovaram por meio de suas publicações no Instagram 71

Lista de Figuras

Figura 22. Em três dos principais mercados emergentes de alto crescimento, a participação percentual da população total acima de 60 anos de idade está subindo rapidamente; paralelamente, a porcentagem de menores de 15 anos está encolhendo. 75

Figura 23. Prospecção do crescimento de consumidores acima de 60 anos de idade 77

Figura 24: Organização do protocolo 99

Figura 25: Instrumentos Utilizados: a) Dinamômetro Digital Hidráulico *Jamar Plus* para medição de preensão palmar; b) *Jamar Digital Pinch Gauge* para averiguação de força digital; c) *Nine Peg Hole Test* para coordenação e destreza. 100

Figura 26: a) Posição (empunhadura) da mão na posição 2 (*Jamar*); b) Posição do participante para o teste com o *Jamar;* c) Pinça Pulpo-Lateral; d) Pinça polpa-a-polpa; e) Teste com o *Pinch Gauge*. 101

Figura 27: *Nine Peg Hole Test* 102

Figura 28: *Time Up and Go (TUG)* 102

Figura 29: Detalhamentos das peças escolhidas para a tarefa: a) camisa de manga longa com abotoamento central; b) camiseta de malha; c) meia. 103

Figura 30: Sequência das tarefas a serem avaliadas. 104

Figura 31: Posicionamento da câmera e distância mínima necessária para a captação integral dos movimentos do participante. 104

Figura 32: Estatística Inferencial – Passos. 108

Figura 33. Resultado: Perfil da Amostra quanto a idade. 110

Figura 34. Resultado por gênero e nacionalidade: Estado Civil; Etnia; Filhos; e Nível de Instrução. 112

Figura 35. Resultado por gênero e nacionalidade: Aposentadoria e Condição profissional (ativo ou não ativo). 113

Figura 36. Resultado por gênero e nacionalidade: Situação de Moradia; Cuidador; Classe Social. 114

Figura 37. Resultado por gênero e nacionalidade: Anamnese – Hábito do Fumo; Lentes Corretivas; Sintomas Depressivos 116

Figura 38. Resultado por gênero e nacionalidade: Anamnese – Hábito do Fumo; Lentes Corretivas; Sintomas Depressivos. 116

Figura 39. Resultado do Índice de Katz e Lawton. Todos os participantes declararam serem capazes de realizar as ABVD e AIVD de maneira independente. 117

Figura 40. Resultado por gênero e nacionalidade: IMC; Peso; Altura. 119

Figura 41. Resultado por gênero e nacionalidade: Circunferência da Cintura; Relação Cintura x Quadril. 120

Figura 42. Gêneros x Nacionalidade: diferenças antropométricas. 121

Lista de Figuras

Figura 43. Gêneros x Nacionalidade: diferenças antropométricas. Comparativo da composição antropométrica. 122

Figura 44. Resultado por gênero e nacionalidade: Dinamômetro; Pinch Gauge; TUG; e 9Peg Hole. 125

Figura 45. Resultado por gênero e nacionalidade: Precisa de ajuda para se vestir?; Como avalia as tarefas do vestir e despir?; Já caiu enquanto estava a se vestir ou despir?. 126

Figura 46. Resultado por gênero e nacionalidade: Padrões quanto ao hábito de se vestir 127

Figura 47. Resultado por gênero e nacionalidade: Avaliação das características percebidas no vestuário. 130

Figura 48. Resultado por gênero e nacionalidade: Hábitos de consumo. 131

Figura 49. Resultado por gênero e nacionalidade (Comparação): tempo para realização das tarefas 132

Figura 50. Resultado considerando mesmo gênero e nacionalidade diferente (Comparação): tempo para realização das tarefas. 133

Figura 51. Sequência VESTIR camisa. 135

Figura 52. Botões: detalhamento do abotoamento 135

Figura 53. Sequência DESPIR camisa. 136

Figura 54. Sequência A - VESTIR CAMISETA. 137

Figura 55. Sequência B - VESTIR CAMISETA. 137

Figura 56. Sequência C - VESTIR CAMISETA. 138

Figura 57. Sequência A - DESPIR CAMISETA. 138

Figura 58. Sequência B - DESPIR CAMISETA. 139

Figura 59. Sequência C - DESPIR CAMISETA. 139

Figura 60. Sequência VESTIR MEIA: Apoio do pé no mobiliário. 140

Figura 61. Sequência VESTIR MEIA: Sentados. 140

Figura 62. Sequência VESTIR MEIA: Sentados e inclinados sobre a perna. 141

Figura 63. Sequência VESTIR MEIA: Sentados e pé sobre mobília. 141

Figura 64. Sequência VESTIR MEIA: Sentados usando de duas posições de perna. 142

Figura 65. Sequência VESTIR MEIA: Em pé com apoio 142

Sumário

1. INTRODUÇÃO – APRESENTAÇÃO E PROBLEMATIZAÇÃO 21

1.1 Pesquisa e abordagem metodológica 25

1.2 Questão de Pesquisa 25

1.3 Hipóteses 26

1.4 Objetivos 26

2. REFERENCIAL TEÓRICO 28

2.1 Envelhecimento: cenário global e nacional 28

2.2 Portugal e Brasil: panorama do envelhecimento demográfico 30

2.3 Sociedade e Envelhecimento 33

2.3.1 Envelhecimento: cenário global e nacional 38

2.3.2 Portugal e Brasil: panorama do envelhecimento demográfico 40

2.3.3 Sociedade e Envelhecimento 43

2.4 Consumo e terceira idade 72

2.4.1 Idosos: mercado promissor a ser atendido 74

2.4.1.1 Projeções do mercado brasileiro acerca do consumidor idoso 81

2.5 As relações entre moda, vestuário e design 85

2.5.1 Design e Idoso: a importância de se analisar a tarefa e o produto 86

2.5.1.1 Implicações do envelhecimento 90

2.5.1.2 Questões do envelhecimento: fisiologia, antropometria, biomecânica e cinesiologia 91

2.5.2 Oportunidades contemporâneas sobre o envelhecimento 93

2.5.3 Vestuário, Usabilidade e Ergonomia: o viés da terceira idade 93

3. MATERIAIS E MÉTODOS 97

3.1 Questões éticas 97

3.2 Amostragem 97

3.3 Materiais 98

3.3.1. Elaboração do Protocolo e escolha dos Instrumentos 98

Sumário

3.4 Procedimentos 102

3.4.1. Tarefa pré-definida 102

3.5 Testes Pilotos e conduta do Experimento 104

3.6 Análise Estatística 107

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO 110

4.1 Perfil da amostra 110

4.2 Anamnese 114

4.3 Características antropométricas e IMC 117

4.4 Forças e coordenação 123

4.5 Atividade de Vestir-despir 126

4.6 Uso e compras: qualidade e fatores percebidos 128

4.7 Tarefa: Padrões de movimentos da atividade vestir-despir 131

4.7.1. Tempo de realização das atividades 131

4.7.2. Atividade de despir e vestir uma camisa 133

4.7.3. Atividade de despir e vestir uma camiseta (t-shirt) 136

4.7.4. Atividade de despir e vestir uma meia 139

4.8 Discussão 142

5. CONCLUSÃO 149

BIBLIOGRAFIA DE REFERÊNCIA 154

APÊNDICES 169

1 Introdução

Fiz de mim o que não soube,
E o que podiafazer de mim não o fiz.
O dominó que vesti era errado.
Conheceram-me logo por quem não era
e não desmenti, e perdi-me.
Quando quis tirar a máscara,
Estava pegada à cara.
Quando a tirei e me vi ao espelho,
Já tinha envelhecido.
Estava bêbado, já não sabia vestir o
dominó que não tinha tirado.
Deitei fora a máscara e dormi no
vestiário
Como um cão tolerado pela gerência
Por ser inofensivo
E vou escrever esta história para
provar que sou sublime.

Fernando Pessoa
Tabacaria

1. INTRODUÇÃO – APRESENTAÇÃO E PROBLEMATIZAÇÃO

Ao longo dos últimos anos, questões acerca do envelhecimento vem ganhando destaque por todo o mundo. Essa realidade se justifica pelas alterações demográficas, culturais e sociais ocorridas nos países desenvolvidos nas últimas décadas, e mais recentemente, nos países de economias emergentes.

O expressivo aumento dessa demanda populacional implicará, gradativamente, em avaliações precisas de diversos aspectos relacionados ao atendimento deste grupo de indivíduos com demandas específicas, principalmente no que tange à autonomia funcional, ao acesso a informações, segurança, saúde preventiva, entre outros.

Essas peculiaridades, por sua vez, determinam que novos padrões de usabilidade sejam aplicados em diferentes interfaces tecnológicas, no intuito da promoção do bem-estar psicológico, emocional, cognitivo e físico do indivíduo. Isso deve-se principalmente às inabilidades e restrições físicas do idoso bem como ao seu declínio funcional e cognitivo. Dado isso, aliados às diretrizes de usabilidade, os princípios da ergonomia podem conferir bases assertivas ao desenvolvimento de projeto de produtos específicos para tal demanda de usuários e consumidores.

Considerando o contato direto e prolongado que o produto de moda, em especial o vestuário, mantem com o corpo, a negligência acerca das especificidades biopsicossociais e motoras do indivíduo idoso pode acarretar constrangimentos e desconforto ao usuário, não apenas no que tange as características de usabilidade, mas também quanto ao ato de vestir-despir. Esse último, devido às restrições motoras decorrentes do envelhecimento e, consequentemente, perda do equilíbrio corporal, pode decorrer em dificuldades ao usuário quanto ao cumprimento de sua tarefa, além de ampliar o risco de queda.

Além disso, limitações sensoriais, como visão e tato, implicam maiores dificuldades, em especial quando considerado os dispositivos presentes no vestuário de tamanho reduzido, tal como botões, ilhoses, fechos, zíper, entre outros. Esse quadro é agravado quando somado à redução de destreza manual e habilidade de preensão que envolvem atividades manuais, como a manipulação de objetos de tamanho pequeno. Nesse sentido, a manipulação desses pode intimidar e acanhar o indivíduo; isso é, atividades que podem ser consideradas simples e cotidianas, como fechar ou abotoar uma camisa, acabam sendo dificultadas devido a estas restrições, resultando em constrangimentos e, até mesmo, sentimentos que envolvam a sensação de incapacidade e falta de independência.

Mesmo que mínimas, algumas pesquisas já começam a apresentar apontamentos acerca desse público, tanto nos quesitos de usabilidade, quanto na atividade do vestir-despir do vestuário (Neves et al., 2015a; Brigatto et al., 2014; Schiehll, 2012; Vianna, Quaresma, 2015). Slongo et al. (2009) e Barcelos et al. (2016), ao fazerem um estudo exploratório sobre a moda para a consumidora da terceira idade evidenciaram a heterogeneidade do segmento, ressaltando a importância de se disponibilizar modelos que atendam diferentes tipos de preferências, as quais são influenciadas e determinadas por aspectos do convívio social no qual cada mulher está inserida. A preferência por conforto e praticidade foi exaltada em detrimento aos demais aspectos vinculados ao produto de moda, como estar ou não na moda. Essa opinião foi percebida principalmente em relação ao sapato, acessório que,

para boa parte das mulheres abordadas no decorrer das entrevistas, apresentam-se falhos quanto a modelagem, e quando não, são difíceis de ser encontrados no mercado. Além disso, os autores observaram que as roupas são escolhidas e utilizadas à medida que possibilitem essas mulheres a esconderem ou disfarçarem partes do corpo. O mesmo foi indicado por Neves (2015) que, ao estudar o impacto dos aspectos biopsicossociais decorrentes do climatério e menopausa sobre as preferências de uso bem como sobre os aspectos de usabilidade do vestuário feminino, percebeu que a relação que as mulheres mais velhas mantem com o vestuário extrapola de maneira relevante às questões básicas do produto de moda que se caracteriza, tradicionalmente, pelo recobrimento e adornamento do corpo. Ao que tudo indica, as peças de roupa foram consideravelmente associadas ao *redesign* e à manipulação corpórea. Sobretudo, as investigações revelaram o forte laço que as mulheres formam com o vestuário em vias da construção de sua imagem percebida, processo esse que incide sobre a segurança emocional da usuária em decorrência do prazer e da satisfação pessoal.

Lopes et al. (2012), corroborando com os achados de Neves (2015), também evidenciaram a busca de mulheres mais velhas por produtos que refletem a beleza, bem-estar e elegância. Contudo, como as duas investigações mostram, as mulheres declaram que o mercado da moda se mostra despreparado para suas necessidades e expectativas. Oliveira e Moraes (2017), ao analisar como a terceira idade lida com a aparência, também verificaram a percepção negativa que as mulheres possuem em relação à carência de produtos específicos para aquelas acima dos 60 anos. Mediante essa realidade, as autoras concluem que orientações providas por um consultor de imagem e estilo podem contribuir para a promoção de bem-estar a essas mulheres, dado a especialidade do profissional acerca da valorização dos aspectos físicos de suas clientes, tanto por meio de cosméticos como vestuário.

Bernardo e Pepece (2014), com base em entrevista feita com mulheres entre 70 e 75 anos, encontraram que, em oposição a alguns estigmas sociais que rejeitam a condição do indivíduo idoso, elas possuem vida ativa, dedicando-se à tarefas de rotina bem como viajam com frequência, convivem entre amigos da mesma faixa etária e praticam atividade física. As autoras argumentam que tal realidade envolve mulheres que estão conscientes sobre as tendências da moda, trocando informações com os grupos os quais interagem sob diferentes contextos. Apontam que, independentemente da ocasião social, as mulheres dão preferência às roupas consideradas práticas, como calças, bermudas e blusas. Contudo, a falta de produtos adequados também se revela como uma problemática:

> Como exemplo ilustrativo, no último verão as estampas de azulejo acompanharam diversas coleções, mas como as bermudas não estavam em voga, não se via bermudas com esta estamparia nas lojas. (...) As mulheres da terceira idade estão à procura de roupas diferentes das tradicionais "moderninhas". Tal fato, como mencionado por uma das entrevistas, gera "estranheza" por parte das pessoas próximas. (...) Esse estereótipo pode ser mudado por meio de campanhas de comunicação que valorizem a beleza da mulher da terceira idade, com exemplos de senhoras elegantes e bem vestidas. Empresas que investirem neste tipo de comunicação certamente conquistarão a simpatia das idosas como consumidoras.

> As consumidoras da terceira idade querem roupas mais bonitas e diferentes, querem trajes que demonstrem elegância e também "vida". (...) querem demonstrar que estão vivas, mas não querer escandalizar, querem sair dos estereótipos de "senhoras vovozinhas" para senhoras elegantes, alegres e ativas (Bernardo e Pepece, 2014, p. 70-71)

Considerando os estudos aqui apresentados, nota-se que há uma tendência de pesquisa no que diz respeito ao universo do gênero feminino da terceira idade, negligenciando uma realidade cada vez mais crescente que coloca o homem como agente que produz e consome tendências da moda, independentemente da idade. Essa inclinação, naturalmente, está relacionada ao fato histórico e tradicional de que as mulheres são as que mais consomem e interagem com os produtos de moda, contudo, não se pode negar as mudanças ocorridas ao longo dos últimos anos que colocam indivíduos do gênero masculino como agentes produtores e consumidores do mercado fashion.

Ressalta-se, contudo, que a integração dos usuários do gênero masculino nas investigações sobre a moda e os produtos derivados do setor, em especial o vestuário, não deve ocorrer apenas pelo viés do consumo ou estilo. As questões de usabilidade e vestibilidade também devem ser abordadas, principalmente quando considerado o segmento de usuários idosos, os quais, como já brevemente comentado, apresentam necessidades e expectativas influenciadas pelas alterações biopsicossociais e físicas do envelhecimento. Neves et al. (2015b) defendem que mediante o contato prolongado que o corpo mantem com o vestuário, a configuração do produto reflete substancialmente sobre os aspectos da usabilidade, contribuindo (ou não) para que sejam percebidos fatores como conforto, segurança e, consequentemente, bem-estar e satisfação. Os autores explicam que a compreensão dos fatores percebidos durante o uso de um determinado vestuário contribui para que sejam geradas diretrizes de produto mais assertivas e adequadas aos usuários, com destaque, os idosos.

Tal perspectiva corrobora com os princípios do design ergonômico, o qual usufrui do conhecimento ergonômico no projeto de dispositivos tecnológicos, garantindo a efetiva aplicação dos critérios de usabilidade na ação projetual (Paschoarelli, Silva, 2006). Devido ao caráter multi e interdisciplinar dessa competência, as metodologias do design ergonômico buscam em áreas correlatas, ferramentas e materiais que contribuam para que sejam gerados dados que sejam relevantes e determinantes para o desenvolvimento de diretrizes de projeto que garantam a integridade de diferentes tipos de produtos. No caso da problematização atribuída à integração do vestuário e do usuário idoso, a identificação de critérios ergonômicos e de usabilidade gera a necessidade de se identificar padrões e fatores que possam comprometer a qualidade de uso bem como da ação do vestir-despir, prejudicando a autonomia e independência do individuo idoso.

Menegucci e Santos Filho (2010) argumentam que as pesquisas que tratam do produto de vestuário com qualidades ergonômicas para a população idosa são escassas, possivelmente pela pouca ou quase nenhuma preocupação dos setores da moda com esta faixa etária. Ou seja, no cenário nacional da moda, o indivíduo idoso ainda não possui espaço representativo, o que consequentemente acentua seus problemas com relação ao vestuário.

1.1 Pesquisa e abordagem metodológica

O presente estudo está inserido no campo científico do Design com ênfase na linha de pesquisa da ergonomia. Optou-se pelo desenvolvimento de uma pesquisa aplicada de viés transversal e exploratório, em virtude do interesse de se familiarizar com os fatos e fenômenos relacionados ao problema a ser estudado. Os procedimentos técnicos seguiram os parâmetros da pesquisa de campo, procurando coletar dados que permitissem responder à questão de pesquisa bem como atingir os objetos propostos acerca da compreensão do problema abordado (Fontelles et al., 2009; Silva, 2004). Trata-se de uma abordagem mista, na qual técnicas de pesquisa qualitativa foram conjugadas aos métodos quantitativos. A escolha foi motivada em decorrência do caráter exploratório da pesquisa, que visa levantar novos dados quando há escassez de literatura sobre o tema. Nesse caso, a conjugação dos métodos possibilitou um novo desenho metodológico, que produziu dados mutuamente complementares, favorecendo a integração mais completa dos resultados bem como mais abrangente do fenômeno investigado (Santos et al., 2017).

A parte prática da pesquisa, caracterizada por testes com atividades pré-definidas envolvendo usuários idosos de ambos os gêneros, foi realizada em duas etapas que se diferenciaram pela nacionalidade dos participantes bem como pelo país onde foram aplicadas: 1*) Etapa Portugal; 2) Etapa Brasil.* Evidencia-se que os procedimentos desse estudo foram motivados e justificados em razão da possibilidade de desenvolvê-lo em sistema de cotutela entre o PPGDesign da UNESP/Bauru (Brasil) e o PPGDesign da Universidade de Lisboa-Faculdade de Arquitetura (Portugal). A escolha pela Universidade de Lisboa se justificou por seu destaque acadêmico dentre as 100 melhores instituições da Europa[1]; por ser um centro de pesquisa em expansão[2]; e pela parceria entre a Universidade Estadual Paulista (UNESP) e a Universidade de Lisboa (ULisboa), a qual proporciona aos alunos de doutorado a obtenção de dupla titulação ao desenvolverem sua tese em ambas as instituições em esquema de tutela. Além disso, Portugal destaca-se pelo seu envelhecimento populacional, registrando, atualmente, proporções maiores de idosos do que jovens, realidade essa que contribuiu para o levantamento de dados que justificaram e contribuíram com o presente projeto.

1.2 Questão de Investigação

Compreender o envelhecimento da população pela perspectiva do Design implica em reconhecer que novas demandas por artefatos irão determinar ações de projeto mais holísticas e empáticas. Diante do exposto definiu-se o seguinte questionamento: **Os fatores biopsicossociais e motores decorrentes do envelhecimento e envolvidos no vestir-despir de indivíduos idosos podem contribuir para o design de vestuário desenvolvidos para estes usuários?**

[1] Dados do SCImago Institutions Rankings;

[2] Ranking Mundial de Universidades QS.

1.3 Hipóteses

A partir desta questão de pesquisa, foram formuladas as seguintes hipóteses:

H1 – Os fatores biopsicossociais e motores decorrentes do envelhecimento e envolvidos no vestir-despir de indivíduos idosos podem colaborar na formulação de diretrizes e requisitos para o design de vestuário;

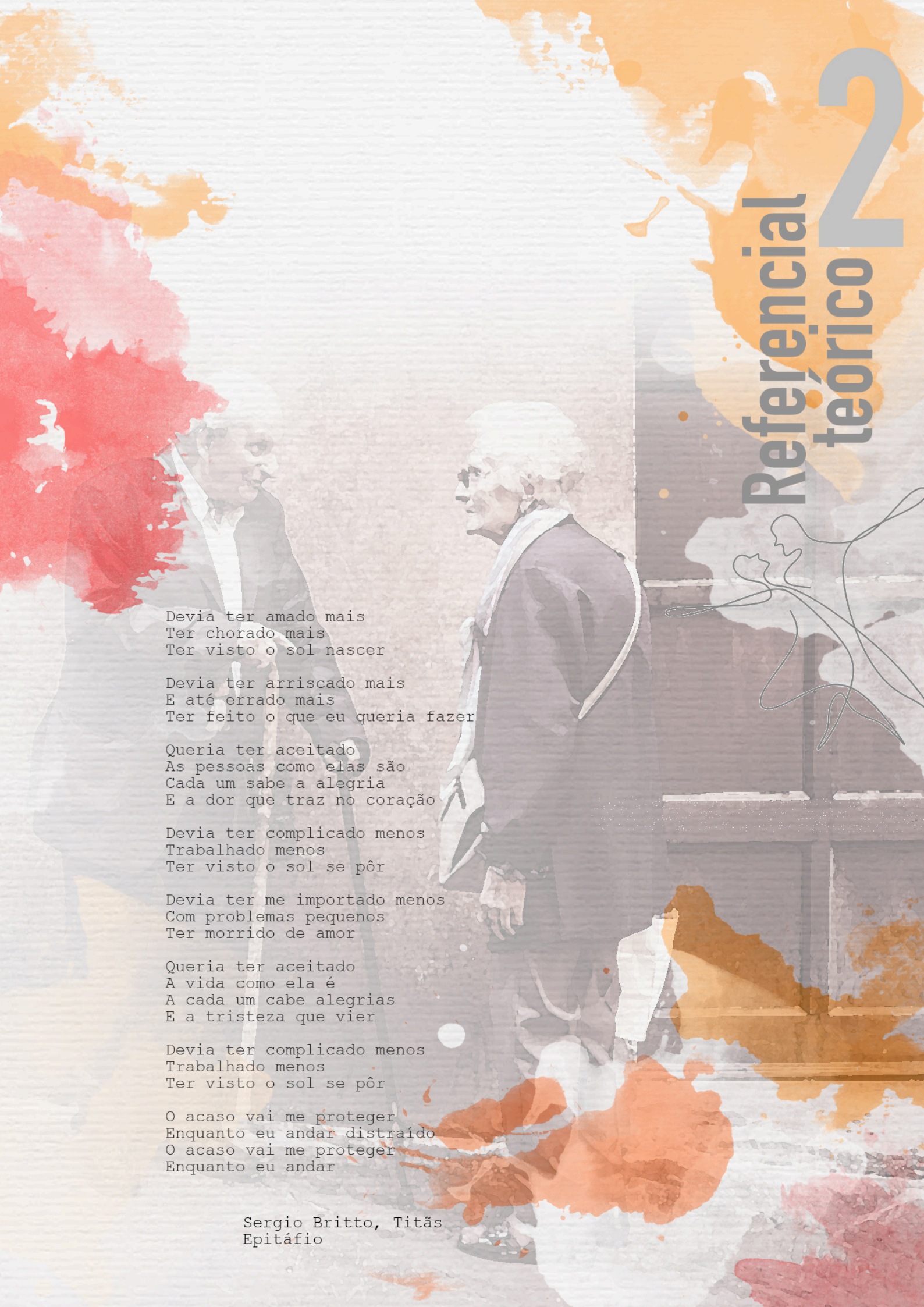
HO – Os fatores biopsicossociais e motores decorrentes do envelhecimento e envolvidos no vestir-despir de indivíduos idosos não servem de requisitos para o design de vestuário;

1.4 Objetivos

O objetivo principal desse estudo foi realizar uma avaliação com base em atividades de uso do vestuário que possam esclarecer detalhes acerca da relação do usuário idoso com a vestimenta, visando verificar quais fatores biopsicossociais e motores podem contribuir para o design de vestuário desenvolvidos para estes usuários. Como objetivos específicos, destacam-se:

- Compreender os fatores que podem influenciar os hábitos de consumo dos usuários idosos;
- Identificar características do vestuário que influenciam a percepção de conforto e usabilidade destes usuários;
- Entender se as alterações antropométricas e físicas do corpo ocorridas durante o envelhecimento influenciam no tipo de vestimenta adotado;
- Reconhecer e diferenciar padrões de movimentos realizados pelo corpo durante o vestir-despir de diferentes tipos de vestimentas;
- Verificar se algum aspecto configurativo da vestimenta pode ocasionar constrangimento e desconforto ao usuário idoso na ação de vestir-despir ou mesmo, impedi-la;

2 Referencial teórico



Devia ter amado mais
Ter chorado mais
Ter visto o sol nascer

Devia ter arriscado mais
E até errado mais
Ter feito o que eu queria fazer

Queria ter aceitado
As pessoas como elas são
Cada um sabe a alegria
E a dor que traz no coração

Devia ter complicado menos
Trabalhado menos
Ter visto o sol se pôr

Devia ter me importado menos
Com problemas pequenos
Ter morrido de amor

Queria ter aceitado
A vida como ela é
A cada um cabe alegrias
E a tristeza que vier

Devia ter complicado menos
Trabalhado menos
Ter visto o sol se pôr

O acaso vai me proteger
Enquanto eu andar distraído
O acaso vai me proteger
Enquanto eu andar

Sergio Britto, Titãs
Epitáfio

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Envelhecimento: cenário global e nacional

De acordo com as Nações Unidas, o número global de pessoas idosas – com 60 anos ou mais de idade – está projetado para aumentar de 962 milhões, contingente registrado em 2017, para 1,4 bilhões em 2030 e 2,1 bilhões em 2050 (ONU, 201-). Na previsão da agência, com exceção da África, todas as demais regiões do mundo terão quase um quarto ou mais de suas populações com 60 anos de idade ou mais. Para o ano 2100, o número de idosos poderá atingir 3,1 bilhões de indivíduos. Tal progressão indica que esse segmento populacional está crescendo a uma taxa de cerca de 3% por ano (ONU, 201-).

No relatório *The World Population Prospects* 2019, a ONU (2019) corrobora com tais dados e destaca algumas estimativas importantes que evidenciam (**Figura 1**), dentre outros números, que: em 2018, pela primeira vez na história, o número de pessoas com 65 anos ou mais superaram o número de crianças abaixo dos 5 anos de idade; em 2050, projeta-se que 1,5 bilhões de pessoas estarão com 65 anos ou mais, e; até 2050, uma a cada seis pessoas no mundo terá mais de 65 anos (16% do total populacional); considerando a Europa e a América do Norte essa taxa pode chegar a uma em cada quatro pessoas.

Em síntese, a ONU (2019) prevê um crescimento geral na proporção de pessoas com 65 anos ou mais até 2050 em todos os 201[3] países e territórios envolvidos na pesquisa, principalmente na Europa, América do Norte e Nova Zelândia\Austrália, nações que atualmente já são caracterizadas por apresentarem as maiores proporções de idosos dentre a população total em comparação com o restante dos países (**Figura 02**).

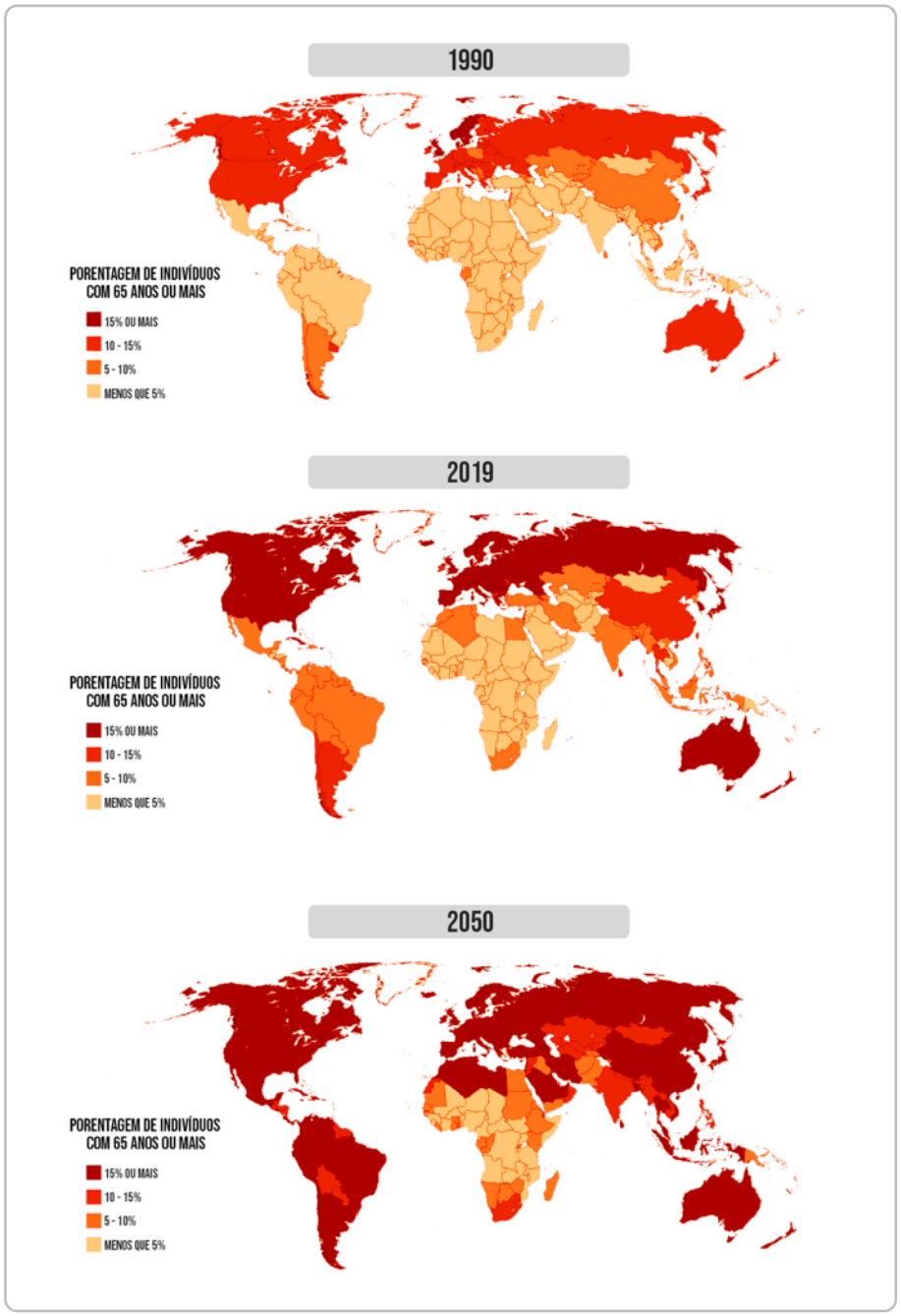
Somado a isso, tem-se que o número de indivíduos acima dos 80 anos tem crescido ainda mais rápido que o de acima dos 65 anos. O relatório apresenta que no ano de 1990 existiam cerca de 54 milhões de indivíduos com 80 anos ou acima em todo o mundo, número que quase triplicou em 2019, chegando a 143 milhões de indivíduos. Estima-se, com isso, que em 2050 esse número suba para 426 milhões e para 881 milhões em 2100.

Ressalta-se que, em termos de marco cronológico, a idade instituída como idosa para os países desenvolvidos corresponde aos 65 anos, enquanto em países subdesenvolvidos, a idade diminui para 60 anos. Frente ao considerado pela Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO, 2015; 2005), essa diferença se justifica pelos diferentes níveis socioeconômicos bem como pelas abordagens acerca das políticas e ações de melhorias da saúde. No entanto, a própria Organização declara que qualquer que seja a idade estipulada, independentemente do contexto social, cultural ou econômico, é importante reconhecer que a idade cronológica não é um marcador preciso para as alterações que acompanham o envelhecimento, uma vez que existem variações dramáticas no estado

[3] Áreas com no mínimo 90.000 habitantes.

de saúde bem como no nível de independência e participativo entre pessoas idosas da mesma idade (OMS/WHO, 2005).

Figura 01. Percentual da população com 65 anos ou mais de idade em 1990, 2019 e 2050, de acordo com a projeção de média variante. Praticamente todos os países e áreas estão passando por um envelhecimento populacional.



Fonte de dados: Nações Unidas, Departamento de Assuntos Econômicos e Sociais, Divisão de População (2019). Perspectivas da População Mundial 2019. As designações e a apresentação do material deste mapa não implicam a expressão de qualquer opinião por parte da Secretaria das Nações Unidas sobre o status legal de qualquer país, território, cidade ou área suas autoridades ou sobre a delimitação de suas fronteiras ou limites.

Fonte: adaptado de ONU, The World Population Prospects, 2019.

Figura 02. Percentual da população com 65 anos ou mais de idade em 1990, 2019 e 2050, de acordo com a projeção de média variante. Praticamente todos os países e áreas estão passando por um envelhecimento populacional.

REGIÃO	2019	2030	2050	2100
MUNDO	**9.1**	**11.7**	**15.9**	**22.6**
África Subsaariana	3.0	3.3	4.8	13.0
Norte da África e Ásia Ocidental	5.7	7.6	12.7	22.4
Ásia Central e do Sul	6.0	8.0	13.1	25.7
Ásia Oriental e do Sudeste	11.2	15.8	23.7	30.4
América Latina e Caribe	8.7	12.0	19.0	31.3
Austrália / Nova Zelândia	15.9	19.5	22.9	28.6
Oceania *	4.2	5.3	7.7	15.4
Europa e América do Norte	18.0	22.1	26.1	29.3
Países menos desenvolvidos	3.6	4.2	6.4	15.3
Países em desenvolvimento sem litoral (LLDC)	3.7	4.5	6.4	16.8
Pequenos Estados Insulares em Desenvolvimento (SIDS)	8.7	11.9	16.1	23.7

Fonte de dados: Nações Unidas, Departamento de Assuntos Econômicos e Sociais, Divisão de População (2019). Perspectivas da População Mundial 2019.
* excluindo Austrália e Nova Zelândia

Fonte: adaptado de ONU, The World Population Prospects, 2019

2.2 Portugal e Brasil: panorama do envelhecimento demográfico

Em Portugal[4], de acordo com o Instituto Nacional de Estatística (INE, 2017), o país poderá perder população até 2080, passando dos atuais 10,3 para 7,5 milhões de pessoas. Na projeção indicada pelo Instituto, a população ficaria abaixo do limiar de 10 milhões de habitantes em 2031, de 8 milhões em 2070, e de 7,5 milhões em 2080. Até o mesmo período, o número de jovens diminuirá de 1,5 para 0,9 milhões, em decorrência, especialmente, da redução de mulheres em idade fértil. Já o número de idosos passará de 2,1 para 2,8 milhões de indivíduos, implicando no substancial aumento do índice de envelhecimento, o qual passará de 147 para 317 idosos, por cada 100 jovens em 2080. A população em idade ativa (entre 15 e 64 anos) residente em Portugal passará de 6,7 milhões em 2015 para 3,8 milhões, face aos resultados obtidos[5].

No Brasil, em contrapartida, a população do país deverá crescer até 2047, passando dos atuais 210 milhões de pessoas para 233,2 milhões. Nos anos seguintes, essa projeção tende a cair gradualmente, atingindo a casa de

[4] A Organização das Nações Unidas (ONU) considera que em países desenvolvidos, tal como Portugal, a faixa etária que classifica o sujeito como idoso se inicia a partir dos 65 anos.

[5] Os dados apresentados consideram as hipóteses de evolução central da fecundidade, da mortalidade e das migrações, considerado pelo INE como "cenário central".

228,3 milhões de pessoas em 2060 (IBGE, 2018a). Contudo, à espelho do que vem ocorrendo nos países desenvolvidos, em especial Portugal, a tendência do envelhecimento populacional também há alguns anos já começa a determinar novos padrões demográficos. Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2018a), em 2060, um quarto da população (25,5%; cerca de 58,2 milhões) deverá ter mais de 65 anos, e o índice de envelhecimento passará dos atuais 13 para 32 brasileiros acima de 60 anos, por cada 100 jovens, até 2060[6]. Com base nesse cenário, o Ministério da Saúde (2016) declara que o Brasil possui a quinta maior população idosa do mundo e, ao que tudo indica, irá detê-la até 2030, quando o número de idosos ultrapassará o total de crianças entre zero e 14 anos.

Considerando o cenário global, esse fenômeno está associado ao declínio das taxas de fecundidade[7] e mortalidade associada ao aumento de expectativa de vida da população promovido pela melhoria da qualidade de vida nas últimas décadas (*National Institute on Aging* – NIA, 2007; OMS/WHO, 2015). De acordo com o relatório *Global Burden of Disease 2017* (GBD) (IHME, 2017), realizado pelo Instituto de Métricas e Avaliação da Saúde (IHME) da Universidade de Washington, nos Estados Unidos, a queda na taxa de fecundidade global registrada nas últimas décadas[8] irá continuar a progredir. A ONU (2019) corrobora com tal estimava indicando que a taxa de fecundidade irá passar da média atual de 2,5 nascimentos por mulher, para 2,2 em 2050 e 1,9 em 2100.

À imagem do cenário global, Portugal e Brasil há anos vêm apresentando declínio na taxa de fecundidade bem como alteração no padrão etário feminino de fecundidade. No caso de Portugal, o INE (2019a) apresenta que houve uma ligeira recuperação do índice sintético[9] de fecundidade em relação a anos anteriores, atingindo 1,41 filhos por mulher em 2018, contra 1,37 em 2017, e 1,30 em 2015. Contudo, o país ainda apresenta um dos índices mais baixos do mundo, junto a Espanha e Itália (Eurostat, 2018).

A gravidez passou a ser mais tardia entre as mulheres com o passar dos anos. Segundo a Base de Dados Portugal Contemporâneo (PORDATA, 2018), a partir da década de 1990 o percentil de mulheres em Portugal que engravidam entre 30 e 39 passou a aumentar, e, em contrapartida, o percentil entre as que engravidam entre 20 e

[6] No Brasil, a Organização Mundial da Saúde (OMS), à espelho da classificação etária determinada pela Organização das Nações Unidas (ONU), considera como idoso todo indivíduos com 60 anos ou mais. Esta classificação, apesar de estar associada ao processo biológico de declínio das capacidades físicas e fragilidades psicológicas e cognitivas, resulta de diversos outros aspectos que estão associados ao grau de desenvolvimento socioeconômico bem como das estratégias e ações de políticas públicas sociais e de saúde realizadas em um determinado país. Desta maneira, em países em desenvolvimento como o Brasil o marco cronológico do envelhecimento se dá aos 60 anos, enquanto nos países em desenvolvimento, ele se inicia com 65 anos. Contudo, ao longo dos últimos anos, o aumento da expetativa de vida do brasileiro em decorrência da melhoria das políticas de atenção a saúde e avanços na área da medicina, esta classificação etária vem sendo discutida,

[7] Taxa de fecundidade corresponde ao número de filhos por mulher fértil.

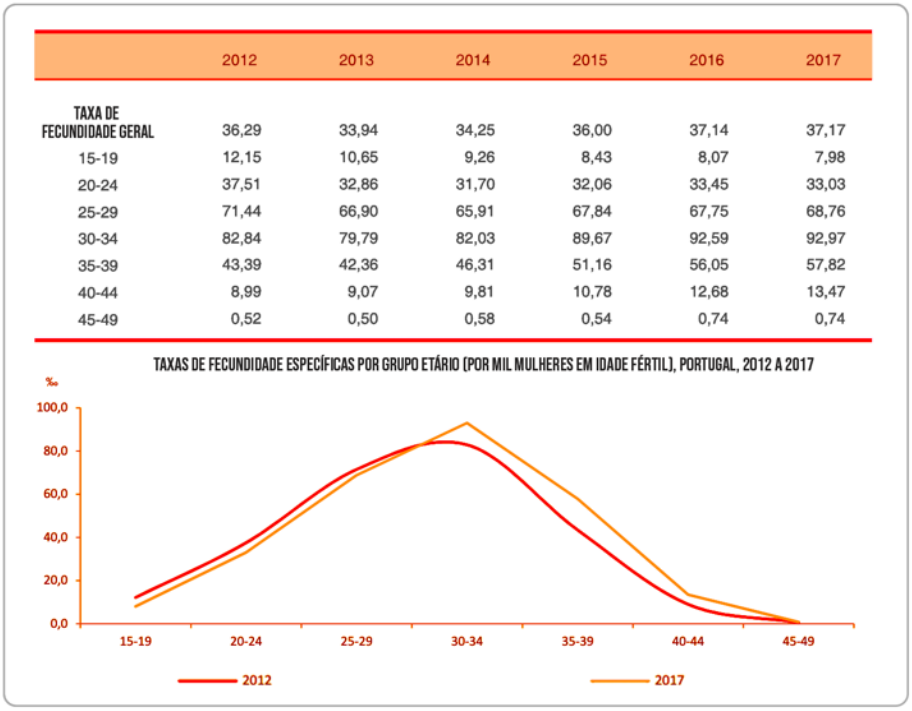
[8] O *Global Burden of Disease* 2017, ou o relatório Fardo Global das Doenças 2017 (GBD), realizado pelo Instituto de Métricas e Avaliação da Saúde (IHME), da Universidade de Washington, nos Estados unidos, a partir da análise de mais de 38 bilhões de estimativas de 195 países, identificou substancial queda na taxa de fecundidade global. Os dados mostraram que entre 1950 e 2017 a taxa de fecundidade mundial caiu de 4,7 filhos por mulher para 2,4 filhos (*GBD 2017 Population and Fertility Collaborators. Population and fertility by age and sex for 195 countries and territories, 1950–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. The Lancet. 8 Nov 2018;392:1995-2051).*

[9] Terminologia utilizada pelas instituições de estudo demográfico Portuguesa. O índice Sintético de fecundidade (ISF) corresponde ao número médio de crianças nascidas vivas por mulheres em idade fértil (dos 15 aos 49 anos de idade), admitindo que as mulheres estariam submetidas às taxas de fecundidade observadas em um determinado momento. O valor resulta da soma das taxas de fecundidades por idades, ano a ano ou grupos quinquenais, entre os 15 e os 49 anos, observadas em um determinado período (habitualmente um ano civil (INE, 2018).

29 começou a diminuir (**Figura 03**). Entre 1990 e 2018, a idade média das mulheres ao nascimento do primeiro filho aumentou de 27,1 anos para 32,1 anos, média acima da registrada na Europa (30,6 anos) (PORDATA, 2019; Eurostat, 2018).

Figura 03. Taxa de fecundidade geral e taxas de fecundidade específicas por grupo etário (‰), Portugal, 2012 – 2017.

	2012	2013	2014	2015	2016	2017
TAXA DE FECUNDIDADE GERAL	36,29	33,94	34,25	36,00	37,14	37,17
15-19	12,15	10,65	9,26	8,43	8,07	7,98
20-24	37,51	32,86	31,70	32,06	33,45	33,03
25-29	71,44	66,90	65,91	67,84	67,75	68,76
30-34	82,84	79,79	82,03	89,67	92,59	92,97
35-39	43,39	42,36	46,31	51,16	56,05	57,82
40-44	8,99	9,07	9,81	10,78	12,68	13,47
45-49	0,52	0,50	0,58	0,54	0,74	0,74



Fonte: adaptado de Instituto Nacional de Estatística, INE, Portugal – Estatísticas demográficas 2017.

No contexto demográfico brasileiro, a taxa de fecundidade total no Brasil passou de 2,39 filhos por mulher em 2000 para 1,77 em 2018, devendo cair para 1,66 em 2060 (IBGE, 2018c). O instituto explica que o envelhecimento do padrão da fecundidade é determinado pelo aumento na quantidade de mulheres que engravidam entre 30 e 39 anos e pela redução da participação de mulheres entre 15 e 24 anos na fecundidade em todas as grandes regiões do país nos últimos anos. A tendência de gravidez tardia pode ser observada também na alteração do padrão etário de fecundidade ao longo dos últimos anos. Segundo projeção do IBGE (2018c), em 2013 a idade média que as mulheres tinham filho foi de 26,9 anos, sendo que em 2018 a média registrou 27,7 anos, devendo atingir os 28,8 anos em 2060.

Paralelamente, o relatório da Situação da População Mundial 2019, desenvolvido pelo Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA, 2019), revela o aumento na expectativa de vida ao nascer dos indivíduos, e mostra que em um período de 50 anos, de 1969 a 2019, a estimativa da idade passou de 56 anos para 72 anos,

respectivamente. No caso das regiões mais desenvolvidas[10], a expectativa média de vida passou de 71 anos para 80 anos, e nas regiões menos desenvolvidas[11] de 53 para 71.

Em Portugal, a esperança de vida à nascença foi estimada em 80,80 anos (77,78 anos para homens e 83,43 anos para as mulheres), o que indicou um aumento de 2,06 anos de vida para o total da população considerando a última década (INE, 2019a). Já no Brasil, a expectativa de vida ao nascer atingiu os 76 anos em 2017 (72,5 anos para homens e 79,6 anos para as mulheres) (IBGE, 2018a).

Diante dessas projeções, ao longo dos últimos anos, globalmente, a realidade do idoso começa a ser cada vez mais discutida, trazendo preocupações, principalmente, quanto a ações e políticas públicas governamentais que possam atender de maneira eficaz e adequada essa crescente parcela da população. Somado a isso, tem-se a questão inquietante do papel do idoso na sociedade contemporânea, na qual deve-se buscar entender a complexidade e a heterogeneidade desse grupo de indivíduos, na ordem de reverter papeis e impressões anteriormente concebidas que se caracterizam por definições pejorativas que minimizam, ou anulam, a participação do idoso no contexto econômico, social e familiar.

No viés do aumento da qualidade de vida do idoso e, consequentemente, da sua expectativa de vida, reconhece-se que em tal população são encontrados cada vez mais subgrupos que são formados por indivíduos idosos ativos, produtivos, independentes, autônomos e conscientes acerca de sua capacidade dinâmica na sociedade contemporânea. Contudo, assume-se que a idade traz vulnerabilidades que determinam demandas de serviço e produtos que possam vir ao encontro de suas necessidades, garantindo-lhes segurança e conforto mediante soluções que atenuem os efeitos da senescência e evitem visões discriminatórias em relação ao seu estágio de vida.

2.3 Sociedade e Envelhecimento

O envelhecimento populacional há anos vem movimentando questões acerca das diretrizes a serem tomadas pela sociedade frente aos novos padrões demográficos e epidemiológicos. No viés da Saúde Pública, a OMS incorpora e destaca outras preocupações que englobam fatores psicológicos, cognitivos e comportamentais dos idosos (OMS, 2005).

A década de 1980 marcou substancialmente o início das discussões sobre o envelhecimento que há alguns anos já começava a ser motivo de preocupações. No ano de 1978, a Nações Unidas (ONU), motivada pelas

[10] No relatório as regiões *mais desenvolvidas* compreendem as regiões da Divisão da População das Nações Unidas da Europa, América do Norte, Austrália, Nova Zelândia e Japão.

[11] No relatório as regiões *menos desenvolvidas* compreendem todas as regiões da Divisão de População das Nações Unidas da África, Ásia (exceto Japão), América Latina e Caribe, além da Melanésia, Micronésia e Polinésia

projeções demográficas que alertavam sobre o aumento da população idosa no mundo nas décadas conseguintes, por meio de sua Assembleia Geral decidiu promover a primeira Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento, que ocorreu em 1982, em Viena. Cumprindo seu principal objetivo, a assembleia resultou no lançamento do Plano de Ação Internacional de Viena sobre o Envelhecimento, o qual apresentava programas e ações a nível internacional que vislumbravam garantir aos idosos segurança social e econômica, bem como criar oportunidades para que eles pudessem contribuir para o crescimento de sua sociedade. Temas como saúde e nutrição, feminilização da população, emprego, aposentadoria, dependência financeira, proteção ao consumidor, moradia e meio ambiente, bem estar social, educação e família, foram assuntos fundamentais que foram debatidos e que, posteriormente, determinaram diretrizes e princípios gerais que tornaram-se referência para a criação de leis e políticas em diversos países (ONU, 1982).

Sobre o Plano, Camarano e Pasinato (2004) argumentam que apesar do Plano colocar na agenda internacional as questões acerca do envelhecimento, tanto pela perspectiva individual como coletiva, ele se baseou no contexto dos idosos dos países desenvolvidos. Reforçam sua perspectiva ao explorarem que parte das recomendações visavam promover a independência dos idosos, dotando-os, de meios físicos ou financeiros para a sua autonomia.

Contudo, alguns países em desenvolvimento passaram a incorporar em sua agenda política as questões do envelhecimento em graus diferenciados, principalmente após 1991, quando a ONU, novamente por meio da Assembleia Geral, adota o Princípio das Nações Unidas em Favor das Pessoas Idosas, enumerando dezoito direitos das pessoas idosas em relação à independência, participação, cuidado, autorrealização e dignidade. Este documento serviu de base para a aprovação da Proclamação sobre o Envelhecimento, em 1992, que, posteriormente, estabeleceu o ano de 1999 como o Ano Internacional dos Idosos e definiu mais parâmetros sobre a questão do envelhecimento.

No Brasil, ao ser instituída em 1988, a Constituição Federal formalizou disposições acerca da participação do idoso na sociedade. Apesar de já haver algumas ações acerca da seguridade social do idoso desde o período colonial (Camaro e Pasinato, 2004), pela primeira vez na história o idoso se fez personagem de um instrumento legislativo em termos de cidadão integrante da sociedade. Logo no primeiro capítulo (Art. 3), mesmo que de forma generalizada, a lei apresenta e defende o fundamento da dignidade da pessoa humana e prega como um dos objetivos fundamentais da República a promoção do bem-estar de todos, sem preconceito por parte da origem, raça, sexo, cor, idade e quaisquer outras formas de discriminação (BRASIL, 1988). Introduz o conceito de seguridade social e direito de cidadania, estabelecendo princípios básicos e universalização de direitos trabalhistas e acesso à saúde e a educação.

A Lei faz referência às questões acerca do cuidado e apoio aos idosos, e determina que as responsabilidades acerca das demandas provenientes do envelhecimento populacional devem vir de três esferas: do Estado; da família; e da sociedade. Dentre suas normativas, tem-se que:

- Os pais têm o dever de assistir, criar e educar os filhos menores, e os filhos maiores têm o dever de ajudar e amparar os pais na velhice, carência ou efemeridade (Título VII, Capítulo VII, Art. 229);
- A família, a sociedade e o Estado têm o dever de amparar as pessoas idosas, assegurando sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade e bem-estar e garantindo-lhes o direito à vida (Título VII, Capítulo VII, Art. 230);

Compreende-se, dessa maneira, que a Constituição inaugurou um princípio de proteção ao idoso atribuindo ao Ministério Público o papel de "defensor" juntamente com a sociedade, o que sucumbiu ao debate a partir da década seguinte a sua instauração com a implementação da política neoliberal, a qual, na prática, veio a contramão de tais diretrizes. O modelo exógeno neoliberal absorvido pelo Brasil, principalmente após a década de 1990, sucumbiu junto à crise do capitalismo, trazendo consequências graves ao sistema político e econômico do país, tal como o desemprego estrutural, a precarização do trabalho, a exclusão social e o aumento da pobreza (Prado, 2012). Somado a isso, o fenômeno do envelhecimento populacional revelou com mais ênfase o despreparo das diversas esferas sociais e políticas frente às novas demandas de seguridade social, cujo tripé se baseia em previdência social, saúde e assistência social.

Na perspectiva de assegurar os direitos sociais do idoso, em 1994, o Plano Nacional do Idoso (PNI) (Lei no. 8.842; Decreto no. 1.948) é criado com a finalidade de promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade. Novamente reforça que a responsabilidade pela efetiva participação do idoso na comunidade é da sociedade, do Estado e da família, sendo a última o principal *locus* de atendimento ao idoso. Além disso, determina a criação de mecanismos para a divulgação de informações sobre os aspectos biopsicossociais do envelhecimento e apoia os estudos e as pesquisas relacionados ao tema (BRASIL, 1994 – PNI; Alcântara, 2016).

Contudo, o objetivo de criar condições para promover a longevidade com qualidade de vida atribuída ao Plano, sofreu várias críticas por sua ineficiência prática, tanto por parte do engajamento de determinados órgãos públicos como também família e sociedade (Cielo e Vaz, 2009; Ferreira e Teixeira, 2014). Cielo e Vaz (2009) atribuem a ineficiência da aplicabilidade da legislação às contradições dos próprios textos legais e o próprio desconhecimento do conteúdo. Argumentam que o amparo ao idoso necessita de ações conjuntas entre governo, sociedade e família, para que, sejam implementados projetos com supervisão dos órgãos competentes (tal como o de educação, saúde e assistência social) bem como para que a família esteja estruturalmente preparada para proporcionar uma melhor convivência entre os membros, assumindo o seu papel de tutoria jurídica e de amparo dos idosos.

Em 2003, atrelado ao PNI, o Estatuto do idoso (Lei no.10.741) é sancionado pelo Congresso Nacional incorporando e apresentando, em uma ampla peça legal, além de muitas das leis e políticas já aprovada, novos elementos e enfoques que tratam de uma maneira holística e de longo prazo o estabelecimentos de medidas que visam proporcionar o bem-estar do idoso (Camaro, Pasinato, 2004). O Estatuto reforça o direito à cidadania e à dignidade ao idoso, priorizando-o em várias ações tanto da esfera pública quanto privada.

Considerando o contexto que foi criado, o Estatuto vai ao encontro às orientações do Plano de Ação para Envelhecimento de Madri, o qual, novamente sob conclamação da Nações Unidas e sua Assembleia Geral, discutiu e incorporou metas para o desenvolvimento de ambientes favoráveis a um envelhecimento ativo, defendendo a perspectiva de uma sociedade para todas as idades. A assembleia, ocorrida em 2002 na cidade de Madri, resultou em um novo Plano de Ação para o Envelhecimento em resposta ao gradativo aumento populacional dos idosos no mundo e, naturalmente, as profundas transformações nas esferas econômicas, social e política, e nos sistemas de valores e de arranjos familiares (Camaro, Pasinato, 2004).

No mesmo ano, ao passo das ações da Assembleia Geral da ONU, a OMS lançou o Marco Político do Envelhecimento Ativo. Por meio da publicação *Active Ageing: A Policy Framework*[12], a organização promoveu uma mudança de paradigma acerca das ações do envelhecimento, deixando de lado o foco restrito à prevenção de doenças e ao cuidado à saúde, em prol da defesa do Envelhecimento Ativo, definido como "o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas" (ILC-Brasil, 2015; OMS, 2015a, 2015b).

A OMS argumenta que para que o envelhecimento seja uma experiência positiva, os idosos devem ser amparados por oportunidades contínuas de saúde, participação e segurança e, portanto, adotou o termo "envelhecimento ativo" para expressar o processo de conquista. Explica que o termo deve estimular os indivíduos a perceberem seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo do curso da vida, bem como sua importância como indivíduo ativo da sociedade de acordo com suas necessidades, desejos e capacidades, ao mesmo tempo que tenham proteção, segurança e cuidados necessários.

À exemplo dos outros instrumentos legislativos, defende a importância das ações dos governantes, familiares e sociedade em prol da autonomia e independência do indivíduo durante o processo do envelhecimento, e exalta a importância da interdependência e solidariedade entre as diferentes gerações. Em seu texto, discorre que:

> Manter a autonomia e independência durante o processo de envelhecimento é uma meta fundamental para indivíduos e governantes (...). Além disto, o envelhecimento ocorre dentro de um contexto que envolve outras pessoas – amigos, colegas de trabalho, vizinhos e membros da família. Esta é a razão pela qual interdependência e solidariedade entre gerações (uma via de mão-dupla, com indivíduos jovens e velhos, onde se dá e se recebe) são princípios relevantes para o envelhecimento ativo. A criança de ontem é o adulto de hoje e o avô ou avó de amanhã. A qualidade de vida que as pessoas terão quando avós depende não só dos riscos e oportunidades que experimentarem durante a vida, mas também da maneira como as gerações posteriores irão oferecer ajuda e apoio mútuos, quando necessário.2. Envelhecimento ativo: conceito e fundamento (OMS, 2015: 13).

[12] Na tradução para o português foi denominada *Envelhecimento Ativo: Uma Política de Saúde*, sendo publicado em 2015 pela Organização Mundial da Saúde.

Apesar do legislado, mediante à crise econômica e política vivenciada no Brasil no decorrer das últimas décadas, o país se encontra longe de colocar efetivamente em prática boa parte das ações e estratégias estabelecidas. O cenário de instabilidade política, recesso econômico, desvio de dinheiro público, dentre outros fatores, prejudicam substancialmente a implementação dos planos, afetando, consequentemente, toda a estrutura social e familiar. Camaro e Pasinato (2004) argumentam que em um contexto de constante restrições fiscais, surge o conceito do determinismo demográfico onde uma parcela da população, cada vez menor, de indivíduos em idade ativa se vê paulatinamente mais sobrecarregada com a responsabilidade da manutenção da população idosa. Este processo pode ser somado ao afastamento do Estado de suas responsabilidades civis apregoadas na Carta Constitucional e nos demais instrumentos referentes aos planos de ações sobre o envelhecimento., já a partir da década de 1990 (Soares, Poltronieri, Costa, 2014). Faleiros (2016) argumenta que as políticas apregoadas fazem pressão sobre as forças sociais ao transferir a elas atividades de manutenção da vida saudável no envelhecimento, estratégia que pode contribuir para a redução dos gastos da seguridade social, melhorando a qualidade de vida no envelhecimento e, consequentemente, mantendo a força de trabalho ativa e contribuinte.

Essa transferência, contudo, recai sobre a qualidade da atenção prestada ao idoso, dado que cada esfera acionada passa por situações diferenciadas no que diz respeito à capacidade técnica, financeira, preparo psicológico e assistencial à saúde, paradigmas culturais, níveis de escolaridade, entre outros. Conceder a família à prioridade no cuidado com o idoso, por exemplo, gera dúvidas acerca das melhores decisões a serem tomadas, uma vez que as consequências podem afetar negativamente o ambiente familiar e, por conseguinte, o bem-estar do idoso. Realidade esta que vem ao desencontro do apregoado pelas políticas nacionais que, em síntese, visa recuperar, manter e promover a autonomia e a independência dos indivíduos idosos (Brasil, 2006 – Portaria no. 2.528).

Arbex (2006) expõe que o cuidado domiciliar (e familiar) do idoso não deve ter como única finalidade a redução de custos e a transferência de responsabilidade do Estado para os familiares. A autora destaca que os cuidados com os idosos devem ter comprometimento funcional, o que demanda programas de orientação, informação e apoio de profissionais capacitados em saúde do idoso. No entanto, destaca que o suporte familiar não deve ser isolado do acompanhando comunitário dos indivíduos idosos junto aos Estabelecimentos de Saúde albergados pelo Sistema Único de Saúde. Sob tal prerrogativa, Arbex assume que o grande desafio para o sistema é conseguir traduzir os avanços no campo legal em mudança efetivas e resolutivas da prática da atenção à saúde.

Tal contexto também é motivo de preocupações acerca da equidade na aplicação das políticas públicas em relação ao status socioeconômico dos indivíduos idosos, uma vez que o que se prega legalmente não está de fato sendo realizado. Berzins, Giacomin e Camarano (2016), ao analisarem as políticas nacionais de atenção ao idoso constatam que a cidadania simbólica preconizada nos instrumentos legais está muito distante da cidadania de direito e de fato. O que corrobora com Arbex (2006, apud Berzins, Giacomin e Camarano, 2016) que argumenta que:

> O que temos constatado é que a existência da PNI não eliminou a dimensão do exercício da cidadania, que depende da criação de condições favoráveis à manutenção de seu poder de decisão, escolha e deliberação. Acreditamos que estas condições, para serem efetivadas, demandam que a sociedade perceba que precisa mudar seu comportamento em relação ao envelhecimento. Neste sentido é preciso que seja garantido ao idoso o respeito aos direitos sociais, espaços de

> participação política e inserção social (Arbex, 2006, p. 80, apud Berzins, Giacomin e Camarano, 2016).

De modo geral, a complexidade do cenário se amplia à medida que esse segmento vem prolongando a vida. O que se observa é um processo no qual as políticas de proteção social devem, cada vez mais, ser sensíveis e compatíveis às diferentes demandas advindas com a heterogeneidade do segmento. Com os anos a mais, as condições de sobrevivência, autonomia, independência e bem-estar do idoso, naturalmente, vêm levantando questões que trazem discussões acerca das perspectivas reais dos idosos estarem inseridos na sociedade de uma maneira digna e respeitosa. No entanto, questiona-se o quão preparados e dispostos o poder público e os indivíduos de gerações mais novas estão frente ao novo papel do idoso dentro da família e da sociedade.

2.3.1 Mais que cronologia etária

Ainda que a velhice esteja fortemente (e indiscutivelmente) atrelada à manutenção do funcionamento físico e mental, o envelhecimento bem sucedido engloba também outros aspectos complexos que devem ser levados em consideração, tais como: o contexto socioeconômico; estado emocional; interação social; atividade intelectual; valores culturais; estilo de vida; satisfação com o emprego e atividades diárias; e, naturalmente, o ambiente onde se vive

Camaro e Pasinato (2004) explicam que o envelhecimento traz vulnerabilidades, perda de papéis sociais em decorrência da supressão da atividade econômica, novos papéis com novas responsabilidades (ser avós), agravamento de doenças crônicas e degenerativas, perdas de parentes e amigos, entre outros. Contudo, as autoras evidenciam que esse processo pode ser diferenciado por vários aspectos, sendo eles: gênero; grupo social; cor (raça); localização geográfica; e, da conjuntura das políticas públicas no local onde vivem. Além disso, expõem que as condições de vida dos indivíduos vão depender das capacidades básicas com que nasceram, das adquiridas e da inter-relação entre ambas com as facilidades e dificuldades criadas pelo meio ambiente, pela política pública, desenvolvimento econômico e pelas condições do envelhecimento populacional no local o qual está inserido.

Esses fatores corroboram com a heterogeneidade do segmento, que apesar de definido por um corte etário, apresenta subgrupos que exibem características diferentes apesar do processo de envelhecimento. Whitbourne e Whitbourne (2011) defendem que há certa arbitrariedade no deferimento simplista de números aos estágios de vida de um indivíduo, especialmente ao do idoso, frente ao alongamento da vida vivenciado nas últimas décadas. Explicam que o significado social associado à idade cronológica supera à simplicidade da determinação etária, isso porque é comum pessoas da mesma idade apresentarem estados biológicos, físicos e emocionais substancialmente diferentes.

No final dos anos 60, considerando os rumos educacionais e as alterações na composição populacional do idoso que já estavam sendo foco de interesse da comunidade médica, Busse (1969) sugeriu a distinção do envelhecimento em duas categorias: envelhecimento primário e secundário. O primeiro, estruturado sob a perspectiva das teorias de desenvolvimento genético, está associado às alterações irreversíveis do envelhecimento, isto é, ao declínio nas funções que são geneticamente controladas. O segundo, sob o viés de um padrão estocástico (ou eventos aleatórios), trata o envelhecimento como resultante de doenças e traumas adquiridos. Assim, se a

ocorrência de tais enfermidades puder ser evitada a vida pode se estender, contudo, em decorrência das manifestações do primeiro envelhecimento, o declínio biológico e a morte são inevitáveis (Busse, 2002).

Em 1985, Birren e Cunningham, assumiram uma nova divisão: primeiro, segundo e terceiro envelhecimento. O primeiro envelhecimento corresponde ao envelhecimento normal (senescência) e atinge todos os seres humanos. Nele as mudanças biológicas, psicológicas, socioculturais e de curso de vida são inevitáveis e fazem parte do processo de desenvolvimento natural. O segundo envelhecimento envolve doenças, estilo de vida, e outros aspectos ambientais que induzem mudanças que não inevitáveis, tal como o declínio das habilidades intelectuais inerentes ao Alzheimer e outras patologias que envolvem demência. Por último, o terceiro envelhecimento, refere-se as rápidas perdas ocorridas um pouco antes da morte, quando o indivíduo começa a apresentar comorbidades cada vez mais sérias, e que, em grande parte, são agravadas em decorrência da associação entre elas (Cavanaugh e Blanchard-Fields, 2006).

A tendência de subdivisões reflete a preocupação de que nem todos envelhecem da mesma maneira. Nesse processo, o envelhecimento passa a ser discutido sob o viés de diversas teorias, que negam a simplicidade da rigidez cronológica e passam a ter visões diferenciadas, que o tratam sob diferentes perspectivas. Em meados de 1990, Schroots retoma as teorias já desenvolvidas classificando-as em três períodos: Clássico (1940 – 1970); Moderno (1970 – 1990); e Novo Período (a partir de 1980). O autor sintetiza o desenvolvimento das teorias sob três pilares principais - o biológico, o psicológico e o social - e reforça a importância de reconhecer que existe uma variedade de diferenças individuais que influenciam a maneira e a intensidade do envelhecer em todos os três parâmetros. Sob tal perspectiva, Schroots (1996) exalta a importância dos avanços metodológicos desenvolvidos e utilizados na pesquisa envolvendo idosos e ressalta a relevância de integrar o pensamento teórico e a pesquisa empírica.

Withbourne e Withbourne (2011) abordam que as subdivisões baseadas no perfil funcional do indivíduo idoso são reflexo de fortes críticas acerca das generalizações sobre as condições do idoso. Os autores comentam que indivíduos com 65 anos enfrentam problemas diferentes daqueles com 85 anos, além disso, alertam sobre o aumento dos centenários e dos supercentenários (indivíduos acima de 110 anos) na sociedade nos próximos anos, o que acarretará ainda mais discussões sobre o simplismo cronológico. Dessa maneira, explicam que as novas condutas, baseadas no tripé formado pela Idade Biológica, Idade Psicológica e Idade Social, são potencialmente mais esclarecedoras em relação as características e habilidades individuais. o que vem contribuindo na investigação sobre as tendências do envelhecimento dentro da sociedade.

A idade biológica é baseada na qualidade do sistema corporal do indivíduo (Witbourne e Witbourne, 2011). É medida por meio de marcadores biológicos associados ao processo do envelhecimento, tal como as mudanças ocorridas no metabolismo, alterações estruturais e funcionais nos tecidos e nos órgãos, aumento da gordura e redução do tecido muscular, perda do mecanismo regulatório do corpo, entre outros processos que se caracterizam por déficits e perdas progressivas das funções básicas do corpo.

A idade psicológica é determinada por meio da avaliação da inteligência, memória e capacidade de aprendizado (capacidade cognitiva) (Witbourne e Witbourne, 2011; Birren, 1959). Envolve a capacidade dos indivíduos de perceber determinado estímulo, processar a informação e agir (responder) (Murman, 2015). Considerar tais habilidades é crítico para avaliar a independência e autonomia funcional dos indivíduos idosos, inclusive determinando a necessidade do cuidado de terceiros quanto às atividades diárias, tais como administrar a medicação, efetuar pagamentos, dirigir, entre outros (Murman, 2015; Harada, Love, Triebel, 2013). De maneira

geral, a perda de cognição é inata ao envelhecimento, contudo, compreender que tipos de mudanças cognitivas fazem parte do envelhecimento natural e quais estão associadas à doenças neurológicas garantem um maior entendimento sobre os riscos assumidos com o prolongamento da vida, possibilitando que estratégias sejam tomadas de maneira a minimizá-los ou evita-los.

Já a idade social é baseada em papéis assumidos frente a sociedade. Esta categoria considera o ambiente familiar, trabalho e participação na comunidade (Witbourne e Witbourne, 2011; Birren, 1959). De acordo com Lobo, Camára e Gracia-García (2016), apesar do envelhecimento ser indiscutivelmente relacionado às mudanças fisiológicas do corpo, a percepção acerca de sua ocorrência é influenciada por normas e expectativas que caracterizam a sociedade durante os diferentes períodos de vida do indivíduo. Sob tal argumento, os autores explicam que juntamente com os processos biológicos, os fatores sociais encontrados durante o envelhecimento podem ser nocivos, causando no idoso distúrbios psiquiátricos e emocionais. Desta maneira, evidenciam a importância da investigação interdisciplinar entre o campo sociológico e o processo do envelhecimento, uma vez que em conjunto, tais áreas do conhecimento podem compreender o universo social do idoso, buscando por soluções e estratégias que contribuem para sua inserção na sociedade contemporânea.

2.3.2 Imagens do envelhecimento na sociedade contemporânea

Como visto, a longevidade vem estimulando o repensar acerca das definições dos estágios da vida e os desdobramentos inerentes ao contexto biopsicossocial, cultural e emocional do indivíduo que atinge idades mais avançadas, principalmente em países desenvolvidos e em desenvolvimento. Estes, paulatinamente, estão a se libertar de delimitações etárias rígidas, passando a dar novas significações a um período socialmente correlacionado à improdutividade e à menor valia. Estudos, mudança de carreira e busca por interesses antes negligenciados passaram a qualificar os anos "extras", percebidos, cada vez mais, como tempo de oportunidade para conquistar novos conhecimentos (OMS, 2015b).

Entretanto, os preceitos direcionados à visão de como perceber e avaliar o envelhecimento recaem sobre valores e normas culturais, bem como sobre ações políticas e econômicas que foram estruturadas a partir do conceito de menos valia do indivíduo idoso, construído ao longo da modernização das sociedades, em especial, as ocidentais. Camaro e Pasinato (2004) argumentam que a sociedade cria expectativas em relação aos papéis sociais dos indivíduos idosos generalizando-os sob o viés etário e ao pré-conceito de um status, negligenciando, assim, características particulares que determinam a heterogeneidade do grupo. Com base em tal princípio, discorrem a respeito da visão negativa da sociedade em relação ao idoso, que é vista como dependente, vulnerável e improdutiva, tanto do ponto de vista econômico quanto do da saúde e da autonomia.

Shneider e Irigaray (2008) contextualizam que há séculos a velhice vem sendo associada às conjunturas negativas e, mesmo com os paradigmas de menos valia sendo recentemente revistos, ainda se vincula à ideia de deterioração do corpo e ausência de papeis sociais. Os autores argumentam que esta ideia acerca do envelhecimento está fortemente compenetrada nas sociedades ocidentais, enquanto nas orientais, o envelhecimento está associado a uma imagem mais positiva, na qual o indivíduo idoso é respeitado por sua sabedoria e experiência de vida.

Pontarolo e Oliveira (2008) colocam que a construção do significado depreciativo do envelhecimento foi reforçada a partir da instauração de sistemas de produção baseado na produtividade e no lucro, o qual contribuiu para a estrutura social das sociedades capitalistas e a mais valia do individuo em idade ativa. O idoso, então, sob a ótica social do trabalho, perde seu valor dentro da lógica capitalista, pois, como avaliava Karl Marx (1988), a característica fundamental do homem está no trabalho e é por ele que o homem se faz homem e constrói a sociedade e sua história.

Somado a isso, tem-se a supervalorização do consumo, da jovialidade e de corpos ideais construídos sobre a ideia de produtividade e energia em sociedades cada vez mais voltadas para o consumismo, aparência e posse. Castro (2016) atribuí à indústria midiática e de entretenimento a pedagogia social de avaliar a velhice como obscena, digna de ser oculta. Responsabiliza tais veículos pela propagação de um ideal de velhice "turbinada" onde homens e mulheres devem investir no corpo como capital, quesito dado como indispensável para a autoestima e qualidade de vida.

Retomando Shneider e Irigaray (2008, p. 587), os conceitos sobre o envelhecer resultam de construções sociais e temporais feitas no seio de uma sociedade com valores e princípios próprios, "que são atravessados por questões multifacetadas, multidirecionadas e contraditórias". Ainda declaram que:

> Na época contemporânea, florescer do século XXI, ao mesmo tempo em que a sociedade potencializa a longevidade, ela nega aos velhos o seu valor e sua importância social. Vive-se em uma sociedade de consumo na qual apenas o novo pode ser valorizado, caso contrário, não existe produção e acumulação de capital. Nesta dura realidade, o velho passa a ser ultrapassado, descartado, ou já está fora de moda
>
> (...) O status reduzido das pessoas idosas é também devido à ênfase contemporânea na juventude, beleza, autonomia, independência e na habilidade de ser produtivo ou reprodutivo. Assim, 'ser velho' assume uma conotação negativa, remetendo à perda de atributos tão valorizados pelo meio social e, simultaneamente, pelo próprio idoso. (Shneider e Irigaray, 2008, p.587).

Alguns estudos associaram os níveis socioeconômicos mais altos a uma atitude menos positiva sobre o envelhecimento, sendo os modos de produção advindos com a modernização da sociedade um dos maiores causadores da desvalorização do conhecimento baseado no tempo de vida e na experiência e da própria estrutura familiar, dado a perda do papel na hierarquia doméstica (Arnhoff, Leon, Lorge, 1964; Cowgill, 1972; Fiske, 2017).

Frente tal marginalização, o isolamento social se torna um padrão de comportamento que pode ser correlacionado a sensação de proteção e fuga vivenciada pelos indivíduos idosos. Taylor et al. (2018) apontam que no decorrer do envelhecimento a composição e o tamanho do círculo social do indivíduo passa por alterações, tornando-se menor e mais íntimo em comparação aos adultos mais novos. Carstensen, Isaacowitz e Charles (1999),

com base na Teoria da seletividade socioemocional[13], argumentam que, à medida que os anos passam, os indivíduos tendem a reavaliar suas relações sociais, substituindo as trocas sociais superficiais pelas que possuem maior conteúdo emocional, mesmo que isso signifique restringir o contato à poucas pessoas. Reiter et al. (2017) identificaram que os idosos tendem a manter uma resposta empática intacta bem como compaixão aprimorada durante a velhice, propriedade que está associada a um funcionamento "sócio-afetivo" preservado ou mesmo elevado. Essas descobertas, de acordo com os autores, estão alinhadas com a Teoria da seletividade socioemocional, uma vez que sugere que os idosos se tornam cada mais seletivos ao se concentrar mais no conteúdo socioemocional ao invés de objetivos orientados para si próprio.

Kotter-Gruhn e Hess (2012) expõe dois tipos de percepções que o indivíduo pode fazer em relação ao envelhecimento: Idade Subjetiva e Satisfação do Envelhecimento[14]. A primeira forma de percepção é um construto multidimensional que avalia fatores tais como idade sentida, idade percebida ou idade desejada. Comentam que é a prerrogativa dos jovens desejarem serem mais velhos e os mais velhos desejarem serem mais novos. A segunda percepção está associada à avaliação subjetiva do próprio processo do envelhecimento. Nesse caso, Kotter-Gruhn e Hess (2012) explicam que na avaliação subjetiva dos idosos sobre a própria vida, os atributos negativos ainda superam os positivos, afirmação que vai à contramão de outros estudos que apontam que os indivíduos idosos se apresentam satisfeitos com o envelhecimento, principalmente quando possuem boa estrutura social e suporte na saúde (Medeiros, Brito, 2006; Joia, Ruiz, 2013; Glidden, et al. 2019).

Borden (2009) argumenta que a estereotipagem do idoso corrobora com os fatores discriminatórios praticados pelo ageísmo, uma forma de exclusão social devido a idade avançada do indivíduo. A ideia de desvalorização do idoso, praticada desde a infância, é levada pelos indivíduos por muitos anos, até que as manifestações físicas e cognitivas do envelhecimento começam a se manifestar, de forma substancial, em si próprio, levando-o a repensar certos conceitos. O autor, analisando publicações acerca do ageísmo e ambiente social, sustenta que a concepção de nulidade em relação ao envelhecimento pode mudar mediante a alteração do significado associativo entre os conceitos de idade avançada e fim da vida. Para tanto, recomenda o contato de indivíduos mais novos, inclusive adultos, com os mais velhos, como uma estratégia de empatia na qual a vida do idoso passa a ser compartilhada, contribuindo para a familiaridade e empatia com o período.

Burnes et al. (2019) também manifestam preocupação em relação a influência prejudicial do ageismo sobre a saúde e o bem-estar do idoso, e corroboram com Borden (2009) ao concluírem que a educação e o contato entre as gerações são essenciais para mudar a concepção dos indivíduos mais novos em relação ao idoso.

---

[13] A teoria da seletividade sócio-emocional ensina que a percepção do tempo tem papel fundamental na seleção e na busca de objetivos sociais. Formulada por Laura Carstensen no início da década de 1990, explica a tendência ao isolamento social do idoso como reflexo da redistribuição da redistribuição ativa de recursos sócioe-mocionais por parte dos idosos, as quais ocorrem em virtude de mudanças em relação ao tempo futuro. CARSTENSEN, L. L. (1991), Socioemotional selectivity theory: Social activity in lifespan context. **Annual Review of Gerontology and Geriatrics**, 11, 195-217.

[14] Os autores utilizam dos termos *Subjective Age* e *Aging Satisfaction*. Tradução da autora.

A percepção dos indivíduos idosos em relação a aproximação de amigos e familiares durante um período associado à desvalorização contribui para que seu sentimento de pertencimento e significação seja reforçado, isso porque as sensações emotivas positivas experimentadas durante as interações sociais são benéficas para o funcionamento cognitivo do indivíduo bem como para sua autoestima e, consequentemente, qualidade de vida (Charles e Carstensen, 2010) . Para Blazer (2008), o ambiente social determina a avaliação do indivíduo sobre seu estado de saúde e bem-estar, sendo os sentimentos uma das conexões entre o comportamento psicológico e o corpo.

Bunt et al. (2017), utilizando o termo fragilidade social, discorrem que considerando a gradativa necessidade dos idosos de apoio social e familiar, sobretudo mediante às medidas políticas de transferência de responsabilidade devido às estratégias públicas de redução no financiamento de assistência e apoio ao idoso, intervenções destinadas a prevenir ou retardar o isolamento do idoso se tornam relevantes para cada indivíduo. Os autores analisam que as intervenções devem possibilitar que o idoso faça a autogestão de seus relacionamentos, sejam eles a nível individual (como a mantida com os cuidadores, por exemplo), seja a nível coletivo (como a capacidade de manter amigos ou iniciar novas amizades).

Sabe-se, no entanto, considerando uma visão generalista, que na sociedade, em destaque a ocidental, o despreparo da população mais jovem e adulta ainda é uma realidade. A falta de conhecimento extrapola às informações acerca dos cuidados da saúde, atingindo relevantemente à esfera social que abriga as questões do inter-relacionamento pessoal. Trata-se da possibilidade de encontros dialógicos entre contextos de vida diferentes que podem reforçar o valor individual de cada um, em especial do idoso, uma vez que este se encontra mais sensível às alterações cognitivas e comportamentais restritivas inerentes ao envelhecimento.

Com o envelhecimento demográfico, é certo que o contato com idosos será, cada vez mais, uma realidade na vida dos indivíduos. Os dados das estimativas demográficas comprovam. Kuchemann (2012), ao analisar os padrões de cuidado ao idoso na esfera privada e individual da família, defende que os idosos não devem ser neutralizados, principalmente porque o seu bem-estar e o exercício de sua cidadania guardam estreita relação com a sociedade em que vivem. Steverink e Lindenberg (2006) corroboram ao articularem que idosos que permanecem ativos socialmente ou que possuem papéis sociais diversificados possuem índices mais altos de bem-estar físico e psicológico e, portanto, também defendem ações que garantam melhores práticas sociais entre os idosos.

2.3.3 O *Idoso: novos papeis sociais*

A caracterização por estereótipos envolve um processo de avaliação subjetiva de representação de indivíduos com características semelhantes, principalmente no que tange aos aspectos físicos e cognitivos percebidos com mais rapidez. No caso do idosos: cabelo branco, marcas de expressão, lentidão, entre outros. Esse processo tende a generalizar os grupos, implicando em uma avaliação homogênea, negligenciando fatores individuais que substancialmente atuam sobre as condições de bem-estar bem como a apresentação social dos indivíduos.

Pereira (2002) associa a interpretação dos estereótipos aos aspectos culturais de uma sociedade. Argumenta que, sendo o mundo ordenado por códigos que são passados a cada nova geração, a visão estereotipada é carregada por avaliações generalista acerca de um determinado padrão de conhecimento, o qual, por vezes, implica em conceituações discriminatórias e preconceituosas que são alimentadas por fatores sociais, efetivos e cognitivos que são observados em um determinado segmento de indivíduos. Palmore (1999), ao final da década de noventa, descreve nove atributos negativos que são atribuídos ao estereótipo do idoso, sendo eles: doença, impotência ou desinteresse sexual, feiura, declínio mental, doença mental, inutilidade, isolamento, pobreza e depressão. Por outro lado, descreve outros oito atributos positivos: gentileza, sabedoria, confiabilidade, afluência, poder político, liberdade, juventude prolongada e felicidade.

No que tange às qualidades negativas, as atribuições de Palmore (1999) não fogem à visão de incapacidade, fragilidade e impotência do indivíduo idoso apregoada no Estatuto do Idoso brasileiro, relação essa que também é discutida por Justo e Rozendo (2010). Tal posicionamento cria subsídio para a construção de representações negativas sobre a velhice e negligência à heterogeneidade do grupo ao generalizar os idosos sob os mesmos aspectos patológicos e sociais que alimentam estereótipos depreciativos.

No século XVII, a definição de "velho", ao aparecer pioneiramente no dicionário francês Richelet (1679)[15], já vem acompanhada de um sentido negativo e estereotipado, registrando, inclusive, diferenças entre a velhice masculina e feminina. A primeira associada aos atributos morais e a segunda aos elementos corpóreos (Richelet, 1679)[16]. Bourdelais (1993 citado por Silva, 2006)[16] afirma que a partir do século XVIII começa uma construção de imagem mais positiva sobre velhice, associada à simpatia e a sabedoria que induz respeito e legitimação da autoridade. No século XX, mais especificamente no início da década de 1960, Simone Beauvoir (1990) incitou o pensamento social ao discorrer sobre a conduta negativa de marginalização do idoso, principalmente as adotadas pelos indivíduos adultos. A autora depôs sobre o construto social de repúdio atribuído à pessoa mais velha, o qual conduziu a sociedade a uma cegueira apática que impugna qualquer sentimento de reciprocidade. Dizendo romper com *a conspiração do silêncio*, alegou que a sociedade de consumo é criminosa e culpada pelo ostracismo, fato este que contribuiu, inclusive, para a negação do indivíduo mais novo em relação ao próprio envelhecimento. Em suas palavras, denuncia esse exílio contra ao idoso, evidenciando que:

> Todo mundo sabe: a condição das pessoas idosas é hoje escandalosa. Antes de examiná-la em detalhe é preciso tentar entender por que a sociedade se acomoda tão facilmente a essa situação. De maneira geral, ela fecha os olhos para os abusos, os escândalos e os dramas que não abalam seu equilíbrio; não se preocupa mais com a sorte das crianças abandonadas, dos jovens delinquentes, dos deficientes, do que com a dos velhos. Nesse último caso, entretanto, sua indiferença parece, a priori, mais surpreendente; cada membro da coletividade deveria saber

[15] Ambas as citações se encontram no trabalho de Silva (2006). Para efeito de informação, as bibliografias correspondem às seguintes: BOURDELAIS, P. (1993). *L'Âge de la Vieillesse*. Paris: Éditions Odile Jacob; RICHELET, L. *Dictionnaire François*, 1679.

> que seu futuro está em questão; e quase todos têm relações individuais e estreitas com certos velhos. (Beauvoir, 1990, 265p.)

No contexto geral, há de se considerar que desnaturalizar papeis socialmente construídos em relação ao idoso requer a ruptura com associações negativas construídas no decorrer da história das sociedades, as quais foram carregadas durante muitas gerações e ainda se fazem presente na contemporaneidade. Há relevância da questão, como já visto, tem adquirido cada vez mais espaço, contudo, a multidimensionalidade da problemática acarreta sua vulnerabilidade, principalmente em sociedades onde a desigualdade social, as mudanças no âmbito familiar e os novos padrões de socialização e pertencimento social ferem ainda mais a condição de bem-estar do idoso. Tratam-se de atitudes negativas provocadas pelo individualismo e pela intolerância frente a diferenças físicas, psicológicas e culturais, isto é, um comportamento nocivo programado pelo etnocentrismo histórico de rejeição dos diferentes que é reforçado ainda mais pelos valores do capitalismo que incentivam competições, enaltecem o descartável, menosprezam as relações humanas e mercantilizam as relações sociais (Miranda, 2011).

Pode-se considerar que as ações e movimentos socioculturais ainda se apresentam superficiais, caracterizando-se como medidas paliativas que tentam amenizar os efeitos da segregação e exclusão pela idade, ou, ainda, idade e gênero. Haja visto os temas e tabus que ainda condicionam a realidade do idoso à ideia de resguardo e padrões comportamentais que ditam o que "não é para sua idade", bem como a importância de se dar novos títulos aos indivíduos idosos, em uma espécie de manobra para amenizar os aspectos negativos atribuídos ao período anterior ao da finitude da vida.

Correa (2007), por exemplo, argumenta que a associação da velhice à morte vem sendo alterada à medida que o arsenal médico e científico evolui. Em outras palavras, diz que a relação do homem com a finitude passa por diversos intermediários que cada vez mais distanciam o indivíduo da sua condição de ser finito. A autora expõe que esse processo tem por base um novo construto social sobre a velhice que vem sendo construído desde o final do século passado.

> A face da velhice, na atualidade, apresenta, enquanto construção social, aspectos muito diferentes em relação àquela que se exibia no início do século XX. Até mesmo a nomenclatura para essa fase da vida modificou-se com o aparecimento de outras designações. Terceira idade, melhor idade, feliz idade, maturidade, segunda juventude...: novas materialidades, novos sujeitos e novos procedimentos para referir-se à velhice, assim como alusões a novas possibilidades de vivê-la (Correa, 2009: 28).

Laslett (1987) expõe que a utilização da expressão Terceira Idade surgiu na década de 1970 na França, em decorrência da criação das primeiras "*universites du Troisieme Age*" (universidades da Terceira Idade), e foi rapidamente incorporado ao vocabulário anglo-saxão no decorrer da década seguinte, quando também começaram a surgir na Inglaterra, em especial, em Cambridge. O exposto pelo autor revela uma conotação mais positiva da expressão, associando-o a termos como liberdade e realização individual. Além disso, comenta sobre o processo de conscientização dos mais jovens quanto a possibilidade de se viver mais anos no período posterior ao que chama de Segunda Idade, salientando, inclusive, a eventualidade de uma Quarta Idade.

Machado (2005) avalia que as elaborações simbólicas e práticas que envolvem a ideia das novas expressões vinculadas ao envelhecimento são um reflexo da resistência à visão marginalizada, à solidão e aos estigmas do envelhecimento, mas pondera ao dizer que se trata de uma forja baseada no enaltecimento de uma velhice bem-sucedida. Em suas palavras, "estudos que revisam criticamente essa 'ideologia da terceira idade', indicam-na como busca exteriorizada de superação dos riscos "naturais", numa escolha de competência individual para adequação a modernos padrões de sociabilidade, de controle do corpo e do envelhecimento" (2005, p. 151). Côrte (2018) defende que a utilização de novos termos são vestimentas aceitas em vão para se cobrir os efeitos do período e promover um comportamento mais "jovem" de redescobrimento do prazer de viver. Para efeitos ilustrativos, a autora discorre sobre todos os termos atualmente empregados, sendo alguns deles: maturidade, maior idade, futuridade, envelhescência e gerontelescência. Em suas palavras: "Enfim, a busca de terminologias é uma tentativa de se encontrar outros horizontes, que não apontem a incapacidade e a doença como sendo os únicos destinos da velhice, conforme os discursos existentes, especialmente os geriátricos, nos empurram goela abaixo" (Cortê, 2018: 15).

Retomando Correa (2007), a autora argumenta que não foram apenas as palavras os resultados dessas mudanças de perspectiva, mas também os signos óticos e as imagens visuais. Em suas palavras:

> Ao olharmos fotografias antigas com idosos, identificamos alguns signos típicos da velhice de épocas passadas: senhores com ternos, chapéus e bengalas, e senhoras com vestidos mais recatados e cabelos penteados. Se antes a valorização do homem velho era calcada no signo do recato, do comedimento, da sobriedade, da sabedoria, da experiência de vida, hoje ela também passa pela possibilidade de ser uma fase de realizações, de atividade, de atualização, de acompanhamento das inovações e modismos, como se pode observar na iconografia expressa, por exemplo, nas novelas e anúncios comerciais dirigidos para esse segmento. Certamente, essa velhice modificou-se, ou pelo menos abriu-se um leque maior de modos de ser e de viver essa fase da vida (Correa, 2007: 28, 29).

Afirmar que se trata de uma tendência de efeito rápido sobre um possível novo construto social do idoso pode ser arriscado, dado que os estereótipos negativos da velhice dificilmente serão descontruídos, ainda mais quando emerge no discurso dominante das sociedades como um "problema social". Afinal, tomando-se por base o estudo do desenvolvimento humano, observa-se uma forte tendência a promoção de pesquisas centrada sobre as perdas, as alterações biológicas, as patologias cognitivas e psicológicas, entre outros temas que aproximam o período a um significado cada vez mais forte de finitude da vida, anunciado por período de fragilidade e enfermidades (Quaresma, 2006; Cortê, 2018). Não que tais pesquisas não sejm de absoluta relevância para a compreensão dos efeitos complexos do envelhecimento sobre o indivíduo, mas pesquisas de cunho sociológicos e de historicidade que aprofundem os conhecimentos sobre as interpretações possíveis sobre o período, remetendo-o à algo natural é próprio da vida, pode contribuir para que estigmas negativos sejam reavaliados (Cortê, 2018).

Para Silva (2006), atribuir identidades prontas às pessoas que a sociedade moderna categorizadas como "velhas" é violentar a sua inserção social, negligenciando trajetórias de ressignificações individuais. Por outro lado,

pode-se observar que os termos, apesar de se tratar de 'eufemizações', parecem descontruir o medo e o constrangimento associado à palavra velho ou velhice. Há de se observar que, no contexto social, quando empregados termos como o da "terceira idade" ou "melhor idade" a significância do período parece ser mais respeitada, tornam-se "mais correta". Essa tendência pode ser observada a partir do domínio do uso do termo "idoso" ou "pessoa idosa", os quais desde à publicação de documentos oficiais publicados no Brasil (a partir da década de 60), passaram a ser incorporados pela sociedade como terminologias politicamente corretas (Peixoto, 1998; Barbieri, 2011).

Estas transformações surgem também em resposta às alterações comportamentais dos próprios indivíduos idosos que, cada vez mais, passaram a perceber e viver o envelhecimento de uma maneira menos preconceituosa. A aposentadoria passa, paulatinamente, a ser assimilada como um período que a capacidade dinâmica do indivíduo classificado cronologicamente como idoso pode ser redirecionada a ações mais individuais, onde vontades próprias podem ser desenvolvidas sem ter que disputar com obrigações profissionais. Para Neri (1993), as novas atribuições ao período da Terceira Idade envolvem o processo de identificação do indivíduo acerca das virtudes da idade madura, afirmando que "Vivê-la de maneira positiva é uma questão existencial que se propõe a um número crescente de pessoas em todo o mundo (...)" (Neri, 1993, pg.9). A autora, entretanto, salienta a importância da integração entre as pessoas do meio social no resultado da qualidade de vida percebida pelo idoso, relação que não se restringe apenas a este período, mas sim, a todo o percurso da vida.

De acordo com Minayo e Coimbra Jr. (2002), do ponto de vista sociológico, os idosos constituem um emergente ator social, com poder de agir sobre seus destinos, principalmente em decorrência de sua significância numérica e qualitativa e progressiva conquista por direitos. Os autores também comentam sobre a força econômica que os idosos já representam, configurando-o como um mercado crescente cada vez mais promissor no mundo dos bens de consumo, da cultura, do lazer, da estética, dos serviços de prevenção, atenção e reabilitação da saúde.

Este processo é favorecido pela proliferação de tecnologias de comunicação e informação, que por meio, principalmente de redes sociais, contribuem para que imagens e conceitos sobre os "idosos contemporâneos" sejam repassados e, paulatinamente, absorvidos. Ainda considerando a perspectiva de Minayo e Coimbra Jr. (2002) essa realidade gera diferentes formas de estar no mundo e na sociedade, o que permitem aos idosos, como nunca antes, construírem versões novas de si dentro de espaços interativos que criam uma maior abertura ao pluralismo de ideias. Em suas palavras,

> Na verdade, não sem dor e conflitos, os papéis sociais estão mudando e podem mudar mais, à medida que os idosos se coloquem como atores das transformações com que sonham. Quase tudo está por fazer. As vivências, em maior profundidade, da própria subjetividade permitirão aos velhos afrontarem as repressões provocadas tanto pelas próprias necessidades do trabalho quanto pelos constrangimentos familiares, sendo mais autênticos e mais felizes. Por fim, as novas possibilidades de comunicação, de viagens, de participação grupal, de ampliação da cultura, do cultivo de diferentes formas de lazer permitem também uma existência mais saudável. Mesmo nos bairros e nas condições em que vivem os mais pobres, é possível dar um novo sentido e articular atividades de encontro, comunicação e afeto. Para tudo isso, é importante mudar a ideia de que velhice é doença,

> substituindo-a por uma nova visão de um tempo no qual se pode optar com menos constrangimentos pelo rumo que se quer dar a esta última etapa da vida, produzindo dela uma síntese criadora (Minayo e Coimbra Jr., 2002: 23).

É natural que, considerando às últimas décadas, a popularização dos avanços tecnológicos da indústria da beleza também tenha contribuído substancialmente para que o individuo passasse a assumir novas posturas. A possibilidade de manter e (ou) manipular as feições físicas, determinantes na avaliação subjetiva e social sobre o "ser envelhecido", constitui-se como estratégia para adiar às características marcantes do envelhecimento, engendrando oportunidades para enfrentar estereótipos negativos associados aos padrões de beleza. Trata-se do refazer do corpo apresentado no meio social que passa a ser sustentado pela busca do indivíduo de enfrentar o que não é socialmente aceito. Castilho e Martins (2008) dizem que esse comportamento é impulsionado desde que o indivíduo toma consciência de seu ser, momento no qual ele passa a retocar plasticamente o corpo de múltiplas maneiras por meio de inserções ou modificações culturais.

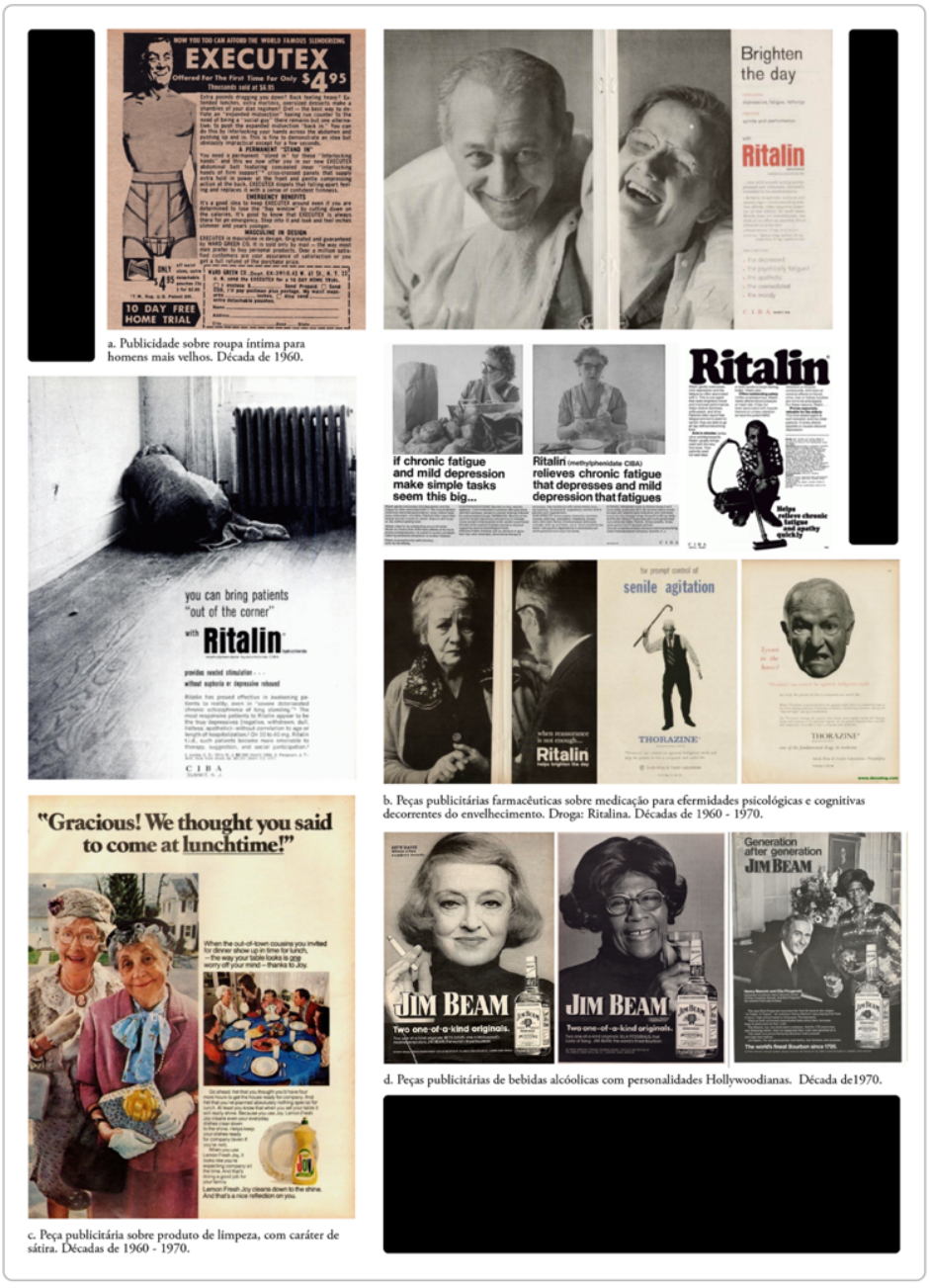
Por outro lado, tem-se a mídia, a qual tem um papel crucial na determinação dos estigmas associados à velhice. Por anos, a promoção negativa sobre o envelhecimento produzida por diversos canais midiáticos tem alimentado estereótipos rígidos de negação ao idoso, apresentando-o ora como invisível, ora como problema. Uma pesquisa realizada pela antropóloga Debert (2002) acerca da imagem do idoso na mídia revelou que até os anos 1970, as imagens dos idosos, na sua grande maioria, eram negativas e desrespeitosas, o que acentuava ainda mais estereótipos da dependência física e afetiva, da insegurança e do isolamento. Cenário corroborante ao analisado por Northcott (1975), em meados dessa década, que constatou que os próprios idosos se sentiam negligenciados pela mídia, e que quando citados, eram promovidos de forma negativa, sendo contrastados com a competência predominante de homens adultos ou com a jovialidade e beleza das mulheres adultas.

A indústria farmacêutica também se aproveitou dos estigmas da incapacidade e descontrole dos idosos, utilizando-se de tal imagem para a venda de medicações capazes de promover a "cura" de doenças avaliadas como inerentes ao envelhecimento (**Figura 04 (a,b)**). Tal dramaticidade só era amenizada quando substituída pelo elemento cômico, no qual a teimosia, a tolice e a impertinência dos velhos apareciam como temas explorados (Debert, 2002) (**Figura 04 (b)**). Em poucos casos, tal panorama só era contrariado quando a imagem de astros hollywoodianos de mais idade era trazida como uma forma de transferência de valor atribuída à personalidade ao produto, associando-o à qualidade e ao requinte, como o caso de Betty Davis e Ella Fitzgerald e o whisky Jim Beam (**Figura 4 (d)**).

Ao retomar a pesquisa de Debert (2002), observa-se que a antropóloga explica que essa tendência começou a ser mais frequente a partir da década de 1980, quando a imagem do idoso passa a ser utilizada para simbolizar poder, riqueza, perspicácia e prestígio social. Apesar da estereotipagem mais positiva, o sexismo ainda se faz presente, posto que os homens eram os que ocupavam realmente as posições de poder, tendo a mulher como papel secundário (Debert, 2002). De todo o modo, como analisa a autora "a imagem projetada do envelhecimento é mais positiva, em sintonia com a geração dos *baby boomers*, que ocupa atualmente um papel central na produção

cultural, e que, ao se aproximar dos 60 anos, está empenhada em redefinir os padrões do envelhecimento" (Debert, 2002, sem página).

Figura 04. Exemplos de peças publicitárias das décadas de 1960 e 1970.



a. Publicidade sobre roupa íntima para homens mais velhos. Década de 1960.

b. Peças publicitárias farmacêuticas sobre medicação para efermidades psicológicas e cognitivas decorrentes do envelhecimento. Droga: Ritalina. Décadas de 1960 - 1970.

c. Peça publicitária sobre produto de limpeza, com caráter de sátira. Décadas de 1960 - 1970.

d. Peças publicitárias de bebidas alcóolicas com personalidades Hollywoodianas. Década de1970.

Fontes: a) Blog The Immaculate Consumption (Wordpress); b) Blog Addhoc; Pinterest; c) Blog The Immaculate Consumption (Wordpress); d) Blog The Immaculate Consumption (Wordpress); Buzzfeed e Pinterest[16]: (2019).

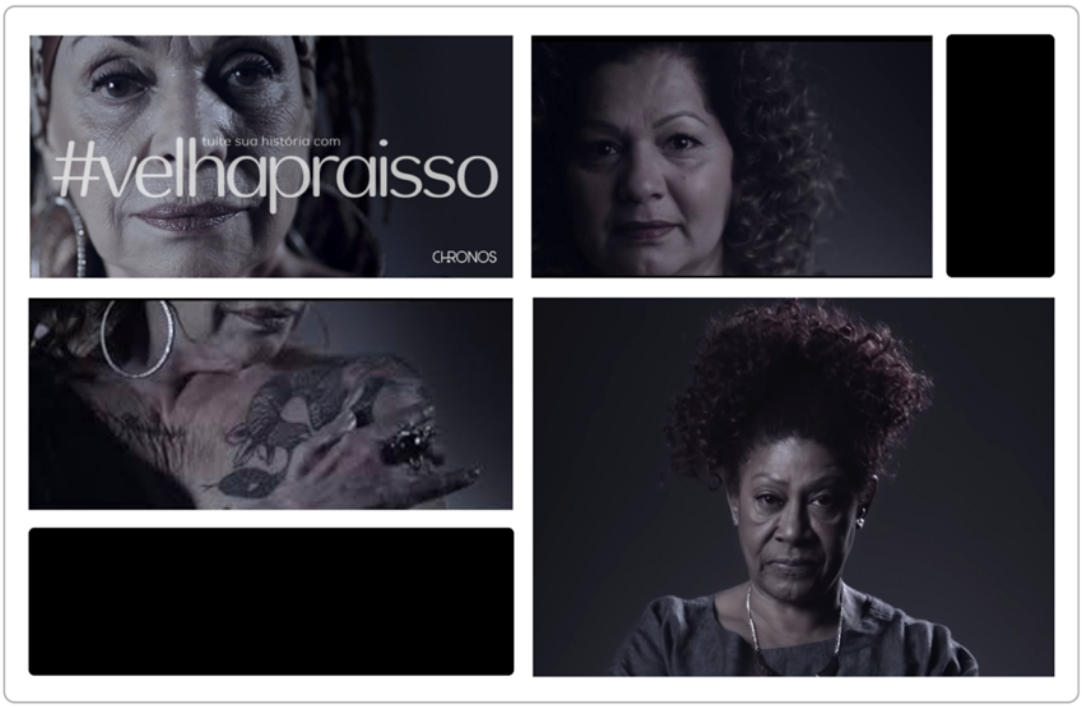
[16] Acessadas em maio de 2019 e disponíveis em:
https://theimmaculateconsumption.wordpress.com/2010/03/11/executex/ (2019)
https://addhoc.nu/1015/06/10/vintage-ritalin-advertisements-1960s-us/
https://br.pinterest.com/pin/36521446951547602/
https://br.pinterest.com/pin/61502351131159703/
https://theimmaculateconsumption.wordpress.com/2010/03/11/executex/
https://www.buzzfeed.com/copyranter/10-more-vintage-ads-that-didnt-dick-around?utm_term=.pbZbAgMoRY&sub=2664144_ 1783898
https://theimmaculateconsumption.wordpress.com/2011/03/05/ella-fitzgerald-loves-her-jim-beam/
https://br.pinterest.com/pin/479422322808557787/?nic=1

Mais recentemente, nota-se que a desconstrução dos estereótipos dos idosos pela mídia ainda confronta com o forte preconceito enraizado ao longo das gerações. A inevitabilidade das perdas advindas principalmente com o envelhecimento já avançado ainda parece sobrepor à visão mais positiva. Tal tendência pode ser associada à maior frequência que os indivíduos estejam vivenciando em suas vidas quanto a presença de familiares idosos. O ainda despreparo da sociedade e, principalmente, dos nichos familiares, contribui para que as questões de cuidado com o idoso se tornem ainda mais agravantes. Entretanto, esse cenário tem revelado às diferentes fases compiladas por um só período chamado envelhecimento. Não é raro encontrar nas composições familiares, idosos de 60 anos cuidando de idosos de 80 anos em casa, principalmente porque a internação em centros específicos destinados ao cuidado como idoso, como os asilos, ainda é associada ao abandono e isolamento dos indivíduos.

Contudo, essa realidade acentua as discrepâncias dentro da mesma faixa etária, e impulsiona os indivíduos a reavaliarem suas oportunidades com a chegada do envelhecimento. Trata-se de compreender que o envelhecimento corresponde a um período longo de vida, que se estende cada vez mais. Dado isso, nos últimos anos a mídia tem paulatinamente associado a imagem de indivíduos idosos a outros papeis contrastantes aos estigmas antigos. Muito porque a promoção de imagens midiáticas, com o advento das redes sociais, deixou de ser de domínio de grandes redes televisas ou de empresas publicitárias, e passou a ser gerada pelos próprios indivíduos, que começaram a promover suas rotinas, opiniões, comportamentos e, claro, imagem. Associado a isso, tem-se o movimento em prol da quebra com estereótipos de beleza padronizados, o qual defende a promoção do próprio corpo, em especial entre o gênero feminino.

No ano de 2017, a empresa de produtos de beleza Natura junto a agência Salve, quebrou tabus midiáticos ao lançar a campanha digital *"#velhapraisso*", na qual cinco mulheres enfrentam o "tabu" de serem consideradas "velhas demais" para suas escolhas. Todas compartilham suas experiências visando promover um movimento que valoriza a identidade e a liberdade de escolha, independentemente da idade (Exame, 2016) (**Figura 05**). Com a pergunta "Quem define a idade certa para você?", a campanha tenta destruir estigmas ao responder que apenas o preconceito é velho. O objetivo não incide apenas quanto ao físico, mas sim quanto ao comportamento vivenciado, como ser mãe solteira aos 40 anos, ou se apaixonar por alguém do mesmo gênero após anos de casamento heterossexual.

Figura 05. Campanha #velhapraisso promovida pela empresa de cosméticos Natura.

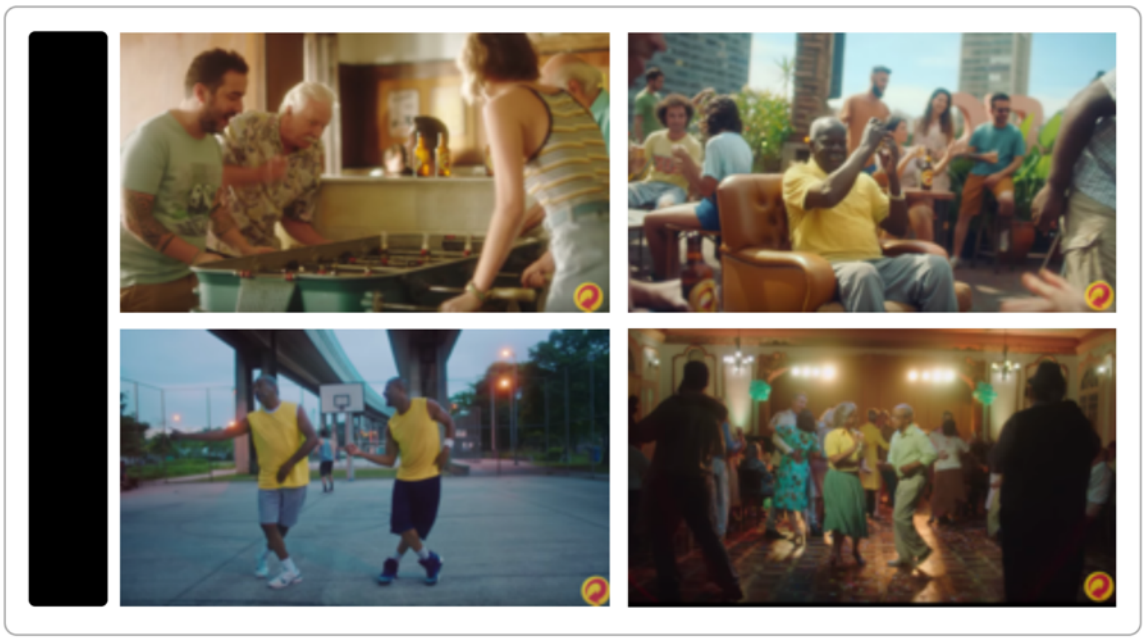


Fonte: Canal Youtube Natura Brasil, Campanha #Velhapraisso17, 2019.

No mesmo anos também foi veiculada uma campanha da cerveja Skol com foco nos consumidores com idade avançada. Na peça publicitária, os idosos são incorporados ao contexto da diversão juntos aos mais novos, afastando-os da imagem de coitados e frágeis (**Figura 06**). Com o mote *Velhovens*, traz a seguinte mensagem: *Cabeça jovem combina bem em cima de qualquer corpo, mesmo que esteja cheia de cabelos brancos. Jovem, idoso, qual dos dois é mais excitante, hein? Que tal os dois juntos e renovados? Tudo pode quando o espírito é jovem. Só o que não pode é julgar alguém pela idade. Que isso que é velho, meu velho. Muito velho.* As imagens trazem idosos socializando em situações geralmente associadas aos jovens, além de promover a relação de amizade entre gerações diferentes, dando-lhes crédito por sua sabedoria e alegria.

[17] Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=PrXBMh6o2ts

Figura 06. Campanha #Velhovens promovida pela empresa de bebida Skol.



Fonte: Canal Youtube Skol, Campanha #Velhovens[18], 2019,

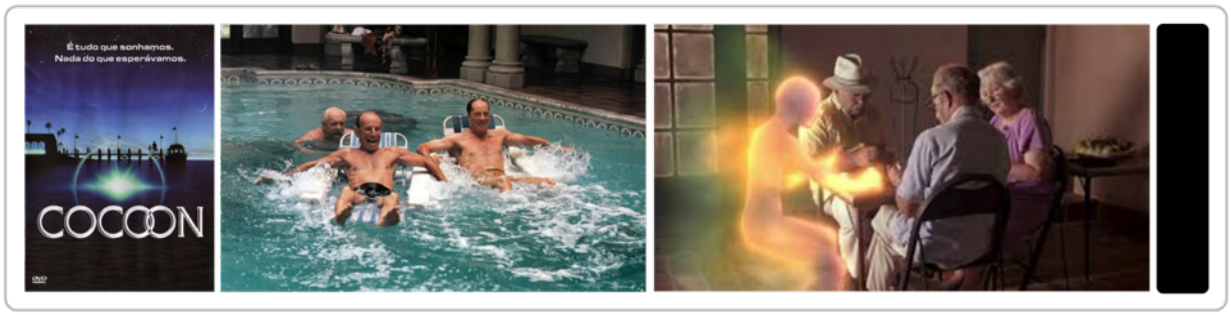
A sétima arte também inspirou questões sobre o envelhecimento, principalmente em relação a percepção de novos comportamentos ao longo desse período. Em 1985, por exemplo, o filme Cocoon propõe uma imagem diferente dos idosos. Os atores Hume Cronyn, Wilford, Brian Dennehy e Dom Ameche, já em seus tempos de idade avançada, protagonizaram a ficção que traz como enredo a história de idosos que, quando em contato com casulos de extraterrestres, rejuvenescem (**Figura 07**).

Moody (1993) analisa que o filme evoca temas como longevidade e mortalidade, apresentando, por meio de um contexto fictício, a possibilidade de vivenciar o envelhecimento de maneira divertida, negando todos os limites. O autor discorre sobre a quebra com os conceitos negativos promovidos por outros filmes que abordam relações sociais e familiares com idosos. O autor faz um paralelo com os conceitos da psicóloga especialista em desenvolvimento do adulto, Bernice Neugarten, que alguns anos antes do lançamento do filme, em 1979, discorreu sobre os novos padrões de comportamento apresentado pelos *baby-bommers* ao atingirem idades mais avançadas. Promovendo o termo *"age-irrelevant society*", a autora, além de segregar os idosos em dois segmentos[19], defende a importância de se atentar às novas prerrogativas da vida do idoso, que se apresentam cada vez mais ativos e vigorosos e, portanto, derrubam as barreiras simplistas da divisão etária.

[18] Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=FG7ot0a1pZk

[19] A autora divide os idosos em duas categorias: *Young-age group*, com indivíduos entre 55 e 75 anos, e; o*ld-old group*, com indivíduos acima dos 75 anos. Apesar de apresentar uma divisão simplista, a autora tenta promover a ideia de que o tempo e o espaço interferem na maneira como o envelhecimento é vivenciado, e alerta para as novas gerações de idosos que ainda estão por vir, as quais apresentarão comportamentos mais ativos por serem indivíduos com maior qualidade de vida.

Figura 07. Pôster e Cenas do filme Cocoon, lançado em 1985.



Fonte: Imagens do filme Coccon; 20th Century Fox, 2019.

Esse contexto também serviu de espelho para o lançamento de filmes como "Conduzindo Miss Daisy" (1989), "Meu Pai, uma lição de vida" (1989) e "Estamos todos bem" (1990) (**Figura 08**). Todos, com abordagens diferentes, trazem no enredo o contexto do idoso e suas peculiaridades, retratando, principalmente, relações sociais que são descobertas (ou redescobertas) após complexas reflexões que impactam sobre avaliações subjetivas e comportamentos sociais. No primeiro filme, preconceito e amizade são abordados em meio às transformações históricas americanas dos anos 1940, trabalhando como tema central, os antagonismos resultantes das diferentes classes sociais bem como do preconceito racial e religioso. Trata-se de temas complexos vivenciados por dois protagonistas: uma idosa judia e viúva, vivido por Jessica Tandy; e um motorista idoso negro, representado por Morgan Freeman. No segundo filme a relação entre pai e filho cria espaço para que a realidade do idoso dentro do âmbito familiar seja retratada de forma mais natural, não abstendo-se de temas conflitantes como o impacto entre gerações e a inversão de papeis entre pais e filhos. No papel de John, Ted Dansen dá vida a um empresário apegado à rotina de trabalho o qual, com o adoecimento da mãe, vê-se frente a necessidade de cuidar do pai, vivido por Lemmon, ajudando-o na redescoberta de sua própria vida e individualidades. O filme aborda vários temas sociais, contudo, discorre sobre as decisões acerca dos idosos e as consequências do cuidado residencial em detrimento ao de internação em instituições asilares. Já no último filme, a solidão e saudade vivenciada por idosos esquecidos pela família é enredo de uma trama que conta a história do viúvo Matteo, vivido por Marcello Mastroianni, que aos setenta e quatro anos decide viajar sozinho em busca dos encontros familiares que tanto já haviam lhe prometido. A busca e o reencontro com os filhos relevam as consequências da educação passada entre as gerações, e traz ao debate fatores externos que podem mudar substancialmente a forma como os indivíduos percebem as relações familiares.

Anos mais tarde, em 1999, a importância da sabedoria dos mais velhos é abordada pelo filme "A última grande lição: O sentido da vida", baseado no livro de mesmo nome do autor e jornalista esportivo norte-americano Mitch Albom. Neles, Mitch narra seus encontros com um antigo professor da universidade, Morrie Schwartz, o qual encontra-se seriamente combalido por uma doença. Por meio de encontros semanais, Mitch interroga Morrie sobre como lidar com situações que envolvem a morte, perdas, medos e demais aflições, promovendo um diálogo que faz com que o jornalista reflita sobre sua própria vida, preocupando-o sobre suas ações e oportunidades de ser uma pessoa melhor. Há uma abordagem sobre a própria velhice, a qual é trazida por Morrie por meio de histórias vivenciadas, que o fez compreender como é importante aproveitar a vida ao longo da juventude, focando o

relacionamento com a família e amigos. Em síntese, a trama ilustra a oportunidade de um jornalista frustrado se reencontrar por meio de palavras de um senhor idoso acerca dos valores da vida que devem ser cultivados. Ao final do livro, Mitch expõe bem essa questão, dizendo que:

> Às vezes, rememoro a pessoa que eu era antes de redescobrir o meu velho professor. Quero falar com essa pessoa, quero lhe dizer o que procurar na vida, que erros evitar. Quero dizer-lhe que seja mais aberta, que ignore o brilho dos valores veiculados pela propaganda, que preste atenção quando seus entes queridos falarem, como se fosse a última vez que os ouvisse.
>
> Acima de tudo, quero dizer a essa pessoa que tome um avião e visite um velhinho simpático em West Newton, Massachusetts, mas cedo do que tarde, antes que ele adoeça e perca a capacidade de dançar. Sei que não posso fazer isso. Não podemos desfazer o que fizemos, nem reviver a vida que já passou. Mas se o professor Morrie Schwartz me ensinou alguma coisa, foi que não existe uma entidade chamada "tarde demais" na vida. Ele mudou sempre, até o dia de partir (Albom, M., 1997, 85-86pp.)

Outra esfera abordada pelo cinema foi a do relacionamento amoroso, colocando o idoso como protagonista de novas descobertas românticas e conflitos internos influenciados por experiências passadas ou pelo próprio preconceito quanto a idade. O filme "Alguém tem que ceder", lançado em 2003, protagonizado por Jack Nicholson e Diane Keaton, aborda o relacionamento dos personagens de maneira cômica, mesmo que pouco verossímil. Os personagens - Harry e Erica, respectivamente - apesar de caricatos, não carregam a imagem negativa do envelhecimento, mas apresentam formas diferentes de lidar com as situações biológicas e psicológicas do período. Embora a história não tenha muita inovação na narrativa, observa-se que o padrão hollywoodiano de personagens jovens que se apaixonam, já comum aos filmes de romance ou comédia romântica, dão lugar à personagens idosos que correm à contramão do socialmente imposto pela sua faixa etária. À espelho dessa tendência, outros filmes como "Elsa e Fred" (2005), "Ainda adoráveis" (2008), "Ruth e Alex" (2015) também podem ser evidenciados por sua narrativa em favor ao amor maduro.

Em 2007, o filme *The Bucket List* (*Antes de Partir*, no Brasil) faz a imersão do telespectador dentro do universo do idoso o qual decide aproveitar a vida mesmo estando perto da morte. O filme narra a história de dois homens idosos com câncer terminal que se conhecem em um hospital. Apesar do pouco tempo de vida que lhes restam, resolvem listar feitos que ainda gostariam de realizar, sendo um deles, o de viajar pelo mundo. Vividos pelos atores Jack Nicholson e Morgan Freeman, os protagonistas saem em busca de aventuras, além de darem vida à diálogos inquietantes que fazem reflexão sobre o sentido da vida, sobretudo, sobre os acontecimentos da vida que realmente fazem toda a diferença. Acima de tudo, o filme mostra a importância de terem seus desejos realizados, fator que contribuiu expressivamente para que ambos se tornassem pessoas melhores para seus familiares e amigos.

Figura 08. Pôsteres e cenas dos filmes "Conduzindo Miss Daisy" (1989), "Meu Pai, uma lição de vida" (1989) e "Estamos todos bem" (1990).

Fonte: The Zanucky Company; Amblin Entertainment – Universal Picture; Miramax, 2019.

Contudo, tal interação, como aponta Monteiro (2006), apesar de importante e positiva ao idoso, enfrenta dificuldades em estabelecer vínculos devido ao preconceito, censura e diferenças sociais colocadas pelo próprio idoso. O que pode ser observado em "*Up!*" a partir da resistência do Carl em estabelecer qualquer simpatia por Russel. A situação afetiva de Carl só muda após momentos de conflito que, aos poucos, o fazem pensar sobre em si mesmo como criança e em seus próprios sonhos, processo esse que é referenciado por Monteiro (2006) como

um investimento pessoal por parte do idoso, na busca por se disponibilizar efetivamente para as trocas sociais, evitando o isolamento.

Retomando Caldeira (2015), a autora classifica o filme como um artefato cultural produzido pela mídia, que ao destacar a relação entre os personagens, promove as crianças como indivíduos que podem ajudar os idosos a se encontrarem seu lugar no mundo, dando a possibilidade destes últimos se vincularem novamente ao presente. A autora discorre sobre o papel de Russel na vida de Carl, explicando que o primeiro figura uma espécie de guia que mostra pra Carl exemplos de como se comportar. Por meio de ações que revelam uma personalidade destemida e altruísta, a criança contribui para a reconstrução subjetiva de Carl, que passa a se desapegar do passado e a focar o presente. Caldeira explica que, "É possível perceber no filme a divulgação de um modo correto de viver a velhice. Ser velho nesse filme significa viver o passado, mas sem se apegar a ele, sendo capaz de construir novas aventuras" (2015, p. 414).

Sobre a construção de uma nova subjetividade no idoso, observa-se que o tema tem sido promovido com mais frequência na sociedade contemporânea, sendo a mídia o canal mais relevante para a promoção desse fenômeno (Debert 2004). Morin (1998) defende que a mídia constrói estigmas que definem sentimentos de felicidade ou infelicidade, de acordo com parâmetros socialmente construídos, embora pondere sobre seu poder de influencia não ser determinante na vida das pessoas. Essa prática, como exposta por Bazza (2016, p. 450), está associada à construção do objeto "novo idoso" ao longo dos últimos anos, na qual a subjetividade deste indivíduo "é construída a partir de uma dispersão de enunciados atravessados por saberes de diversos campos". Foucault (2007), sobre a mídia, discorre que os enunciados surgem da associação de quatro elementos: a.) enunciados sobre longevidade, saúde, condições de vida, entre outros; b.) outras formulações sobre como era os idosos de antes e como podem vir a ser os idosos do futuro; c.) formulações que discutem o ideal de novo idoso e a forma como ele está sendo vivido, questionam sua veracidade e\ou aplicabilidade; d.) outros assuntos que também são tratados em textos da mídia.

No campo discursivo, surge, então, um idoso ativo, que busca negar estereótipos desgastados sobre sua marginalização social, opondo-se ao isolamento e voltando-se ao lazer, a beleza, a diversão, ao consumo, e a vivência da sexualidade. Enunciado esse que, como visto, o cinema vem tentando reproduzir ao longo dos últimos anos. No extremo dessa imagem, os filmes "RED: Aposentados e Perigosos" (2010), "Amigos inseparáveis" (2013) e a trilogia "Os Mercenários" (2010, 2012, 2014)[20] trazem personagens masculinos, já com idade avançada, que desfilam músculos e agilidade em meio à cenas de violência. Atores veteranos como Antônio Banderas, Mel Gibson, Harrison Ford, Arnold Schwarzenegger, Al Pacino, Chuck Norris, Christopher Walken, Alan Arkin e, Sylvester Stallone, seguindo a tendência temática de filmes violentos estrelados por eles anteriormente, dão vida à figurões caricatos que se apresentam com a mesma energia física de quando mais novos.

[20] O quarto filme já tem estreia prevista para 2020.

De uma forma não generalista, pode-se observar certo padrão de comportamento correlacionado ao gênero dos personagens idosos quando retratados no cinema. O gênero masculino parece estar mais associado à violência, força e postura firme. Dão vida a personagens fortes que, apesar da idade avançada, mostram um vigor praticamente imune ao envelhecimento. Filmes como "Os Mercenários", por exemplo, fazem alusão à velhice quando são retratados diálogos narrativos sobre histórias de experiências de guerra antigos ou por meio de insinuações de cunho humorístico entre os personagens. Já em relação ao gênero feminino, a quebra com os estereótipos vem por meio da libertação das mulheres de padrões comportamentais e de beleza apregoados na sociedade. É o caso de "As Rainhas da Torcida" (2019), filme estrelado por Diane Keaton, Jack Weaver, Pam Grier e outras atrizes da terceira idade. Embora tenha um enredo clichê condizentes aos padrões cinematográficos de roteiros semelhantes, o filme tenta passar a ideia de libertação feminina quando um grupo de mulheres idosas residentes de um condomínio para a terceira idade, lideradas e motivadas por Martha, personagem de Keaton, resolve participar de um campeonato de líderes de torcida. Confrontando críticas e pressões que alegavam ser uma ideia absurda (e até mesmo ridícula), as mulheres, por meio do vínculo de amizade que se forma entre elas, encontram forças para continuarem a persistirem nos planos. Vínculos familiares opressores, relacionamentos abusivos, doenças e morte são temas abordados no evoluir da trama. A amizade com uma adolescente reforça a ideia dos aspectos positivos do contato entre as gerações, caracterizada pela quebra de preconceitos dos mais jovens acerca da vida e dos desejos dos mais velhos por meio da evolução empática da personagem.

Lançada em 2015 pela Netflix, líder mundial em serviço de streaming, a série *Grace and Frankie* se tornou uma referência cômica e empática ao universo do idoso. Protagonizada por atores veteranos com mais de 70 anos de idade, a trama gira entorno da vida das duas protagonistas, vividas respectivamente por Jane Fonda e Lily Tomlin, que estreitam os laços de amizade após os maridos assumirem mais de quarenta anos de relacionamento homossexual entre eles (**Figura 09**). A notícia impacta diretamente na vida de ambas as famílias, levando a situações que são retratadas com base cômica, não negligenciando, contudo, a importância dos aspectos psicológicos e emocionais decorrentes tanto do período de vida como das novas formas de relacionamento entre os envolvidos.

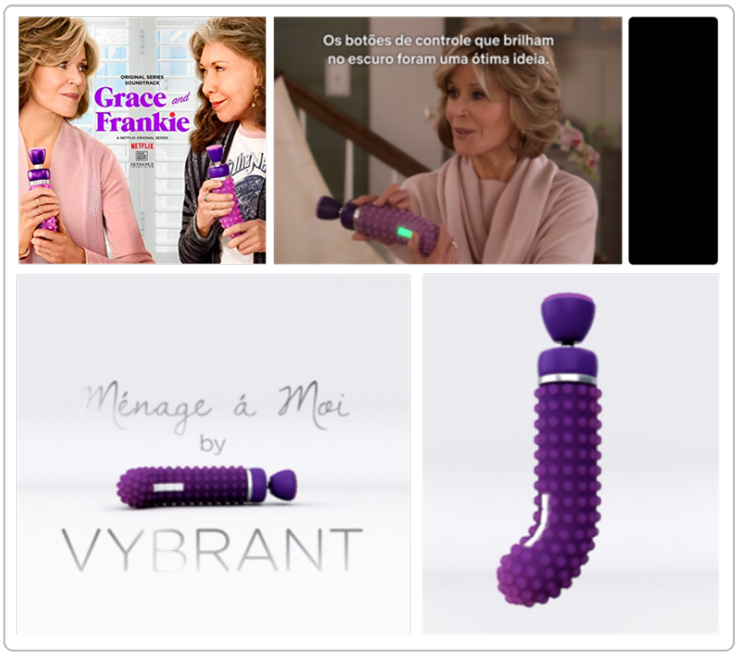
A série retrata situações rotineiras da vida dos idosos, destacando, principalmente, o processo de superação vivenciado por Grace e Frankie, as quais passam a se revelar defensoras de suas vidas autônomas e independentes. Apesar de apresentarem problemas de saúde inerentes ao envelhecimento, as personagens apresentam uma postura firme e positiva em relação a idade avançada, não deixando o trauma do abandono dos maridos ser obstáculo às novas descobertas advindas com a realidade de estarem solteiras.

Figura 09. Seriado Original da Netflix, Grace e Frankie.

Fonte: Netflix, 2019.

As novas descobertas evidenciam a resiliência emocional das personagens, as quais passam a defender suas vontades e desejos, especialmente em relação ao amor e ao sexo. O foco nesse assunto se desenvolve a partir do momento que as protagonistas se permitem ir em busca do prazer sexual mesmo aos 70 anos de idade. Tal processo evoluí tanto a ponto de ambas desenvolverem e comercializarem um novo dispositivo sexual que seja ergonômico às mulheres da terceira idade. Após descobrir os aspectos positivos que a tecnologia pode apresentar em relação à satisfação sexual, as personagens discorrem que tais dispositivos não são adequados para mulheres idosas, uma vez que não apresentam propriedades de projeto que sejam adequadas às suas necessidades físicas e motoras decorrentes do envelhecimento. A problemática passa a ser discutida após a primeira experiência de Grace com um vibrador, o que lhe causa dores promovidas pela artrite em decorrência da empunhadura e posição de pega do dispositivo (episódio 13, segunda temporada). Em um momento de epifania e revolta contra os filhos, que as tratam como idosas incapazes, as protagonistas revelam os novos planos de desenvolver um vibrador adaptado, o que causa espanto ao restante da família devido a quebra com tabus sobre masturbação e prazer sexual de mulheres idosas. Assim, após a busca por investidores, as protagonistas lançam o vibrador "*Ménage á moi*", com material leve, luz que ajuda a visualização no escuro, manopla ajustável e cor roxa. Características que fazem do produto sucesso de vendas (**Figura 10**).

Figura 10. Imagens da série Grace e Frankie; Vibrador desenvolvido pelas personagens; Peça publicitária desenvolvida pela marca das personagens para comercialização do dispositivo erótico**.**



Fonte: Netflix; Netflix (episódio 03 da terceira temporada); Facebook Grace and Frankie[21], 2019.

Paralelamente ao universo da filmografia, as redes sociais digitais têm promovido novas formas de comportamento que são capazes de estimular sentimentos de afetividade, familiaridade e pertencimento nos indivíduos em decorrência da possibilidade de construção de interações sociais em meio virtual. Naturalmente,

[21] Disponível em: https://www.facebook.com/GraceandFrankie/videos/698092203708556/?v=698092203708556

essa realidade é decorrente da evolução digital das sociedades ao longo das últimas décadas, que ao inserir novas tecnologias de comunicação facilitadas pela Internet, alterou a forma de interação dos indivíduos bem como ampliou a rede de contato a nível global e a uma velocidade nunca vivenciada. Trata-se do envolvimento de interagentes que constroem suas relações dentro de um contexto dialógico mediado pelo virtual, as quais podem ser fortalecidas (ou não) à medida que ocorre a participação das partes envolvidas.

De acordo com a Pesquisa sobre o uso de Tecnologias de informação e comunicação nos Domicílios Brasileiros (2018), realizada pelo Comitê Gestor da Internet Brasil (CGI), o celular foi o principal dispositivo utilizado para acessar a internet pelos idosos (44% do total). A principal finalidade de acesso à internet foi o envio de mensagens (79% do total) e conversas por chamada de voz ou vídeo (63%). Estes dados, corroboram com a pesquisa PNAD realizada pelo IBGE (2017), a qual também indicou que o principal motivo de uso da internet pelos idosos consiste em enviar mensagens e fotos por aplicativos diferentes ao e-mail, isto é, redes sociais como Facebook, Instagram e Whatsapp (Silveira, 2018; IBGE, 2017). Webb et al. (2011) constataram que a conectividade dos idosos com sua rede de amigos está positivamente associada à qualidade de vida, mais, até mesmo, que o contato com familiares. Isso pode estar associado ao grau de proximidade emocional da pessoa idosa em relação aos membros de sua rede social ou ao número de pessoas emocionalmente próximas (Gouveia et al., 2016).

Aplicativos e plataformas como *WhatsUp, Facebook, Instagram, Pinterest* e *Messenger* tem facilitado a exposição e troca de experiências e opiniões, legitimando comportamentos, discursos e ações entre indivíduos sociais, inclusive, entre os idosos. No contexto geral, a apropriação da mídia pelos idosos reincide sobre a construção de uma nova subjetividade, bem como reflete sobre a concepção estereotipada e pejorativa do envelhecimento apropriada por gerações mais novas. Isso porque a mídia também cria espaços para exposições narcisistas de exaltação do eu, realidade que também passou a ser vivenciada por idosos que apresentam uma postura divergente às dos "vovôs e vovós" construída socialmente. Além disso, as mídias sociais, ou mesmo as próprias tecnologias de informação e comunicação, alvos de um número crescente de investigações científicas, tem sido consideradas fatores determinantes para a qualidade de vida dos idosos, dado suas propriedades interativas e de aprendizado (Pessoa, Vieira, Cavalvanti, 2008; Pereira, Neves, 2011; Antunes, Abreu, 2017. Leist, 2013; Cotten et al., 2014; Chen, Schulz, 2016).

No final de 2019, de acordo com os dados da plataforma Statista, a maior rede social do mundo, o Facebook, já contava com 2,41 bilhões de usuários, sendo 10% das contas atribuídas a indivíduos com mais de 55 anos de idade. No caso do Instagram, a segunda maior rede social - com cerca de 900 milhões de contas -, 4,7% dos perfis pertenciam a indivíduos com mais de 55 anos. No comparativo da plataforma, ambas as redes sociais vêm há anos apresentando números cada vez mais altos de contas ativas, incluindo perfis de usuários adultos com idade mais avançada. Quanto aos aplicativos de mensagens, a Statista (2019) indica que o WhatsApp e o Facebook Messenger são os mais populares do mundo, sendo utilizados por 1,6 e 1,3 bilhões de usuários, respectivamente.

Corroborando com tal realidade, também apresentou dados que ilustram a demanda crescente de usuários idosos em redes sociais. Considerando a amostra de indivíduos norte-americanos abordada, o uso de redes sociais tem se tornado uma importante ferramenta para os idosos para obter informações sobre o mundo, dividir

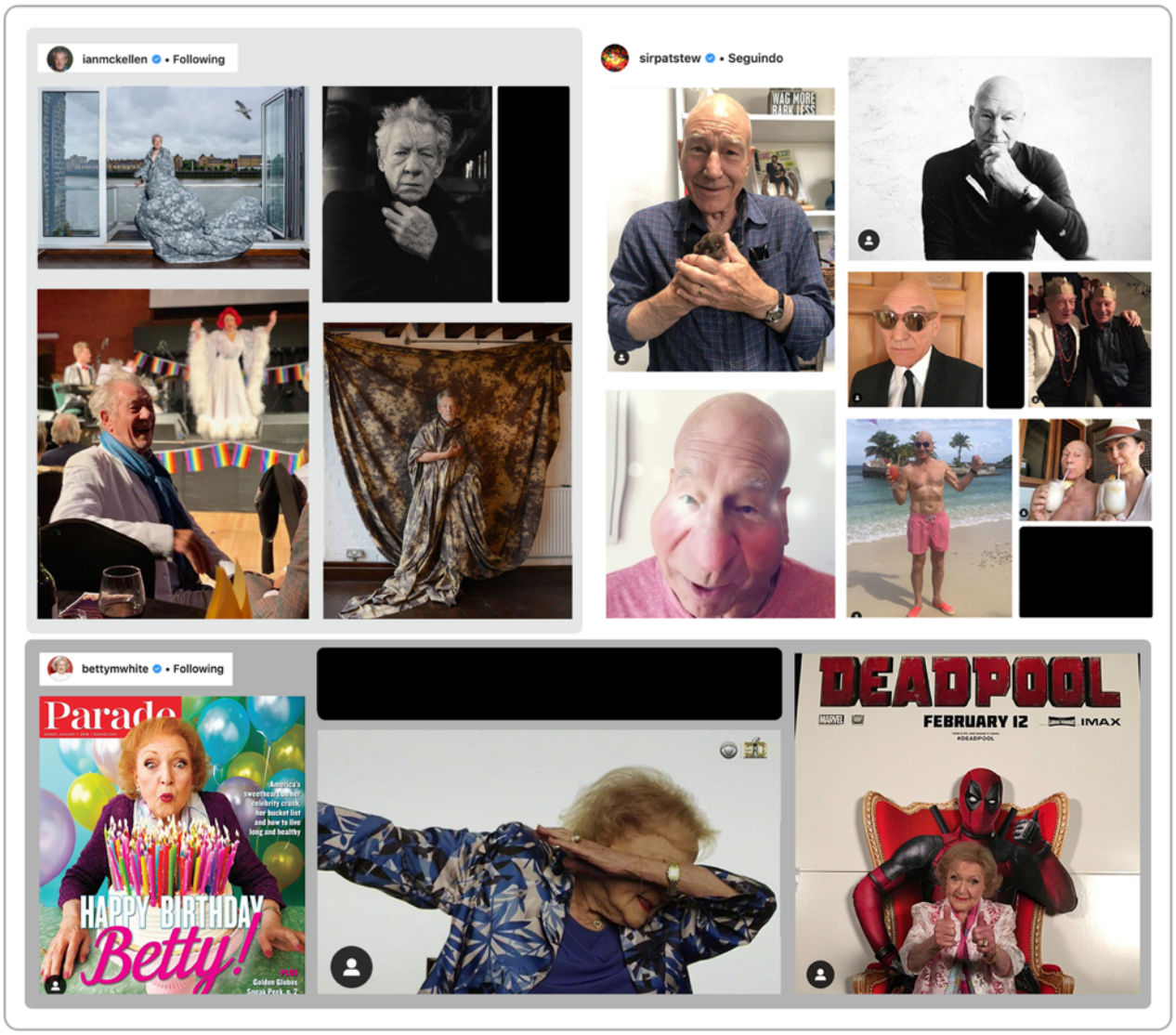
experiências e se conectar com amigos e famílias. Em 2016, cerca de 34% dos idosos abordados revelaram possuir contas em redes sociais como Facebook e Twitter, o que representa 7% a mais do que o indicado no ano de 2013% (quando apenas 27% dos idosos reportaram usar mídias sociais) (Pew Research Center, 2017). Em pesquisa mais recente, realizada em 2018, os dados mostram novo crescimento no uso de mídias sociais entre idosos, indicando que o uso é feito por 64% dos indivíduos entre 50 e 64 anos de idade, e por 37% dos indivíduos americanos com 65 anos ou mais de idade. Dentre as plataformas utilizadas, o Facebook é o mais utilizado pelos idosos (Pew Research, 2018). A agência interpreta que apesar de ainda ser minoria, o grupo de usuários idosos que utilizam mídias sociais tende a crescer ao longo dos próximos anos, principalmente porque as gerações mais novas de indivíduos idosos estão mais abertas e acostumadas ao uso de tal tecnologia.

Campos (2010), ao apoiar a difusão da tecnologia digital entre os idosos, discorre sobre a importância de se incluir os idosos nas plataformas virtuais, principalmente por terem disponibilidade de tempo, o que os evidencia como potenciais consumidores de horas-mídias. O autor também defende que a inclusão dos idosos aos meios digitais promove o empoderamento destes indivíduos ao promovê-los como agentes portadores de opiniões e, consequentemente, influenciadores. Por outro lado, Leist (2013) explica que o uso das mídias sociais por indivíduos que apresentam idades avançadas é motivado pelas possibilidades de manter contato social, pela oportunidade de prover e receber apoio e, especialmente, pela expectativa da diversão.

Moura (2017), investigando sobre a imagem do idoso e os aspectos iconográficos da Terceira Idade na comunicação de marcas nas mídias sociais, argumenta que um sujeito dentro do "ciberespaço" envolve a apresentação de um ponto de vista ou a promoção de uma imagem sobre uma situação em específico, cujos discursos e representações sociais e culturais se fundem em meio a uma aglomeração de sujeitos, tornando a ideia de página, perfil ou usuário uma rede válida. É o caso dos atores Ian McKellen, Patrick Stewart, Betty White (**Figura 11**), e a brasileira Vera Holtz, que expõe suas vidas em perfis públicos no Instagram, apresentando rotinas diferenciadas e, por vezes, polêmicas e divertidas.

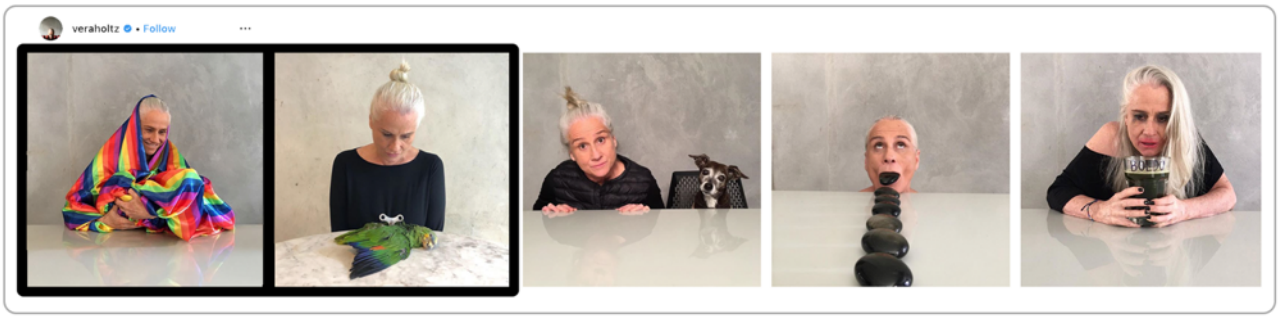
Especialmente no caso, da brasileira Vera Holtz (**Figura 12**), pode-se observar que o conteúdo publicado pela atriz não se configura apenas da promoção de sua imagem e da socialização com seus fãs, mas sim de uma manifestação crítica acerca dos costumes sociais e ou desgaste do cenário político nacional. Com um ar de mistério, Holtz publica suas fotos com títulos enigmáticos, causando inquietação em boa parte de seus mais de um milhão e trezentos seguidores. Em 2017, polemizou ao expor uma foto com o título "Evangelho da Diversidade" a qual fazia alusão à Igreja e a luta LGBT. No ano seguinte, traz inquietude aos seguidores ao publicar uma imagem na qual um papagaio, desfalecido sobre a mesa, possui um dispositivo para "dar corda" acoplado às suas costas. Com o título "Longe da Revoada", Holtz promoveu entre seus seguidores uma discussão sobre o mercado e o tráfico ilegal de animais, evidenciando um dos problemas presentes na sociedade.

Figura 11. Fotos dos perfis do Instagram dos atores Ian McKellen (1,8 milhões de seguidores); Patrick Stewart (1,3 milhões de seguidores); Betty White (1,4 milhões de seguidores).



Fonte: @ianmckellen; @sirpatstew; @bettymwhite – Instagram, 2019.

Figura 12. Fotos do perfil do Instagram da atriz brasileira Vera Holtz. As imagens em destaque (preto) corresponde às legendas "Evangelho da Diversidade" e "Longe da Revoada" (1,3 milhões de seguidores).
Fonte: @veraholtz – Instagram, 2019.



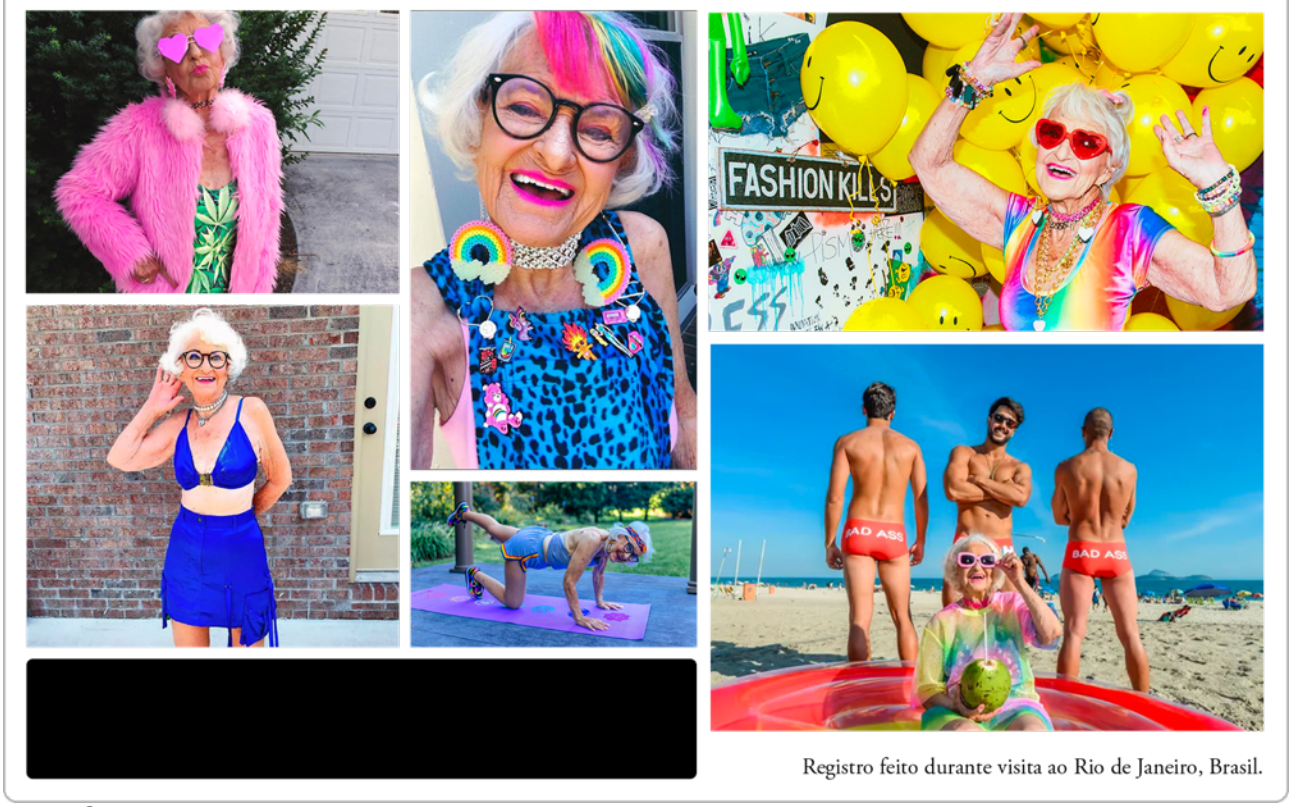
Outro contexto cada vez mais explorado pelos indivíduos idosos nas redes sociais digitais é o da Moda. Ao longo dos últimos anos, os perfis gerenciados por personalidades com idade avançada têm se destacado entre os influenciadores de moda, chamando a atenção tanto pelas questões estéticas e de estilo do produto da moda, como também pelo comportamento. A norte-americana Baddie Winkle (originalmente Helen Ruth Van Winkle) é

uma das personalidades que desde o ano de 2014 vem acumulando milhares de seguidores em sua conta do Instagram (**Figura 13**). Aos 89 anos, Baddie possui mais de 3,8 milhões de seguidores que a acompanham virtualmente em aventuras nada convencionais para uma mulher da terceira idade. Ao perder o marido e filho, começou a publicar fotos que com ênfase "a paz e ao amor" com a ajuda de uma bisneta e, em um curto período de tempo, já era referência "*it-girl*" no universo da moda (Frozza, 2017). Fotos divertidas, roupas justas e coloridas, viagens e pose sensual são algumas das características encontradas em suas fotos. Afastando-se do comportamento pudico socialmente atribuído às idosas, provoca já na própria descrição da conta, onde escreve "*stealing ur man since 1928*". Em 2017, como parte de uma campanha publicitária da empresa de viagens Hoteis.com, Baddie escolheu o Brasil como um dos dez destinos que desejava conhecer antes de morrer. A ida à cidade de Rio de Janeiro rendeu fotos com homens musculosos na praia, visita a pontos turísticos e aula de samba, mesmo com a bengala nas mãos.

Em entrevista à revista norte-americana Cosmopolitan (Koman, 2015), Helen diz sensibilizar gerações mais novas pois acredita que passa uma imagem do que querem ser quando chegar o envelhecimento deles. Além disso, conta que está tentando mudar o comportamento receoso dos amigos de mesma idade quanto à Internet e às redes sociais. Apesar do apoio de milhões de seguidores e, em especial da família, diz sofrer críticas sobre seu comportamento, inclusive de sujeitos mais velhos, com idades próximas à dela. Dentre estes comportamentos, destaca-se o que sai em defesa a legalização da maconha medicinal em todos os estados norte-americanos, dado a comprovação de que ajuda a amenizar os sintomas de algumas doenças. Questionada sobre sua "missão", Winkle diz querer ser uma inspiração para pessoas mais velhas, desejando que estas saiam de dentro de suas casas e de papéis sociais, e mostrem quem realmente são. Em outra entrevista, à revista The CUT (também norte-americana) (Nechamkin, 2017), ao responder sobre que conselho daria aos jovens de 20 e poucos anos, Baddie declara que diria para que vivessem os dias como se fosse o último, mantendo-se firme no curso da vida. Acrescenta que sua filosofia de vida é ser gentil como todos e, que sorrir para as pessoas faz com que estas sorriem de volta e, completa: "*I think I'm just gonna keep on doing what I'm doind and live every day as if it were the last, and be the best person I can be. Just be me*". Em decorrência da repercussão de seus pensamentos e estilo de moda e maquiagem, no ano de 2017, a editora Harper Design compilou seu estilo de vida no livro *Baddiewinkle's Guide to Life*, com o objetivo de ser um guia para viver de uma forma mais aventureira, respeitando sua individualidade.

Aos 98 anos de idade, a empresária e designer de interiores Iris Apfel se tornou ícone da moda ao longo dos anos por seus feitos "fashionistas" que quebraram com convenções sociais do que era ou não permitido às mulheres, ou ainda, mulheres idosas (**Figura 14**). Como uso exacerbado de cores, acessórios opulentos e peças de roupas bem conceituais criou um estilo próprio que permeia entre o exótico e o nada convencional. Tamanha é sua representatividade que, no início de 2019, a norte-americana assinou um contrato com a agência de modelos IMG, a mesma que é responsável pelas carreiras de modelos referências no universo da moda, tais como Gisele Bundchen e Gigi Hadid (Eytan, 2019).

Figura 13. Fotos do perfil do Instagram de Baddie Winkle



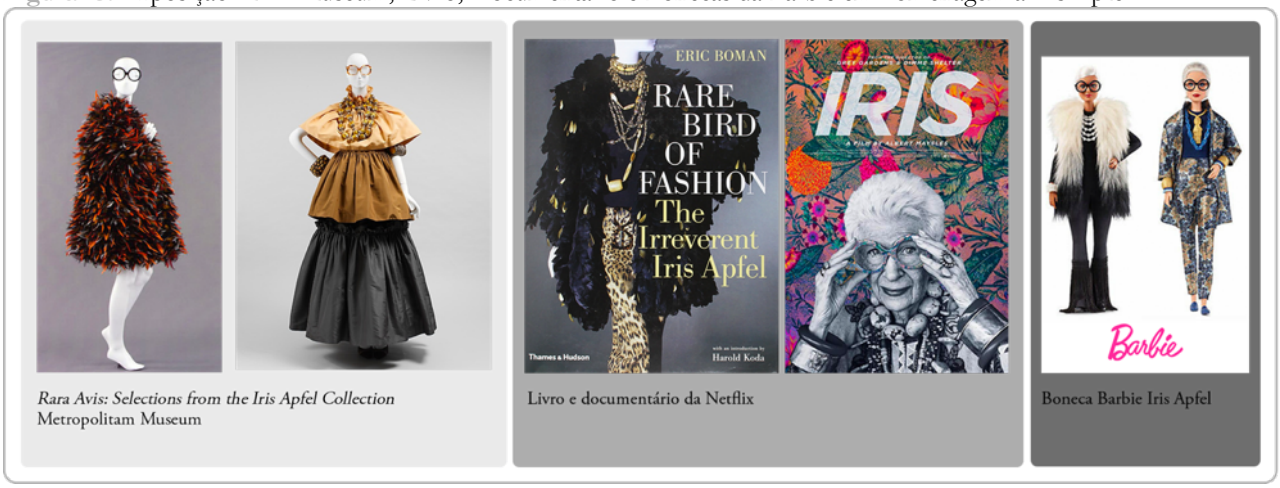
Fonte: @baddiewinkle – Instagram, 2019.

Figura 14. Fotos do perfil do Instagram de Iris Apfel

Fonte: @iris.apfel – Instagram, 2019.

Dentre suas conquistas estão: uma exposição no *The Costume Institute of The Metripolitan Museum of Art* intitulada "*Rara Avis (a ave rara): Selections from the Iris Apfel Collection*" na qual foi a primeira pessoa viva, não designer, a ter suas roupas e acessórios expostos no museu; em 2007, inspirado pela exposição, o jornalista Eric Boman lançou o livro *Rare Bird of Fashion: The Irreverent Iris Apfel*, com registros fotográficos do acervo além de notas biográficas da vida de Iris e de sua relação com a moda, design e arquitetura; em 2015 foi lançado um documentário biográfico na plataforma digital Netflix sobre sua vida sob direção de Harper Maysles, e intitulado *"Iris"*; em 2018, outro livro biográfico foi lançada, desta vez com o título "*Iris Apfel: Accidental Icon*" e produzido por Harper Collins; e, além disso, serviu de inspiração para o lançamento de duas versões da boneca Barbie (**Figura 15**) (Redação L'Officiel, 2019; Eytan, 2019; Vasconcelos, 2018).

Figura 15. Exposição MET Museum; Livro; Documentário e Bonecas da Barbie em homenagem a Iris Apfel.



Fonte: Metmuseum.org; Amazon; IMDB; Barbie, 2019..

Com 1,4 milhões de seguidores e mais de mil publicações, sua conta no Instagram revela o lado irreverente e nada "comum" a uma idosa quase centenária. Além de roupas e acessórios irreverentes e cheios de conceitos, Iris mostra um comportamento divertido e energético, o que pode ser observado na própria discrição do perfil: "*More is more & less is a bore; 98 year-old New Yorker, style icon, interior & fashion designer, business woman*". Vasconcelos (2018), pesquisadora que dedicou uma dissertação ao estudo de Iris Apfel, discorre que a influenciadora de moda atua como uma mulher que no auge de sua longevidade se mantém ativa e exploradora de novas possibilidades, usando sua experiência de vida aos contextos contemporâneos, transformando seu próprio corpo e imagem em instrumentos de comunicação que torna a velhice algo divertido, chamativo e impossível de se passar despercebida.

As imagens promovidas por Iris e Baddie se fundem a um processo recente no qual a mídia passa a dar espaço e a reforçar o poder do consumidor e usuário idoso, guiada, principalmente, pela própria imagem veiculada pelo indivíduo envelhecido e, consequentemente, pela aceitação da sociedade sobre ela, visto o grande número de seguidores que possuem. Assim como as duas personalidades, uma gama diversa e numerosa de atores midiáticos idosos tem se revelado cada vez mais seguro e positivo acerca de seu empoderamento, tendo as redes sociais canais de fácil promoção de estilos de vida que negligenciam estigmas conservadores sobre o que é adequado ou não ao indivíduo da terceira idade. É o caso de personalidades como: a excêntrica Dee Goldie (Dee Goldberg) que com mais de 11 mil seguidores enche seu perfil do Instagram com combinações de moda irreverentes e "ecléticas", como prefere chamar; a artista e produtora de teatro Beatrix Ost que mostra combinações extravagantes de roupas e acessórios, em especial turbantes e joias, que são produzidas e publicadas em seu Instagram para seus mais de 52 mil seguidores; a designer australiana sexagenária Sarah Jane Adams, que se tornou celebridade com mais de 185 mil seguidores ao apresentar referências de moda ao estilo *vintage* de uma forma casual e desprendida, com um ar quase que de rebeldia; a estilista australiana Lesley Crawford, que com mais de 7 mil seguidores, fez de seu Instagram uma janela para expressar estilos de moda irreverentes, nos quais, muitas vezes, são produzidos após reciclar peças de vestuário de outros designers (**Figura 16**).

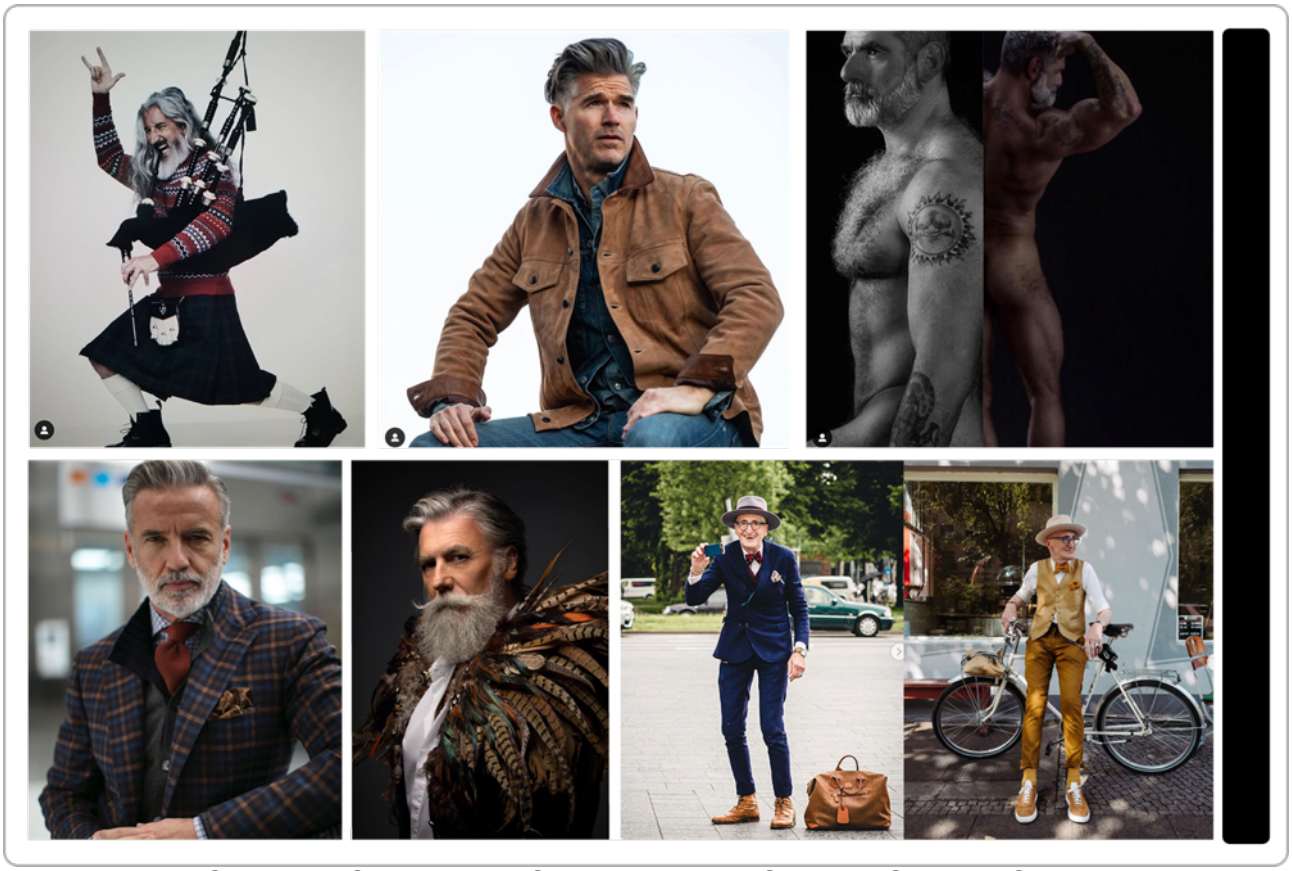
Figura 16. Fotos de Dee Goldberg; Beatrix Ost; Sarah Jane Adams; e, Lesley Crawford.

Fonte: Instagram: @deeegoldie. @beatrixost; @saramaijewels; @lesleyhasmanyhats, 2019.

Considerando tais exemplos, é natural observar uma tendência sexista nesse contexto midiático. É natural compreender que as mulheres, ao longo de toda a história, apresentaram-se mais ligada às questões da moda e da aparência e, portanto, seriam as primeiras a se mobilizar diferentemente quanto às ideias conservadoras da sociedade frente ao envelhecimento, principalmente no que diz respeito à moda e a construção de personagens sociais. Contudo, o gênero masculino também tem se revelado mais sensível às novas oportunidades de subjetivação engendrados pelas mídias sociais. É o caso de personalidades como Ron Jack Foley, Eric Rutherford, Anthony Varrecchia, Thomas R. Pescod e Philippe Dumas que, apesar de estarem em meio a quinta ou sexta década de suas vidas, apresentam comportamento de moda que os fazem ser referências de estilo e atitude (**Figura 17**). Toma-se ainda, como exemplo, o supercentenário Gunther Krabbenhof (**Figura 17**), que superando os 100 anos de vida, tornou-se ícone de estilo e irreverência. Com quase 52 mil seguidores, o alemão faz de sua conta no Instagram a promoção de um senhor que vive de maneira leve e divertida seus dias de longevidade. Com estilo particular que combina alfaiataria v*intage* com detalhes de moda contemporâneos, tornou-se referência de estilo, divertindo-se em publicações inusitadas e bem-humoradas.

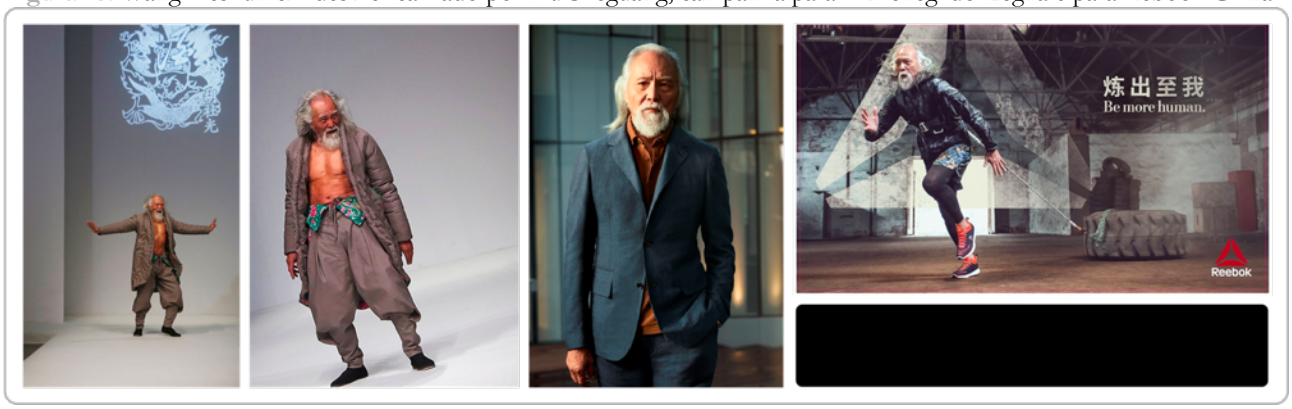
No início da oitava década de vida, o chinês Wang Deshun é outra personalidade que impactou o mundo da moda ao participar em um desfile de moda de Pequim. Focando em uma performance diferenciada, o designer responsável pelo desfile, Hu Sheguang, incentivou a participação de Wang por acreditar em um espetáculo único onde o corpo, olhar e movimento foram essenciais para um performance que conduziu questionamentos acerca da eterna juventude, a qual, consequentemente, foi absorvida pelas agências publicitárias e pelos próprios espectadores, o que rendeu a Wang, uma contrato com a marca de Ermenegildo Zegna e Rebook (China) (**Figura 18**).

Figura 17. Ron Jack Foley, Eric Rutherford, Anthony Varrecchia, Thomas R. Pescod; Philippe Dumas; e Gunther Krabbenhof.



Fonte: Instagram - @to_ron_to; @mr.rutherford; @anthony.varrecchia; @trpescod; @dumphil; @g.krabbenhoft, 2019.

Figura 18. Wang Deshun em desfile realizado por Hu Sheguang; campanha para Ermenegildo Zegna e para Rebook China.



Fonte: GettyImages; Ermenegildo Zegna; Reebok China, 2019.

Em 2008, o fotógrafo norte-americano Ari Seth Cohen fundou o blog *Advanced Style* focando a publicação de fotos de mulheres acima dos 60 anos que tinham muito a mostrar em seus estilos únicos de se vestir e se comportar. Inspirado por suas avós, buscou nas ruas ícones de moda desconhecidos que reinavam em seus dias de velhice de maneira criativa: *"I feature people who live full creatives lives. They live life to the fullest, age gracefully and continue to grow and challenge themselves"* (Cohen, Advanced Style Blog). Outro fator a sensibiliza-lo, foi a falta de campanhas de moda e sites sobre estilo que referenciavam os indivíduos mais velhos, os quais, ao ser ver, podem ser únicos por sua capacidade criativa e vitalidade independente da idade. O sucesso do blog resultou na publicação de quatro

livros[22], um documentário com as mulheres nova iorquinas que contribuem com o trabalho de Cohen e uma conta no Instagram com mais de 271 mil seguidores (**Figura 19**). Além disso, o trabalho de Cohen foi reproduzido em grandes marcas da indústria de informação, tanto no que diz respeito a editoriais quanto campanhas publicitárias, incluindo para: New York Times, Vogue, New Yorker, Forbes, Summer Eyewear para Karen Walker; e Grey Magazine.

Dentre os demais perfis que se tornaram icônicos pelas mãos de idosos, tem-se ainda tipos como (**Figura 20**):

- @anagimeno222: A espanhola estilista e consultora de moda Ana Gimeno Brugada que com 19,9 mil seguidores reescreve normas de estilo com suas criações diferenciadas;
- @iconaccidental: Consultora, professora acadêmica e blogueira de moda sexagenária Lyn Slater, que com quase 700 mil seguidores, promove uma moda excêntrica que revela o empoderamento advindo com a idade e suas conquistas;
- @idiosyncraticfashionistas: Blogueiras nova iorquinas sexagenárias que produzem material com o mote "mulheres de uma certa idade que são um péssimo exemplo para mulheres mais velhas em todos os lugares". Com imagens produzidas em meio as ruas e lojas, trazem para seus mais de 35 mil seguidores, idosas com estilos exóticos e nada convencionais;
- @constanzapascolatos2g: A empresária e consultora de moda Constanza Pascolato há anos tem seu trabalho reconhecido no Brasil. Apesar de italiana por nascimento, chegou aos cinco anos em território brasileiro onde seguiu pelo campo da moda assumindo a tecelagem do seu pai, tonando-se uma das maiores empresárias do ramo têxtil. Aos 80 anos de vida, ainda é referência de moda pelo seu estilo clássico e elegante, o qual é compartilhado em seu perfil do Instagram por mais de 630 mil seguidores;
- @bonpon511: Casal japonês de sexagenários que há quase 40 anos usam as mesmas combinações de roupas. Com mais de 800 mil seguidores, produzem as próprias fotos com a ajuda de um celular e um tripé, mostrando combinações diárias de roupas criadas por eles mesmos.
- @fashiongandpas: perfil criado pela publicitária Christina Belchere no qual publica fotos de idosos estilosos como parte de um projeto sobre moda e terceira idade. As inspirações são de origem diversas, especialmente, as encontradas pelas ruas de Nova Iorque. Os visuais diferenciados dos modelos idosos cheios de personalidades registrados pela publicitária são compartilhados com mais de 23 mil seguidores.

[22] (1) *Advanced Style*: Coloring book, 2012, Ari Seth Cohen (autor) e Ilan Schraer (Ilustrador), PowerHouse Books; (2) *Advanced Style*, 2012, Ari Seth Cohen (autor) e Dita Von Teese (Contribuição), PowerHouse Books; (3) *Advanced Style*: Older & Wiser, 2016, Ari Seth Cohen (autor), PowerHouse Books; (4) *Advanced Love*, 2018, Ari Seth Cohen (autor), Harry N. Abrams Publisher.

Figura 19. Imagens disponíveis no Instagram de Ari Seth Cohen, @advancedstyle.

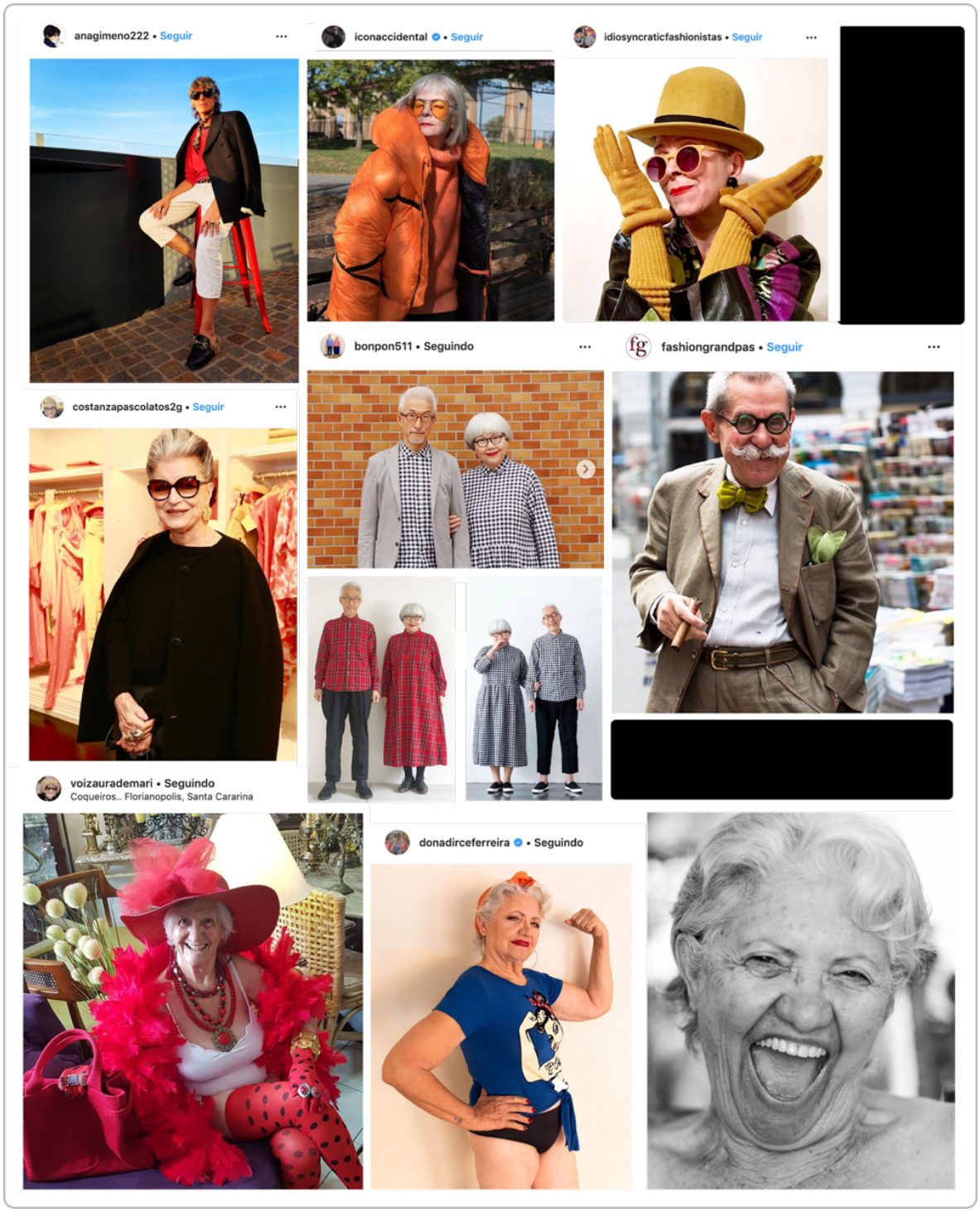
Fonte: Instagram - @advancedstyle, 2019.

- @voizaurademari: com mais de 35 mil seguidores, a brasileira quase octogenária Izaura Demari tem impactado às redes sociais com seu estilo inconfundível e extravagante. Apaixonada por viagens e moda, faz de sua conta no Instagram um reduto de imagens divertidas que revela uma

personalidade divertida e marcante que se deleita de muitos acessórios e roupas que chamam a atenção;

- @donadirceferreira: descrevendo-se como a "vovó mais doida e feliz do Brasil", Dirce Ferreira, aos 72 anos ganhou fama ao reproduzir foto de uma de suas netas em sua conta do Instagram de maneira cômica. Com estilo irreverente e adverso ao "que diz respeito a sua idade", diverte ao publicar imagens e vídeos com combinações diferenciadas e exóticas. Além disso, compartilha suas brincadeiras e não tem medo de mostrar seu corpo aos seus mais de 131 mil seguidores.

Figura 20. Perfis que se tornaram icônicos pelas mãos de algumas personalidades idosas.



Fonte: Instagram, 2019.

Paralelamente ao mundo da moda, os perfis de outras personalidades idosas também se destacaram por comportamentos diferenciados e pelo vínculo que estes mantem com as redes sociais, especialmente o Instagram. Dentre eles, tem-se (**Figura 21**):

- @janegoogallinst: doutora primatóloga britânica Valerie Jane Morris Goodall, ou simplesmente Jane Goodall. Cientista que no auge dos seus 80 e poucos anos promove suas pesquisas que tem refletido substancialmente na compreensão da relação entre a humanidade e os primatas. Com cerca de 843 mil seguidores, publica em seu perfil suas experiências com os primatas bem como traz em legendas conteúdos interessantes sobre seus projetos e os animais. Atuando como uma ativista em prol dos animais e da natureza, busca na mídia uma forma de conscientizar a humanidade e fazer reconhecido seu trabalho;
- @babushka_1927: Aos 91 anos, a russa Elena Erkova é destaque no Instagram por suas aventuras em torno do mundo. Com mais de 173 mil seguidores, compartilha fotos e vídeos de suas viagens e feitos nos mais diferentes países, tais como andar de moto em Bangkok, na Tailândia e subir em um camelo em Israel.
- @hattitudes1: A americana octogenária Hattie Retroage se destacou entre os perfis do Instagram ao compartilhar seu comportamento "nada convencional para sua idade" ao declarar suas aventuras românticas após ter criado uma conta em um aplicativo de relacionamento, conhecido como *Tinder*. Declaradamente em busca de amantes mais novos – por acreditar que a maioria dos homens de sua idade não estão mais no mundo terreno-, possui um estilo extravagante de se vestir além de não ter filtro para expor suas ideias e ou posicionamento político. Defende a liberdade sexual independentemente da idade, tendo como objetivo de vida mudar a visão decrépita sobre envelhecimento transformando-o em algo emocionante. Seu perfil apresenta a seguinte descrição: antienvelhecimento, sexo, Consultora de relacionamento, inspiração internacional, modelo, escritora, puma e "*sexquisite aging*". Com imagens e vídeos em situações inovadoras, divertidas e até cômicas, compartilha seu estilo de vida e moda com mais de 5 mil seguidores;
- @smoothsmith8: Apesar da conta pertencer ao seu neto, Ross Smith, Pauline "*Granny*" Kana, em plena nona década de vida, tornou-se um sucesso nas redes sociais por suas aventuras cômicas. Fotos e vídeos de situações cômicas são compartilhados com mais de 2,7 milhões de seguidores. Fantasias, sustos, palavrões e situações bem embaraçosas são reproduzidas com muito humor pela dupla que parecem se divertir muito ao elaborá-las.

Figura 21. Idosos que se inovaram por meio de suas publicações no Instagram

Fonte: Instagram, 2019.

Naturalmente que os exemplos aqui pontuados são extremos quanto a promoção da liberdade de expressão individual dos idosos. Contudo, principalmente em decorrência da tecnologia e da facilidade de comunicação dos dias atuais, tais comportamentos se tornam conhecidos a um número cada vez maior de indivíduos, o que, consequentemente, começa a promover uma reavaliação do que é compreendido por atitudes pertencentes ao envelhecimento. Este processo pode ser associado ao que Foucault (1995) considerou como uma luta contra as formas de sujeição que subjugam o indivíduo a si mesmo ou o submetem ao controle externo, dos demais atores sociais. Rocha (2011) discorre que tal luta se torna ainda mais evidente no cenário contemporâneo uma vez que a constituições das subjetividades estão cada vez mais inseridas dentro da esfera da mídia e do fenômeno do consumo. Em suas considerações, apresenta que (Rocha, 2011, p. 1623 – 1624):

> A mídia é um dispositivo que produz sujeitos, ou seja, indivíduos dotados de certa experiência de si mesmos. Ela atua como um dispositivo (pragmático ou performativo), na medida em que constitui modos possíveis das experiências de si. Uma novela, uma entrevista, um blog, um filme ou uma propaganda funcionam como estruturas narrativas, que propõem uma gramática da auto expressão. Nesse sentido, importa menos o conteúdo do que é aí formulado do que a própria forma de sua enunciação. Desse ponto de vista, não se trata apenas de moldar comportamentos ou introjetar valores em um sujeito existente a priori, mas de constituir a própria subjetividade (Fischer, 2002, 1997 apud ROCHA, 2011, p. 1623 - 1624)[23].

[23]Fischer, R. M. B. (1997). O estatuto pedagógico da mídia: Questões de análise. *Educação & Realidade, 22*(2), 59-79.

Fischer, R. M. B. (2002). O dispositivo pedagógico da mídia: Modos de educar na (e pela) TV". Educação e Pesquisa, 28(1), 151-162.

.

Coforme Rocha (2011), o discurso contemporâneo veiculado na mídia, principalmente na esfera publicitária, caminha cada vez mais para um discurso "libertário" ou permissivo, que consiste não apenas em propor uma diversidade de estilos, uma plasticidade de condutas e modelos, mas sobretudo, de afirmar a ideia de liberdade e mesmo de subversão dos modelos até então produzidos. No viés publicitário, completa que (Rocha, 2011, 1623 – 1624p):

> (...) para além de seu papel clássico (normativo) de impor representações pré-estabelecidas – modelos de conduta, padrões de beleza, valores, visões de mundo etc. – o discurso publicitário contemporâneo opera incitando o consumidor a exercer sua liberdade, expressar a si mesmo e a ter "seu próprio estilo". Nesse sentido, trata-se menos de dizer como o indivíduo deve ser (ou agir) e mais de informa-lo de que o produto em questão expressa sua individualidade e seu estilo.

No ínterim desse processo reincide às questões voltadas para a individualidade e o estilo do indivíduo idoso, as quais, por sua vez, impactam na sociedade e, consequentemente, nos hábitos de consumo bem como nas necessidades e expectativas projetadas sobre um produto, serviço ou experiência. Retomando e reforçando o assumido por Debert (2004) essa "nova" subjetividade atribuída ao idoso vem sendo gradativa e amplamente divulgada na sociedade contemporânea, sendo a mídia o palco central para a promoção dessa imagem. De acordo com a autora, essa projeção acerca do "novo envelhecimento" vem sendo articulada em comerciais, novelas, revistas e reportagens de jornal, fazendo com que esse conceito seja absorvido e administrado como uma tendência contemporânea, contribuindo para que estereótipos sejam revistos. Em suas palavras: "*a ideia de um processo de perdas tem sido substituída pela consideração de que os estágios mais avançados da vida são "momentos propícios para novas conquistas, guiadas pela busca do prazer e da satisfação pessoal*" (Debert, 2004, p. 14).

2.4 Consumo e terceira idade

Em meados da década de 1970, Klippel e Sweeney (1974) publicaram um estudo que destacava a falta de interesse dos mercados em relação ao consumidor idoso, e defende a importância de estratégias de marketing sensíveis e coerentes a este nicho de mercado. Dentre os achados dos autores, a relação entre as características psicológicas dos consumidores idosos e a importância que eles atribuem às informações assimiladas frente a um produto apareceu como fator essencial a ser trabalhado pelas empresas de maneira que o produto seja compreendido por esses consumidores mais envelhecidos.

No quadro geral, os hábitos de consumo dos indivíduos mais velhos foram ganhando destaque ao longo das últimas décadas. Alguns estudos, tais como os citados anteriormente, propuseram identificar padrões de compra bem como os motivos que poderiam influenciar diferenças nos hábitos de consumo e decisão de compra. No começo dos anos 1980, Meadow et al. (1981), baseado em literatura prévia publicada sobre o consumo do indivíduo, reconhecem uma tendência no aumento do interesse investigativo sobre o relacionamento entre o mercado e o idoso, apesar de afirmarem que ainda há muito o que se identificar e compreender em termos

descritivos, preditivos, e explicativos do comportamento humano ao longo do envelhecimento. Os autores ao debaterem sobre o que é compreendido até então por consumidor idosos, apresentam oito diretrizes que descreviam as principais características a ser consideradas para a tomada de decisão do rumo mercadológico a ser assumido pela empresa, sendo eles: (1) os idosos tendem a ter certa mobilidade limitada; (2) os idosos usam grande quantidade de informações geradas por profissionais de marketing; (3) fazem compras não apenas por necessitarem realmente de algo; (4) apresentam padrões de lazer semelhantes aos grupos etários mais jovens, sendo, entretanto, menos frequentes; (5) possuem fontes de rendas nunca vistas na história, dado aos investimentos realizados antes da aposentadoria; (6) fazem menos compras com crédito prolongado; (7) não são um segmento homogêneo; (8) d dependem de uma vasta gama de regras de compras que resultam na variação entre os níveis de habilidade de superar as dificuldades ao lidar com instituições de marketings. Com base no apurado, Meadow et al. (1981) concluem que ainda há muito o que ser pesquisado e compreendido sobre as especificidades dos indivíduos idosos, principalmente por estarem conscientes e de acordo com a visão dos gerontologistas Neugarten e Hagestad que naquela altura, já defendiam que o mundo estaria caminhando para o desenvolvimento de uma sociedade onde a idade estaria sendo diluída até se tornar irrelevante (Neugarten, Hagestad, 1976).

Na década seguinte, Lumpkin (1984) também publicou sobre os hábitos de consumo dos idosos, mais especificamente sobre as diferentes orientações de mercado de indivíduos aposentados e não aposentados. Antes de promover discussão sobre seus achados, o autor alertou sobre a necessidade de investigações mais particulares e específicas sobre esse nicho de mercado, as quais não englobem somente aspectos de compra, mas sim fatores mentais e físicos. Os resultados indicaram que categorizar indivíduos com idade superior aos 55 anos em diferentes grupos etários de consumidores é importante, uma vez que foram percebidas distinções nas orientações que determina as compras. O grupo com idade mais avançada (acima dos 65 anos) parece se divertir menos do que o grupo de menor idade (55 – 64 anos) além de apresentar menos exigente quanto aos preços baixos. Contudo, considerando os indivíduos aposentados acima dos 65 anos de idade, mostraram-se menos preocupados com os valores encontrado no mercado, dado sua posição econômica mais segura.

John e Cole (1986) investigaram a diferença da capacidade de processamento de informação entre idosos e jovens com o objetivo de compreender melhor as dificuldades enfrentadas por ambos os grupos de indivíduos durante a ação de compra. Identificaram que volumes grandes de informações são mais difíceis de processar independentemente da faixa etária, apesar dos indivíduos idosos se apresentarem menos ágeis para tal processamento. Em outro estudo, Cole e Balasubramanian (1993) observaram que os idosos possuem mais dificuldade em processar as informações nutricionais das embalagens - no caso, de cereais – que indivíduos mais novos. Carpenter e Yoon (2011), por meio de uma revisão bibliográfica, pesquisaram sobre o processo de decisão de compra e o envelhecimento, justificando que promover uma melhor compreensão acerca de como manter a satisfação do consumidor idoso bem como a qualidade de suas decisões de compra são essenciais para contribuir com sua qualidade de vida. Os autores concluem que a experiência que os idosos adquirem ao longo dos anos e o conhecimento prévio que trazem no momento das decisões de compra, por si só, servem uma adaptação aos declínios no funcionamento deliberativos e cognitivo inerentes ao envelhecimento biológico.

Observa-se uma tendência investigativa que explora os processos cognitivos e emocionais inerentes ao envelhecimento, os quais, entretanto, podem influenciar as decisões de compra do indivíduo idoso. Essa realidade, consequentemente, revela demandas específicas que devem ser atribuídas à produtos e serviços que prezem pela qualidade da decisão de compra ao longo da vida. Frente a esse complexo contexto, grande parte das pesquisas se apresentam dentro de um contexto justificado pelo avanço e adequação do marketing às necessidades dos indivíduos mais velhos (Mata et al., 2015; Missier et al., 2015; Tymula, et al., 2013). Contudo, pode-se afirmar que, com o envelhecimento demográfico cada vez mais em destaque nas sociedades, o campo científico investigativo tem paulatinamente ampliado seu escopo de pesquisa mediante às novas demandas geradas pela população idosa. Tirando proveito da interdisciplinaridade, os estudos têm explorado conhecimentos diversos que convergem em direção à produção de informações e dados que possam engendrar diretrizes assertivas que poderão ser compreendidas e transferidas em forma de serviços, tecnologias, metodologias, entre outros, a favor da inclusão dos idosos na sociedade bem como no desenvolvimento e manutenção de sua autonomia e independência.

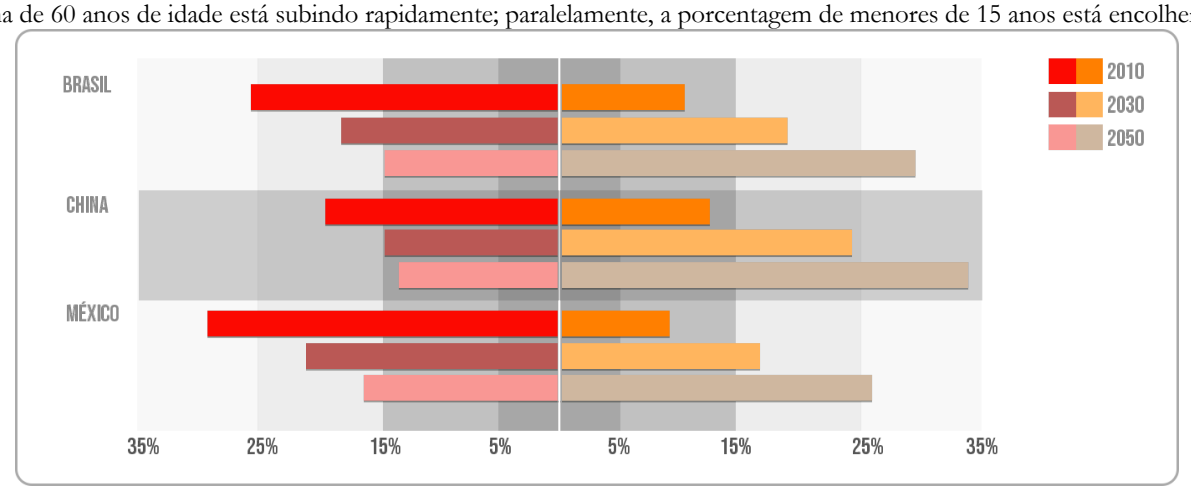
2.4.1 Idosos: mercado promissor a ser atendido

A partir dos anos 1970, o Japão, em um contexto pioneiro de envelhecimento populacional e de altas taxas de expectativa de vida, impulsionou globalmente discussões sobre como tal tendência iria impactar nas sociedades, principalmente no que tange à economia das nações. Logo, grande parte dos países desenvolvidos começaram a se sensibilizar sobre esta realidade, produzindo estudos que poderiam ilustrar a realidade presente bem como estimar panoramas futuros. Termos como "*aging economy"*, "*Seniors' Economy* "*greying economy*", "*Silver Economy*", "*Silver Economy*" e "*Lovegity Economic*", passaram a ser utilizados em estudos com prospectos sobre tal segmento de consumidores, evidenciando, cada vez mais, a importância que este teria sobre as decisões econômicas futuras.

O fenômeno do envelhecimento, entretanto, não demorou muito para ser compreendido como potencialidade global, não se restringindo apenas aos países com economia desenvolvida e taxas de longevidade mais expressivas. Como apontou, em 2012, o *Accenture Institute for High Performance* (2012)[24], as populações de economias emergentes, como China, Brasil e México, também se apresentavam como países onde o envelhecimento logo passaria a determinar novas demandas sociais, políticas e econômicas (**Figura 22**). Na altura dos dados apresentados, estes países já possuíam cerca de 10% do total de suas populações de indivíduos acima dos 60 anos de vida, percentil que chegaria a triplicar até o ano de 2050.

[24] Os dados apresentados fazem parte do relatório *The Seven Myths of Population Aging: how companies and* governments can turn the "Silver Economy" into an Advantage, de autoria de Erfurt, J., Peppes, A. Purdy, M., representantes do Accenture Institute for High Performance

Figura 22. Em três dos principais mercados emergentes de alto crescimento, a participação percentual da população total acima de 60 anos de idade está subindo rapidamente; paralelamente, a porcentagem de menores de 15 anos está encolhendo.



Fonte: Adaptado de Accenture Institute for High Performance, 2012.

Alguns anos antes, em 2010, empresa norte americana de consultoria de gestão global AT Kearney, já havia lançado o relatório "*A.T. Kearney's Global Maturing consumer study*[25]", no qual já destacava o fenômeno "*agequake*", ou seja, o processo de envelhecimento da população global no qual o número de indivíduos acima dos 60 anos irá superar o número de jovens com menos de 15 anos. Apresentando-se como a primeira pesquisa global a entrevistar três mil pessoas acima dos 60 anos em 23 países, entre eles, China, Inglaterra, México, Índia, Estados Unidos e Rússia, o estudo apurou os hábitos de consumo dos indivíduos sênior, dada a crescente representatividade econômica e social que tal segmento surgia na sociedade como um todo.

O estudo indicou uma insatisfação entre os consumidores idosos por avaliarem não serem adequadamente compreendidos e servidos por comerciantes, varejistas ou fabricantes. Dentre as críticas, os indivíduos apresentaram queixas quanto a estrutura física de muitas lojas, salientando problemas como o tamanho muito grande de algumas lojas, falta de acessibilidade, dificuldade na leitura das informações de direcionamento da loja e prateleiras muito baixas ou muito altas. Além disso, apontaram a falta de preparo de grande parte dos atendentes em situações onde a interação entre ambos, idoso e funcionário, era necessária, uma vez que esperam pela simpatia e compreensão dos lojistas acerca da realidade da idade, não sendo tratados, entretanto, como idosos ou muito velhos.

O estudo apontou também outras preferências e aspectos de consumo que podem guiar empresas a se reposicionarem frente ao consumidor idoso, sendo alguns deles:

- Embalagens mais fáceis de abrir e rótulos com maior legibilidade;
- Assentos ou cafeteria nas lojas para poderem fazer uma pausa e se sentar;

[25] Com autoria do Diretor geral *da Global Business Policy Council* Martin Walker, e co-autoria de Xavier Mesnard, consultor representante da França.

- Compras como estratégia de laser e convívio social;
- Lojas menores e mais perto do local de moradia, dado que preferem ir caminhando;
- Maior gasto com alimentação, bebidas e produtos naturais para manutenção da saúde;
- Aquisição de um número menor de produtos, apesar de estarem dispostos a investir mais nele;
- Menos sensíveis à preços, pois buscam qualidade;
- Leais às marcas que apreciam;
- Preferem uma seleção menor de produtos de qualidade com bom preço nas prateleiras à uma gama numerosa que dificultam a escolha durante a compra;
- Apreciam atendimento amigável e com funcionários que demonstrem disposição;
- Propagandas mais adequadas que tragam os idosos como referência sem rótulos negativos e estereotipados.

O relatório previu que à medida que o grupo de consumidores idosos crescia, seu poder de compra passa a exercer papel preponderante sobre as decisões de gestão e produção das empresas que se julgam inteligentes e dispostas a ajustarem suas estratégias para obterem vantagens competitivas.

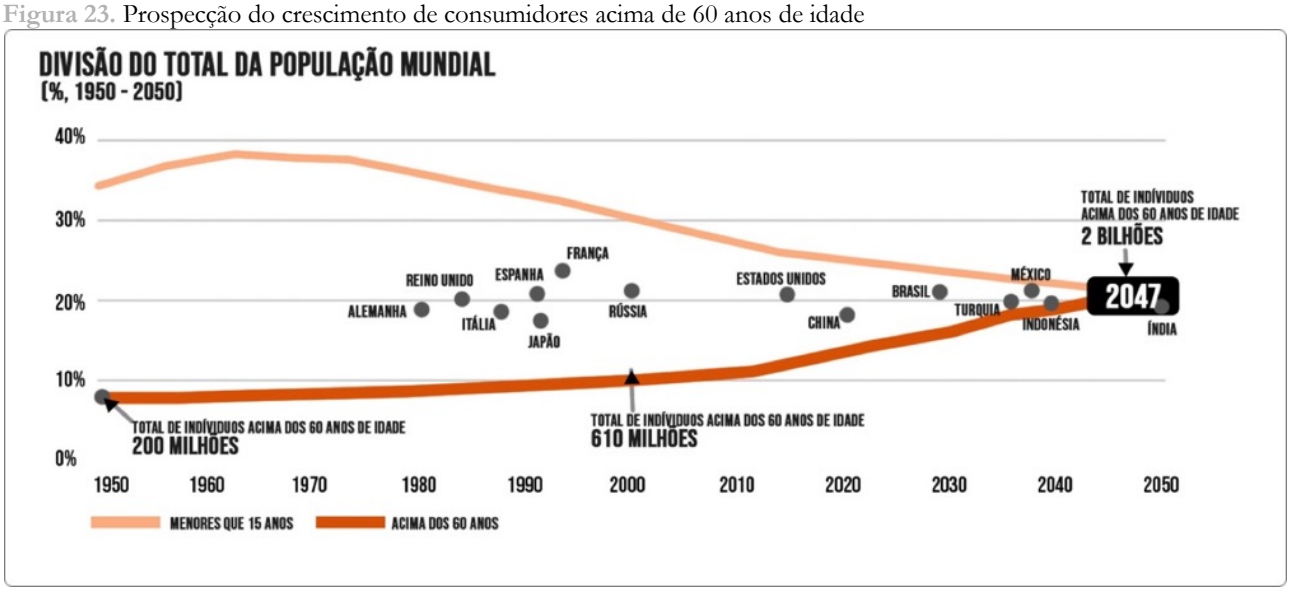
Alguns anos mais tarde, mais precisamente em 2012, a A.T. Kearney's lança novo relatório que corroborou com a investigação anterior sobre o crescimento e representatividade do consumidor sênior. Em parceria com o *The Consumer Goods Forum*[26], e com base na projeção populacional apresentada pela Nações Unidas no relatório *World Population Prospects* do ano de 2010, a A.T.Kearney previu que até o ano de 2047, o mundo teria cerca de dois bilhões de consumidores acima dos 60 anos de idade, praticamente igualando-se ao número de consumidores jovens com menos de 15 anos (**Figura 23**).

Além de reforçar as diretrizes do relatório anterior, a empresa de consultoria evidencia a heterogeneidade dos consumidores idosos. A A.T. Kearney apresenta que a inclusão é um dos aspectos mais importantes entre os quais as empresas que focam o futuro precisam levar em consideração. Trata-se de colocar as necessidades específicas do idoso dentro de um contexto global e democrático, não o tratando como um problema social grave a ser resolvido. Nesse interim, é natural que tal consumidor exija qualidades diferenciadas e específicas em uma variedade de produtos que possam atender suas demandas fisiológicas, emocionais e físicas, e, disponibilizar produtos que atendam essa exigência, é oferecer produtos que também possam atender a outros segmentos de consumidores.

[26] *O Consumer Goods Forum* (CGF) é uma rede global formada por parcerias entre seus membros empresariais. Trata-se do envolvimento de presidentes e diretores de mais de 400 empresas de cerca de 70 países, o que reflete a diversidade da indústria em termos de geografia, tamanho, categoria de produto e formato.

Esse panorama também pode ser verificado no estudo do *Accenture Institute for High Performance* (2012), citado anteriormente, o qual desmistificou o desinteresse de compra do indivíduo idoso, defendendo a falta de produtos específicos e de interesse a este segmento como a razão pela qual pudesse se justificar os números baixos de consumo. O argumento reforçava o ceticismo empresarial quanto ao consumidor sênior bem como a percepção de grande parte dos idosos que não acreditavam serem compreendidos e representados pela publicidade. De acordo com o estudo, os cépticos falhavam em compreender que os consumidores mais velhos eram uma grande força consumidora, da qual as empresas deveriam se inspirar e desenvolver estratégias que pudessem ser convergentes à inclusão destes indivíduos, seja por meio de produtos ou serviços específicos.

Figura 23. Prospecção do crescimento de consumidores acima de 60 anos de idade



Fonte: Adaptado de A.T.Kearney, 2013.

A *Euromonitor International* (2019), empresa global líder em pesquisa de mercado, em relatório anual publicado em 2019, apresentou as dez maiores tendências de globais de consumo, sendo uma delas relacionada a mudanças na percepção da idade e nos conceitos acerca do envelhecimento (Angus, Westbrook, 2019). De acordo com a apresentação de Gina Westbrook, diretora da companhia, desenvolver produtos e serviços universalmente acessíveis é a chave para conquistar a lealdade e confiança dos consumidores mais velhos. Usando o termo "*Age Agnostics*", a diretora defende que os *baby boomers* possuem muitas coisas em comum com os valores e as prioridades da geração *Millennials*, uma vez que ambas são caracterizadas por indivíduos que querem ser compreendidos e atendidos em suas necessidade de cuidarem de si mesmos, podendo desfrutar da vida com equilíbrio mental, físico e espiritual (Angus, Westbrook, 2019).

Na análise apresentada, os idosos querer se sentir, se comportar e ser tratado como mais jovens. Este contexto ilustra a instabilidade crescente das classificações determinadas cronologicamente, bem como coloca em evidencia as discussões acerca dos estereótipos negativos associados a velhice passado entre as gerações. Trata-se de um indivíduo que não é mais passivo quanto ao envelhecimento, principalmente por não se verem como velhos. Estes indivíduos constituem um grupo heterogêneo que apreciam as mesmas coisas que seus colegas mais jovens e, portanto, querem continuar sendo eles mesmos o maior tempo possível. Isso significa que eles querem produtos

e serviços que os ajudem a permanecer o mais tempo possível longe do que convencionalmente se postula como "para idoso".

A corporação de rádio e TV do Reino Unido, BBC (British Broadcasting Corporation), por meio do programa *BBC Worklife*, lançou o "*The Generation Project's Population Paratox*", com objetivo de investigar como as mudanças demográficas das populações mundiais estão a impactar a vida nas sociedades, bem como busca analisar o que este processo poderá acarretar no futuro. Sob o conceito da "economia da longevidade"[27], o projeto coloca o idoso não apenas como um consumidor que demanda especificidades em produtos e serviços, mas também o posiciona como ator social que, em vistas de seus anos extras, prolongam sua atuação profissional alimentando a economia no país. Consequentemente, há um consumo maior advindo desse segmento, o qual, por sua vez, pode ser igualado ao de gerações mais novas, como os *millennials*, inclusive quando comparado os índices de compra realizadas no mercado online (Shibata, 2019).

No ano de 2017, o professor Dr. Joseph Coughlin, integrante do corpo docente do Departamento de Estudos e Planejamento Urbanos do MIT, apresentou em seu livro "*The Longevity Economy*" (2017), um debate sobre o que os indivíduos idosos realmente desejam, contrariando o que convencionalmente se apregoa. Sua capacitação crítica sobre o assunto é justificada por seus feitos acadêmicos, tal como a fundação, no ano de 1999, do *MIT AgeLab*, um programa de pesquisa multidisciplinar criado com o objetivo de gerar conhecimento sobre o papel da tecnologia na vida dos indivíduos idosos e como ela pode melhorar seu funcionamento diário. No livro, começa por criticar os conceitos sociais sobre o envelhecimento, os quais estão fortemente associados à visão unilateral do detrimento biológico do ser humano ao longo dos anos, e segue a desenvolver sua argumentação justapondo exemplos de companhias que tiveram sucesso ou que falharam em abraçar o envelhecimento populacional. O professor enfatiza que muitas empresas falham por não estar preparadas para absorver e compreender os fatores advindos com a transição demográfica, tal como o que coloca os idoso como consumidor dominante (Coughlin, 2017; Leszko, 2010)

Em testemunho sobre suas pesquisas, publicado pelo *Special Committee on Aging – United States Senate*, Coughlin (2019) reforça que observou em seu livro, *The Longevity Economy: Unlocking the World's Fatest-Growing Most Misunderstood Market*, que a sociedade, ao invés de elevar a emergência dos idosos a um status de conquista, a coloca como um presságio ao apocalipse que irá se instalar sobre os sistemas nacionais de saúde. Ou seja, ao invés de celebrar a longevidade, a história tem referenciado o idoso apenas pelo viés dos problemas, negligenciando vitórias sociais e o surgimento de novas oportunidades. O autor também defende que a negligência das empresas quanto ao idoso se deve ao afastamento dele durante o processo o projeto de um produto ou serviço, ou ainda, das referências pessoais familiares que alguns designers transferem ao produto como solução projetual. Para Coughlin, esta realidade resulta em um processo defeituoso que geralmente produz produtos com usabilidade inadequada e

[27] Tradução própria para o ter em inglês "*longevity economy*".

com falta de qualidade estética. Isto porque, como explica o autor, a escassez de usuários mais velhos integrados à cadeia de valor da inovação em tecnologia resultou no desenvolvimento de produtos que são apenas grandes, beges e chatos, mesmo quando há uma tentativa de aplicar os princípios do design universal.

O *World Economic Forum*, organização independente que declara ter como objetivo contribuir com a evolução da sociedade por meio da análise e projeção de mercados e negócios a nível global, apresentou no ano de 2015 um relatório sobre como a longevidade do século XXI pode criar mercados e direcionar o crescimento da economia. Entitulado "*How 21st-Century Longevity can create markets and drive economic growth*", o relatório defende que nos últimos anos empresas, grandes e pequenas, começaram a usar a idade como uma lente pela qual se pode vislumbrar novos planos estratégicos de crescimento, tal como uma oportunidade comercial que passará, cada vez mais, a alimentar os rumos das decisões de mercado. O relatório ressalta que no cenário atual, a geração de pessoas mais velhas apresenta características econômicas mais otimistas e estáveis, o que, naturalmente, a torna força consumidora promissora. Consequentemente, novas oportunidades de negócios surgem em decorrência de demandas cada vez mais específicas, com destaque aos setores de cuidados com a saúde, farmacêutico, tecnológico, transporte, moda e lazer.

Na mesma perspectiva, a revista Forbes, que trata sobre negócios e economia global, enalteceu o envelhecimento como a vanguarda da industrialização e da inovação científica, principalmente dentro do setor privado. Destaca a promessa de crescimento econômico que esse segmento pode impulsionar a partir do desenvolvimento de novos mercados bem como da abertura de novos caminhos para diversos setores interessados e dispostos a se adequarem às demandas dos indivíduos idosos. Com base em projeções do *Bank of America Merrill Lynch*, a revista cita que, no ano de 2020, o poder de gasto (consumo) dos indivíduos acima dos 60 anos alcançará anualmente a faixa dos 15 trilhões de dólares (Irving, 2018).

McKinsey & Company, por meio do relatório "*Urban World: the global consumers to watch*" (2016), também qualificou o grupo de idosos como tendência para o mercado global. O relatório apresenta que, até o ano de 2030, este segmento de consumidores será responsável por cerca de 51% das práticas de consumo realizadas em países desenvolvidos, e 19% se considerado o cenário global. A disparidade entre os diversos grupos de consumidores demandará das empresas adequações estratégicas capazes de identificar especificidades de produto e serviço que irão corroborar com a satisfação de diferentes necessidades e expectativas, principalmente quando se tratar de nichos mercadológicos que envolvem os idosos.

O relatório, "*Consumer Generations*[28]", elaborado pela Tetra Pak (2016, 2018), além de prever que o poder de compra dos consumidores acima de 60 anos vai superar R$ 30 trilhões em todo o mundo em 2020. O estudo

[28] A pesquisa realizada pela Tetra Pak envolveu mais de 40 mil pessoas acima dos 60 anos de idade, de 27 países, incluído o Brasil.

apresenta que essa geração de consumidores sênior possui mais recursos que as gerações anteriores, o que os torna um importante grupo de consumidores e, consequentemente, uma grande oportunidade de negócios. Em termos dos hábitos de consumo, 88% das pessoas acima de 60 anos disseram priorizar a qualidade do produto como fator decisivo para a compra. Nesse cenário, 59% revelaram que pagariam mais caro por um produto que apresentasse mais qualidade.

The *Gerontological Society of America* (2018) acredita, entretanto, que convenções sociais presas ao passado, tais como paradigmas e estereótipos negativos sobre o idosos, ainda criam base para o ageísmo dentro da sociedade. Essa realidade dificulta a conscientização de muitas empresas e instituições sobre a realidade promissora do envelhecimento populacional no viés produtivo e econômico. No panorama geral, a instituição acredita que a maioria dos políticos, especialistas em mercado e mídia ainda não reconhecem realmente a realidade do modo contemporâneo de envelhecer, avaliando o envelhecimento, quase que exclusivamente, a crises e sobrecargas dos serviços sociais, serviços de saúde e sistemas de aposentadoria. Na busca por mudar tal perspectiva, a instituição enfatiza que os empreendedores e investidores devem estar atualizados e conscientes sobre os números projetados sobre o envelhecimento populacional, os quais prospectam e afirmam os idosos como futuro protagonista social. Para tanto, as estratégias mercadológicas devem focar na oferta de produtos e serviços especialmente projetados para este segmento.

Considerando os países em desenvolvimento, a dificuldade de implementar os pressupostos econômicos e industriais recorrentes ao envelhecimento populacional pode ser ainda mais evidente. Falta de investimentos, falta de incentivo à pesquisa científica - principalmente no âmbito social -, e pensamento conservador preso à estigmas negativos acerca do envelhecer ainda são uma realidade pronunciada no contexto social, empresarial, e acadêmico de países com economia e política oscilante, como, por exemplo, a do Brasil. Apesar de apresentar indicadores que registram e prospectam o envelhecimento populacional, sabe-se que o caminho a se percorrer quanto ao desenvolvimento de ações responsáveis e conscientes que promovam a qualidade de vida do idoso ainda é longo e conflituoso. Além disso, a avaliação feita do universo do idoso ainda parece estar fortemente associada a visão simplista e generalista de que tais indivíduos são um grave problema social.

Contudo, ao longo dos últimos anos, mesmo que ainda de maneira tímida, não se pode negar que o envelhecimento vem se mostrando cada vez mais presente na realidade brasileira, sendo discutido e assimilado com maior cautela pela sociedade. Pelo lado econômico, instituições e agências como Sebrae[29], IBGE, SBVC[30],

[29] Sebrae: Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas é uma entidade privada que promove a competitividade e o desenvolvimento sustentável dos empreendimentos de micro e pequenas empresas. Atuam atendendo tanto o empreendedor que pretende abrir seu primeiro negócio quanto pequenas empresas que já estão consolidadas e buscam um novo posicionamento no mercado.

[30] SBVC: Sociedade Brasileira de Varejo e Consumo. Contribuí com conteúdos e estudos de mercado focando contribuir o aumento da competitividade do varejo. Busca viabilizar o networking entre executivos varejistas de todos os segmentos, além de promover ações sociais.

IPEA[31], SPC[32], entre outras, disponibilizam progressivamente relatórios com estimativas que mostram o aumento no consumo de indivíduos idosos, vislumbrando chamar atenção de investidores sobre a importância do segmento como oportunidade de novos – e promissores - negócios. Paralelamente, a comunidade científica e acadêmica também vem se sensibilizando sobre a temática, desenvolvendo um número crescente de investigações que podem servir de base para o direcionamento estratégicos de muitas empresas, principalmente se considerado o contexto das novas demandas de produtos e serviços que tais usuários promovem.

2.4.1.1 Projeções do mercado brasileiro acerca do consumidor idoso

O SEBRAE e o Banco Mundial (201-), sensíveis às projeções do envelhecimento populacional, também apresentaram números promissores sobre o crescimento do consumo entre os sujeitos acima dos 60 anos no Brasil. A conclusão das instituições, à espelho do observado no exterior, revela que esta realidade irá determinar novos hábitos de consumo que resultarão em uma força econômica cada vez mais expressiva no cenário nacional.

Anos atrás, em 2012, Nicacio e Perez, em matéria publicada pela *Revista Isto é* sobre o poder de consumo da terceira idade, já haviam apresentado números promissores sobre o crescimento do consumo sênior no cenário brasileiro. De acordo com as jornalistas, os idosos brasileiros formavam um grupo consumidor de 15 milhões de indivíduos (14% da população adulta). Para o mesmo período, o SEBRAE, em 2013, apresentou que os mais velhos seriam responsáveis por promover um aumento anual de 2,4 pontos percentuais sobre o PIB *per capta* do país, o que os qualificaria como uma das mais importantes forças geradoras da riqueza nacional. No período que foi realizada a pesquisa, a população idosa brasileira já correspondia a 20% do poder de compra do país, sendo 70% da amostra independentemente financeiramente.

Em cenário mais recente, o IBGE, por meio do relatório "Características Gerais dos Domicílios e dos Moradores 2018", apresenta que a população brasileira com 65 anos de idade ou mais cresceu 26% entre 2012 e 2018, ao passo que a população de até 13 anos mostrou recuou de 6%. Neste ano (2020), o Centro de Políticas Sociais da Fundação Getúlio Vargas (FGV Social, 2020) divulgou que cerca de 10% da população brasileira está com 65 anos ou mais, dado que corrobora com o apresentado pelo IBGE para o mesmo período (IBGE, 2020).

Esse panorama é corroborado com os resultados apresentado pela pesquisa realizada pela consultoria de marketing especializada no consumidor sênior, Hype60+, em parceria com a *MindMiners,* a qual abordou mais de 800 pessoas acima dos 50 anos com o objetivo de entender o comportamento, desejo e necessidades desse segmento de consumidores (Marin, 2018). O estudo apontou que, no Brasil, os consumidores acima dos 60 anos

[31] IPEA: Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada. Trata-se de uma fundação pública federal vinculada que realiza pesquisas e estudos sociais e econômico.

[32] SPC: Serviço de proteção ao crédito. É um serviço de informações de crédito, que utiliza informações de adimplência e inadimplência de pessoas físicas ou jurídicas para fins de decisão sobre crédito.

representam quase 30 milhões de pessoas, contingente maior que a população do Chile e do Uruguai juntos, sendo responsáveis, portanto, por 20% do consumo no país.

No panorama geral, a Confederação Nacional da Indústria (CNI), por meio do Índice Nacional de Expectativa do Consumidor (INEC, 2019)[33], revelou uma leve tendência de crescimento na confiança heterogênea entre os consumidores das diferenças faixas etárias[34]. Esse valor, apesar de não ser considerado significativo, interrompe uma sequência de quedas que haviam sido registradas desde 2010. Dentre os indivíduos acima de 55 anos, a evolução na confiança do consumidor, considerando o intervalo de tempo de um ano (setembro de 2018 a setembro de 2019), registrou um ganho de 2,4 pontos percentis, o segundo maior índice de crescimento registrado dentre as todas as faixa etárias (indivíduos entre 35 a 44 anos registraram um crescimento de 3,2 pontos percentis para o mesmo período).

Um levantamento envolvendo indivíduos acima dos 60 anos das 27 capitais, conduzido pelo Serviço de Proteção ao Crédito (SPC Brasil, 2014) e o portal de educação financeira '*Meu Bolso Feliz*', exaltou o potencial de consumo do consumidor da terceira idade. A pesquisa indicou que os idosos estão dispostos a pagar mais caro por produtos de melhor qualidade, além de estarem decidindo suas compras e investimentos de maneira independente, principalmente quando se trata de vestuário e tratamentos estéticos. Contudo, os participantes revelaram certa dificuldade para encontrar produtos adequados às suas necessidades (SPC, 2014). De acordo com a pesquisa:

> Embora representem um nicho promissor, (...) o mercado brasileiro parece não estar plenamente preparado para atender às demandas desses consumidores. Pelo menos 45% dos entrevistados afirmaram enfrentar dificuldades para encontrar produtos destinados ao público de sua idade. Essa impressão é mais notada, especificamente, pelas mulheres (47%) e pelas pessoas entre 70 e 75 anos (51%) (SPC, 2014, s.p)

A *Quorum* Brasil, especialista em pesquisas de mercado e consultoria de negócios, publicou, em 2018, dados referentes a rotina diária de 500 indivíduos idosos da cidade de São Paulo, entre 60 e 80 anos. Intitulado "*A 3ª idade está mais jovem*", o relatório indicou que a grande maioria dos participantes abordados fazem eles próprios suas compras (93%), sendo o supermercado o local preferido de compras (93%), seguido pelas feiras, mercadinhos, sacolões e internet (Quorum Brasil, 2018).

[33] Índice Nacional de Expectativa do Consumidor (INEC): é um Indicador de confiança do consumidor, o qual é utilizado para identificar a tendência do consumo das famílias brasileiras. Mais informação em: https://www.portaldaindustria.com.br/estatisticas/inec-indice-nacional-de-expectativa-do-consumidor/

[34] Esse índice tem como objetivo captar a percepção do consumidor quanto às condições econômicas do país no curto prazo, sendo construído como uma média das respostas obtidas por meio de perguntas que fazem parte da Sondagem do consumidor: (1) situação econômica; (3) situação financeira nos próximo seis meses; (4) situação econômica local nos próximos seis meses; (5) intenção de compra de bens duráveis nos próximo seis meses (Chernavsky, 2018 ; FGV, 2012)

Envolvendo cerca de 2.300 pessoas acima de 55 anos de todos os estados brasileiros e de todas as classes sociais, outro estudo desenvolvido pela Hype 60+, mas agora em parceria com a plataforma Pipe Social[35], resultou no Tsunami 60+ (2018), uma das maiores pesquisas realizadas sobre o público maduro e suas necessidades. Na tendência da "Economia Prateada[36]", o relatório indica que o segmento de indivíduos idosos já movimenta cerca de R$1,6 trilhões ao ano.

Por meio de entrevistas, pode-se observar que as pessoas com mais de 60 anos estão com rotinas e comportamentos substancialmente diferentes do observado em tempos passados, realidade essa que recai sobre a discussão de estereótipos negativos ultrapassados sobre o envelhecimento. Cerca de 63% dos entrevistados ainda são os provedores da família, os quais, perante o recente momento de crise econômica brasileira, ajudam filhos, netos e familiares, além de, naturalmente, sustentarem suas próprias casas. Trata-se, portanto, de um segmento que apresenta comportamento mais ativo, que se movimentam, trabalham – mesmo quando aposentados -, buscam se divertir e se cuidar, e valorizam o convívio com a família. Afirmações como "*Minha rotina na semana é bem intensa, com muitas atividades fora de casa*", "*Eu trabalho*" e "*Estou nas ruas*", o estudo evidenciou o comportamento ativo de um nicho, que apesar de ainda se apresentar produtivo, sofre com pensamentos estigmatizados de terceiros.

Somado a isso, observou-se uma geração com comportamentos mais semelhantes ao mais novos, uma vez que namoros, casamentos, separação e vida sexual, apresentam-se mais comuns à realidade de muitos. Jogos analógicos, vídeo game, smartphones e acesso virtual também se apresentam mais frequentes na rotina destes indivíduos, e o relatório chega a citar dois casos de interesse: o primeiro é do Silver Snipes, grupo de idosos que viaja o mundo pra jogar "*Counter Strike*" contra oponentes de todas a idade; e o segundo, de um senhor de 74 anos que atingiu último nível do jogo Pokémon Go após começar a jogá-lo em suas caminhadas diárias decorridas por recomendação médica ao combate à diabetes. A tecnologia também é evidenciada quando analisado o uso de aplicativos como WhatsApp, Facebook, Messenger e Uber. Corroborando com os dados já apresentados anteriormente nessa investigação, a tecnologia tem se tornado cada vez mais frequente entre os usuários idosos, deixando de ser visto inimiga ou obstáculo.

Contudo, o Tsunami 60+ destaca o paradoxo que tal realidade representa, dado que, apesar do crescimento desta parcela de consumidores, o mercado ainda apresenta poucos produtos e serviços que são projetados e desenvolvidos mais adequadamente por estes indivíduos. Mais da metade dos entrevistados disseram sentir falta

[35] Plataforma-vitrine global que tem como objetivo conectar negócios e investidores sensíveis ao impacto social e ambiental,

[36] No relatório, a economia prateada é conceituada como "a soma de todas as atividades econômicas associadas às necessidades das pessoas com mais de 50 anos e os produtos e serviços que elas consomem diretamente ou virão a consumir no futuro". O termo é derivado da expressão em inglês Siver Economy Estima-se que a Economia Prateada esteja entre as três maiores atividades econômicas do mundo, movimento cerca de US$ 7,1 trilhões anuais (dados de 2018). Nos Estados Unidos, este setor econômico já representa mais de 25% do consumo.

de produtos e serviços para o seu perfil. Faltam curso, vestuário, alimentos, serviços de turismo, cursos de idiomas, intercâmbio, soluções para adaptação/acessibilidade da casa, beleza (cosméticos), entre outros.

Em outra pesquisa, realizada pelo Serviço de Proteção ao Crédito (SPC Brasil) e pelo portal de educação financeira '*Meu Bolso Feliz*', envolvendo pessoas acima de 60 anos nas 27 capitais, os indivíduos, apesar de se mostrarem mais dispostos a pagar mais caro por produtos de melhor qualidade, revelaram terem dificuldade para encontrar produtos adequados às suas necessidades (SPC, 2014). Palavreando dados da pesquisa:

> Embora representem um nicho promissor – já que a população idosa deve ultrapassar a marca de 30 milhões de indivíduos em 2025, segundo dados do IBGE - o mercado brasileiro parece não estar plenamente preparado para atender às demandas desses consumidores. Pelo menos 45% dos entrevistados afirmaram enfrentar dificuldades para encontrar produtos destinados ao público de sua idade. Essa impressão é mais notada, especificamente, pelas mulheres (47%) e pelas pessoas entre 70 e 75 anos (51%) (SPC, 2014, s.p).

Na reportagem "*Quem são e como vivem os idosos do Brasil*" de Bretas (2015) para a revista *Exame*, com base em dados da pesquisa realizada pelo Serasa Expiran e Data Popular, características sobre os idosos são apresentadas evidenciando-os como forte tendência de mercado. Os dados apurados revelaram que metade dos idosos que residem no Brasil faz parte da classe média, usufruindo de boas condições de vida. Com a maioria residindo em centros urbanos, estudos, lazer e reposicionamento no mercado são algumas das práticas que procuram realizar no decorrer da velhice. O levantamento também indicou que as empresas não estão interessadas ou preparadas para atenderem esse mercado consumidor, mesmo com as estimativas altas de investimentos, o que pode justificar o substancial número de reclamações por parte dos idosos quanto a falta de produtos voltados para o atendimento de suas demandas.

Michelin et al. (2015) aponta que, no decorrer dos últimos anos, apesar de pesquisas apontarem o crescimento do consumo entre idosos, há muitas oportunidades ainda a serem exploradas pelas empresas do mercado de produto e serviços. Os autores destacam que apesar de não desejarem serem taxados de velhos ou reconhecidos nos produtos que compram, "há necessidades específicas latentes na terceira idade, como vestuários confortáveis, adequados, que deem segurança nos movimentos, ou celulares mais apropriados, de fácil manuseio e visibilidade, por exemplo" (Michelin et al., 2015, p. 184).

Em dissertação, Michelin (2017) discorre sobre a ausência nas práticas das pesquisas de mercado envolvendo idosos, apresentando que a grande maioria das poucas pesquisas realizadas acontecem sob encomenda de grandes empresas e fabricantes, sendo que raramente envolvem indivíduos acima dos 65 anos. Sensível a esta realidade, a autora explora a produção acadêmica produzida no Brasil, entre os anos 2006 e 2016, sobre o mercado e a terceira idade, com o objetivo de verificar o Estado da Arte sobre o tema, bem como identificar lacunas e possibilidades ainda a serem abordadas. Michelin observou que grande parte dos estudos estão dentro das áreas de conhecimento que envolvem as Ciências Sociais Aplicadas e o Desenho Industrial. Os temas abordados, apesar de variados, destacam o aumento da demanda, o desenvolvimento de produtos e serviços e as novas tecnologias. Sobre o aumento da demanda, a autora dá destaque a estudos sobre os seguintes mercados: moradia; medicamentos; lazer; serviços bancários; alimentos e confecções.

No que se refere ao desenvolvimento de produtos, a autora pôde concluir que o fato de estar presente dentre um dos principais temas abordados, evidencia e comprova que há uma necessidade real de adaptações e melhorias em produtos e serviços que sejam soluções adequadas ao atendimento das peculiares dos idosos, proporcionando-lhes mais conforto, segurança, consumo e inclusão. Em suas palavras: "(...) as empresas têm de conhecer e pesquisar sobre esses indivíduos, além de rever suas condutas nas práticas de pesquisas de mercado, que não consideram os 60+ e consequentemente não eles" (Michelin, 2017, p. 85).

Observa-se, mediante tal cenário, que a negligência quanto aos cuidados no desenvolvimento de produtos e serviços adequados aos idosos projeta-se como uma oportunidade ainda a ser explorada, a qual se apresenta em um contexto dinâmico e urgente que envolve o atendimento de uma demanda cada vez mais crescente. Tal problemática recai sobre a necessidade de se aprofundar os conhecimentos sobre o universo complexo e heterogêneo do usuário idoso, focando a compreensão dos aspectos e problemas inerentes ao envelhecimento que possam influenciar negativamente a qualidade da usabilidade, principalmente, de produtos do uso cotidiano. Esta realidade recai sobre o exercício interdisciplinar do Design e da Ergonomia, que quando conjugados, engendram soluções que contribuem para minimizar aspectos negativos que possam vir a interferir na eficiência e eficácia da tarefa e do produto.

2.5 As relações entre moda, vestuário e design

Investigar fatores inerentes à moda implica em reconhecer a complexidade de sua abrangência. O filósofo Svendsen (2004) expõe que por moda deve-se compreender uma variedade de fenômenos que abrangem atividades do homem que afetam as atitudes da maioria das pessoas em relação a si mesmas e aos outros. Kastilho (2009), baseando-se nos aspectos culturais, conceitua a moda como uma entidade abstrata que "*modaliza*" maneiras de o sujeito se materializar. A autora atribui à moda o poder de romper com determinada tendência ou perspectiva a partir da construção de discursos que se concretizam por meio da vestimenta.

Considerando os novos territórios tecnológicos e midiáticos explorados pelos idosos, a moda pode ser observada tanto nas alterações comportamentais como também na adoção de vestimentas que concretizam discursos que vão ao encontro das conceituações pejorativas da sociedade quanto ao envelhecimento. Trata-se da decoração corpórea como possibilidade de uma significação acerca do idoso frente a sociedade contemporânea. Naturalmente, esta prática não pode ser generalizada, contudo, revela uma transformação social acerca do envelhecimento nunca vista antes na história.

Na perspectiva da moda como vestuário, observa-se que pouco se sabe sobre a relação que os idosos mantem com ela. É fato que os veículos que lançam tendências e estilos de roupa focam predominantemente nos mais jovens, sendo estes considerados a parcela da população que mais consome e promove novos produtos, o que ilustra o viés substancialmente comercial das empresas. Além disso, os corpos mais jovens são avaliados como mais fáceis de serem encaixados aos padrões estéticos e de beleza da sociedade.

Considerando que os indivíduos se representam no mundo por meio de seu corpo vestido (Kastilho, 2009), negligenciar o idoso é desconsiderar necessidades subjetivas e físicas de um usuário que possui demandas específicas, tanto no que diz a sua representação social como também no que se refere às características de usabilidade, uma vez que não se pode desconsiderar as alterações físicas decorrentes do envelhecimento. Manter esse desinteresse é contrapor-se aos novos comportamentos sociais e culturais que impulsionam os idosos a buscarem por produtos e serviços que atendam suas necessidades e expectativas.

Frente a esta realidade, o design emerge como mecanismo capaz de equacionar soluções que vão ao encontro das demandas geradas pelos idosos, dado sua capacidade de buscar em diversas áreas do conhecimento informações que podem ser incorporadas aos requisitos de projeto. Tal processo acompanha as transformações das atividades do design ao longo dos últimos anos, as quais quebraram com pragmatismo puramente estético vinculado à disciplina, aproximando-se dos usuários para compreender suas necessidades específicas. Dessa maneira, aspectos psicológicos e emocionais passam a ser considerados juntamente com os fatores funcionais, determinando atributos de produto capazes de promover experiências de uso positivas ao indivíduo que estão associadas ao bem-estar, prazer, conforto, segurança, eficiência, entre outras qualidades.

2.5.1 Design e Idoso: a importância de se analisar a tarefa e o produto

Como observado, apesar de cada vez mais presentes na sociedade, as demandas derivadas do segmento de usuários idosos ainda são parcamente compreendidas pela indústria e pelo mercado. Atualmente, embora muitas recomendações práticas e úteis sobre o desenvolvimento de produtos para o usuário idoso possam ser derivadas de investigações produzidas com base em diversas perspectivas do design, tais como design transgeracional, design universal, design inclusivo e o design ergonômico, a falta de pesquisas que possam contribuir com diretrizes de projeto mais assertivas ainda é relevante (Kohlbacher et al., 2011).

Sabe-se que o processo natural do envelhecimento compreende o declínio das capacidades funcionais, e, consequentemente, a redução da autonomia e da independência dos indivíduos idosos quanto a realização e completude de suas tarefas básicas cotidianas. Fatores como as perdas das habilidades sensoriais, por exemplo, complicam o uso de muitos produtos devido a dificuldades encontradas na performance de ações comuns, tais como abertura de embalagens e leitura de rótulos.

Nesse sentido, compreender o envelhecimento sob o viés das perdas físicas, biológicas e cognitivas, bem como pelas alterações psicológicas e emocionais ocorridas no indivíduo, contribui para que o design atue como agente disruptivo capaz de gerar melhorias à vida dos usuários idosos. Para tanto, inserir o idoso durante o processo de design é uma estratégia fundamental, dada a possibilidade de se compreender de maneira empática aspectos sobre seu universo, contribuindo para que sejam identificados fatores que devem ser considerados e entendidos como diretrizes para o desenvolvimento de produtos de qualidade. Essa prática deve estar atrelada às metodologias e instrumentos de abordagens, tais como entrevistas ou simples observação, nos quais o designer consiga extrair e identificar informações coerentes e essenciais sobre necessidades e expectativas, as quais, posteriormente, serão interpretadas e aplicadas em forma de atributos físicos e funcionais no produto. Kohlbacher et al. (2011) reforça

que tanto a pesquisa de mercado como o próprio desenvolvimento do produto devem ser elaborados considerando o viés perceptivo do idoso, usufruindo-se da empatia como ferramenta de aproximação que é capaz de estabelecer uma identificação real e respeitosa entre o projetista e o usuário.

Como visto, a inserção da empatia como prática de projetação envolve a incorporação dos fatores humanos às diretrizes de solução de projeto, não apenas os relacionados às propriedades físicas e funcionais do indivíduo, mas também os seus aspectos cognitivos e emocionais. Ao longo dos últimos anos, essa tendência se mostrou cada vez mais crescente e especializada, sendo atribuída à abordagens mais contemporâneas do design como o Design Thinking, o *Human-Centred Design*[37]*, o Empathic Design, Design Participativo, o User Interface Design (UI Design)* e o *User Experience* (UX Design).

De modo simplista, as abordagens situam o usuário mais ao centro do processo de desenvolvimento, configurando-o como parte integrante do sistema projetual. Dessa aproximação, busca-se o esclarecimento sobre os fatores humanos que podem determinar ou idealizar possíveis soluções de projeto que garantam maior usabilidade, eficiência, eficácia, satisfação e desempenho. Assim, considerar as expressões verbais e observar os comportamentos dos indivíduos frente a uma determinação situação (ou tarefa), torna-se instrumento projetual importante por ser capaz de gerar informações sobre o usuário, as quais devem ser geridas e aplicadas ao produto (ou serviço). Os usuários, então, passam a ser fonte de inovação, o que para Helminen (2011), faz parte do processo contemporâneo de tirar o usuário (e consumidor) de seu papel passivo e colocá-los como fonte de informação, que com sorte, é transformada em inovação.

Schmidt-Ruhland e Knigge (2011) explicam que quando aproximado o usuário do processo projetual, o exercício do design quebra com qualquer fixação que o designer possa ter em relação a visão unilateral que prioriza o formato de um objeto sobre qualquer outro atributo. Os autores defendem que o design não está associado apenas ao produto em si, mas também às inter-relações culturais e sociais, o que implica em compreender o universo do grupo usuário. Trata-se de compreender o design como um conceito integral e holístico, no qual os contextos sociais, econômicos e culturais do usuário passam a refletir sobre as diretrizes de projeto. Nesse contexto, colocam que: "*For us, design is a comprehensive phenomenon and a multilayered process in dealing with things and technical systems. Everyday culture, consumer habits, lifestyles, and thus also the pluralization of lifestyles and corresponding product worlds, are all embedded in the goal of design*" (Schmidt-Ruhland e Knig, 2011, p.47). Isso, contudo, como os próprios autores pontuam, não significa se afastar das qualidades estéticas do produto, ou elaborá-lo com atributos estigmatizados

[37] Inicialmente, o conceito de "Projeto Centrado no Ser Humano" foi apresentado pela norma ISO 13407:1999 com base na interação dos indivíduos com diversos sistemas. Após duas revisões (ISO 9241-210:2010 e ISSO 9241-210:2019), a terceira edição, na prerrogativa da edição anterior, reforça que se trata de uma abordagem para o desenvolvimento de sistemas interativos que objetiva torná-los utilizáveis e úteis, dando ênfase as necessidades e exigências dos usuários por meio da aplicação de conhecimentos e técnicas de usabilidade e fatores ergonômicos. A definição ainda justifica que a abordagem tem como foco aumentar a eficácia e a eficiência dos sistemas, aprimorando o bem-estar do ser humano, a satisfação do usuário, a acessibilidade e a sustentabilidade. Além disso, apresenta preocupação em neutralizar os possíveis efeitos adversos do uso do sistema na saúde, segurança e performance do ser humano.

e tendenciosos que, tradicionalmente, são interpretados socialmente como "isso é de velho". Design também deve estar associado ao "fazer algo bonito", de maneira a quebrar com estereótipo enrijecidos e pejorativos.

Considerando o usuário idoso, suas necessidades e expectativas podem aparecer tanto como problemas quanto por preferências e desejos. Estes, por vezes, são ocultados pela dificuldade dos idosos não conseguir exteriorizar o que necessitam, principalmente por temerem não serem ouvidos (Ostlund, 2011). Como tal, estas necessidades precisam ser identificadas e ativadas, por meio de instrumentos que os possibilitem serem ouvidos e assistidos corretamente. Ostlund (2011), sobre os métodos de identificação de necessidades, sugere que sejam realizadas pesquisas e entrevistas com grupos focais, ao invés de generalizar preferencias (exemplo: "tecnologia é algum ruim"). No caso de necessidades ocultas, o autor recomenda círculos de pesquisas (ações sociais), as quais serviriam de suporte para que os usuários idosos pudessem ser ouvidos, ativando, assim, necessidades oprimidas as quais poderiam se tornar oportunidades de negócios. Também destaca a oportunidade de inovação dentro do rol de hábitos já existentes, argumentando que nem sempre as inovações e tecnologias necessitam ser revolucionárias. Estes hábitos normalmente escondem necessidades latentes, como atribui o autor, as quais são identificadas quando os usuários idosos passam a ser ouvidos e envolvidos em suas definições. Uma das chaves para tal processo recai sobre a habilidade dos designers (e pesquisadores) de reconhecer padrões nos hábitos cotidianos que podem afetar a forma como as tecnologias são abordadas, recurso esse que pode ser explorado por meio de investigadores e análise da tarefa. Somado a isso, como argumenta Ostlund (2011), as tecnologias fazem parte da vida cotidiana e, portanto, devem ser compreendidas como elementos incorporados às relações sociais e às experiências que promovem segurança e familiaridade.

Fukuda (2011) defende que o design deve garantir que o produto apresente características que contribuam com o aprimoramento de diversas funções necessárias ao bem-estar do usuário idoso, tais como: Funções sensoriais, como legibilidade e audibilidade; Funções físicas, como operacionalidade; e, Funções cognitivas, como compreensão. Para tanto, como explica o autor, é essencial que se compreenda o que realmente ocorre quando se dá a interação do usuário idoso com um determinado objeto. Para tal entendimento, os produtos devem ser avaliados a partir de testes que envolvam diretamente o usuário em seu estado de ação, observando, assim, como o produto é utilizado, a ação e reação gerada pelo participante (usuário), completude da tarefa, tempo gasto, dentro outros.

Sabe-se que os produtos que os indivíduos se cercam impactam diretamente sobre suas experiências diárias, afetando sua auto percepção bem como a percepção do mundo a sua volta. O design, por assim dizer, influencia todos os aspectos da vida, tanto físicos como emocionais e cognitivos, reincidindo sobre a capacidade dos indivíduos de executar tarefas básicas do dia a dia tais como mobilização, higiene, comunicação, alimentação, entre outros. Assim, é natural que quando os produtos não apresentam elementos configurativos adequados à tarefa e (ou) ao próprio usuário, os indivíduos acabam por ter dificuldade na realização da tarefa, ou até mesmo não alcançam sua completude.

No caso do indivíduo idoso, dado as alterações biopsicossociais, físicas e cognitivas decorrentes do envelhecimento, a realização de algumas atividades de rotina podem começar a ser afetadas com o passar dos anos.

Essas tarefas podem ser ainda mais dificultadas em decorrência de produtos, serviços ou ambientes que não estejam adaptados para estas mudanças, afetando a autonomia e independência do indivíduo. Nesse caso, a avaliação das Atividades da Vida Diária (AVD) pode contribuir para que eventuais problemáticas de interação sejam identificadas e analisadas, com o objetivo de serem solucionadas.

A análise das AVD está associada ao conceito de capacidade funcional, o qual implica a habilidade para a realização de atividades que permitam ao indivíduo cuidar de si próprio (autonomia) e viver independentemente. Uma das formas sistematizadas de medir, de forma objetiva, os níveis nos quais uma pessoa é capaz de desempenhar determinadas funções utilizando-se de habilidades diversas para o desemprenho das tarefas da vida cotidiana é o Índice (Index) de Independência nas Atividades de Vida Diária desenvolvido por Sidney Katz (Duarte et al., 2007; Katz, Chinn, 1959; Katz, Downs, 1970; Katz et al., 1963). O instrumento consiste na avaliação da independência de seis atividades básicas do dia: banhar-se, vestir-se, ir ao banheiro, transferir-se, ser continente e alimentar-se. Historicamente, a escala foi elaborada em resposta ao crescimento do número de idosos na sociedade e, consequentemente, a necessidade de instrumentos que pudessem ser utilizados com maior confiabilidade para se medir a capacidade funcional dos indivíduos envelhecidos (Duarte et al., 2007; Lino et al., 2008).

Dentre as atividades, pode-se destacar a tarefa que envolve o vestir e o despir, a qual, considerando uma rotina básica, tende a ser realizada pelo menos duas vezes ao dia (ao acordar e ao dormir). A atividade, apesar de básica, consiste em movimentos que exigem do corpo força, equilíbrio, destreza e amplitude. Configura-se por englobar outras pequenas tarefas, tais como: subir uma calça, abotoar-desabotoar uma camisa, passar a cabeça e braços por aberturas de camisetas; calçar meias e calçados; entre outros. Coordenação e equilíbrio também se fazem importantes durante a performance da tarefa, evitando que o indivíduo sofra uma queda ou desiquilíbrio, bem como não se perca na ordem das etapas da tarefa (exemplo: colocar a peça íntima antes da roupa).

Trata-se, portanto, de um processo que depende dos movimentos do corpo, que implicam fatores tais como agilidade, mobilidade articular e coordenação motora dos diferentes segmentos do corpo, combinação que envolve aspectos anatômicos, antropométricos e biomecânicos (Martins, 2008; Vale et al., 2006; Schiehll et al., 2014). Todo o processo, como descrevem Schiehll et al. (2014), consiste normalmente em seis etapas: i) selecionar a roupa; ii) obter a roupa; iii) vestir ou colocar a roupa; iv) ajustar – referente aos fechamentos; v) ajeitar a roupa ao corpo e vi) o despir ou tirar a roupa. Para os autores, o vestir envolve uma construção individual dependente das capacidades do corpo, e que quando impossibilitado em decorrência de limitações físicas ou cognitivas, reflete sobre a autonomia e a independência do indivíduo.

Assim, no caso do usuário idoso, a diminuição gradual da capacidade funcional, advinda com o envelhecimento pode refletir sobre seu desempenho na realização desta tarefa, gerando sentimentos de frustação e constrangimento, que impactam sobre sua autoestima, autonomia e independência (Imaginário et al., 2018; Espin-Tello et al., 2018). Portanto, a combinação das perdas físicas, sensoriais e cognitivas inerentes ao envelhecimento deve ser mais bem compreendida, uma vez que é relevante para o desempenho das tarefas e, consequentemente, para os fatores emocionais gerados no indivíduo idoso. Esse entendimento é especialmente importante para a definição e adoção de diretrizes de projeto que corroboram para o desenvolvimento de produtos

que sejam adequados ao usuário idoso, contribuindo para sua autonomia e independência e, por conseguinte, autoestima e qualidade de vida.

Naturalmente, o artefato envolvido na interação usuário-produto também influencia e determina a qualidade e o sucesso da atividade (Seidel et al 2010). Quanto ao vestir e despir, o vestuário se configura como elemento a ser manipulado durante a performance da ação e, por isso, suas características também contribuem para que esta seja realizada por completo. Dessa maneira, o design do vestuário deve estar coerente a tarefa bem como as demandas funcionais e emocionais dos usuários idosos. Essa realidade coloca em evidência a importância dos parâmetros ergonômicos e de usabilidade, uma vez que contribuem para o esclarecimento do designer quanto as demandas das tarefas e a resposta funcional do usuário idoso.

2.5.1.1 Implicações do envelhecimento

Segundo Cancela (2007), o envelhecimento é marcado pelo declínio da capacidade funcional, que se caracteriza por diversos fatores que abrangem mudanças corporais de ordem biológica, social, cultural, entre outros. Para Gorman (1999), é uma realidade biológica que, apesar de intervenções médicas, tem sua própria dinâmica a qual, em grande parte, está fora do controle humano.

Spirduso et al. (2005) refletem sobre o significado do envelhecimento, categorizando-o sob o ponto de vista cronológico e também biológico-funcional. Na primeira categoria, os autores dizem que idade e tempo são sinônimos, enquanto na segunda, "a dimensão física e o significado de tempo dependem totalmente do significado biológico, psicológico e social relacionados a ele" (Spirduso et al., 2005, pg. 06). Considerando a complexidade das questões acerca desse período biológico, os autores destacam que o termo envelhecimento deve, assim, ser usado para se referir "a um processo ou conjunto de processos que ocorrem em organismos vivos que com o passar do tempo levam a uma perda de adaptabilidade, deficiência funcional, e finalmente, à morte" (Spirduso et al., 2005, p. 06).

Moragas (2010) enfatiza que a velhice se caracteriza pela redução natural da capacidade funcional devido ao transcurso do tempo, entretanto, tais limitações não necessariamente impossibilitam o ser humano de desenvolver uma vida plena, tanto fisicamente quanto psiquicamente e socialmente. O autor enfoca a velhice como uma etapa vital que reconhece as perdas do período, contudo, reflete sobre as potencialidades únicas e distintas desse estágio de vida, tais como serenidade, experiência, maturidade, perspectiva de vida pessoal e social, as quais podem compensar os aspectos negativos físicos.

O enfoque da velhice como etapa vital se insere nas modernas teorias e práticas da psicologia do desenvolvimento humano, da sociologia do possível e do trabalho social integrador. Estas orientações científicas e profissionais destacam a unicidade da experiência humana positiva vivenciada por cada pessoa, respeitando sua individualidade, mas se inserindo numa sociedade de grupos fortalecidos e potencializados pela contribuição de cada indivíduo (Oliveira, 2011).

Estas questões recaem sobre a complexidade que envolve o sentido e conceito do envelhecimento, principalmente quando consideradas as distinções sociais e culturais entre sociedades ocidental e oriental, bem como entre países desenvolvidos e emergentes.

Nas sociedades ocidentais, como a do Brasil, o sentido de estagnação e perda se associa à chegada da velhice, contrapondo-se à valorização que alguns países orientais mais tradicionais dão em relação a experiência e a sabedoria do indivíduo ancião. Esse preconceito atualmente é conhecido como *Ageism ("envelhecismo")*, e como expõe a OMS/WHO (2014), trata-se de atitudes que se caracterizam por serem preconceituosas uma vez que criam estereótipos discriminatórios contra indivíduos ou grupos por causa de sua idade. Essas atitudes normalmente retratam pessoas com idade mais avançadas como frágeis, incapazes, fracas, mentalmente lentas, deficientes ou impotentes.

Contrapondo-se a tal panorama, no final da década de 1990, a WHO/OMS estipulou o termo *Envelhecimento Ativo* para apresentar o processo do envelhecimento sob uma ótica mais positiva, que vislumbra uma vida mais longa acompanhada de oportunidades contínuas de saúde, participação e segurança (OMS/WHO, 2005). O objetivo é possibilitar que essas pessoas participem socialmente de acordo com suas necessidades, desejos e capacidades, ao mesmo tempo que tenham proteção, segurança e cuidados adequados (OMS/WHO, 2005).

Na perspectiva pessoal, os aspectos biopsicossociais inerentes ao envelhecimento modificam a relação do indivíduo consigo mesmo e com todo o seu entorno. Somados às particularidades culturais e sociais, tais aspectos podem ser agravados, em especial quando a avaliação subjetiva do indivíduo acerca do envelhecimento se soma aos preconceitos da sociedade bem como ao ambiente físico hostil que pode se apresentar inadequado às suas necessidades e restrições físicas, cognitivas, funcionais e psicológicas.

De acordo com Neri (1995, p. 34), "envelhecer satisfatoriamente depende (...) do delicado equilíbrio entre as limitações e as potencialidades do indivíduo, o qual lhe possibilitará lidar, com diferentes graus de eficácia, com as perdas inevitáveis do envelhecimento".

Dado isso, a compreensão dos fatores que agravam a qualidade de vida individual e coletiva do idoso se torna essencial para a manutenção dos hábitos saudáveis do indivíduo, bem como corrobora para sua inclusão no âmbito social. Como enfatiza Neri (1995), a qualidade de vida no envelhecer depende das chances que o indivíduo tem de usufruir de condições adequadas variadas, tais como educação, urbanização, trabalho, entre outras. Para tanto, identificar e compreender as limitações físicas, cognitivas e demais variáveis biopsicossociais dos indivíduos idosos, torna-se essencial para a promoção de seu bem-estar e qualidade de vida.

2.5.1.2 Questões do envelhecimento: fisiologia, antropometria, biomecânica e cinesiologia

O envelhecimento é caracterizado pela diminuição das forças musculares, alterações antropométricas, enfraquecimento da constituição óssea, alteração na postura, rigidez nas articulações, entre outros. Cancela (2007) evidencia que, do ponto de vista fisiológico, o envelhecimento depende significativamente do estilo de vida do

indivíduo desde a sua infância. Como explica o autor, nos idosos é perceptível e significativo a forma como seu modo de vida, assim como o ambiente externo, interferem no decorrer de sua formação biológica e subjetiva. De acordo com Matsudo (2001), o ritmo (ou taxa) de envelhecimento constitui-se de mudanças na função dos órgãos e sistemas por unidade de tempo que se apresentam em crescimento exponencial após os 40 anos de idade. O autor acrescenta também o declínio acelerado na capacidade funcional a partir da sétima década de vida. Matsudo (2001) reforça que, à medida que a idade cronológica aumenta, as pessoas se tornam menos ativas e sua capacidade física diminui. Essa realidade contribuí ainda mais para a gravidade do processo de envelhecimento.

No que se refere aos aspetos antropométricos, Spirduso, Francis e MacRae (2005), destacam que há uma diminuição na altura do indivíduo com o avançar da idade, principalmente após os 50 anos de idade. Essa diminuição de altura pode estar associada a compressão das vértebras e a alteração no formato dos discos cartilaginosos entre elas, perda do tônus muscular e alterações na postura corporal (Spirduso et al., 2005; OMS/WHO, 1998; BRASIL, 2011). Há também declínio no peso com a idade (WHO, 1995), contudo, esse indicativo parece se associar mais à realidade de países desenvolvidos, uma vez que no Brasil, ainda pode se observar prevalência de sobrepeso entre os indivíduos idosos (Santos, Sichieri, 2005).

Essas alterações refletem também nas mudanças na composição corporal, tais como: a diminuição na massa livre de gordura e incremento da gordura corporal, a qual se associa à mudança na quantidade e distribuição do tecido adiposo subcutâneo; diminuição da densidade óssea; e redução da massa muscular devida à sua transformação em gordura intramuscular, o que leva a alteração na elasticidade e na capacidade de compressão dos tecidos (BRASIL, 2011; Matsudo, 2001).

Essas perdas refletem sobre o sistema neuromuscular e contribuem para a perda da força muscular e, consequentemente, decréscimo da função muscular (Davini, Nunes, 2003; Carvalho, Soares, 2004). A diminuição da força muscular compromete a função motora, afetando diretamente a vida dos indivíduos idosos, uma vez que diminui suas habilidades em tarefas simples como caminhar e dificulta a realização de outras tarefas mais rotineiras (Davini, Nunes, 2003).

A perda da força muscular, também conhecida como Sacorpenia (Doherty, 1985; Cruz-Jentoft, Morley, 2012; Matsudo, 2001), se associa significativamente à incapacidade funcional do indivíduo, principalmente no que tange à perda da qualidade na preensão manual e deterioração da mobilidade. Consequentemente, o processo leva à diminuição da capacidade de realização de atividades diárias atuando negativamente sobre a independência do indivíduo.

Segundo Carvalho e Soares (2004), a movimentação advinda da capacidade de carregar cargas pesadas bem como a flexibilidade, velocidade e amplitude dos movimentos começam a sofrer uma perda considerável com o passar dos anos. Somado a isso, pode-se evidenciar a perda da habilidade motora fina (destreza manual) que contribuiu para o comprometimento da execução de atividades manuais. A deterioração das funções da mão também é agravada devido a diminuição dos níveis de subordinação dos dedos que desestabilizam momentos de forças. De acordo com Shim et al. (2004), os idosos têm perda substancial de coordenação dos dedos em atividades

de preensão estática, o que implica na diminuição da capacidade de produzir momentos de força significativa ou precisas.

2.5.2 Oportunidades contemporâneas sobre o envelhecimento

Todas as mudanças biopsicossociais características do envelhecimento variam de indivíduo para indivíduo. Os fatores que podem influenciar a intensidade e o padrão desses sintomas decorrem de pré-disposições genéticas, estilo de vida, ambiente, urbanização, uso de álcool e tabagismo, dieta nutricional, prática de atividade física, etnia, exposição a diferentes climas e poluição, fatores sociais e culturais, entre outros (OMS/WHO, 2005; BRASIL, 2011; Matsudo, 2001).

No que se refere ao contexto social e cultural, como já observado, sociedades ocidentais como o Brasil podem promover um ambiente inóspito aos idosos que acaba por agravar pré-disposições físicas e psicológicas negativas inerentes ao envelhecimento. O pré-conceito (preconceito) interfere negativamente sobre os indivíduos idosos podendo acarretar manifestações mais intensas de patologias fisiológicas, bem como psicológicas e emocionais.

Contudo, ao longo dos últimos anos, o aumento da proporção de idosos no total populacional, bem como os avanços da medicina, conduziram alterações, mesmo que tímidas, acerca do envelhecimento. Essas mudanças influenciam, cada vez mais, a maneira de vivenciar o envelhecimento, sendo esse não mais determinado cronologicamente, mas também pela condição social e psicológica que os sujeitos, tanto idosos como jovens, se encontram.

Somado a isso, no contexto global, à medida que políticas públicas se abriram para às questões emergentes do envelhecimento, um aumento expressivo no número de pesquisas e intervenções que visam à melhoria da qualidade de vida do idoso pode ser observado. Isso é, a mudança demográfica global exige novas percepções e avaliações acerca dos indivíduos idoso e sua inclusão na sociedade, principalmente quando, independentemente da intensidade e magnitude, muitas são as sintomatologias inerentes ao envelhecimento que dificultam a sua adaptação ao seu ambiente, limitando-o cada vez mais quanto a sua capacidade funcional, e consequentemente, independência.

Nesse sentido, o reconhecimento das questões relativas às necessidades dos indivíduos idosos emerge como essencial para o desenvolvimento de produtos adequados e acessíveis a essa demanda de consumidores e usuários, proporcionando-lhes conforto, segurança e qualidade de vida.

2.5.3 Vestuário, Usabilidade e Ergonomia: o viés da terceira idade

O Serviço de Proteção ao Consumidor (SPC), em 2015, publicou um relatório acerca dos hábitos, comportamentos e expectativas da terceira idade. Na altura, a instituição apresentou que o vestuário era o produto que os idosos mais "sentiam a falta" no mercado. Cerca de 20% dos entrevistados revelaram encontrar dificuldade

em encontrar produtos de vestuário adequado às suas necessidades. Esse dado intensifica a necessidade de pesquisas que envolvam produtos mais adequados ao usuário em questão, principalmente quando também é revelado que cerca de um terço (33%) dos idoso dizem investir mais em roupas para ficarem mais bonitos e manterem uma boa aparência (SPC, 2014). Tal insatisfação se dá pela alegação da carência de produtos voltados à terceira idade que não deixem seus usuários claramente "estereotipados" ou que os façam sentir inadequados (SPC, 2014). Nessa perspectiva, a Associação Brasileira da Indústria Têxtil (ABIT) prevê uma preocupação crescente do setor da moda com esse grupo focal o qual demandará cada vez mais por produtos específicos, previsão essa que contribui para a importância de se entender e compreender às qualidades percebidas nos itens de vestuário para idosos (Folha de São Paulo, 2014);

O vestuário, por se manter em contato direto com o usuário, constitui-se como uma espécie de segunda pele (Martins, 2008) que deve funcionar como um agente facilitador capaz de proteger e garantir o conforto do indivíduo (Grave, 2004). Para tanto, o design da vestimenta deve considerar os aspectos anatômicos (antropométricos e antropomórficos), biomecânicos e funcionais (habilidades e limitações na execução dos movimentos), bem como as questões referentes às atividades da vida diária do usuário.

Essas particularidades podem vir a interferir significativamente no processo de uso de um produto do vestuário, e consequentemente, nos aspectos avaliativos subjetivos de seu objeto, principalmente quanto à eficiência, usabilidade, praticidade, vestibilidade, conforto e segurança.

No que tange ao indivíduo idoso, a concepção do produto de moda específico para essa demanda de usuários-consumidores engloba alterações físicas, funcionais e emocionais que podem influenciar significativamente na percepção do idoso quanto a determinadas peças de vestuário. Essa percepção, consequente, pode interferir consideravelmente na avaliação subjetiva do indivíduo, principalmente quando questões simples como o ato de se vestir se associa à qualidade e à integridade de sua capacidade funcional e autônoma.

De acordo com Hernández (2000), os idosos são os usuários que mais encontram dificuldade quanto a aquisição de roupas que lhes sejam adequadas, principalmente devido às alterações corpóreas (anatômicas) e desabilidades física. Nesse sentido, o design ergonômico, associado aos pressupostos de usabilidade bem como antropométricos, fornece ferramentas substanciais ao correto dimensionamento e projeto de produtos do vestuário para esse grupo. De acordo com Nickpour e Dong (2015), a ergonomia é fundamental para o projeto de produtos seguros e com boas qualidades de usabilidade, e deve ser empregado já nas primeiras etapas do desenvolvimento de produtos, principalmente quanto às informações e características dos usuários, sendo elas físicas, cognitivas e emocionais. Somado a isso a observação da tarefa realizada ao se vestir (e despir) bem como a relação que o indivíduo mantem com o vestuário é relevante para se obter esclarecimentos quanto às suas necessidades bem como identificar riscos e aspectos passíveis de constrangimentos.

Conforme Grave (2004), o ato de se vestir é um ato preventivo, o qual requer que os aspectos construtivos e configurativos presentes na vestimenta trabalhem respeitando a função anatômica, fisiológica e psicológica dos indivíduos. A autora complementa que atividades como o ato de se vestir exigem grande movimento e flexibilidade do corpo, influenciando consideravelmente o desenvolvimento de qualquer modelagem.

Como esclarece Soares (1998), o indivíduo que possui desabilidades ou alguma restrição normalmente encontra dificuldade de articular suas necessidades, sendo, portanto, dever do design identificar essa "voz do consumidor" e traduzi-la em padrões e diretrizes para o desenvolvimento de produtos mais assertivos. Logo, é essencial a avaliação segmentada de toda a parte do corpo do usuário, bem como das ações biomecânicas/motoras envolvidas na tarefa. Essa segmentação, associada aos aspectos biopsicossociais e funcionais inerentes ao processo de envelhecimento, contribuem para identificar e classificar padrões de movimento e articulação do corpo, seja em suas atividades diárias, seja no ato de vestir.

Usabilidade, de acordo com a Norma Brasileira de Usabilidade NBR 9241-11 (ABNT, 2002), configura uma medida na qual um produto pode ser usado por usuários específicos para alcançar objetivos específicos com eficácia, eficiência e satisfação em um contexto específico de uso. A norma estabelece também que a usabilidade de um determinado produto pode ser melhorada pela incorporação de características e atributos capazes de beneficiar os usuários em um contexto particular de uso. Para tanto, faz-se necessário medir o desempenho e a satisfação dos usuários mediante interação com o produto. Essa medição é importante para se visualizar a complexidade das interações entre o usuário, os objetivos, as características da tarefa e outros elementos do contexto de uso (ABNT, 2002). É importante destacar que no presente estudo a usabilidade foi caracterizada como instrumento inerente à avaliação ergonômica, visto que foi desenvolvido dentro da linha de pesquisa ergonomia, do PPGDesign – UNESP, Bauru.

3 Materiais e Métodos

There are places I'll remember
All my life, though some have changed
Some forever, not for better
Some have gone, and some remain

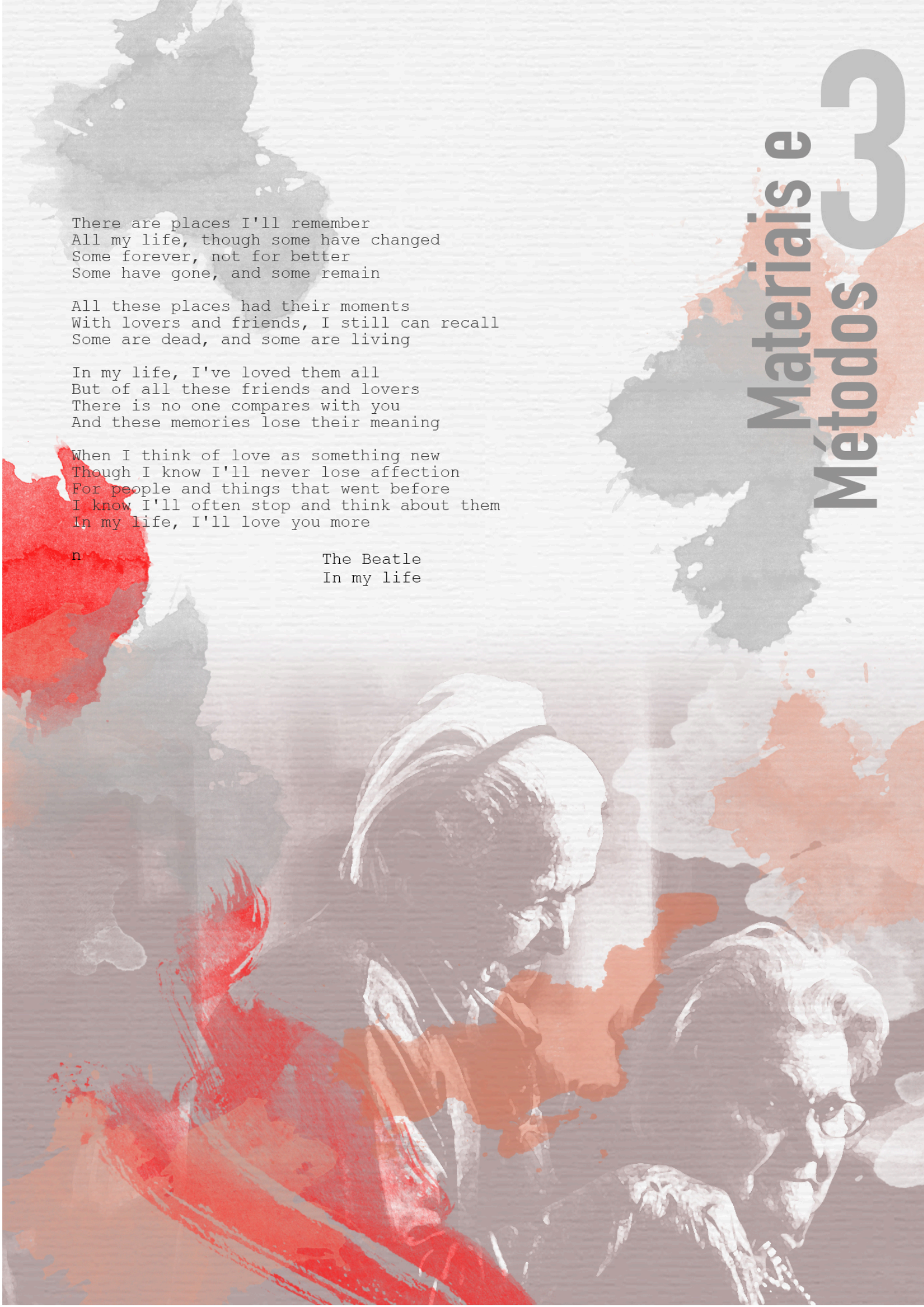
All these places had their moments
With lovers and friends, I still can recall
Some are dead, and some are living

In my life, I've loved them all
But of all these friends and lovers
There is no one compares with you
And these memories lose their meaning

When I think of love as something new
Though I know I'll never lose affection
For people and things that went before
I know I'll often stop and think about them
In my life, I'll love you more

n

The Beatle
In my life



3. MATERIAIS E MÉTODOS

3.1 Questões éticas

Por se tratar de um estudo que envolve seres humano e buscando atender a Resolução 466/12-CNS-MS e o "Código de Deontologia do Ergonomista Certificado" (ABERGO, 2003), o presente projeto de pesquisa foi submetido pelo Comitê de Ética em Pesquisa da FAAC (através da Plataforma Brasil). Mediante aprovação (Número do Parecer: 2.351.346) (Apêndice 01), o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi apresentado a todos os participantes antes do início da coleta, configurando-se como um contrato no qual estavam presentes os objetivos da pesquisa e esclarecimentos sobre a confidencialidade da identidade do participante e os riscos físicos e emocionais envolvidos (Apêndices 02 e 03).

No que tange à confidencialidade, ao participante foi explicado que suas respostas seriam tratadas sempre de forma anônima e confidencial, sendo em nenhum momento seu nome divulgado. A mesma discrição foi atribuída às gravações de áudio e vídeo, das quais vozes e imagens, no caso de serem utilizadas, seriam apresentadas de forma anônima, sendo assegurada, sobretudo, sua privacidade. Em relação ao risco para o participante, foi-lhe informado que a coleta não implicaria em nenhum procedimento invasivo, mas que, frente às atividades a serem simuladas e às perguntas de foro íntimo, envolveria questões emocionais (psicológicas) que poderiam gerar algum desconforto. Assim, foi-lhe explicado que a qualquer momento poderia se recusar a responder ou realizar uma determinada tarefa, o que não lhe acarretaria nenhum prejuízo junto ao pesquisador ou às instituições de ensino envolvidas.

3.2 Amostragem

A definição da amostragem teve por base a teoria da inferência estatística, a qual, em síntese, constitui-se pelo conjunto de métodos que permitem inferir, induzir ou estimar as leis de comportamento da população com base nos resultados de um conjunto de dados proveniente de uma amostra (a amostra) extraída de um universo mais amplo de população (Silvestre, 2007; Castanheira, 2008). Portanto, foi definido um total de 60 indivíduos, sendo 30 do gênero masculino e 30 do gênero feminino. A amostra foi dividida entre indivíduos portugueses (15 de cada gênero; n total: 30) e brasileiros (15 de cada gênero; n total: 30).

Adotaram-se os seguintes critérios de inclusão: deveriam apresentar idades entre 65 e 90 anos; serem de nacionalidade do país o qual a coleta está sendo realizada (português e brasileiro); caracterizar-se completamente independentes e autônomos; e não possuírem nenhuma deficiência diagnosticada. A avaliação funcional dos participantes, incluindo seu nível de independência e autonomia, foi realizada por meio da aplicação do KATZ (Index de Independência nas Atividades Básicas de Vida Diária) e do LAWTON (Protocolo de avaliação das Atividades Instrumentais da Vida Diária). Complementando tal avaliação, o TUG (*Time Up and Go*) forneceu informações sobre a mobilidade e equilíbrio dos envolvidos, servindo também de ferramenta para mensuração da

independência funcional do idoso. Indivíduos avaliados por pelo menos um dos índices como pouco ou totalmente dependente, bem como não conseguisse concluir o TUG, tiveram suas participações canceladas.

3.3 Materiais

3.3.1 Elaboração do Protocolo e escolha dos Instrumentos

O protocolo constituiu a base da presente investigação, servindo de instrumento para a estruturação e sistematização da abordagem realizada junto aos idosos participantes. Por se caracterizar como uma pesquisa experimental e transversal, a estruturação do protocolo seguiu o modelo de abordagem mista, isto é, combinou metodologias de pesquisas qualitativas e quantitativas, as quais puderam viabilizar a coleta de dados. A aplicação de métodos mistos também buscou atender a demanda de conhecimento interdisciplinar presente nessa investigação, enviesada, principalmente, pela Ergonomia, a qual possibilita a ponte entre campos de interesses amplos e diversificados que abrangem temas que vão desde a antropometria até conforto e emoção.

Galvão et al. (2017) defendem que os métodos mistos permitem o estudo de problemas complexos e a construção de resultados de pesquisa potencialmente mais completos e relevantes, além de criar oportunidades dos pesquisadores se inserirem no processo de internacionalização da ciência, dado que tal tipo de pesquisa é ainda insipiente no contexto global, embora já apresente uma tendência de crescimento. Os autores explicam que o componente qualitativo de um método misto pode ser usado para conhecer e compreender aspectos culturais e econômicos de um fenômeno bem como descobrir possíveis variáveis que interferem em alguns contextos e não em outros; por outro lado, o componente quantitativo pode medir as associações entre diferentes fatores e a magnitude de seus efeitos ou implicações.

Com base nesse universo investigativo, optou-se pela construção de um protocolo caracterizado por uma entrevista semiestruturada com perguntas fechadas e abertas, bem como roteiro para a aplicação dos instrumentos de mensuração de força, destreza, coordenação e medidas antropométricas. Por fim, o protocolo apresenta diretrizes sobre como conduzir a coleta de dados referentes à atividade vestir e despir já pré-definida. (Apêndice 04).

A escolha pela entrevista se baseou por ser esta considerada um instrumento adequado para a investigação social com foco na coleta de dados (Andrade, 2009). Apesar das desvantagens e limitações envolvidas, tais como dificuldade de comunicação entre partes, falseamento de respostas e possibilidade de influência do entrevistador sobre os indivíduos, a entrevista permite que sejam obtidas informações que contribuem para uma melhor compreensão sobre uma amostragem populacional (universo), não sendo restrita apenas aos indivíduos que sejam alfabetizados, por exemplo. Além disso, possibilita que o entrevistador repita ou esclareça quaisquer dúvidas quanto às perguntas formuladas como também confere maior oportunidade para avaliar atitudes, reações e condutas tomadas pelo entrevistado, as quais, por vezes, podem contribuir para a obtenção de respostas e percepções emocionais (Andrade, 2009).

Tratando-se de uma investigação com idosos, a aplicação de entrevistas pode contribuir para a obtenção de dados mais assertivos, uma vez que tal estratégia, além de ser capaz de minimizar possíveis constrangimentos decorrentes da falta de compreensão de uma pergunta, possibilita que seja estabelecido uma relação de simpatia entre entrevistador e entrevistado, contribuindo para que este último se sinta mais confortável com a coleta.

Gil (2002) argumenta que a aplicação de uma entrevista semiestruturada permite que o entrevistador retome uma questão ao perceber desvios, ao passo que pode conferir liberdade ao entrevistado, estimulando-o a falar abertamente sobre um determinado assunto. Somado a isso, como Triviños (1987) defende, este tipo de abordagem mantem a presença consciente e atuante do pesquisador no processo de coleta de informação, além de favorecer a descrição dos fenômenos sociais bem como sua explicação e compreensão de sua totalidade.
Nesse sentido, o protocolo foi construído com as seguintes seções (**Figura 24**) (**Apêndice A**):

Figura 24: Organização do protocolo

1	**Ficha de Identificação do indivíduo:** informações sobre os dados pessoais dos participantes, tais como nome, nível de instrução, aposentadoria, etnia, estado civil, entre outros.	**Método Entrevista**
2	**Ficha Rápida de Anamnese**: levantamento (histórico e atual) acerca do estado de saúde dos indivíduos, contendo perguntas abertas e fechadas sobre: estado de saúde; hábitos de tabagismo; lesões e dores musculoesqueléticas; cirurgias; uso de lentes corretivas; doenças motoras e psicológicas; prática de atividade física, entre outros.	**Método Entrevista**
3	**Avaliação físico funcional (Parte 1)**: análise da capacidade funcional por meio da aplicação dos Índices de Katz e Lawton.	**Método Entrevista**
4	**Aspectos subjetivos quanto ao vestuário**: Abordagem sobre a percepção dos indivíduos quanto a percepção das tarefas do vestir e do despir; avaliação sobre as propriedades configurativas e materiais dos produtos do vestuário bem como sobre os hábitos de consumo	**Método Entrevista**
5	**Avaliação físico funcional (Parte 2)**: Medidas antropométricas; Dinamômetro; *Pinch Gauge; 9 Hole Peg; TUG.*	**Instrumentos de Mensuração**
6	**Tarefa:** Vestir e despir camisa, camiseta e meia.	**Registro da ação por meio de filmagem**

Fonte: autor.

No caso da Avaliação Físico Funcional (Parte 2), alguns instrumentos de mensuração foram utilizados para obtenção de dados quantitativos, sendo eles: Fita Métrica para medidas antropométricas; Dinamômetro Digital Hidráulico *Jamar Plus* para medição de preensão palmar (**Figura 25a**); *Jamar Digital Pinch Gauge* para averiguação de força digital (**Figura 25b**); *Nine Peg Hole Test* para coordenação e destreza (**Figura 25c**). A decisão pelos testes que envolvem os membros superiores foi baseada na importância que a complexa estrutura atômica e funcional das mãos e braços possui sobre a capacidade de desenvolver as atividades de vida diária (AVD) de um indivíduo. Isso porque as análises das preensões manuais e digitais são um importante parâmetro para se avaliar a capacidade funcional dos membros superiores, e, consequentemente, o grau de dependência e autonomia dos indivíduos.

Figura 25: Instrumentos Utilizados: a) Dinamômetro Digital Hidráulico *Jamar Plus* para medição de preensão palmar; b) *Jamar Digital Pinch Gauge* para averiguação de força digital; c) *Nine Peg Hole Test* para coordenação e destreza.

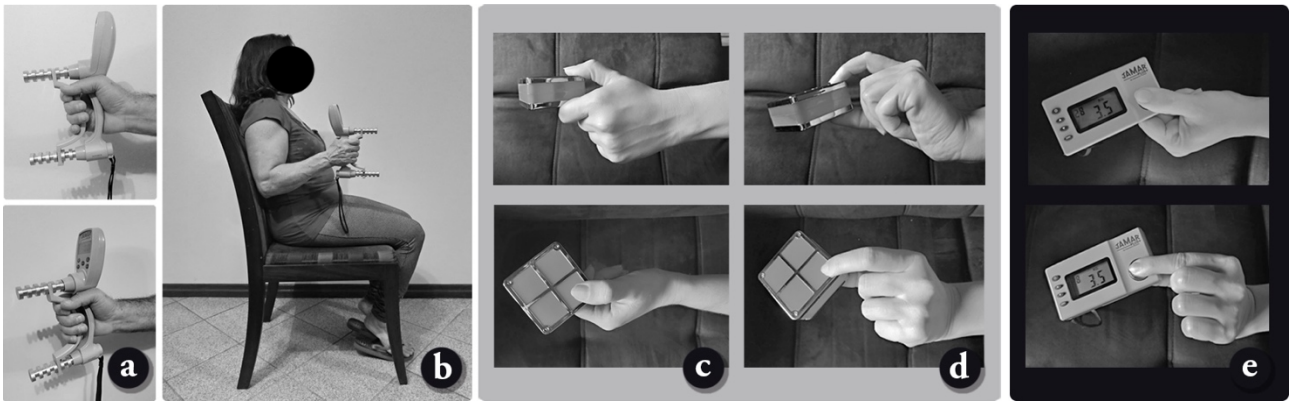
Fonte: autor.

Nesse sentido, a força de pressão palmar foi mensurada por meio da força isométrica máxima exercida sobre o dinamômetro, instrumento largamente utilizado pela comunidade científica para fins investigativos, principalmente dentro da área da saúde e reabilitação. Trata-se de um instrumento de duas alças paralelas, sendo uma fixa e outra móvel que pode ser ajustada em cinco posições diferentes. A utilização do dinamômetro Jamar seguiu as recomendações da Sociedade Americana de Terapeutas da Mão (ASHT), a qual indica como tamanho de empunhadura a posição dois do cilindro (existem cinco) (**Figura 26a**). Os participantes permaneceram sentados em uma cadeira com encosto e sem braço durante todo o teste (**Figura 26b**). Era pedido que se mantivessem com a coluna ereta, mantendo o ângulo de flexão do joelho em 90º, o ombro posicionado em adução e rotação neutro, cotovelo flexionado também a 90º, com antebraço em meia pronação e punho neutro, podendo movimentá-lo até 30º graus de extensão. O braço do participante foi mantido suspenso no ar com a mão posicionada no dinamômetro, que foi sustentado pelo avaliador (Dias et al., 2010; Fess, 1992; Araújo, 2003; ASHT, 1981). Foram registradas três medidas para cada mão, de maneira alternada, o que possibilitou a recuperação de um minuto para cada membro. O registro da força foi estabelecido em quilogramas/força (kg/f), sendo o valor final determinado por meio da média das três medidas. À medida que o teste foi sendo realizado, os participantes eram abordados sobre possíveis desconfortos e dores bem como se poderiam continuar o teste. Este procedimento foi realizado em decorrência da preocupação com a integridade dos idosos, o que, de antemão, já pode ser revelado não ter sido um agravante para a não completude da tarefa por parte de algum participante. Salienta-se que o procedimento foi previamente demonstrado para sua familiarização, servindo como um pré-teste.

Com relação as forças de preensão digital, dois tipos de movimentos foram definidos: pinça pulpo-lateral e pinça polpa-a-polpa (também chamada de pinça de ponta de dedos). A escolha por tais pinças foi motivada pela

função de precisão de ambas, a qual envolve o manuseio de objetos por meio de movimentos coordenados dos dedos, largamente necessários para a realização das tarefas diárias. A pinça pulpo-lateral envolve a polpa digital do polegar e a face latero-radial da segunda falange média do indicador, e é caracterizada por registrar as maiores forças de preensão (**Figura 26c**). Já a pinça polpa-a-polpa é realizada entre as polpas digitais do polegar e do indicador (Kapandji, 2004), movimento de pega necessário para o manuseio de objetos pequenos bem como em ações mais delicadas e precisas (**Figura 26d**). O procedimento de coleta seguiu o mesmo aplicado no dinamômetro, ou seja, três medidas para cada mão de maneira alternada, respeitando-se o tempo de descanso e força registrada em quilogramas/força (kg/f), sendo o valor final determinado por meio da média das três medidas. Também houve uma atividade prévia para a familiarização do participante com o instrumento (**Figura 26e**).

Figura 26: a) Posição (empunhadura) da mão na posição 2 (*Jamar*); b) Posição do participante para o teste com o *Jamar;* c) Pinça Pulpo-Lateral; d) Pinça polpa-a-polpa; e) Teste com o *Pinch Gauge*.



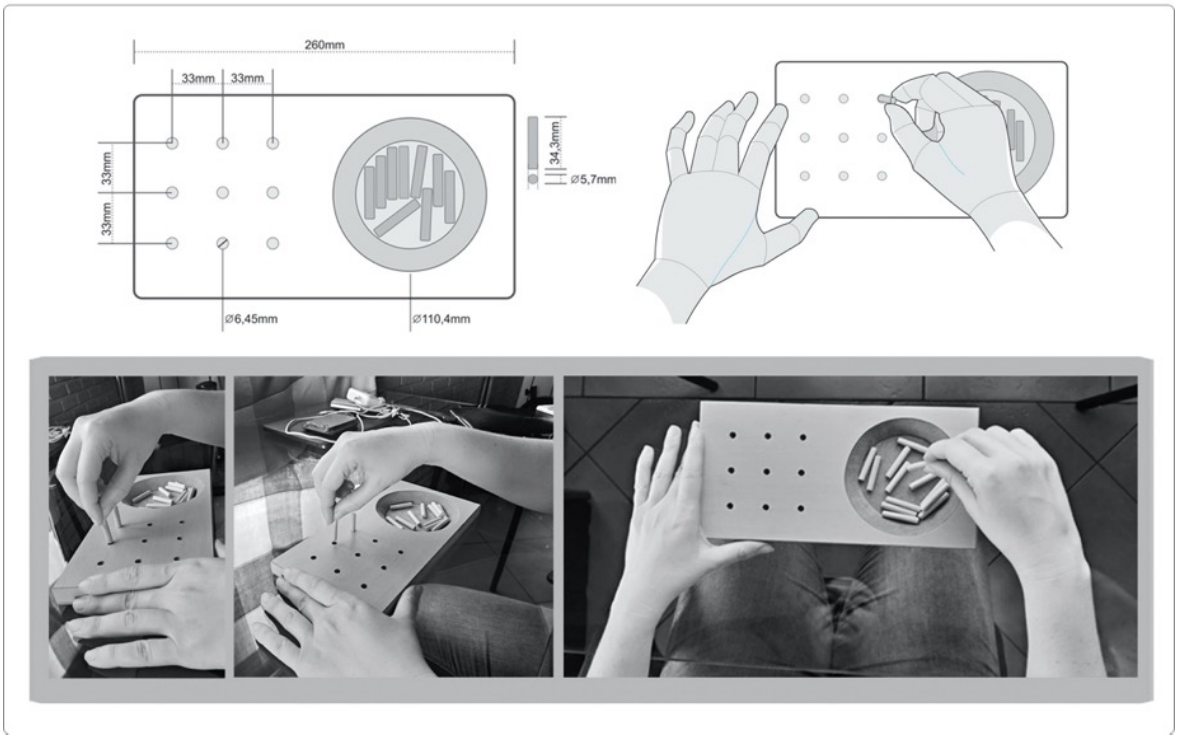
Fonte: autor.

O *Nine Peg Hole Test* foi escolhido por sua capacidade de avaliar a destreza e a velocidade de execução motora manual assim como a coordenação e o estado cognitivo dos indivíduos (Haase et al., 2004; Mathiowetz et al., 1959; Grice, et al., 2003; Koyama et al., 2011). A tarefa consiste na pega e manuseio de pinos que devem ser encaixados, um a um, em nove buracos dispostos em um tabuleiro, os quais, em seguida, devem ser retirados. O tempo da ação é cronometrado, servindo de parâmetro para a avaliação de desempenho dos indivíduos (**Figura 27**). Os participantes tiveram a oportunidade de brevemente realizar um pré-teste envolvendo a tarefa.

Em todos os instrumentos, a sequência de início dos testes foi determinada de maneira randomizada, alternando-se entre a mão esquerda e a mão direita com o objetivo de aumentar a validade do ensaio bem como evitar possível viés de seleção.

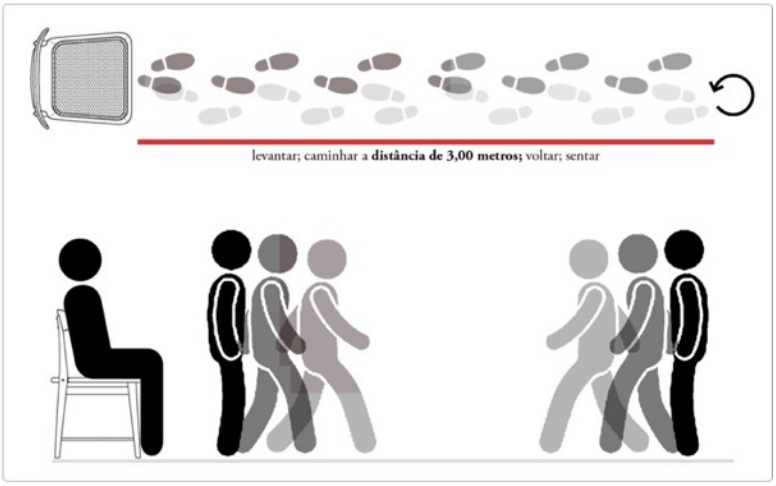
Por último, o *Time Up and Go* (TUG) (**Figura 28**) foi utilizado para a avalição da capacidade funcional do idoso assim como seu equilíbrio. O teste consiste em avaliar a velocidade de execução do indivíduo nas tarefas de levantar-se, caminhas três metros, virar, caminhar de volta e sentar-se (Morris et al., 2001).

Figura 27: *Nine Peg Hole Test*



Fonte: autor.

Figura 28: *Time Up and Go (TUG)*



Fonte: autor.

3.4 Procedimentos

3.4.1 Tarefa pré-definida

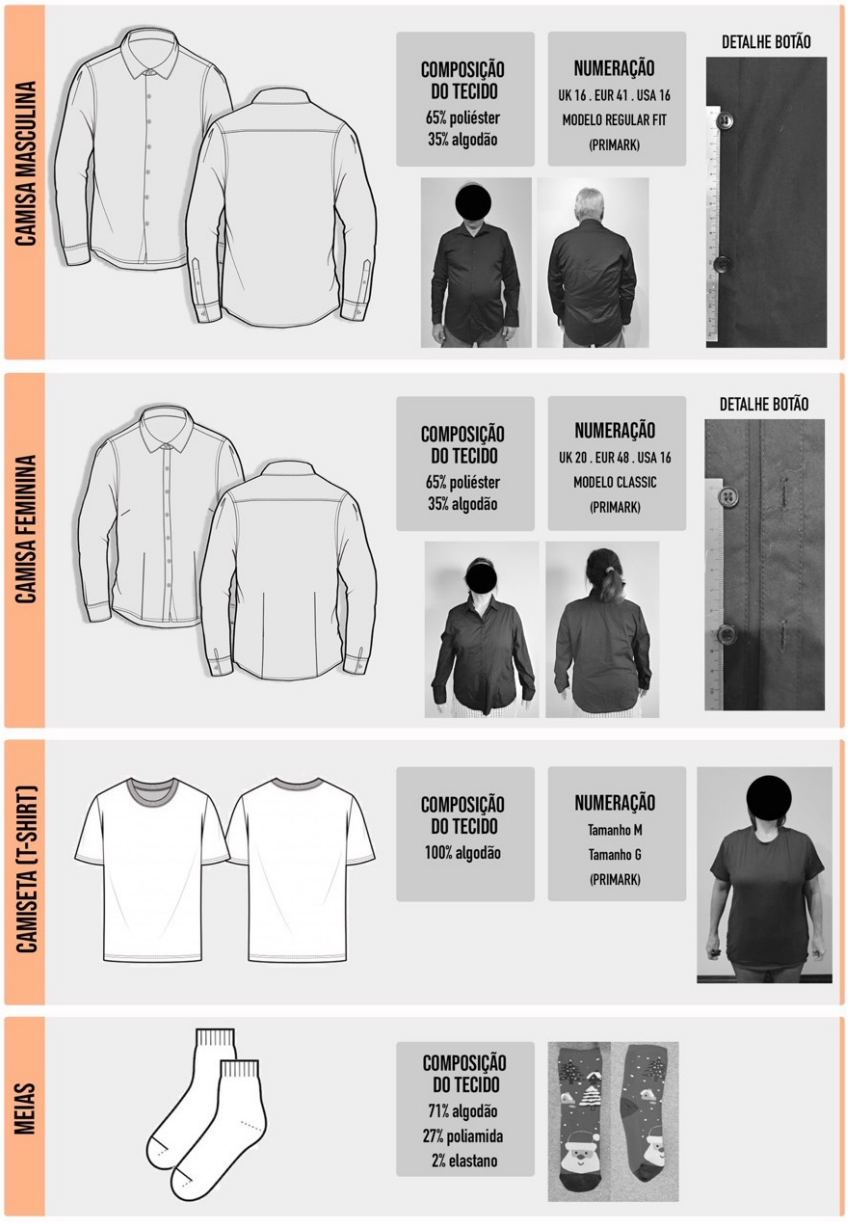
A tarefa analisada consistiu no vestir-despir de três peças do vestuário, sendo elas: camisa de manga longa com abotoamento central (**Figura 29a**); camiseta de malha (T-Shirt) (**Figura 29b**); e, uma meia (**Figura 29c**).

Foram utilizadas duas camisas de algodão com elastano, de cor preta, e com botões da mesma cor: uma masculina e outra feminina. A distinção foi necessária principalmente em decorrência do posicionamento dos

botões, o qual no modelo masculino fica na parte direita da camisa, e na feminina, esquerdo. A escolha pelo preto foi motivada pelo princípio de que cores escuras podem gerar dificuldades nos indivíduos em decorrência da redução da capacidade da visão. Para o vestir-despir da camiseta foram disponibilizados dois tamanhos de modelo com gola careca: P e G. Ambas eram de algodão, uma na cor azul e outra na cor rosa claro. Por último, a meia, foi disponibilizado um modelo de cano alto, de algodão com elastano.

As peças foram escolhidas por serem comuns ao vestuário, o que seria de fácil familiaridade entre os indivíduos idosos. Além disso, o vestir e despir dos três tipos de vestimenta envolve movimentos variados, que ativam diferentes membros e articulações para a completude da tarefa do vestir e despir, bem como exigem coordenação e equilíbrio.

Figura 29: Detalhamentos das peças escolhidas para a tarefa:) camisa de manga longa com abotoamento central; camiseta de malha; e meia.



Fonte: autor.

A ordem a ser respeitada para a realização do teste do vestir e despir deveria seguir as seguintes etapas (**Figura 30**):

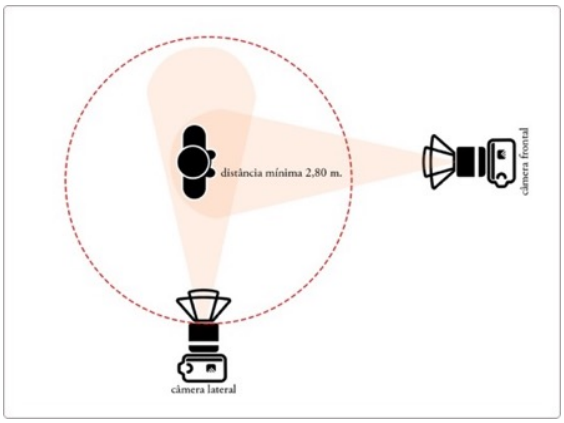
Figura 30: Sequência das tarefas a serem avaliadas.

1a. Vestir a camisa e fechar 4 botões	**1b.** Desabotoar e despir-se da camisa
2a. Vestir a camiseta (T-shirt)	**2b.** Despir-se da camiseta (T-shirt)
3a. Vestir a meia (um pé)	**3b.** Despir-se da meia

Fonte: autor.

Para registro, foram colocadas duas câmeras: uma em frente ao participante e outra na lateral (**Figura 31**). Por não ser possível a aplicação do teste em um mesmo ambiente, definiu-se que a distância entre câmera e indivíduo fosse adaptável, garantindo, contudo, que a ação fosse registrada por completo mediante enquadramento total do corpo. Foram utilizados câmeras e tripés, sendo as primeiras os modelos: *Canon PowerShot SD1200IS 10 MP Digital Camera* e *Canon IXUS 155 Compact Camera.* O uso destas ferramentas teve, naturalmente, o objetivo de registrar, por meio de imagens, todos os movimentos realizados no decorrer da tarefa. A reprodução desse material possibilita análises quantitativas e qualitativas em relação a posição e orientação dos segmentos corporais bem como o tempo utilizado para a completude das tarefas. Nesta pesquisa, a análise se caracterizou pela observação, identificação e descrição simples dos movimentos desenvolvidos pelos idosos para completar a tarefa. Além disso, possibilitou que fossem compreendidos alguns parâmetros cinesiológicos, assim como aspectos acerca da destreza manual, visão e equilíbrio.

Figura 31: Posicionamento da câmera e distância mínima necessária para a captação integral dos movimentos do participante.



Fonte: autor.

3.5 Testes pilotos e conduta do experimento

A aplicação do protocolo (incluindo a avalição da tarefa) correspondeu aos princípios éticos descritos anteriormente. Todos os procedimentos metodológicos estão fundamentados em raciocínio indutivo,

caracterizados por um estudo transversal com experimentação. A participação dos idosos nas atividades foi voluntária e individual. A coleta foi realizada em duas etapas: **1) Etapa Portugal**; **2) Etapa Brasil**.

Assim, com procedimentos e instrumentos desenvolvidos, testes piloto envolvendo uma amostra de seis participantes do Brasil, entre 65 e 80 anos de idade (3 do gênero masculino e 3 do feminino), foram realizados para avaliar a funcionalidade da metodologia desenvolvida e, consequentemente, corrigir eventuais falhas antes de sua implantação definitiva. Para Portugal, os instrumentos passaram por uma revisão orientada por professores da Universidade de Lisboa, a qual objetivou uma adaptação linguística, visto algumas dissemelhanças entre o idioma português praticado no Brasil e na Europa. Como exemplo, tem-se a palavra camiseta, que em Portugal é compreendida como T-Shirt. Realizadas as adaptações, o protocolo foi submetido a testes com três participantes que correspondiam aos critérios da amostra, sendo verificada sua viabilidade e adequabilidade.

Apesar das coletas terem sido conduzidas de forma idêntica nos dois países, a abordagem em relação a captação de participantes foi realizada de maneira distinta. No caso de Portugal, buscando também compreender o universo do idoso português dentro de seu território e cultura, foram realizados dezenas de contatos com instituições de apoio social para pessoas idosas, as quais têm como objetivos promover a autonomia, a integração social e a saúde desses indivíduos. Dentre eles, destacam-se:

- *Centro de convívio*: local de apoio a atividades sociais, recreativas e culturais, organizadas e dinamizadas com participação ativa das pessoas idosas, residentes numa determinada comunidade. Geralmente funcionam em dias úteis entre 10:00 e 17:00 horas;

- *Centros de dia*: conjunto de serviços que contribuem para a manutenção do meio social e familiar, das pessoas com 65 e mais anos, que precisem dos serviços prestados pelo Centro. Geralmente funcionam durante a semana entre às 08:00 e 17:00 horas;

- *Lares para idosos*: locais de apoio ao idoso em tempo integral, configurando-se como residência do indivíduo.

Três locais concordaram em participar da pesquisa: um Centro de Convívio e um Centro de dia, ambos localizados na cidade de Lisboa; e um Lar para idoso, localizado em Vila Franca de Xira, cidade adjacente à capital portuguesa. A amostra de indivíduos captada nestes locais caracterizou-se por 15 participantes do gênero feminino e 15 do gênero masculino, entre 65 e 90 anos, totalizando 30 indivíduos.

Nota-se que, apesar dos esforços de contato, muitas instituições não responderam ou se mostraram receosas quanto a participação, não dando abertura para trocas de informações acerca da pesquisa. Além disso, algumas instituições declararam não possuir idosos com o perfil descrito na amostra, como foi o caso da Santa Casa de Misericórdia de Lisboa (SCML). A instituição de saúde e apoio social emitiu um parecer desfavorável à realização do estudo, justificando que os fundamentos apresentados para a não colaboração seriam: as dinâmicas dos equipamentos de apoio à população alvo do estudo, que estariam já fortemente marcadas por outras intervenções e projetos em simultâneo, prevendo-se um desgaste acrescido para os beneficiários; e, os

equipamentos da SCML, nomeadamente a resposta de Centro de Dia, possuíam um universo de beneficiários com relativo grau de dependência, prevendo-se fraca correspondência com as exigências da amostra desejada. Além disso, a metodologia e a tarefa a serem aplicadas (registro em vídeo da atividade simulada de vestir-despir) foi avaliada como invasiva, apesar dos esforços de esclarecer que os participantes, em nenhum momento, teriam que se despir de suas roupas pessoais no momento da ação bem como suas imagens não seriam publicadas ou vinculadas a eles. Tais informações, inclusive, estavam declaradas no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido aprovado junto ao Comitê de Ética em Pesquisa da FAAC, Unesp-Bauru.

Ocorre que, um número significativos de instituições de apoio e amparo ao idoso existentes em Lisboa se encontram vinculados à SCML (cerca de 21 unidades, o que corresponde a 1/3 do total de instituições existentes em Lisboa (Moreira, 2018), o que, consequentemente, acarretou uma redução substancial no número de locais possíveis para a realização da coleta e dos testes. A estratégia, então, foi buscar com mais veemência os demais centros e lares. Muitos destes, de caráter particular, não apresentaram resposta ou se negaram a participar em decorrência da dificuldade de pedir aprovação junto aos familiares responsáveis pelos idosos. Mesmo universidades e faculdades vinculados à promoção do ensino na terceira idade não mostraram interesse em ceder espaço ou envolver estudantes sêniores para os testes.

A estratégia conseguinte, desta maneira, foi expandir o contato para as cidades adjacentes à Lisboa, o que também se mostrou dificultoso pelos mesmos motivos. Novamente, em grande parte dos casos os responsáveis por tais centros e universidades se mostraram desinteressados por maiores informações sobre a pesquisa ou simplesmente negligenciaram qualquer tipo de resposta. Essa problemática acabou por acarretar atraso no cronograma estabelecido.

Apesar de toda dificuldade inicial, a concordância de três instituições em participar dos testes da coleta foi essencial para o sucesso da recolha de dados. A diferença na composição dos idosos nos diferentes locais, principalmente em relação à classe social bem como ao amparo da família, à priori já revelou parâmetros importantes acerca da influência de tais fatores à qualidade de vida dos idosos, fator esse que contribuiu para o enriquecimento da pesquisa uma vez que pode-se colher informações sobre diferentes configurações de usuários.

Nestes locais, os objetivos e procedimentos da coleta foram apresentados aos indivíduos idosos, os quais, posteriormente, registravam seu interesse em participar. Os próprios centros e indivíduos determinaram o cronograma a ser realizado, o que implicou, muitas vezes, no retardo no número de testes a ser realizado dentro do tempo estabelecido pelo cronograma dessa investigação. Em cada local foi definido um ambiente isolado para a aplicação dos testes, o que exigiu a adaptação dos testes à área e ao perímetro do ambiente fornecido. Para tanto, a instalação dos instrumentos foi estudada em cada ambiente, visando a segurança e conforto do participante bem como a integridade da pesquisa.

Já no Brasil, em decorrência do círculo social do pesquisador e colegas de trabalho, a abordagem ocorreu de forma mais presencial, por meio de convites individuais. Os participantes eram convidados, então, a participar da coleta, sendo os objetivos da investigação e da coleta apresentados. Evidencia-se que a coleta era brevemente exposta, com o simples objetivo de contextualizar e informar o indivíduo sobre suas principais características.

Em vistas da obtenção de participantes, a coleta foi realizada no próprio domicílio do indivíduo, uma vez que se observou certa indisposição de se apresentarem em um local onde precisassem se locomover. Contudo, foi verificado junto a eles a disponibilidade de um ambiente residencial com dimensões que fossem suficientes para que a qualidade da coleta não fosse prejudicada. Mediante disponibilidade do cômodo, os aparatos da pesquisa, tal como câmera e cadeira, eram posicionados de maneira a atender os requisitos necessários para registro das atividades. A pesquisa foi realizada entre junho e agosto, meses de temperaturas mais amenas, o que possibilitou o conforto dos usuários durante a atividade sem a necessidade de climatização artificial.

De modo geral, cabe esclarecer que, apesar da abordagem ter sido realizada por meio de entrevistas, as etapas eram realizadas intentando ser aplicadas ao menor tempo possível de duração para que o participante não se cansasse ou se chateasse. Contudo, pôde-se observar que muitos indivíduos se prolongavam em seus comentários, implicando em longos tempos de colocações. Nestes casos, algumas estratégias de questionamentos foram utilizadas objetivando o redirecionamento do participante ao foco da pesquisa, evitando-se ao máximo aplicar comentários ou cortes que os pudessem constranger. No entanto, alguns destes, ao tornarem cientes do tempo que lhes foi tomado, acabaram por desistir durante a coleta. Essa realidade implicou na anulação destes protocolos, uma vez que não foram concluídos. Dado isso, a busca por mais indivíduos se prolongou para além do previsto no cronograma estabelecido.

Por outro lado, ressalta-se que grande parte dos participantes avaliaram com positividade a experiência proporcionada pela coleta, evidenciando o caráter inédito de tal tipo de abordagem, bem como a importância dos dados coletados. Muitos se interessaram em entender e compreender o universo da investigação e sua integração com a parte prática vivenciada. Dado isso, pode-se dizer que os participantes se mostraram dispostos a responder objetivamente as perguntas bem como realizar as tarefas com máxima dedicação.

3.6 Análises estatísticas

Conforme Diniz et al. (2003) justificam, a inferência estatística na prática investigativa do Design, com base em um conjunto de dados, pode gerar conclusões a respeito de uma determinada população frente a pesquisa com uma amostra de usuários de uma produto-sistema, permitindo obter algumas conclusões ou inferir sobre uma população maior acima e além de sua amostra.

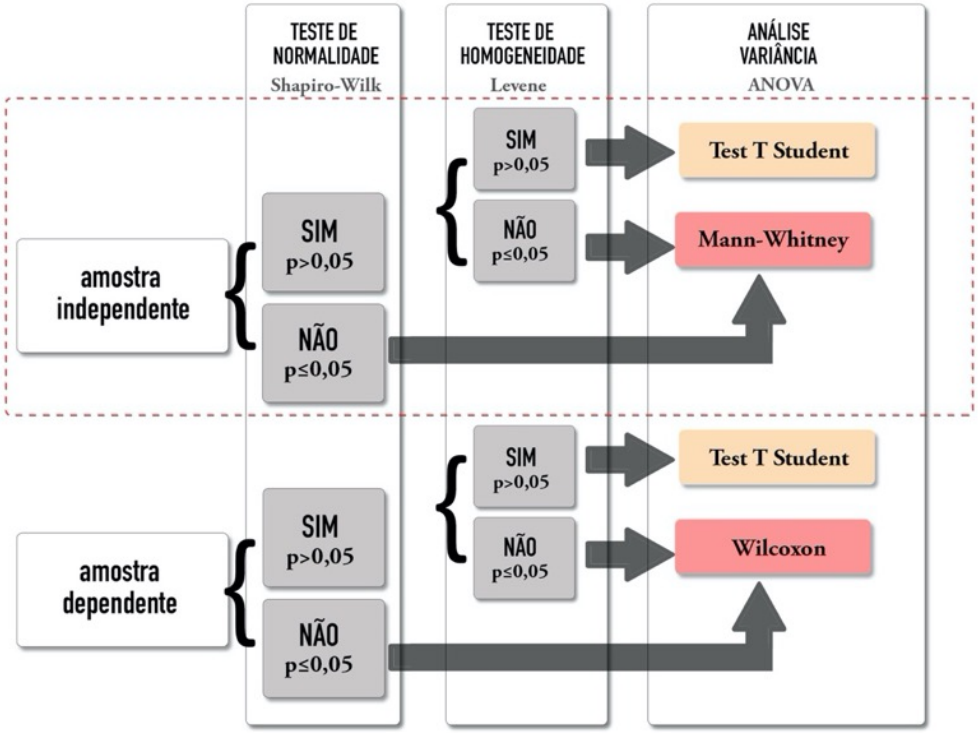
Portanto, os recursos estatísticos permitem comprovar as relações dos fenômenos entre si, determinando generalizações sobre a natureza, ocorrência e significado. As amostras no estudo se caracterizaram como independentes (Diniz et al., 2003). Assim, a análise estatística dos resultados obtidos nessa investigação foi um procedimento essencial para a validação dos dados apresentados, que se caracterizam tanto como quantitativos como qualitativos.

A maioria dos dados quantitativos foram tratados por meio de recursos da estatística descritiva, obtendo-se medida de tendência central (média), moda, mediana, variabilidade, entre outras. A aplicação desse recurso teve

por objetivo transformar um conjunto de valores em poucos números que indiquem o comportamento desse conjunto (Volpato, Barreto, 2016).

Para efeito de comparação, utilizou-se a estatística indutiva (ou inferencial) envolvendo **amostras independentes (Figura 32)**. Portanto, a normalidade da distribuição[38] (teste *Shapiro-Wilk*) da amostra foi testada aceitando-se como normal valores de p>0,05 e como anormal p≤0,05. Para amostras normais (paramétricas) foi aplicado o *Test T Student*, enquanto para as anormais, o *Mann-Whitney* (teste não-paramétrico; no caso de duas amostras independentes). Este último foi aplicado quando a normalidade foi descartada em todas as amostras a serem comparadas ou em uma delas. Para homogeneidade (*Levene's test*) assumiu-se o p > 0,05, aplicando-se *Test T Student* para dados homogêneos e *Mann-Whitney* para não-homogêneos. Os cálculos estatísticos foram realizados por meio do software *Statistica*.

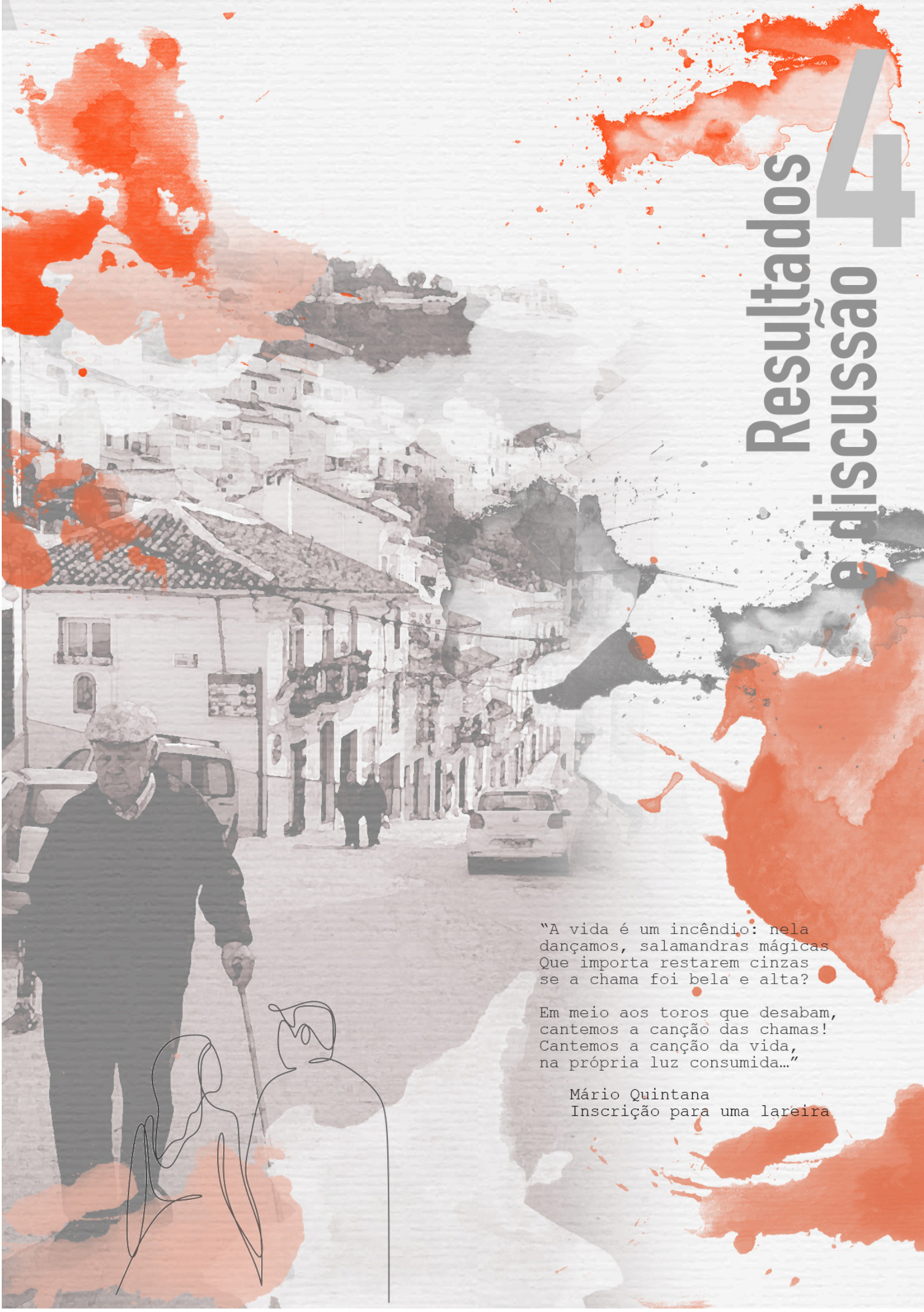
Figura 32: Estatística Inferencial – Passos.



Fonte: autor.

[38] Existem dois tipos de distribuição dos dados: Normal e Anormal. A primeira (também conhecida como Gaussiana) apresenta uma forma semelhante a uma curva em sino quando os dados estão dispostos em uma curva de distribuição. O que implica que os dados estão se concentram em torno de uma média e se dispersam simetricamente a partir desse ponto central. Por outro lado, quando a curva não apresenta uma forma de sino, passa a ser caracterizada como assimétrica ou anormal. Identificar a normalidade das amostras implica resumidamente na determinação do tipo de teste de inferência estatística para o caso da comparação das amostras.

4 Resultados e discussão



"A vida é um incêndio: nela
dançamos, salamandras mágicas
Que importa restarem cinzas
se a chama foi bela e alta?

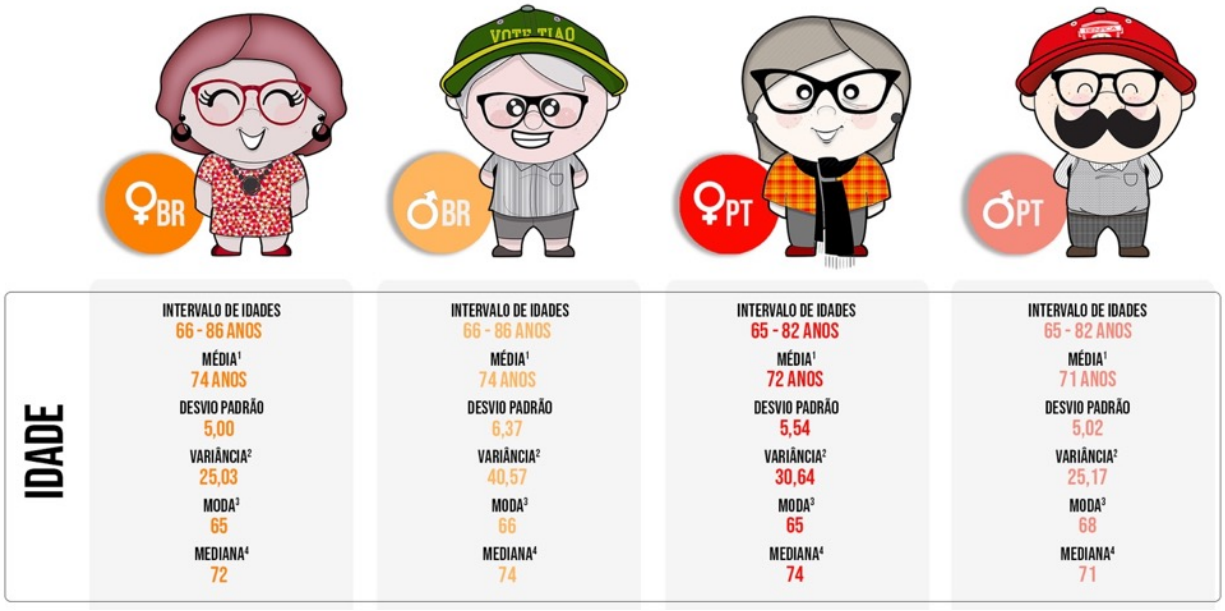
Em meio aos toros que desabam,
cantemos a canção das chamas!
Cantemos a canção da vida,
na própria luz consumida…"

Mário Quintana
Inscrição para uma lareira

4.1 Perfil da amostra

Em Portugal, a amostra total envolveu indivíduos entre 65 e 82 anos. O subgrupo do gênero feminino se caracterizou por mulheres entre 65 e 81 anos, e do masculino entre 65 e 82 anos. **No Brasil**, o subgrupo feminino se definiu por mulheres entre 66 e 86 anos, e dos homens entre 66 e 86 anos. A média etária entre os indivíduos brasileiros, de ambos os gêneros, registrou idade mais alta em comparação à da população portuguesa: 74 anos para ambos os gêneros no Brasil e 72 e 71 anos para mulheres e homens portugueses, respectivamente. A variância populacional estimada também apresentou valores mais altos entre os indivíduos brasileiros, sendo 26,9 entre o gênero feminino e 40,57 entre o gênero masculino. Dessa maneira, a amostra brasileira apresentou menos homogeneidade entre a idade dos indivíduos, em especial, os homens (**Figura 33**).

Figura 33**.** Resultado: Perfil da Amostra quanto a idade.



Fonte: autor.

A amostragem portuguesa apenas envolveu indivíduos nascidos em território português bem como a amostra brasileira se caracterizou unicamente por brasileiros naturais do Brasil. Dentre as mulheres de Portugal, 40% eram casadas e 33,33% divorciadas (**Figura 32**). Mais da metade (66,7%) cursou apenas até o nível secundário, compatível ao ensino fundamental do Brasil. A grande maioria, 80%, indicaram possuir ao menos um filho, e 46,6% responderam viver sozinhas, fato este que pode ser relacionado que significativa parte das mulheres se encontram divorciadas, solteiras ou viúvas. Todas se declararam ser de etnia branca. Quando questionadas sobre a existência de uma pessoa responsável por auxiliá-las na rotina diária, apenas um indivíduo revelou ter uma profissional que a ajuda nos afazeres domésticos, como limpeza e lavagem de roupas, a qual, contudo, não interfere ou a ajuda em suas atividades básicas e pessoais do cotidiano.

Dentre os homens portugueses, a grande maioria indicou ser casada (86,67%), o que é corroborado ao considerar que todos os indivíduos casados indicaram morar com as respectivas companheiras (86,7%). Cerca de 40% concluiu o secundário, e outros 33,33% indicaram possuiu ensino superior nos currículos. Em relação a paternidade, 86,7% disserem possuir ao menos um filho, enquanto os demais não indicaram paternidade. Nenhum indivíduo declarou ter pessoas que os auxiliem com os afazeres da rotina diária (**Figura 34**).

No Brasil, 60% das mulheres indicaram ser casadas e 26,67% viúvas. Quanto a formação profissional, 40% disseram possuir curso técnico (20%) ou ensino superior (20%). Cerca de 40% declararam morar apenas com o marido e outros 20% explicaram que, além do marido, também dividem a casa com os filhos. A grande maioria, 93,33%, declararam ter pelo menos um filho, dentre as quais 35,71% possuem ao menos quatro filhos (**Figura 34**).

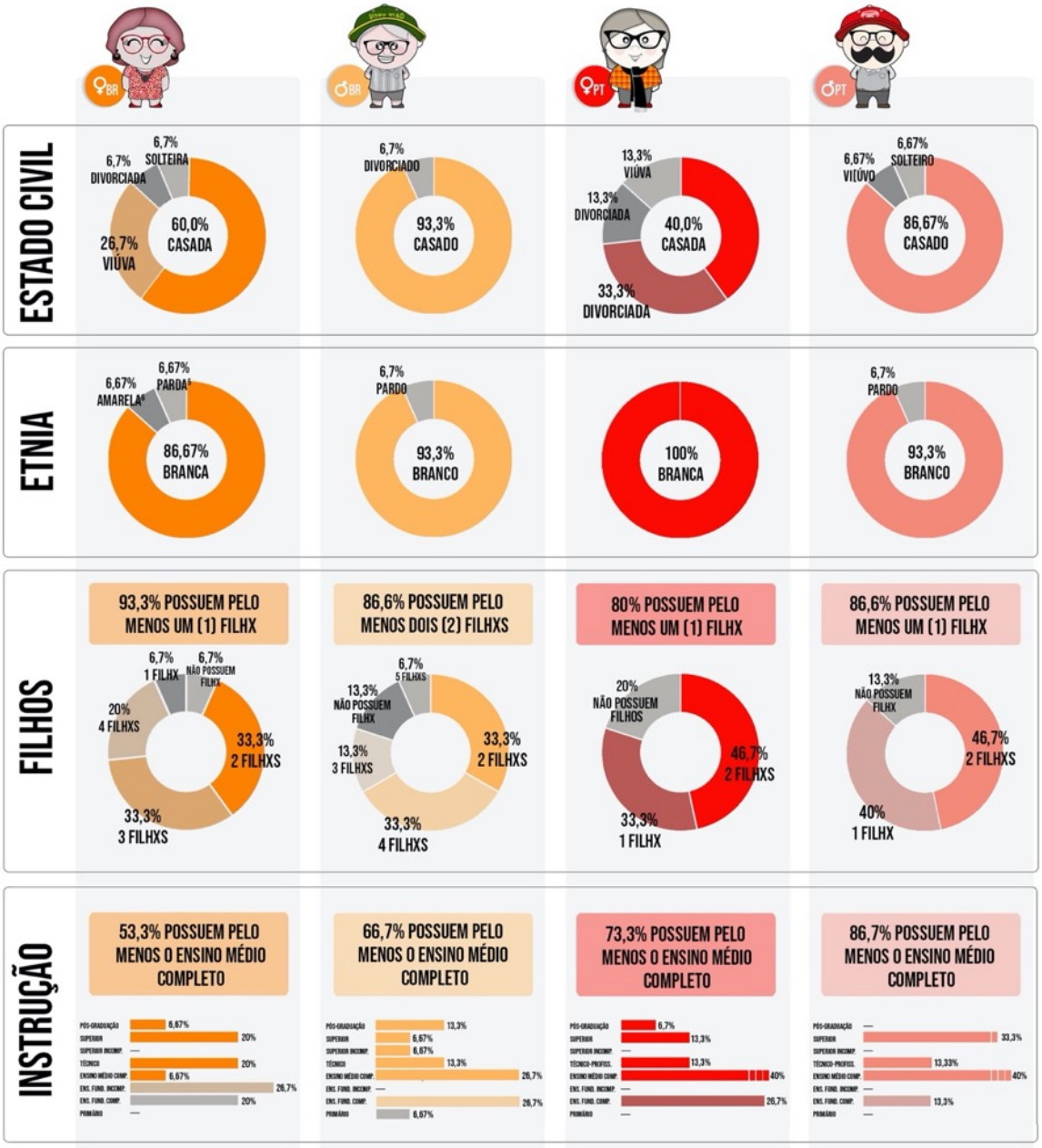
No que se refere ao gênero masculino, 93,33% declararam-se casados. Quanto ao nível de instrução, 26,67% indicaram que estudaram somente até o ensino fundamental, e outros 26,67% até o ensino médio. A maioria (60%) declarou morar somente com a esposa. Cerca de 86,67% possui ao menos dois filhos, sendo que dentre os que possuem filhos, 38,46% possuem dois filhos e outros 38,46%, quatro filhos. Nenhuma afirmou possuir ajudantes ou cuidadores (**Figura 34**).

Observa-se que o número de filhos por indivíduo no Brasil foi maior que o registrado em Portugal. Esse dado corrobora com pesquisas que mostram que em países emergentes, apesar de muitos já apresentarem redução da taxa de natalidade, o número de filhos por indivíduo ainda é maior quando comparado ao registrado em países desenvolvidos (IHME, 2017; WHO, 2019).

Quanto a situação profissional, 100% das portuguesas disseram estar aposentadas e afastadas do campo profissional. No Brasil, as aposentadas somam 80% das mulheres, sendo que 26,67% indicaram ainda desenvolver atividades profissionais. Entre os indivíduos do gênero masculino, todos, considerando ambas as nacionalidades, estão aposentados. Contudo, 53,33% dos homens brasileiros ainda estão profissionalmente ativos, enquanto em Portugal, apenas 6,67% se colocaram na mesma posição (**Figura 35**).

No que se refere ao mercado de trabalho e o processo de envelhecimento nas sociedades, esse resultado parece ser condizente à realidade de ambas as nações. Ocorre que, em Portugal, ao longo dos últimos anos, o número de indivíduos acima dos 65 anos empregado vem sofrendo uma redução significativa, ao passo que o número de pensões de velhice vem aumentando. Inclusive, o crescimento no número de pensões, compreendidas como transferências sociais, tem contribuído para a redução do risco de pobreza neste segmento da população, conferindo-lhes maiores chances de obterem qualidade de vida (GBP, 2017). O país tem declarado que está à procura de responder os vários desafios do envelhecimento da população, e dentre seus compromissos, anuncia medidas que visam promover o prolongamento da vida ativa e a capacidade de trabalho. Dentre as estratégias, destaca-se a prorrogação da suspensão legal do regime de reforma antecipada e o aumento da idade normal de acesso à pensão de velhice, que passou dos 65 para os 66 anos, em 2014, passando desde 2016 a variar em função da evolução esperança média de vida (GBP, 2017).

Figura 34. Resultado por gênero e nacionalidade: Estado Civil; Etnia; Filhos; e Nível de Instrução.

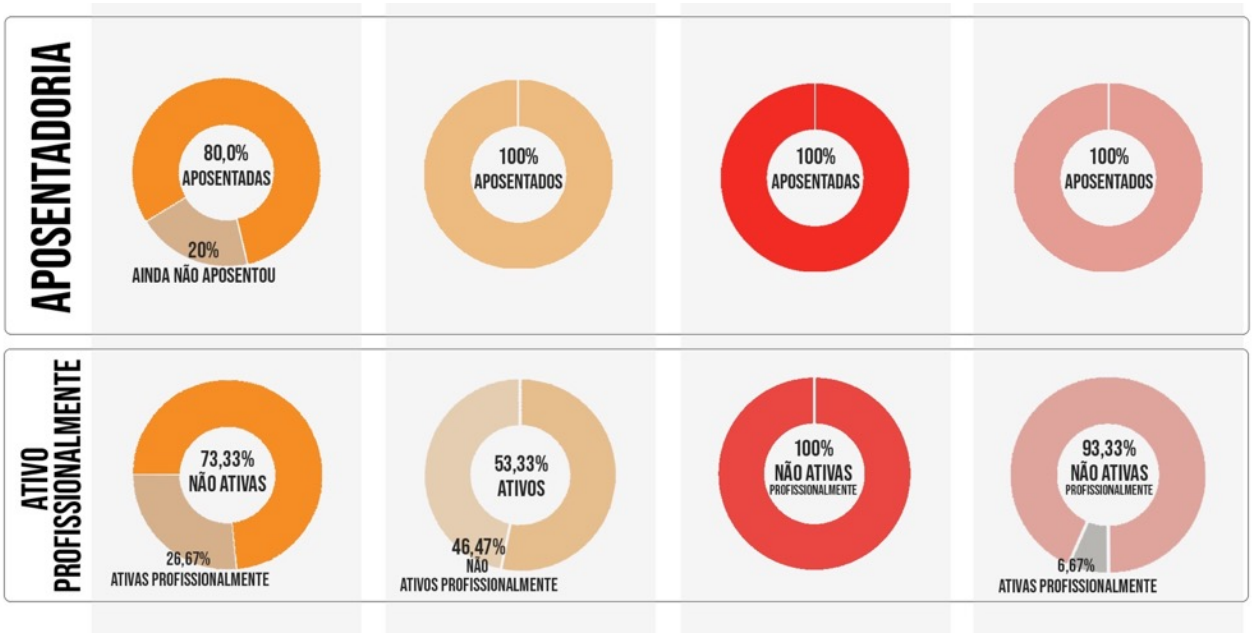


Fonte: autor.

O Brasil, entretanto, tem apresentado, ao longo dos últimos anos, um número crescente de indivíduos idosos ainda ativos no mercado de trabalho. Segundo dados da Secretaria de Trabalho do Ministério da Economia disponíveis na Relação Anual de Informações Sociais (RAIS), o número de pessoas com 65 anos ou mais em vagas com carteira assinada aumentou, saindo de 484 mil em 2013 para 649,4 mil em 2017 (Valente, Agência Brasil, 2019). Foi uma ampliação de 43% em quatro anos. Esse panorama "positivo", contudo, cai ao ser analisado o aumento do desemprego entre esta faixa etária, o qual, conforme dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio (PNAD) Contínua, passou de 18,5% em 2013 para 40,3% em 2018 (Valente, Agência Brasil, 2019). A justificativa do aumento da busca por emprego dentre os idosos está relacionada a falta de renda e a busca por

meios para custear despesas que aumentaram mediante a responsabilidade financeira que ainda mantem com a família, cenário condizente à crise econômica brasileira.

Figura 35. Resultado por gênero e nacionalidade: Aposentadoria e Condição profissional (ativo ou não ativo).



Fonte: autor.

Essa realidade pode, em parte, ser percebida ao observar que, dentre os brasileiros, a presença dos filhos dentro de suas moradias ainda se faz uma realidade, enquanto em Portugal, essa condição é praticamente inexistente. Apesar da maior parte dos brasileiros (de ambos os gêneros) indicarem que residem apenas com seus parceiros, uma alta porcentagem indicou a presença dos filhos dentro dos lares, realidade essa que só foi observada em 13,33% das portuguesas. Observa-se que dentre os portugueses, a condição de morar sozinha está mais presente, principalmente se considerar os participantes do gênero feminino, realidade essa que pode estar associada ao número de viúvas. Dentre os portugueses do gênero masculino, a maioria reside com parceiros (86,67%), sendo que os demais moram sozinhos ou dentro de instituições (**Figura 36**).

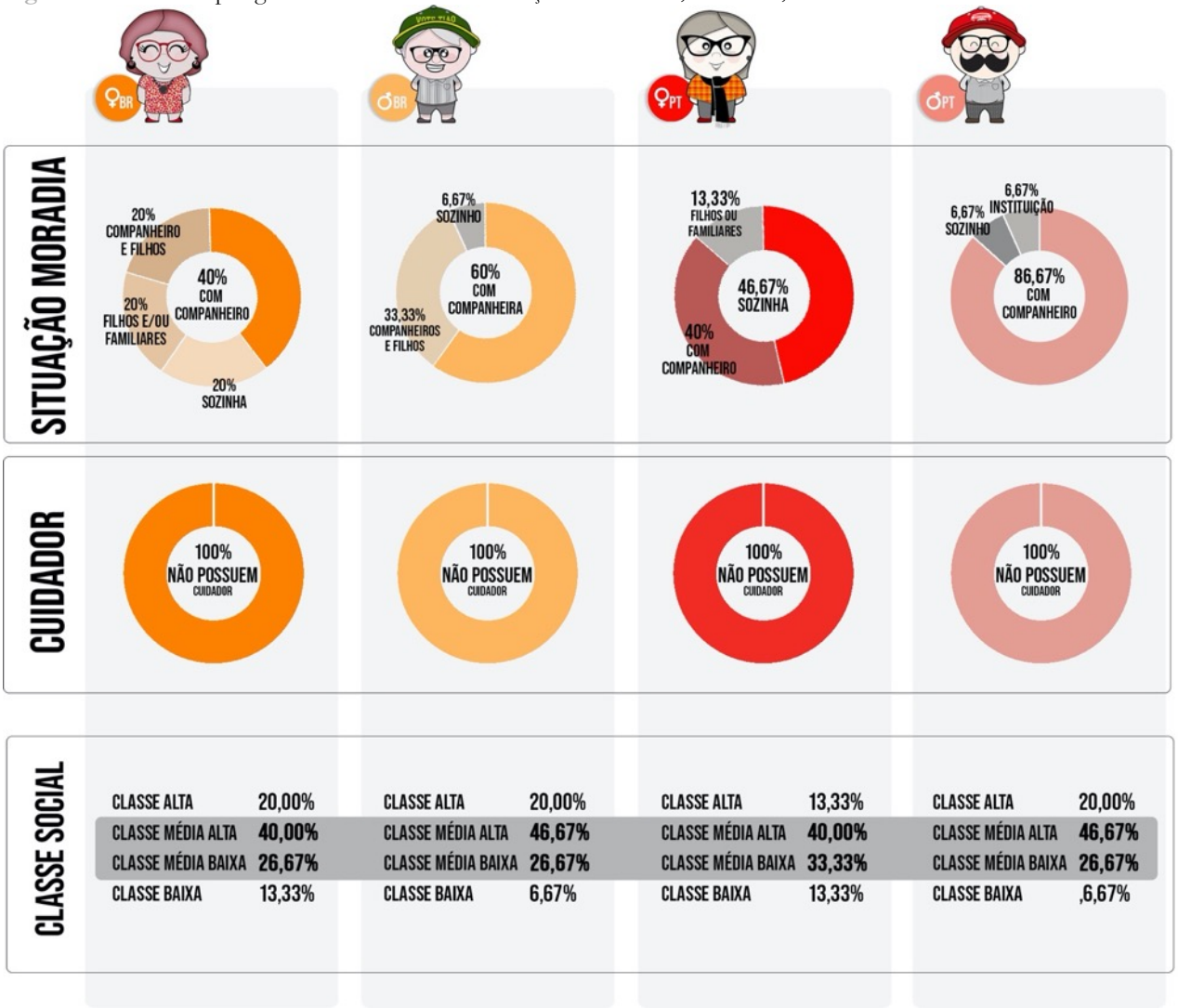
O fato de dentre a amostra portuguesa existirem indivíduos residentes de instituições, naturalmente está associado ao contexto dos recintos visitados para a coleta de dados da presente pesquisa. Retoma-se que em Portugal, instituições de caráter asilar foram visitados, enquanto no Brasil, essa estratégia não foi tomada.

Tomando como base o montante populacional, apesar de muitos declararem residirem sozinhos, principalmente em Portugal, 100% dos indivíduos (de ambas nacionalidades e gêneros) declararam não possuírem cuidadores.

Em relação à condição social, a maioria dos participantes de ambos os gêneros e nacionalidades indicaram pertencer a classe média. No Brasil, 40% das mulheres indicaram pertencerem a classe média alta e 26,67% a classe média baixa. Dentre os homens, 46,67% indicou estar dentre os indivíduos da classe média alta, e outros 26,67% à classe média baixa. Para os portugueses, considerando as mulheres, 40% declararam ser da classe média alta e

33,33% média baixa. Já em relação aos homens, 46,67% classe média alta e 20% média baixa. Ressalta-se que as classes sociais apresentadas no protocolo aqui desenvolvido foram baseadas em classificação e nomenclaturas que pudessem compreender o universo dos participantes de ambas as nacionalidades, de maneira a criar um padrão para identificação de tal características. Para tanto, foi realizada uma pesquisa em material publicado de ambos os países (MARKTEST, 2002; DINIS, 2016; CARITA, ESTEVES, 2017; ABEP, 2018; PREVIDELLI, 2012; SALATA, 2015) para que fosse assim estabelecido um padrão de nomenclatura.

Figura 36. Resultado por gênero e nacionalidade: Situação de Moradia; Cuidador; Classe Social.



Fonte: autor.

4.2 Anamnese

A abordagem acerca da saúde foi realizada por meio de um *Protocolo com Rápida Avaliação Multidimensional do Idoso*, o qual se caracterizou por declarações a respeito de doenças, prática tabagista, lesões musculoesqueléticas e prática de atividade física.

Observou-se que dentre os homens o hábito de fumar está mais presente. Considerando os brasileiros, apesar de nenhum se declarar fumante, mais da metade se apresentou como ex-fumante (53,33%). Já em Portugal o número de fumantes implicou em 13,33%, e 40% de ex-fumantes. Em relação as mulheres, os valores se igualaram, sendo que para ambas as nacionalidades, 66,67% nunca fumaram e 6,67% ainda fumam (**Figura 37**). O relevante número de ex-fumante entre os brasileiros corrobora com o recuo no índice de fumantes idosos no Brasil, tendência observado pelo Ministério da Saúde com base na pesquisa de Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico (Brasil - VIGITEL, 2019). A pesquisa também indicou, que mesmo com a queda na prática tabagista entre os indivíduos, os homens ainda são os que mais fumam quando comparados os gêneros. Em Portugal, a queda no consumo de cigarros também tem se apresentado crescente, apesar de lenta. Contudo, conforme pesquisa publicada pelo Ministério da Saúde (2017), ao passo que diminui o tabagismo entre os homens, cresce o vício entre as mulheres. Em relatório anterior, o ministério já havia apresentado uma leve queda entre os fumantes idosos, em vistas ao crescimento de programas contra o tabagismo (Portugal, 2013).

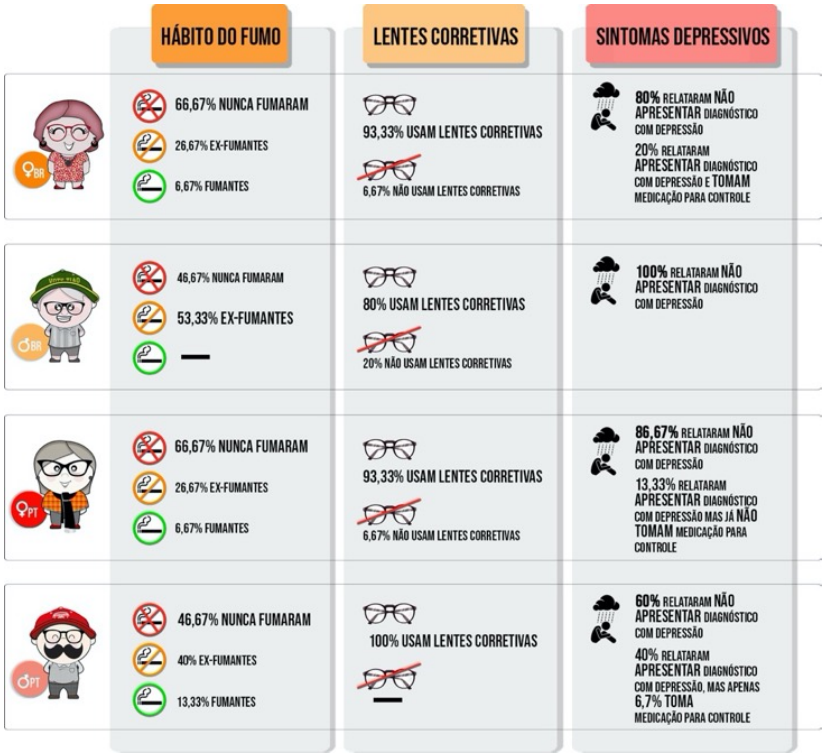
A maioria dos participantes indicou o uso de óculos. Todos os homens portugueses registraram usar lentes corretivas para as atividades do dia a dia. Para os homens brasileiros, o uso está presente entre 80% deles. Quanto às mulheres, tanto entre as portuguesas quanto entre as brasileiras, 93,3% usam lentes corretivas (**Figura 37**).

Quando questionados sobre sintomas depressivos, os homens brasileiros foram os únicos a não declararem a ocorrência da doença nem o uso de remédios (**Figura 37**). Por outro lado, 40% dos portugueses relataram já terem apresentado diagnóstico condizente com a depressão, contudo, apenas 6,7% ainda tomam medicação. A doença apareceu mais recorrente dentre as brasileiras, revelando-se em 20% das participantes, as quais todas fazem uso de medicação para amenizar os sintomas. No caso das portuguesas, apesar de 13,33% relatarem já terem apresentado sintomas depressivos, todas disseram que atualmente se encontram bem e sem a necessidade de medicação.

A prática de atividade física se revelou um aspecto ainda a ser desenvolvido dentre os indivíduos idosos, principalmente dentre os brasileiros. Tanto em relação aos indivíduos do gênero masculino, quanto os femininos, a grande maioria (73,33%) declararam não praticar atividade física. Pilates, exercícios de fisioterapia, ginástica e caminhada foram as atividades mais desenvolvidas dentre os que realizam atividade física. Já em Portugal, 66,67% e 60% das mulheres e homens, respectivamente, possuem em sua rotina alguma atividade física. Ginástica, caminhada, hidroginástica, dança e caminhada foram os exercícios mais citados.

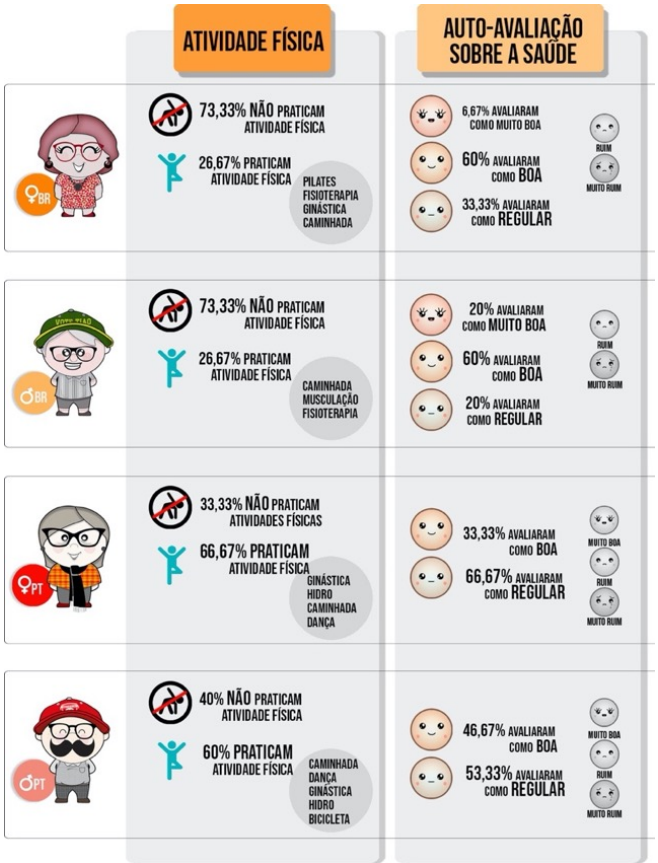
Questionados sobre a percepção subjetiva sobre a própria saúde ao longo do último ano, apenas os brasileiros indicaram nível máximo de qualidade, ou seja, muito boa. Para a maioria brasileira, contudo, 60% das mulheres e 60% dos homens, o estado de saúde foi avaliado como Bom. Em Portugal, 66,67% das mulheres e 53,33% dos homens avaliaram como regular (**Figura 38**).

Figura 37. **Resultado por gênero e nacionalidade: Anamnese – Hábito do Fumo; Lentes Corretivas; Sintomas Depressivos.**



Fonte: autor.

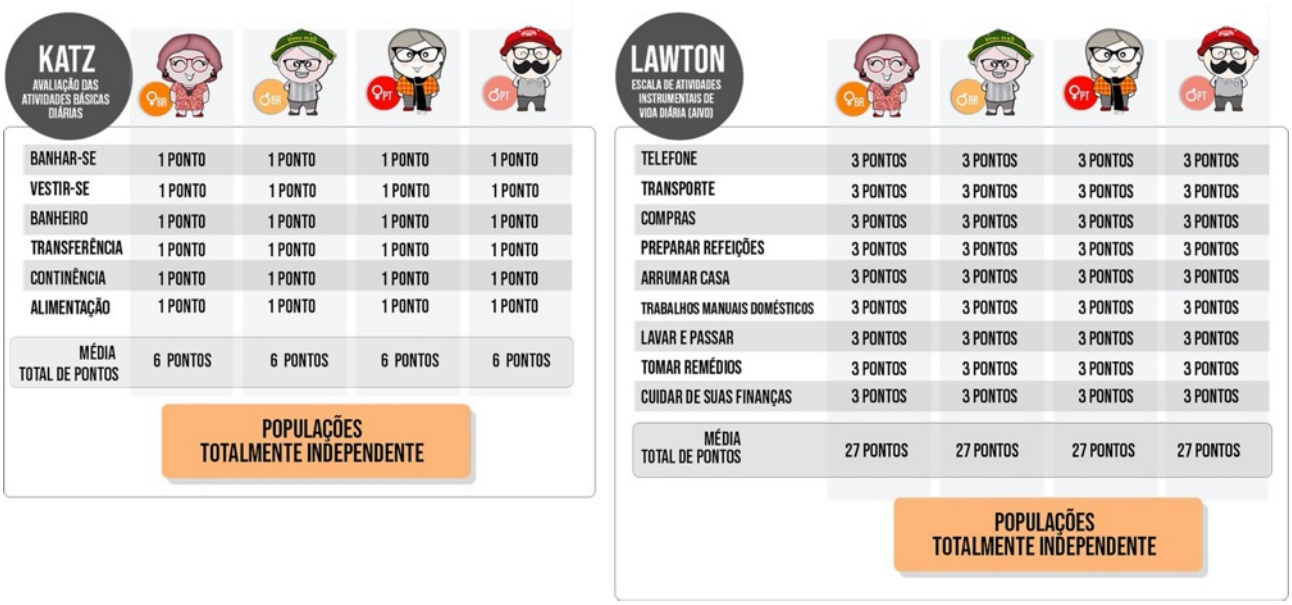
Figura 38. Resultado por gênero e nacionalidade: Anamnese – Hábito do Fumo; Lentes Corretivas; Sintomas Depressivos.



Fonte: autor.

Em relação a capacidade funcional dos indivíduos, dois instrumentos foram aplicados para avaliar fatores como independência e autonomia dos indivíduos. Conforme a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (Brasil, 2006), a perda da capacidade funcional do idoso reflete negativamente sobre as habilidades físicas e mentais necessárias para a realização de atividades básicas e instrumentais da vida diária. Dentre os diversos instrumentos utilizados para avaliar tal capacidade, o Índice de Katz e de Lawton, contribuem para aferição do nível de independência e de autonomia do idoso em relação a realização das Atividades Básicas de Vida Diária (ABDV) e das Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD), respectivamente. Desta maneira, a aplicação de ambos os protocolos revelou que todos os participantes se declararam capazes de realizar todas as atividades diárias, sejam as básicas como as instrumentais, o que sugere que todos são independentes e autônomos (**Figura 39**). Afirmações semelhantes à "*Claro! Cozinho, pago as contas, passo roupa, faço tudo sozinho. Não preciso da ajuda de ninguém, ainda (risos)*" foram comuns entre os idosos, os quais responderam com substancial ênfase ainda serem capazes de fazer suas atividades de maneira independente. Os participantes portugueses residentes em Instituição de Apoio, apesar de explicarem não mais realizarem algumas atividades com tanta frequência, como no caso do preparo de refeições e lavagem de roupas, declararam que possuem capacidade de realizar independentemente tais tarefas.

Figura 39. Resultado do Índice de Katz e Lawton. Todos os participantes declararam serem capazes de realizar as ABVD e AIVD de maneira independente.



Fonte: autor.

4.3 Características antropométricas e IMC

Mensurados peso e altura, foi possível realizar o cálculo do Índice de Massa Corpórea (IMC) dos indivíduos. Paralelamente, a partir de algumas medições antropométricas, como as da cintura e do quadril, outros índices de saúde puderam ser analisados, tais como: o da circunferência da cintura, a qual está relacionada ao aumento da pressão arterial, diabetes e colesterol alto, fatores que elevam o risco de doenças cardiovasculares; e a relação cintura x quadril (RCQ), cálculo também associado à ocorrência de doenças cardiovasculares.

Assim, para o peso médio dos indivíduos, obteve-se 63kg para as mulheres brasileiras e 72kg para as portuguesas. Para os homens, o registrado foi de 77,5kg para os brasileiros e 74kg para os portugueses. Quanto à altura, em relação às mulheres portuguesas e brasileiras, as médias registradas foram de 1,53m e 1,55m, respectivamente. Já entre os homens, registrou-se 1,68m para o brasileiro e, 1,70m para o português.

O método de cálculo do IMC se constitui pela relação entre o peso (em quilos) dividido pelo quadrado da altura (em metros) do indivíduo (IMC= Peso (kg)/Altura $(m)^2 = Kg/m^2$). Seguindo a Norma Técnica de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN, 2004), para os idosos, o estado nutricional pode ser classificado a partir do valor bruto resultante, os quais devem ser classificados entre os seguintes padrões: a) Valores de IMC menores ou iguais a 22,0: idoso com baixo peso; b) Valores maiores que 22,0 e menores que 27,0: idoso com peso adequado (eutrófico); c) Valores maiores ou iguais a 27,0: idoso com sobrepeso.

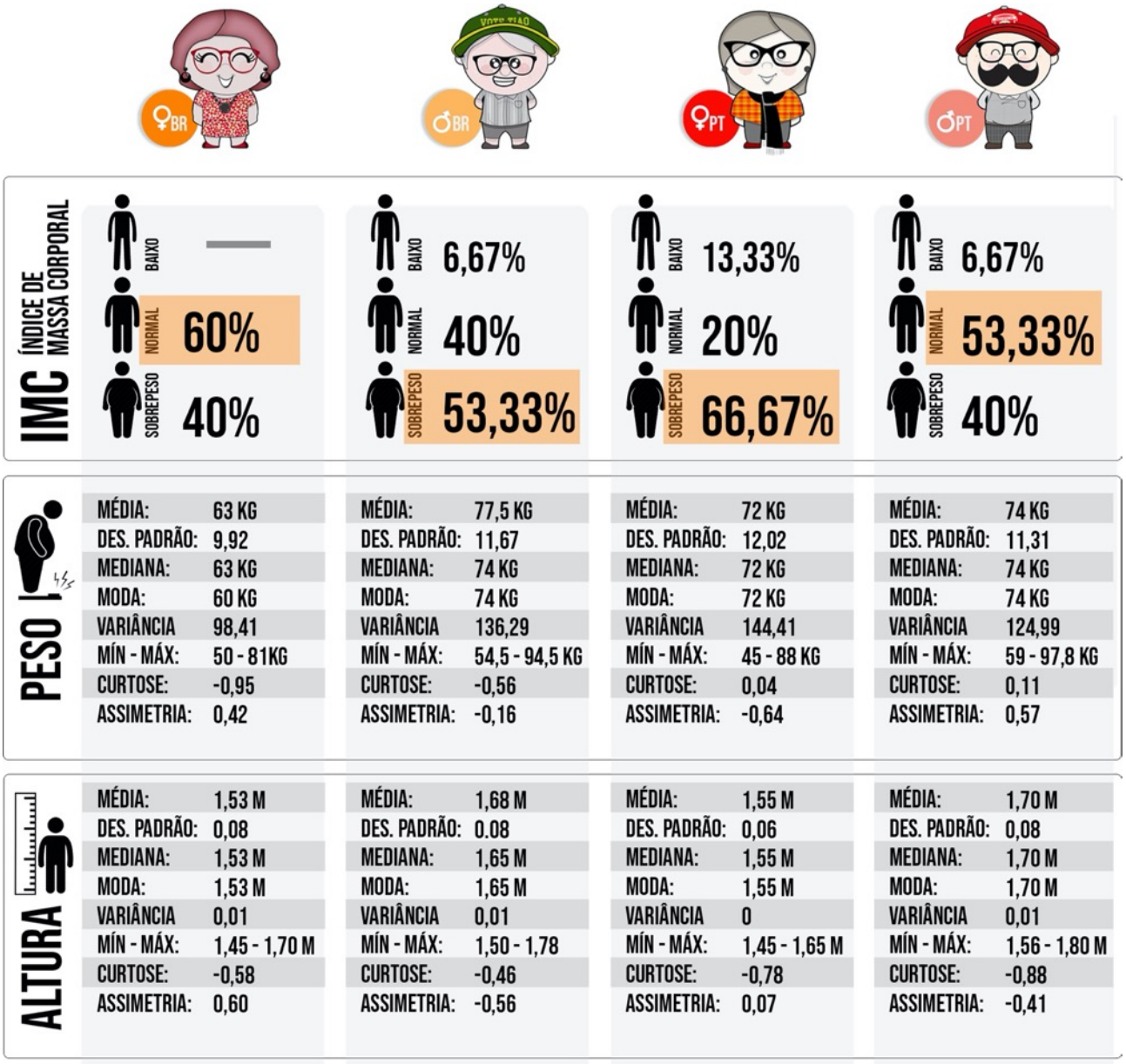
O maior índice de sobrepeso foi observado entre as mulheres de Portugal (66,67%), seguidas pelos homens do Brasil (53,33%). A maior parte das mulheres do Brasil apresentaram peso Normal (60%), assim como a maioria dos homens portugueses (53,33%) (**Figura 40**). Considerando a realização de atividade física, pode-se verificar que frente ao grande número de mulheres portuguesas com sobrepeso, tal prática parece não estar vinculada à manutenção do peso. Ou seja, apesar de se declararem mais ativas em relação aos exercícios físicos, apresentam índices altos de IMC. Este parâmetro pode também estar associado à realização de exercícios físicos com baixo gasto calórico, como o pilates e a fisioterapia, principais atividades declaradas como realizadas durante a semana.

De maneira geral, à semelhança de outros inquéritos brasileiros e portugueses, o resultado indicou maior frequência de excesso de peso do que baixo peso entre os indivíduos idosos (Santos, Sichieri 2005; Souza, et al. 2013; Silva et al., 2018; Pinto, 2016; Freitas, 2018), estado esse que, de acordo com Pereira et al. (2016), está associado à alta incidência de doenças crônicas não transmissíveis, tais como doenças cardiovasculares e câncer. No Brasil, conforme analisaram Silva et al. (2018), no decorrer das últimas décadas houve um aumento no número de indivíduos idosos com excesso de peso em decorrência de uma transição nutricional sustentada pelo aumento da renda da população associada ao consumo, bem como a maior frequência de ingestão de alimentos de baixa qualidade e alto conteúdo energética. Somado a isso, tem-se também o processo de automatização das atividades do cotidiano e os baixos índices de prática de atividades físicas entre os idosos, fatores que contribuem para a gravidade do problema de obesidade.

O alto índice de excesso de peso de grande parte dos participantes também pode estar associado ao alto número de indivíduos com circunferência de cintura superior à recomendada pela comunidade médica. Esta medida é utilizada para monitoração do estado nutricional dos idosos, estando relacionada ao aumento no risco de doenças, principalmente, cardiovasculares. Sua aferição é realizada sobre o ponto médio entre a crista ilíaca e a última costela. A Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (ABESO, 2009, 2016; OMS, 2000) com base em diretrizes da Organização Mundial da Saúde, explica que o corte para risco cardiovascular aumentado é de 80 centímetros de circunferência abdominal para mulheres e 94 cm para homens. Este risco, é substancialmente aumentado entre as mulheres que registram medidas acima de 88 cm, e entre homens com mais de 102 cm. Dessa maneira, pôde-se observar que há um elevado número de idosos que apresentam um risco

elevado de ocorrência de doenças cardiovasculares, principalmente considerando as mulheres portuguesas, dado que 80% registraram medidas superiores a 84 cm, colocando-as no grupo de risco muito elevado (**Figura 41**).

Figura 40**.** Resultado por gênero e nacionalidade: IMC; Peso; Altura.

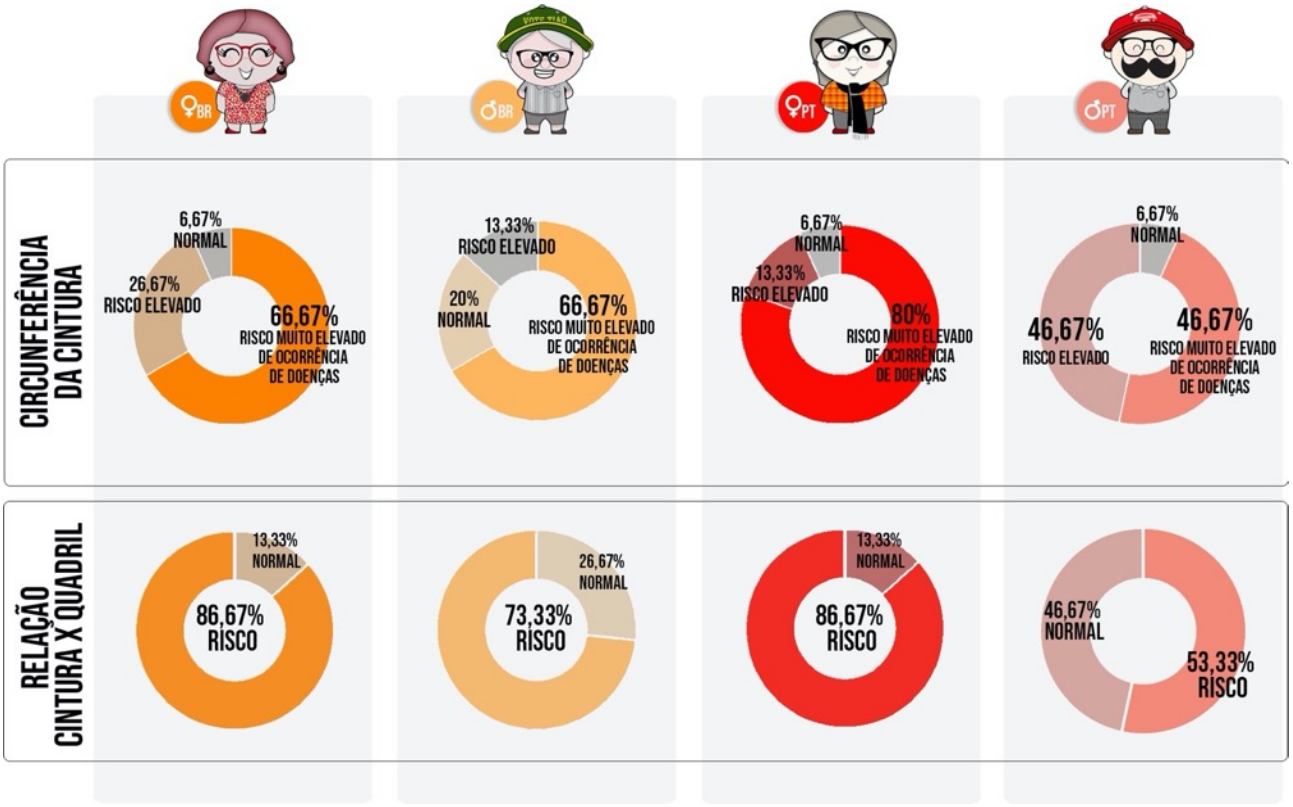


Fonte: autor.

Paralelamente, a relação cintura x quadril também está associada a ocorrência de doenças cardiovasculares e hipertensão arterial. A relação segue os mesmos parâmetros da medição da circunferência da cintura, que como visto, está associada ao acúmulo de gordura na região abdominal e o risco de ocorrência de doenças cardiovasculares. Em síntese, a relação se baseia no fato de que os indivíduos que possuem mais gordura na região abdominal têm mais propensão de desenvolver doenças cardiovasculares que as que possuem a maior parte da gordura presente no quadril. De acordo com a OMS, o índice de corte para risco cardiovascular é igual ou maior que 0,85 para mulheres e 0,90 para homens (BRASIL, 2017).

Dessa maneira, a espelho do observado quanto a circunferência da cintura, a grande maioria dos indivíduos apresentaram médias altas no que se refere à razão circunferência-quadril, corroborando com os indicativos de um segmento com alto risco de desenvolver doenças cardiovasculares. Observa-se que as mulheres, tanto de Portugal quanto do Brasil, indicaram um expressivo número de indivíduos com maior acúmulo de gordura na região abdômen (**Figura 39**). Esse indicativo mostra alto índice de obesidade central, a qual está mais vinculada à localização da gordura no abdômen do indivíduo. Tais evidências corroboram com a literatura que identifica uma predominância maior de gordura abdominal entre os indivíduos idosos do gênero feminino, principalmente em decorrência de alterações metabólicas e de acúmulo de gordura que ocorre com o processo do envelhecimento feminino (Tinoco et al., 2006.; Souza et al., 2016; Previato et al., 2014; Moreira et al., 2009). Souza et al. (2016) argumenta que as alterações na composição do corporal implicam na redistribuição da gordura dos membros para o tronco, o que aumenta a adiposidade visceral em idosos, sendo mais marcante em mulheres que em homens.

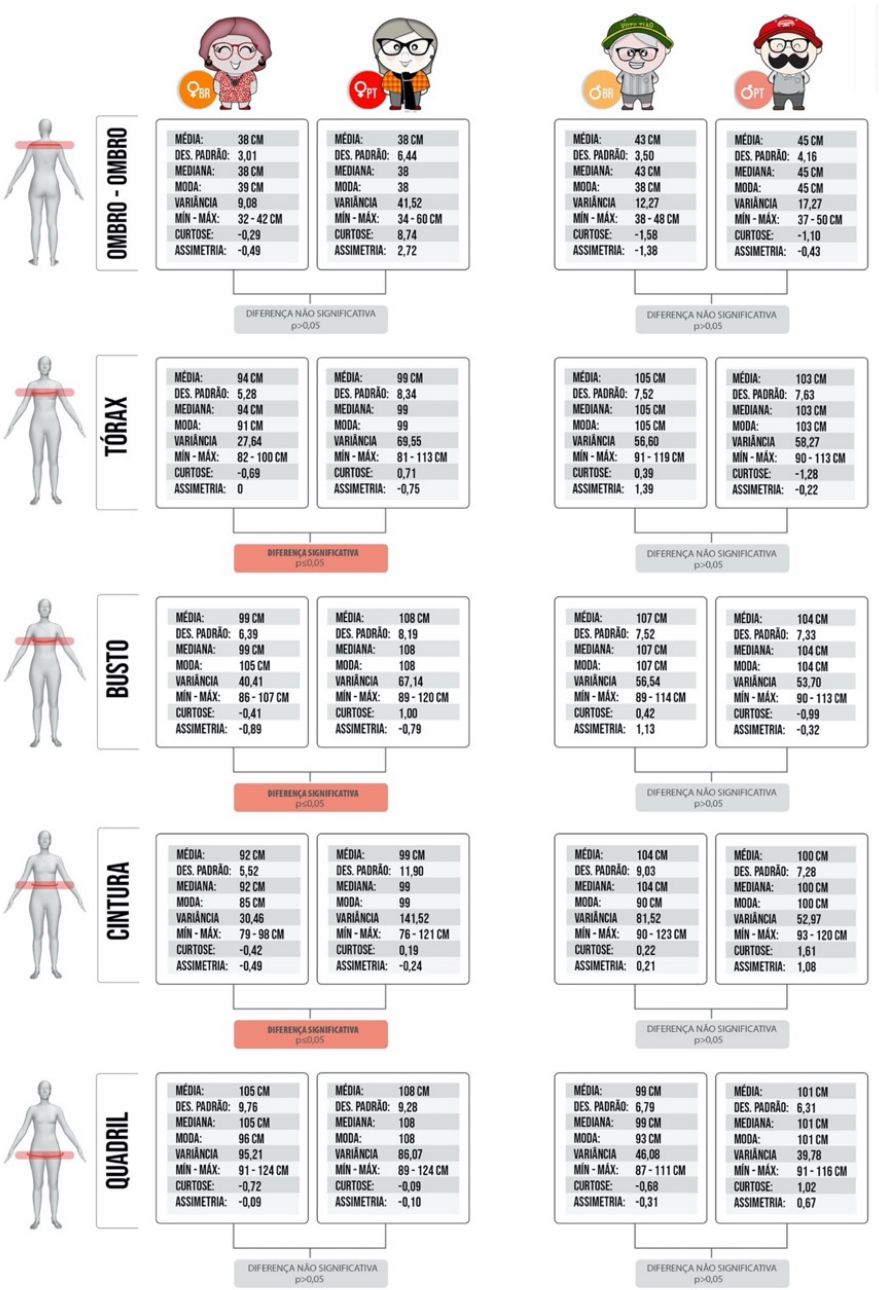
Figura 41. Resultado por gênero e nacionalidade: Circunferência da Cintura; Relação Cintura x Quadril.



Fonte: autor.

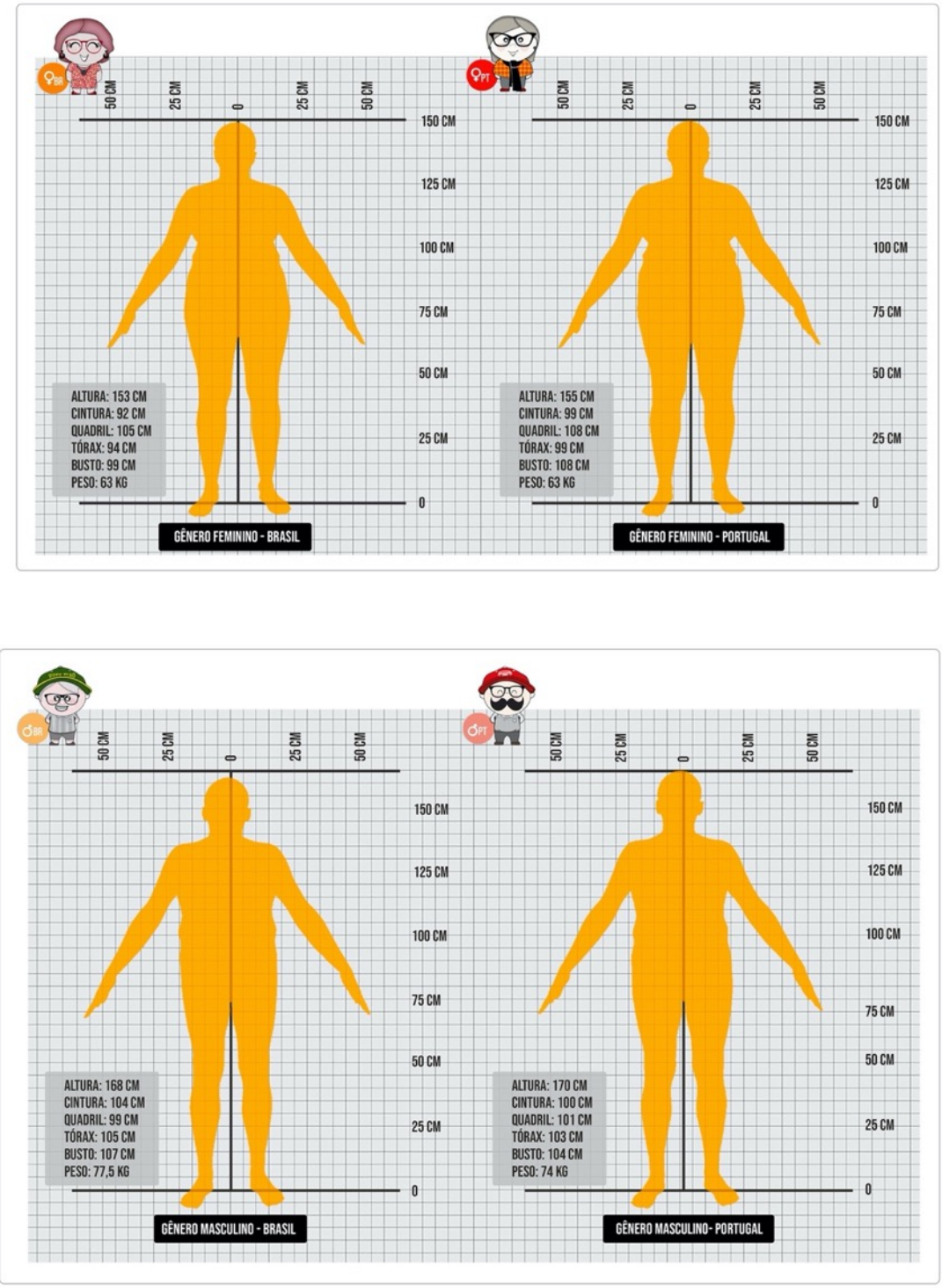
Considerando as medidas antropométricas, pôde-se observar que não houve diferença significativa entre os homens portugueses e brasileiros. Por outro lado, entre as mulheres, percebeu-se diferença em relação a três regiões do corpo: tórax, busto e cintura (**Figuras 42 e 43**). Ao que tudo indica, as mulheres portuguesas possuem medidas significativas mais avantajadas nessa região do que as brasileiras.

Figura 42. Gêneros x Nacionalidade: diferenças antropométricas.



Fonte: autor.

Figura 43. Gêneros x Nacionalidade: diferenças antropométricas. Comparativo da composição antropométrica[39].



Fonte: autor.

[39] Perfil (silhueta) desenvolvida por meio da plataforma Body Visualizer (www.bodyvisualizer.com) utilizando as médias das medidas obtidas por meio do registro antropométrico feito nos participantes.

4.4 Forças e coordenação

Inicialmente, cabe evidenciar que em relação a mensuração das forças manuais, principalmente às que envolvem as polpas digitais, o processo de interpretação e comparação é dificultado pela falta de parâmetros universais populacionais de normalidade. As investigações, além de serem conduzidas com base em metodologias e instrumentos diferentes, apresentam recortes populacionais variados, o que prejudica a comparação entre amostras, especialmente quando considerado o universo heterogêneo e complexo dos idosos. Entretanto, alguns estudos são aqui apresentados com o objetivo de contextualização bibliográfica e metodológica bem como para a compreensão e discussão sobre o efeito do envelhecimento sobre a capacidade funcional e motora das mãos dos indivíduos idosos, as quais quando declinadas, comprometem a independência e a autonomia dos sujeitos envelhecidos.

Nesse sentido, evidencia-se que considerando os quatro métodos e instrumentos de mensuração aqui utilizados – dinamômetro, *Pinch Gauge*, *9PegHole* e *TUG* -, todos os indivíduos foram capazes de realizar com sucesso os testes aplicados, resultado que corrobora com o fato de se declararem independentes em suas ABVDs e AIVDs que envolvem a capacidade funcional e motora manual.

No caso do dinamômetro, as maiores médias foram atingidas pela mão direita dos indivíduos, o que pode estar associado com o fato da maioria ser destro. A maior média foi observada entre os homens brasileiros, apesar de possuírem média etária superior ao dos indivíduos portugueses do mesmo gênero, além de se caracterizarem como mais sedentários (**Figura 44**).

A grande maioria dos indivíduos de ambos os gêneros e nacionalidades se declararam destros[40]. No geral, observou-se que as médias aqui encontradas registraram valores mais altos que as indicados por algumas investigações (Caporrino et al., 1998; Virtuoso et al., 2014; Wiraguna, Setiati, 2018; Schlussel et al., 2008; Oliveira, 2009), o que pode indicar que as capacidades motoras das mãos ainda se encontram preservadas. Contudo, a tomar como base parte da literatura que indica que forças iguais ou inferiores a 20 kg/f e 30 kg/f (Oliveira et al., 2017), para mulheres e homens, respectivamente, estão associadas a uma dependência futura e aos baixos níveis de saúde, o resultado obtido pelo gênero feminino de ambas as nacionalidades pode ser preocupante, visto que os valores se encontram um pouco abaixo desse ponto de corte. Isso porque a redução da força de preensão manual tem sido analisada como o início do processo de fragilidade, o qual pode estar presente antes mesmo do surgimento de outras incapacidades funcionais (Xue et al., 2008). Além disso, a presença conjunta de baixos níveis de atividades físicas, especialmente dentre as brasileiras, índices de massa corpórea elevados e a diminuída força de preensão

[40] Os resultados indicaram:

Brasil: *Gênero Feminino*: 100% destras; *Gênero Masculino*: 86,67% destros; 6,67% canhoto; 6,67% ambidestro;

Portugal: *Gênero Feminino*: 93,33% destras; *Gênero Masculino*: 86,67% destros; 13,33% ambidestros.

manual decorrente do envelhecimento leva a uma probabilidade significativamente maior de fragilidade do indivíduo (Leonardt et al., 2016; Leonardt et al., 2014; Belmonte, 2007; Alexandre et al., 2008; Zanin et al., 2018).

Nos testes com o *Pinch Gauge*, o resultado mostrou que tanto na pinça pulpo-lateral quanto na pinça ponta dos dedos, os homens possuem mais força, principalmente ao se considerar os brasileiros (**Figura 44**). Observa-se, que tais resultados, entretanto, apresentam valores inferiores aos registrados por outras investigações de caráter etário e instrumental semelhante (Mathiowetz et al., 1985; Picolli et al., 2011;). Esse quadro pode ser associado a dificuldade do indivíduo de apertar o dispositivo de mensuração do *Pinch Gauge*, apesar de ter sido previamente orientado sobre a conduta a ser respeitada, assim como lhe foi permitido testá-lo antes de realizar o teste.

Paralelamente, os resultados indicaram que as forças aplicadas apenas por meio das pontas dos dedos são inferiores às laterais. Padrão que se repetiu para todos os gêneros de ambas as nacionalidades, corroborando com literaturas que normatizam ser a pulpo-lateral a pinça de maior força se comparada às demais (Araújo et al, 2002). Isto porque a pinça lateral responde com mais força em decorrência da grande atuação do adutor e do flexor longo do polegar (Araújo et al, 2002). No quadro geral, quando comparada com populações mais jovens, as médias de forças palmar e digital aqui obtidas naturalmente se apresentaram inferiores às indicadas em outros estudos (Mathiowetz et al., 1985; Picolli et al., 2011; Werle et al. 2009; Stiffman, 1992).

Em relação ao TUG (*Timed Up & Go*), explica-se que todos os indivíduos conseguiram realizar com sucesso a tarefa, sem apresentar perda de equilíbrio ou quedas. Destaca-se que as mulheres fizeram o percurso em menor tempo que os homens, especialmente as de nacionalidade portuguesa (**Figura 44**). Há de se destacar que as médias aqui obtidas, com exceção da registrada pelo gênero masculino de Portugal que alcançou valores acima dos 19 segundos, corroboram com as apresentadas em alguns estudos, que colocam como referência médias entre 9.5 e 12 segundos (Pondal e Ser, 2007; Bischoff et al., 2003) para indivíduos independentes.

Contudo, a literatura apresenta divergências quanto aos valores relativos aos pontos de corte do teste TUG para limitação funcional, o que dificulta uma classificação exata sobre o nível de independência dos indivíduos. Considerando Podsiadlo e Richardson (1991), o ponto de corte corresponde a 30 segundos, sendo valores superiores associados à independência e restrições de mobilidade. Esse valor é revisto por Shumway-Cook et al. (2000), que defendem os 14 segundos como ponto de corte, atribuindo maior risco de queda a valores acima desse marco. Já Bischoff et al. (2003) consideram que 10 segundos é o tempo considerado normal para adultos saudáveis, independentes e sem risco de queda; de 11 a 20 segundos é o tempo gasto por idosos com deficiência e fragilidades; e, tempos acima dos 20 segundos podem ser relacionadas à idosos que apresentam déficit de mobilidade física e risco de queda.

A partir desse contexto, pode-se argumentar que os participantes apresentaram bom equilíbrio em relação ao estar sentado, ao se levantar, ao deambular, ao mudar o curso da marcha e ao sentar-se, sem a necessidade de estratégias compensatórias. Contudo, salienta-se que o resultado apresentou uma média superior em relação ao tempo utilizado para completude do exercício indicado por outras literaturas. Tal fato pode estar relacionado ao cuidado observado de alguns participantes durante a ação, os quais utilizaram-se de movimentos mais lentos como estratégia para não prejudicarem o teste.

Figura 44. Resultado por gênero e nacionalidade: Dinamômetro; Pinch Gauge; TUG; e 9Peg Hole.

Fonte: autor.

Paralelamente, o teste *Nine Hole Peg* (NHPT) revelou boa destreza manual entre os participantes, uma vez que todos puderam realizar e completar o exercício com sucesso, independentemente da mão e lateralidade. Observou-se que o tempo de duração com a mão direita dos participantes foi menor, o que pode ser justificado

pela predominância da lateralidade destra da amostra. Apesar dos indivíduos brasileiros serem mais rápidos para a completude da tarefa, por ambas as mãos, a média dentre os participantes foi bem inferior ao limite indicado pela *National Multiple Sclerosis Society* (2001), que determina 5 minutos como ponto de corte.

Comparando com outras literaturas, tais como as publicadas por Mathiowetz et al. (1985) e Grice et al. (2003), pode-se observar que os sujeitos demandaram um tempo maior para a realização do teste em comparação ao mesmo grupo etário. Esta diferença talvez possa ser atribuída a conduta de procedimento escolhido, a qual aqui se caracterizou apenas por uma sequência e, naturalmente, um valor, e as demais, pela média de três valores. Nesse último caso, é natural que a familiaridade entre sujeito e objeto acabe por promover maior agilidade, dado que o mesmo já compreende o exercício com maior naturalidade.

Não foram observados constrangimentos, dores ou desconfortos por parte dos participantes. Todos mostraram habilidade e destreza ao pegar os pequenos dispositivos, encaixa-los nos furos e, posteriormente, retirá-los. Somado a isso, destaca-se a compreensão por parte dos indivíduos quanto ao objetivo da tarefa bem como a coordenação durante as sequências de encaixe e desencaixe. Este panorama identifica os participantes como seres autônomos e independentes, com destreza manual e coordenação preservadas.

4.5 Atividade de Vestir-despir

A abordagem quanto aos aspectos do vestir e despir foi iniciada por meio de perguntas auto-avaliativas que buscaram identificar a capacidade física e a autonomia dos usuários quanto a realização das tarefas. Na primeira pergunta, ao serem questionados sobre a necessidade de ajuda para realizar as tarefas do vestir-despir, ou pelo menos parte dela, todos os participantes (100%), de ambas nacionalidades e gêneros, foram unânimes ao responder que NÃO precisavam de nenhuma ajuda. Fato que corrobora com o identificado pelo Índice de Katz, o qual, como já analisado, identificou os participantes como independentes na realização da tarefa do vestir **(Figura 45)**.

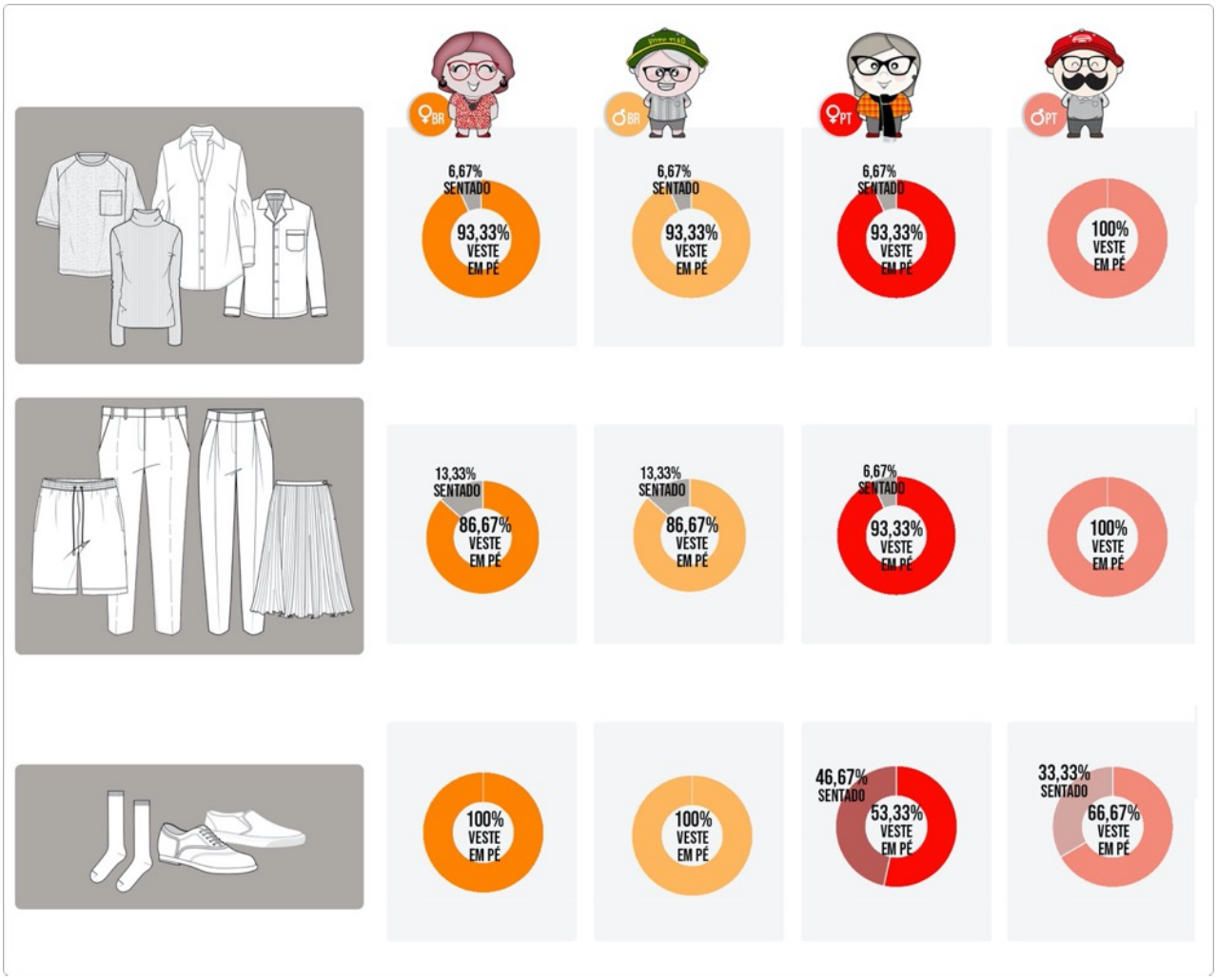
A análise para mensurar como os participantes percebiam a tarefa foi realizada por meio de uma escala de intensidade com cinco níveis (ou pontos, sendo: Muito fácil, Fácil, Regular, Difícil, Muito Difícil). Observou-se que todos os participantes avaliaram o vestir e despir como uma tarefa fácil ou muito fácil. Ao serem questionados se já haviam sofrido queda durante a performance da tarefa, todos foram unânimes ao responderem que NUNCA haviam caído **(Figura 45)**.

As perguntas seguintes buscaram identificar padrões quanto ao hábito de se vestir. Assim, observou-se que com exceção dos homens portugueses, os quais 100% vestem peças superiores em pé, 6,67% dos idosos brasileiros e 6,67% das portuguesas responderam que preferem se sentar para realizar a tarefa. Em relação às peças de uso nos membros inferiores, 13,33% dos participantes brasileiros, de ambos os sexos, declararam que normalmente realizam a tarefa sentados. Dentre os homens portugueses, 100% preferem fazer a atividade em pé. Quanto às meias e calçados, 100% dos brasileiros (ambos os gêneros) se sentam para vesti-los. Já entre portugueses, a opção em pé apareceu como a mais comum, sendo indicada por 53,33% das participantes do gênero feminino e 66,67% dos do gênero masculino **(Figura 46)**.

Figura 45. Resultado por gênero e nacionalidade: Precisa de ajuda para se vestir?; Como avalia as tarefas do vestir e despir?; Já caiu enquanto estava a se vestir ou despir?.

Fonte: autor.

Figura 46. Resultado por gênero e nacionalidade: Padrões quanto ao hábito de se vestir.



Fonte: autor.

4.6 Uso e compras: qualidade e fatores percebidos

O **conforto** foi a característica que apresentou médias mais altas em relação aos requisitos presentes em uma vestimenta, especialmente dentre as mulheres (**Figura 47**). "*Gosto de me sentir bem com a roupa e, portanto, conforto é muito importante"* (Participante Feminino 01, Portugal*) e "Primeiro sempre o conforto. Eu tenho que me sentir bem"* (Participante Masculino 05, Portugal) são algumas das observações feitas pelos participantes, o que, consequentemente, indica uma atribuição de "sentir-se bem" ao sentido do conforto.

Essa avaliação também apareceu associada à estética da roupa e a imagem que o indivíduo pode construir de si mesmo perante a sociedade. Isso porque, com base na atribuição de importância das qualidades relacionadas à vestimenta, a estética emergiu com um fator muito importante, mas que passa a ser descartada caso não apresente o conforto necessário, como observado em comentários, como: *"Se a peça não for confortável eu não compro não, mesmo se eu achar ela linda" (*Participante Feminino 12, Brasil) e "*Sempre conforto. Nem ligo tanto pra estética e marca. Tem que ser confortável".* (Particiapante Masculino 12, Portugal).

Considerando, em especial, os portugueses, de ambos os gêneros, e os brasileiros, do gênero masculino, o conforto também se mostrou associado às modelagens de roupas mais largas e produzidas com tecido plano ou de malha que apresentem qualidades elásticas. Isso porque tais características conferem maior liberdade de movimento bem como diminui fortes compressões sobre a pele e partes do corpo, se comparadas à maioria dos planos que, normalmente, são confeccionados com tramas mais compactas e sem fibras de elastano. Evidencia-se que esta correlação ficou mais evidente entre indivíduos do gênero masculino, de ambas as nacionalidades, e entre as mulheres de Portugal, que desenvolveram comentários tais como:

> *"Nos Estados Unidos, onde morei, você tem uns modelos específicos de calça. Cada um tem um nome. Tinha uma que era Relax Fit. Você veste e se sente confortável dentro dela por causa do tamanho, da elasticidade do tecido. Ela não fica apertada, sabe? Ela fica mais confortável pra você andar, pra você sentar" (*Participante Masculino 13, Brasil).
>
> *"Eu visto a roupa. Se me sinto confortável, ok, tudo bem. Mesmo quando a peça é justa, se a pessoa se sente confortável, acho válido. A pessoa se estica e se senta, mas percebe que a roupa está adaptada ao corpo, então tudo bem ser mais justa. Mas, ser justa e aperta, aí não tem como. Se sentir bem é o que me faz usar" (*Participante Feminino 10, Portugal).
>
> *"É importante me sentir bem com a peça. Não posso sentir que perco algum movimento com a peça. Tenho que me mexer e me sentir confortável"* (Participante Feminino 11, Portugal).
>
> "*Adoro roupas largas. Essas calças justinhas de malha, que são elásticas, também são ótimas, coloca-se com qualquer coisa e já está. E são confortáveis*" (Participante Feminino 12, Portugal).
>
> "*Conforto pra mim tem muito a ver com estar com roupinha mais larguinha, com movimentos mais livres*" (Participante Feminino 14, Portugal).

Apesar de destacarem a importância da estética, os participantes, de modo geral, declinaram da necessidade de "**estar na moda**", principalmente entre os homens de ambas as nacionalidades (**Figura 47**). Observou-se que as portuguesas parecem ser as que mais dão valor a tal status, classificando-o como importante, enquanto os

avaliaram como pouco importante, no caso das brasileiras, e pouquíssimo importante, no caso do gênero masculino de ambos os países.

O conceito compreendido pelos idosos acerca do "*estar na moda*" apareceu associado principalmente à três ideias principais, sendo elas: a percepção crítica sobre a moda estar associada apenas aos jovens; a auto depreciação de que são velhos e não precisam dar mais importância para essa questão; e, a postura de defesa que é assumida frente à apropriação das características efêmeras advindas com a moda, as quais não refletem e não correspondem às imagens subjetivas e sociais que os participantes gostariam de expressar sobre si mesmos. O que pode ser observado nas seguintes falas:

> E*u acho que estar na moda é preciso coragem. Porque tem roupa que o jovem usa, que para você usar, (vixi), você fica relutante. A não ser que eu me interesse e ache que fica bom, eu não uso não (*Participante Masculino 04, Brasil).
>
> *"Não sigo moda. Moda não fica bem a toda gente. Quando eu era nova tudo bem, era próprio da mocidade. Hoje não mais. Agora é meu estilo"* (Participante Feminino 02, Portugal).
>
> *"Na minha idade essa coisa de moda já não é a mesma coisa. Eu dou prioridade pra o conforto"* (Participante Feminino 09, Portugal).
>
> *"Já liguei mais pra esse negócio de moda. Hoje, com mais idade, eu não me preocupo mais tanto"* (Participante Masculino 09, Portugal).
>
> *O produto, apesar da moda, tem que se adaptar a mim. Eu gosto de usar coisas modernas, mas que se adaptem ao meu corpo. Não é porque legging está na moda que eu vou usar. Tem que ver se fica bem no meu corpo" (*Participante Feminino 06, Portugal).
>
> *"A moda eu acho ridícula, esse é o problema. Eu acho feia. Lembra das calças cargo? Eram horríveis, eu ficava péssimo" (*Participante Masculino 14, Brasil).
>
> *"Eu sou muito cuidadoso com o que eu vou vestir. Tem coisas que são modernas, o pessoal está usando, mas eu não entro nessa. Uma coisa ou outra tudo bem. Coisas normais, nada extravagante. Não entro muito nessa coisa de moda não. É importante, mas não é muito minha praia não"* (Participante Masculino 15, Brasil).

Se considerar que a moda corresponde a um fenômeno cíclico e temporário que produz bens de consumo condizentes com a expressão cultural da contemporaneidade, e que tais produtos devem atender as necessidades físicas, funcionais e emocionais dos participantes, tais ideias negativam o processo intrínseco à moda, o qual, em síntese, deve estar associado ao atendimento de demandas diversas e específicas geradas a partir de diferentes segmentos de usuários.

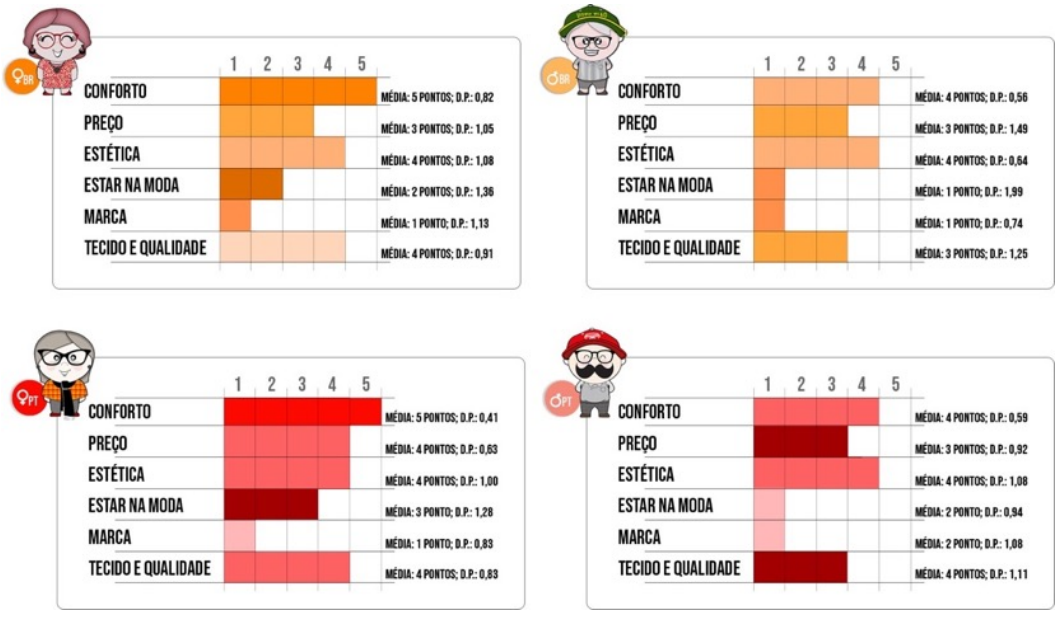
Por outro lado, a moda também apareceu relacionada a estratégia de não "parecer velho", tal como em:

> *Gosto de usar coisas que estão na moda. Não gosto de roupa de velha. E mesmo com roupas que estão na moda, eu só vou usar se realmente servir-me e ficar bem em meu corpo* (Participante Feminino 06, Portugal).
>
> *Eu gosto de estar na moda, sou velha, mas eu gosto sim de estar na moda* (Participante Feminino 06, Portugal).
>
> *Eu gosto de estar apresentável. Não sou super arrumadinho. Mas eu não gosto de me vestir como um velho. Tem roupa que você olha e parece que é de velho. Eu gosto de uma calça com um corte melhor, mais novo, clássico. Sapato, por exemplo, eu gosto desses que são mais esportes* (Participante Masculino 05, Brasil).

Essas observações recaem sobre a ampla discussão da moda na construção social das identidades, a qual, se pegar como base sua evolução história, evidencia uma grande predominância sobre sua relação com a reprodução de identidades por meio de elementos que diferenciam gêneros, nível social, status, etnia, regionalismo, sexualidade, dentre outros. O envelhecimento e, consequentemente, o usuário idoso, no entanto, nunca recebeu o mesmo nível de atenção, devido, muito provavelmente, ao caráter depreciativo dos estigmas estruturantes do pensamento social ao longo da formação das sociedades, principalmente ocidentais, bem como a negligência por parte dos estudos sociais e culturais sobre o tema, deixando-o marginalizado à área da saúde. Entretanto, como aponta Twigg (2006; 2015), a relação entre moda e envelhecimento deve extrapolar normas e códigos de vestimenta determinados social e historicamente, e abrir-se para a necessidade do idoso de construir sua identidade com os mesmos direitos e importância que os indivíduos mais novos.

Voltando aos resultados, como pouco ou nada importante, a **marca** parece não estar dentre os requisitos que determinam o uso ou aquisição de um produto de moda (**Figura 47**). Observa-se que muitos associaram tal necessidade à ideia de produtos caros dispensáveis, dado que muitas vezes um produto semelhante pode ser adquirido com um **preço** menor, o que não necessariamente implica em produto de qualidade inferior. Quanto a **qualidade e tecido**, as idosas, tanto portuguesa e brasileiras, parecem assumir uma postura mais rígida quanto a sua importância, principalmente ao correlaciona-lo com conforto, caimento e durabilidade.

Figura 47. Resultado por gênero e nacionalidade: Avaliação das características percebidas no vestuário.

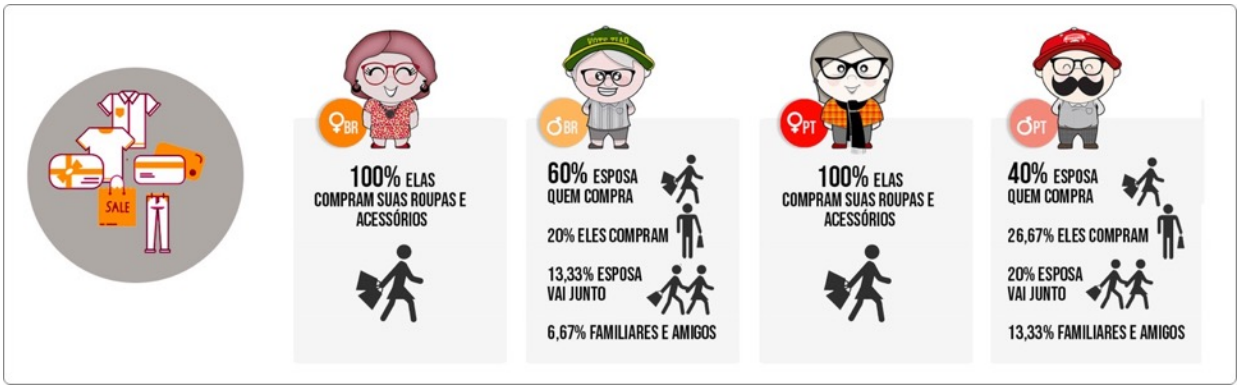


Fonte: autor.

Pode-se identificar também algumas correlações sobre percepção das propriedades dos produtos com os hábitos de consumo, dado que os homens parecem não gostar muito de comprar vestuário e muito menos tem interesse de compreender todas os aspectos envoltos inerentes ao uso. Observa-se, por exemplo, que, enquanto as mulheres fazem suas próprias compras, expressiva parte dos homens delegam as esposas essa responsabilidade, ou, só a realizam quando juntos. Esse panorama é um pouco mais evidente dentro da população de homens

brasileiros, da qual 60% declaram ser a esposa quem compra e outros 13,33% esperam para que as esposas estejam junto. Esses dados resultam em quase 75% de homens que não fazem (ou não preferem) fazer as comprar por eles mesmos (**Figura 48**).

Figura 48**.** Resultado por gênero e nacionalidade: Hábitos de consumo.



Fonte: autor.

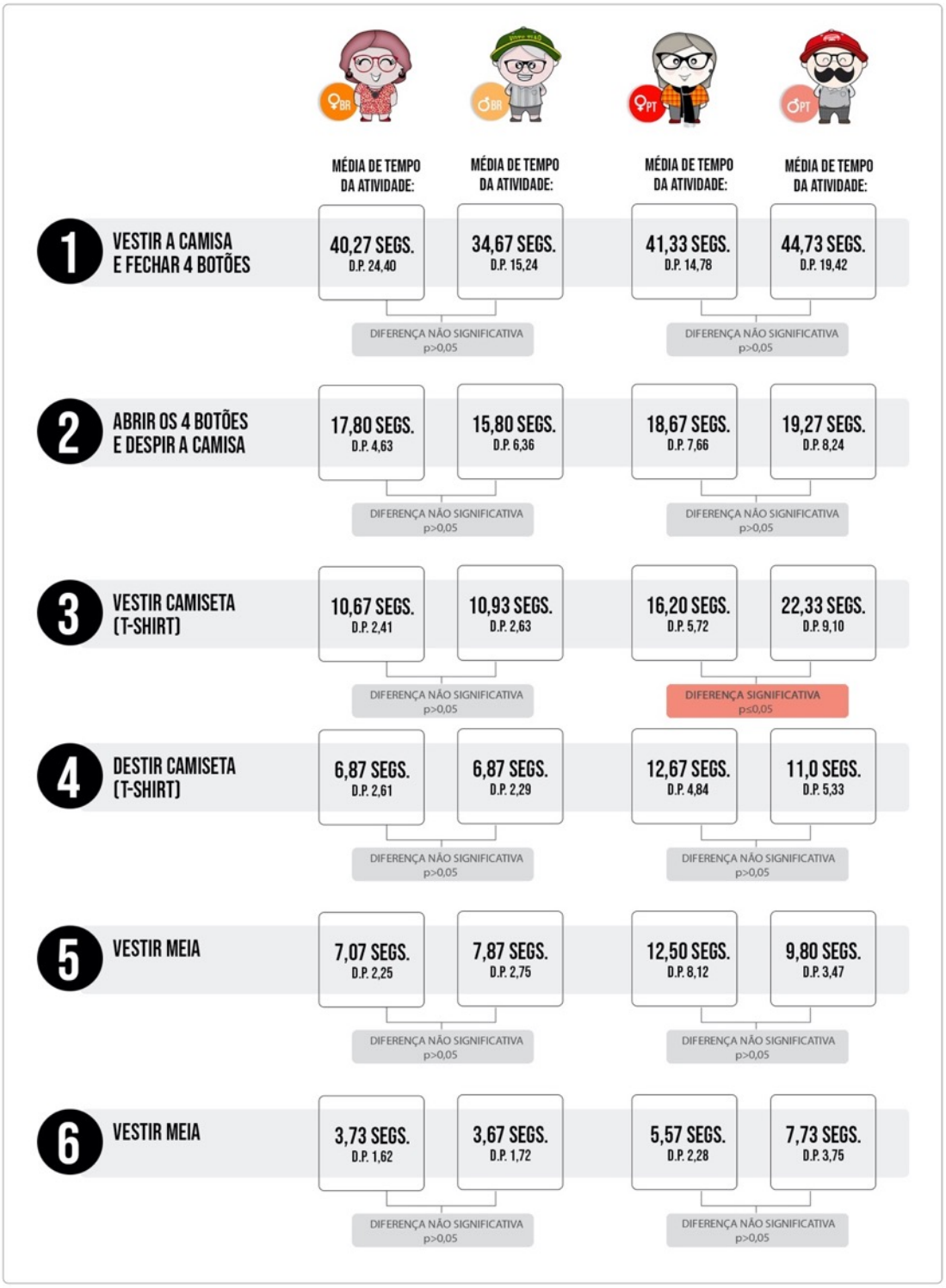
4.7 Tarefa: Padrões de movimento da atividade vestir-despir

4.5.1 Tempo de realização das atividades

Ao comparar os gêneros com a mesma nacionalidade, averiguou-se que não houve diferenças significativas entre o tempo de vestir e despir de **camisas e meias**. Entretanto, pode-se verificar que os homens brasileiros apresentaram médias de tempo menores, tanto pra vestir quanto despir a camisa. Em relação a camiseta (t-shirt), só houve diferença significativa quando comparadas as médias de tempo do vestir entre os gêneros masculino e feminino de Portugal. As mulheres foram mais rápidas que os homens para a realização da tarefa (**Figura 49**).

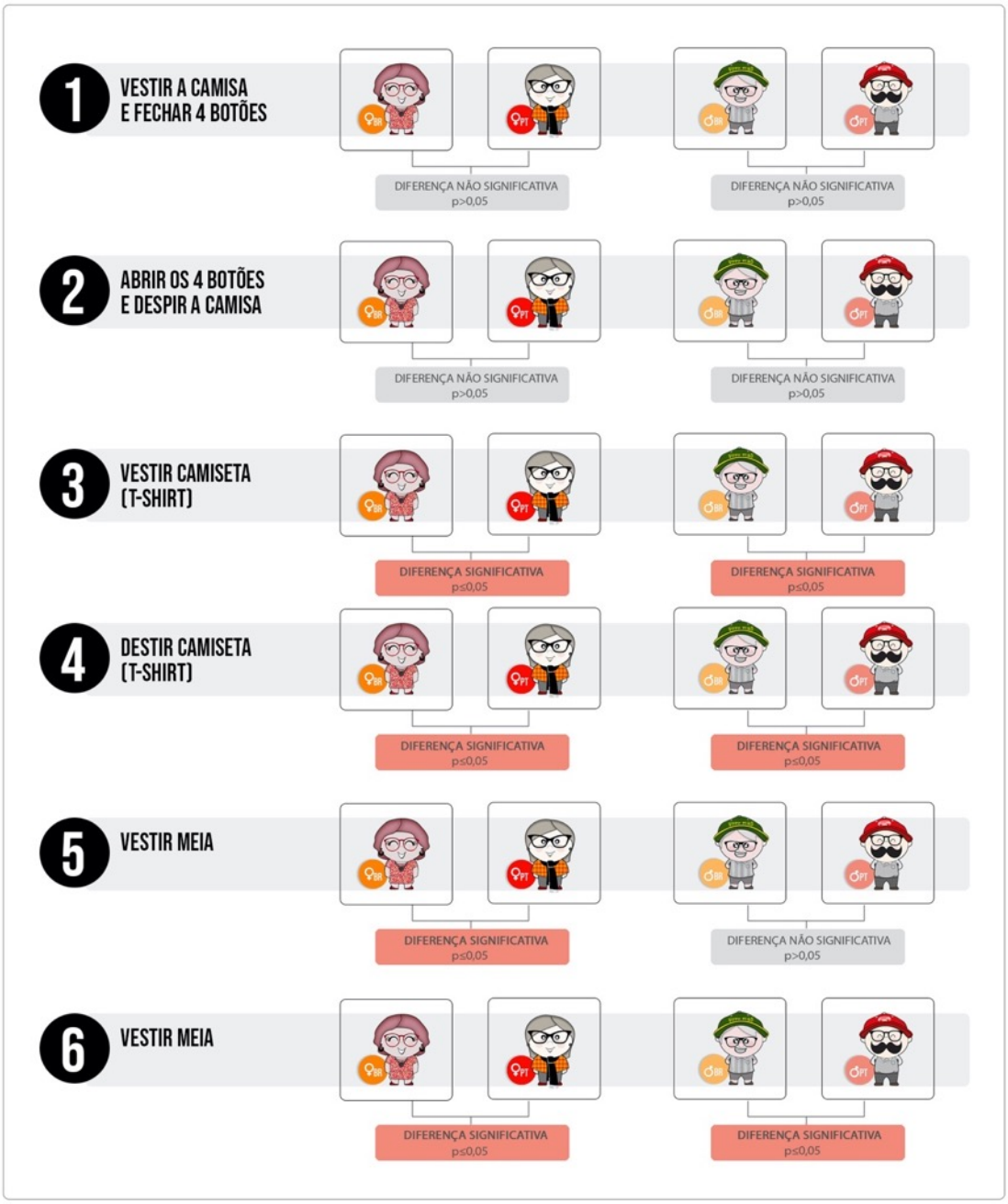
Ao comparar o mesmo gênero, mas com nacionalidades diferentes, as tarefas do vestir-despir de camisa também não apresentaram diferenças significativas em relação ao tempo de realização das etapas. Já em relação ao vestir e despir de camiseta, tanto entre os participantes femininos quanto os masculinos, houve diferenças significativas em ambas as ações: vestir e despir (**Figura 50**). Os brasileiros, independentemente do gênero, tiveram médias de tempo menores, ou seja, realizaram as duas atividades em um menor tempo.

Figura 49. Resultado por gênero e nacionalidade (Comparação): tempo para realização das tarefas



Fonte: autor.

Figura 50. Resultado considerando mesmo gênero e nacionalidade diferente (Comparação): tempo para realização das tarefas.



Fonte: autor.

4.7.2 Atividade de vestir e despir uma camisa

No vestir e despir das peças, observou-se que alguns movimentos do corpo parecem ser mais comuns entre os participantes.

Durante a atividade de vestir a camisa, os participantes de ambos os gêneros e nacionalidades tenderam a olhar o movimento das mãos e os botões durante o abotoamento. Considerando o gênero feminino, esse ato pareceu mais presente, principalmente dentre as portuguesas, as quais 80% olharam os botões durante o encaixe

deste com a casinha de abotoamento. Algumas das exclamações proferidas por parte das mulheres durante a atividade indicaram certo desgosto pela quantidade de botões que uma peça como a camisa possuem, indicando certa impaciência com o dispositivo de abotoamento.

A atividade de despir seguiu o mesmo padrão quanto a conduta de olhar os botões durante o desabotoamento, apesar da frequência ter sido menor entre os gêneros. A exceção foram os homens portugueses, nos quais foi observado que a maioria não precisou olhar para completar a atividade de desabotoar.

A atividade de abotoamento pareceu apresentar mais dificuldades que a do desabotoamento, o que pode ser decorrência do tamanho da casinha feita para encaixe do botão. Alguns participantes apresentaram mais dificuldade em passar o botão pelo encaixe da casinha, associando tal esforço ao pequeno tamanho de abertura que esta apresenta. Além disso, apesar do tamanho do botão não ter sido um empecilho para a completude da atividade, seu pequeno diâmetro foi alvo de comentários que o avaliaram como muito pequeno.

A cor também não apareceu como um empecilho para a completude da tarefa. Quando questionados se a cor preta da camisa e do botão dificultava a realização da tarefa, todos os participantes avaliaram que não. Alguns chegaram a complementar a negativa com o argumento de que gostavam muito da cor preta para vestuário.

Outro aspecto verificado foi a sequência de abotoamento. Alguns participantes, finalizaram a tarefa do vestir com a sequência errada de abotoamento, o que resultou na torção da camisa sobre o corpo. Esse fato pode estar relacionado aos fatores emocionais gerados em decorrência de estarem sendo "observados" durante a realização da tarefa, e a "pressa" em completar do exercício.

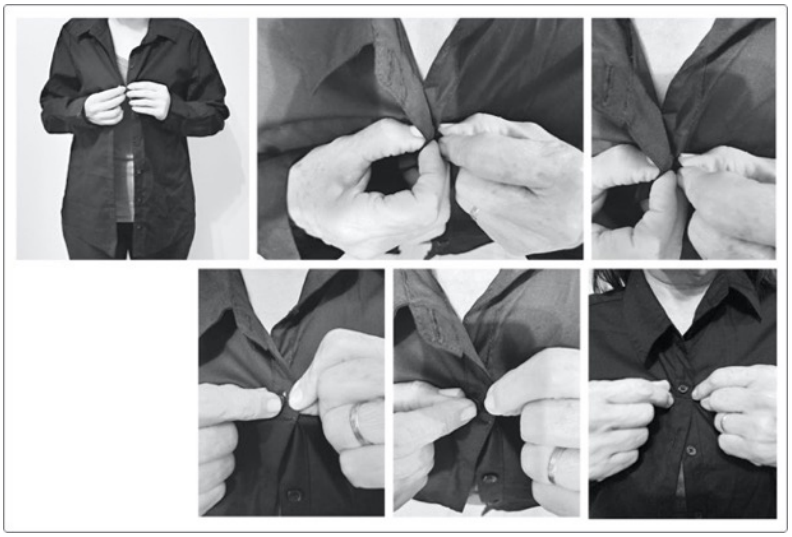
De modo geral, não foram observadas dificuldades motoras que constrangeram ou impediram a realização da atividade que, salvo pequenas diferenças de movimento, seguiu o mesmo padrão de comportamento motor, sendo ele:

- **VESTIR** (**Figura 51**): 1. Encaixar um dos braços por uma manga → 2. Lançar o outro braço para a parte posterior do corpo alcançando a outra parte da camisa → 3. Encaixar o outro braço pela manga → 4. Elevar o braço para ajustar a camisa e puxá-la para encaixar ao corpo segurando pela região da gola → 5. Iniciar o abotoamento (**Figura 52**) → Segurar pela barra da camisa e puxá-la para baixo para finalização do ajuste da peça sobre o corpo;

Figura 51. Sequência VESTIR camisa.

Fonte: autor.

Figura 52. Botões: detalhamento do abotoamento



Fonte: autor.

- **VESTIR** (**Figura 53**): 1. Desabotoar os botões → 2. Fazer leve movimento com os ombros, jogando-os para trás para começar a liberar a camisa do corpo → 3. Jogar os braços para trás → 4. Segurar pelo punho com a mão oposta e puxar a manga para liberar a peça do corpo → 5. segurar pelo outro punho com a mão oposta para liberar o braço da manga.

Figura 53. Sequência VESTIR camisa.

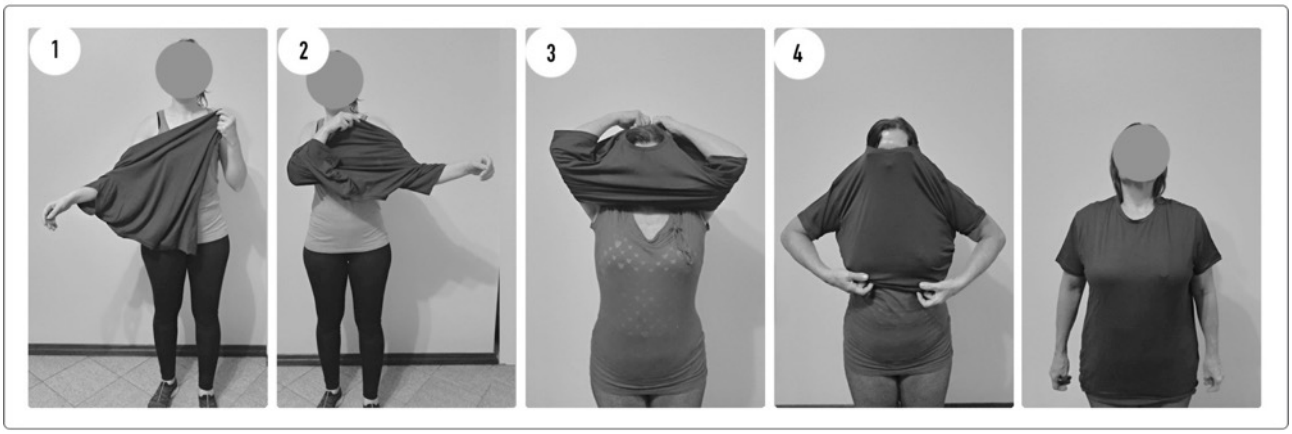
Fonte: autor.

4.7.3 Atividade de vestir e despir uma camiseta (T-shirt)

Em relação a camiseta (t-shirt), apesar de algumas pequenas diferenças de comportamento motor e tempo de realização de uma etapa a outra, alguns padrões de movimento puderam ser analisados. Quanto ao vestir, três tipos de sequências de movimentos puderam ser observados, sendo eles:

A. **VESTIR** (**Figura 54**): 1. Encaixar os braços na abertura das cavas (mangas) → 2. Puxar a camiseta (corpo) para junto do peito → 3. Passar a cabeça pela abertura da gola → 4. Ajustar da camiseta sobre o corpo, puxando-a de cima para baixo;

Figura 54. Sequência A - VESTIR CAMISETA.



Fonte: autor.

B. **VESTIR** (**Figura 55**): 1. Encaixar um dos braços na abertura da cava (manga) → 2. Passar a cabeça pela abertura da gola → 3. Passar o outro braço pela abertura da segunda cava (manga) → 4. Ajustar a camiseta sobre o corpo, puxando-a de cima para baixo;

Figura 55. Sequência B - VESTIR CAMISETA.

Fonte: autor.

C. **VESTIR** (**Figura 56**): 1. Puxar o corpo da camiseta junto à gola e segurar → 2. Passar a cabeça pela gola → 3. Passar os braços pelas cavas (mangas) → 4. Ajustar a camisa sobre o corpo, puxando-a de cima para baixo.

Figura 56. Sequência C - VESTIR CAMISETA.

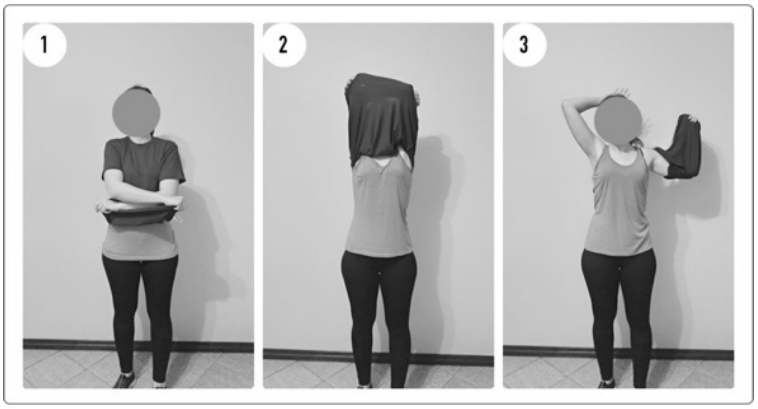
Fonte: autor.

Entre as mulheres, de ambas as nacionalidades, o padrão compendiado pela sequência A foi a mais recorrente. O mesmo padrão também foi o mais frequente entre os homens do Brasil, enquanto entre os portugueses, o tipo C foi o mais presente.

Já durante o despir, três sequências de movimentos puderam ser sintetizadas:

A. **DESPIR** (**Figura 57**): 1. Cruzar os braços à frente do corpo e segurar pela barra (ou cumprimento da peça) → 2. Puxar a camisa para cima ainda com os braços cruzados → 3. Passar a camiseta pela cabeça, liberando-a → Soltar os braços das mangas, liberando o corpo da peça;

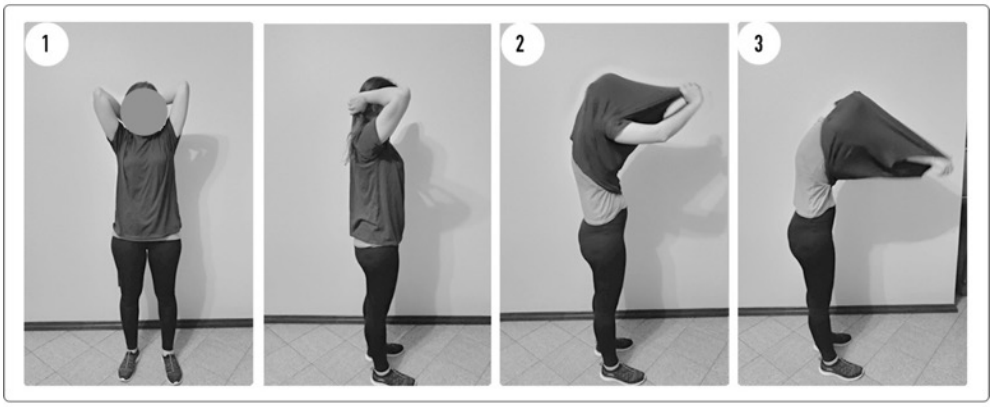
Figura 57. Sequência A - DESVESTIR CAMISETA.



Fonte: autor.

B. **DESPIR** (**Figura 58**): 1. Jogar os braços para trás posicionando as mãos na gola da camiseta → 2. Puxar a camisa segurando pela gola e esticando os braços → 3. Passar toda a camiseta pela cabeça, liberando-a → Soltar os braços das mangas, liberando o corpo da peça;

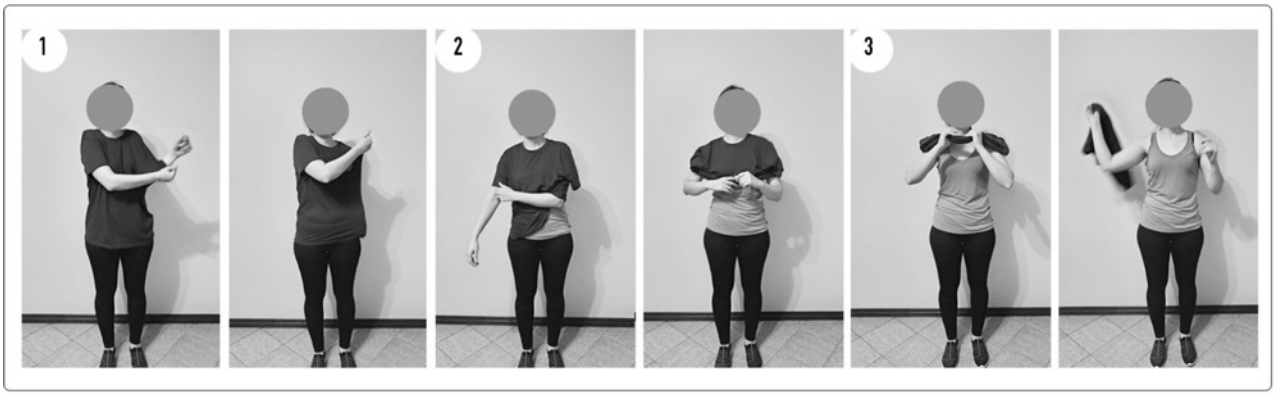
Figura 58. Sequência B - DESPIR CAMISETA.



Fonte: autor.

C. **DESPIR** (**Figura 59**): 1. Segurar uma das mangas e passar o braço por dentro da manga → 2. Segurar a outra manga e passar o outro braço por dentro da manga → 3. Segurar a camiseta e passa-la pela cabeça liberando a camiseta.

Figura 59. Sequência C - DESPIR CAMISETA.



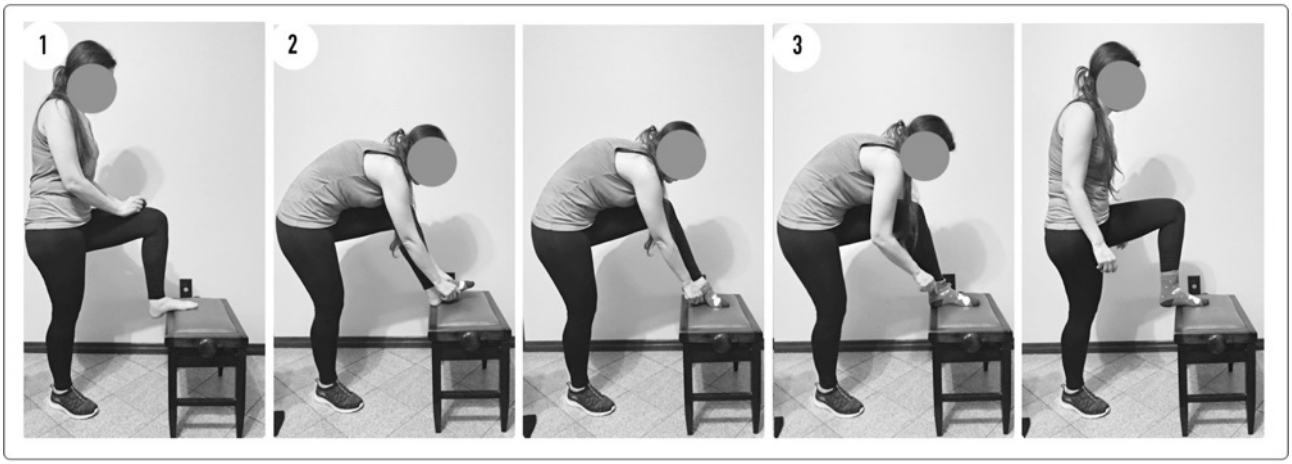
Fonte: autor.

4.7.4 Atividade de vestir e despir uma meia

Para a meia, o indivíduo foi incentivado a vesti-la o mais natural e habitual possível, deixando-o livre para realizar a tarefa. Para tanto, foi disponibilizado a ele bancos (e ou cadeiras) que poderiam ser utilizados caso achassem conveniente. Salienta-se, contudo, que alguns participantes utilizaram a parede como apoio ao realizarem a tarefa em pé. Sendo assim, puderam ser sintetizados seis padrões sequenciais de movimentos:

A. **Apoio do pé no mobiliário (Figura 60)**: Em pé os participantes colocaram o pé sobre a mobília, flexionando os joelhos (1). Em seguida, inclinam o corpo sobre a coxa até alcançarem a ponta dos pés, encaixando a meia sobre ela (2). Nesse momento o meio do pé ou calcanhar serve de apoio. Com as pontas do pé vestidas, esta passa ser o apoio, liberando o restando da superfície inferior do pé para encaixe das meias (3). Para retirá-las, o indivíduo permanece na mesma posição de apoio sobre a ponta dos pés, puxando a meia para retirá-la do corpo;

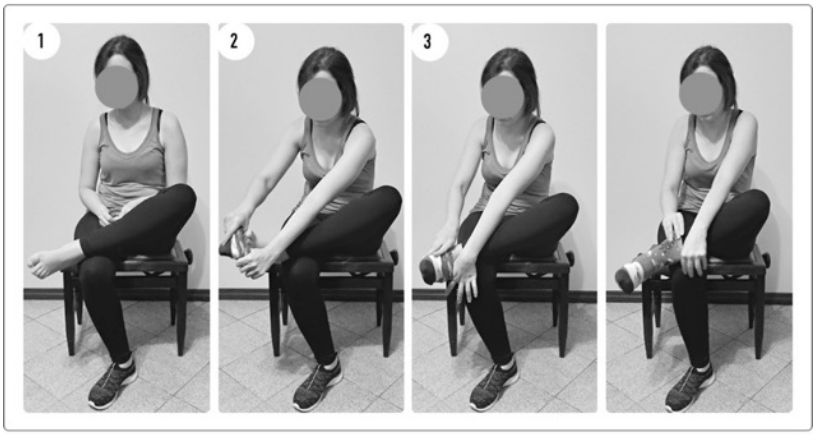
Figura 60. Sequência VESTIR MEIA: Apoio do pé no mobiliário.



Fonte: autor.

B. **Sentados (Figura 61):** Os participantes se sentam em uma mobília e dobram uma das pernas sobre o joelho e coxa da outra perna (1). Inclinam-se levemente para frente para encaixar a meia nas pontas dos pés (2). Em seguida, puxam-na, cobrindo o restante do pé (3). Para retirá-la, continuam sentados com as pernas dobradas sobre o joelho, retirando a meia por completa ao puxá-la por sua borda superior ou mesmo ponta;

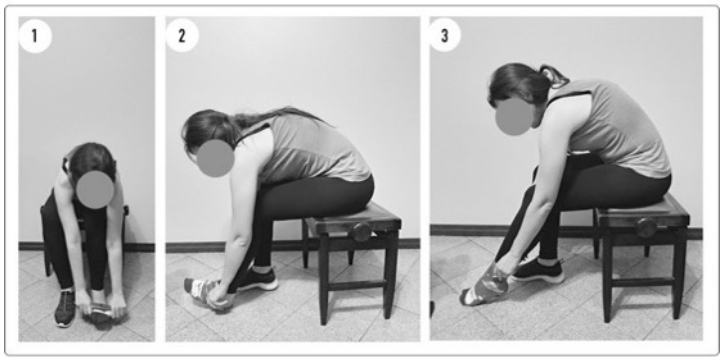
Figura 61. Sequência VESTIR MEIA: Sentados.



Fonte: autor.

C. **Sentados e inclinados sobre a perna (Figura 62)**: Os participantes se sentam em uma mobília e esticam levemente a perna do pé a ser vestido (1). Apoiados sobre o calcanhar, puxam a ponta dos pés para cima. Com os joelhos levemente flexionados, inclinam-se sobre a coxa e joelho até alcançarem a extremidade do pé (2). Encaixam a meia nos dedos e a puxam para o calcanhar. Nesse momento há uma troca de apoio entre calcanhar e ponta do pé, liberando a parte posterior dos pés para ser vestida (3). Para retirar a meia, o indivíduo repete a posição, puxando a meia pela ponta ou extremidade de sua abertura;

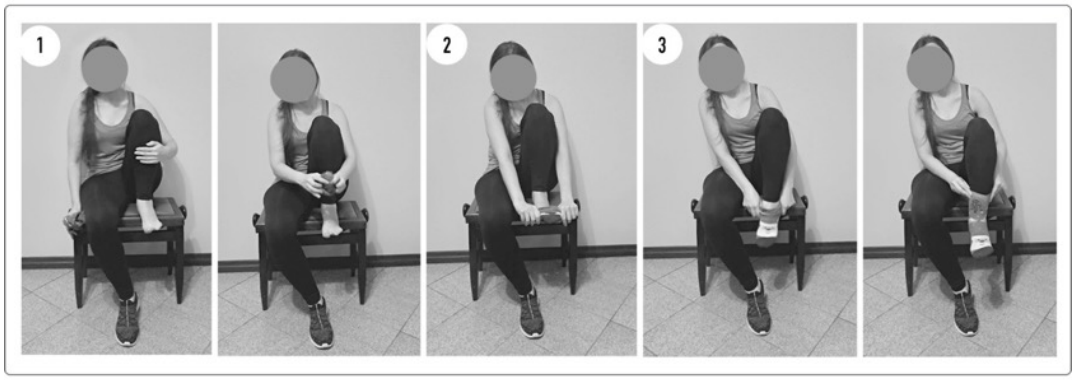
Figura 62. Sequência VESTIR MEIA: Sentados e inclinados sobre a perna.



Fonte: autor.

D. **Sentados e pé sobre mobília (Figura 63)**: Os participantes se sentam em uma mobília e puxam o pé para apoiá-lo sobre o assento, fazendo uma dobra na perna (1). Encaixam a meia nas pontas dos pés e, posteriormente puxam-na para cobrir todo o pé (2). Retirar o pé do apoio e o colocam levemente para frente, liberando-o para completar o encaixe da meia por todo o pé (3). Para tirá-la, os participantes permanecem com a perna dobrada, apoiando os pés sobre o assento, puxando a meia pela borda da abertura superior ou pela própria ponta.

Figura 63. Sequência VESTIR MEIA: Sentados e pé sobre mobília.



Fonte: autor.

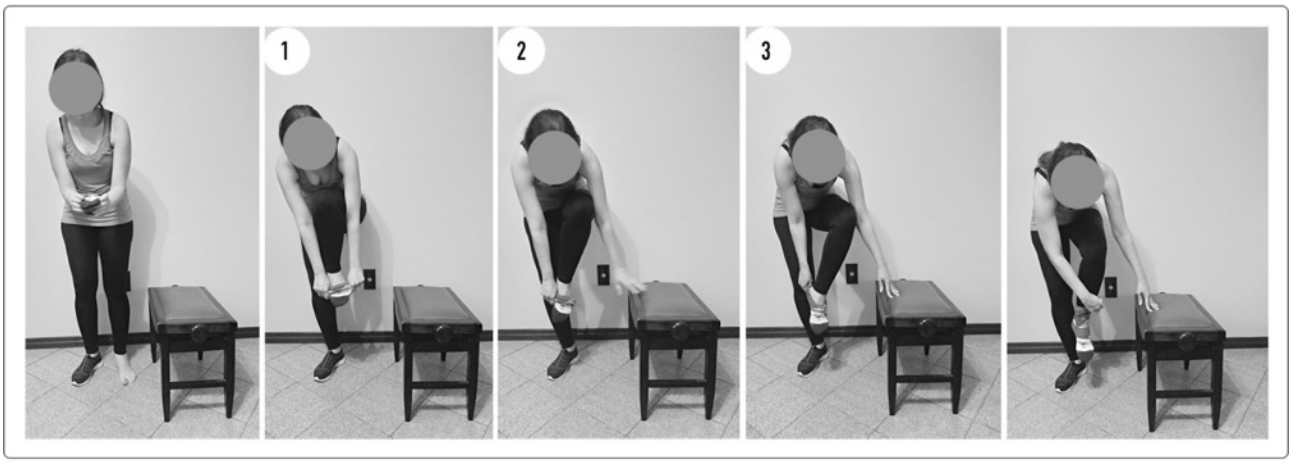
E. **Sentados usando de duas posições de perna (Figura 64):** Os participantes se sentam em uma mobília e esticam levemente a perna do pé a ser vestido. Apoiados sobre o calcanhar, puxam a ponta dos pés para cima. Com os joelhos levemente flexionados, inclinam-se sobre a coxa e joelho até alcançarem a extremidade do pé e encaixam a meia nos dedos (2). Em seguida, dobram a perna sobre os joelhos (ou coxa) e terminam de vestir a meia (2). Para retirar a meia, o indivíduo dobra a perna sobre o joelho (ou coxa) e puxa a meia pela ponta ou extremidade de sua abertura;

Figura 64. Sequência VESTIR MEIA: Sentados usando de duas posições de perna.

Fonte: autor.

F. **Em pé com apoio (Figura 65)**: Em pé, elevam a perna flexionando os joelhos e encaixam a meia nas pontas do pé inclinando o corpo até o pé (1). Apoiam a mão na mobília finalizando o encaixe da meia na ponta do pé (2). Finalizam pelo calcanhar (4). Para retirá-las levantam levemente o pé, inclinam-se sobre o corpo, e a puxam pela borda superior.

Figura 65. Sequência VESTIR MEIA: Em pé com apoio.



Fonte: autor.

4.8 Discussão

A partir da abordagem aqui realizada, pôde-se observar alguns resultados que, quando interpretados, geram fatores importantes para a compreensão da relação do usuário idoso com o produto do vestuário, não apenas ao que tange ao comportamento motor, mas também ao que envolve respostas emocionais e subjetivas que influenciam na percepção da própria imagem bem como nos hábitos de consumo desse tipo de produto. Evidencia-se que o discutido aqui teve por base tanto os resultados quantitativos quanto o conteúdo qualitativo compilado, caracterizado por observações verbalizadas pelos participantes no decorrer da entrevista e da tarefa pré-determinada. As observações proferidas pelos participantes foram importantes por contribuir com o esclarecimento de alguns fatores que caracterizam a relação de um usuário idoso com o produto de moda, fato este que corroborou com o caráter investigativo exploratório da presente pesquisa.

O perfil das amostras, independentemente do gênero e nacionalidade, foi caracterizado por participantes completamente independentes e autônomos perfeitamente capazes de realizarem suas tarefas cotidianas. Entre os portugueses observou-se um maior número de indivíduos aposentados que não continuaram ativos profissionalmente. Por outro lado, muitos indivíduos brasileiros, independentemente de aposentados ou não, ainda continuam ativos profissionalmente. Este fato foi associado à necessidade destes que, apesar de já estarem na terceira idade, ainda contribuem para o sustento de suas famílias, principalmente quando filhos e parentes (como os próprios pais) se fazem dependentes. Esta realidade brasileira resulta do crescimento de fortes tendências sociais que vêm determinando o cenário nacional nos últimos anos, tal como: o albergamento de idosos familiares dentro do próprio ambiente doméstico devido à falta de dinheiro para investir em cuidadores ou, mesmo, em instituições privadas de apoio aos idosos, tal como os asilos; o receio dos familiares de serem julgados pela sociedade que ainda avalia o envio de idosos em asilos e instituições semelhantes como negativa, associando-o ao abandono e à negligência; e, a saída, cada vez mais tardia, dos filhos de casa em decorrência da negação por responsabilidades, pelas dificuldade de se estabelecer financeiramente ou pelo prolongamento dos anos de estudos.

Algumas diferenças no perfil das amostras também podem ser associadas ao ambiente o qual o idoso participante estava inserido. Isso porque no caso da população portuguesa, o contingente maior de participantes foi abordado dentro de centros de apoio enquanto a brasileira, foi em suas próprias casas. A diferença pode ser estabelecida pelo fato de que tais centros de apoio oferecem atividades específicas para seus frequentadores, que envolvem dança, ginástica, idiomas, entre outras. Por frequentar tal ambiente, o indivíduo idoso já se qualifica como ativo socialmente, o qual, apesar da idade, parece não se ver como alguém disposto a ficar resguardado ao ambiente privado de suas casas. Por outro lado, a população brasileira, por ser abordada em sua casa, não pôde ser identificada em relação às suas atividades sociais, dado que o protocolo aqui desenvolvido e utilizado não abordou tal questão específica. Esta associação, por exemplo, também pode ser percebida pelo número maior de participantes portugueses que realizam atividades físicas frequentemente em comparação aos brasileiros.

Outro aspecto observado que pode ser associado ao ambiente e aos costumes culturais é o hábito de consumo. De modo geral, os homens indicaram terem mais dificuldade e menos prazer em ir às compras que as mulheres, sendo que muitos delegam às esposas tal tarefa. Contudo, considerando os homens portugueses, a atividade de compra foi percebida com mais facilidade muito em decorrência do acesso descomplicado às lojas, dado que em Lisboa, pequenos centros de comércio se espalham em toda a cidade. Comentários como: "*As vezes vou andando e vejo algo na vitrine (montra) que me interessa. Aí em entro, sabe? Afinal, já estou lá mesmo*" (Participante Masculino, 07) serviram de indícios para esta constatação. Além disso, a qualidade do transporte público disponibilizado pela capital, bem como tarifas com descontos aos idosos, promove o uso entre estes participantes idosos portugueses, o que faz com que estejam mais em contato a realidade das ruas e, consequentemente, do comércio.

Por outro lado, muitos homens brasileiros indicaram não gostar do fato de terem que pegar carro para se locomoverem por longas distâncias para estarem em lojas ou shoppings para realizar compras. No caso das lojas de rua, duas realidades puderam ser identificadas, sendo elas: avaliação negativa do comércio localizado na parte central da cidade devido à dificuldade de estacionar, trânsito caótico, barulho, calor e insegurança; e, descaso em

relação as lojas espalhadas em diferentes locais da cidade, justificado pelas longas distâncias a serem percorridas de carro, trânsito, dificuldade de estacionar e, próprio desconhecimento sobre a loja. Já em relação aos shoppings, os homens os associaram com preços abusivos, multidão, falta de atratividade e dificuldades de estacionamento.

Não se pode negar, naturalmente, que esta diferença nos hábitos e comportamentos entre as populações aqui investigadas estão associados à própria estrutura urbana das cidades, que contrastam em relação à tamanho, à transporte público, ao turismo, lojas, entre outros. Afinal, Lisboa se apresenta como a maior cidade de Portugal, com ótimas estruturas urbanas que vão de acordo com as qualidades de uma cidade que é capital e ponto turístico para muitos viajantes. Enquanto isso, Bauru é um município do interior do estado de São Paulo, o qual, apesar de boa estrutura urbana, ainda tem muito que evoluir se comparado à capital europeia portuguesa.

De maneira geral, homens mostraram-se menos interessados sobre tendências de moda, declarando também pouquíssimo conhecimento sobre acabamento e tecido. Associaram conforto à satisfação de uso de uma peça bem como apontaram como desconforto vestimentas com tecidos muito pesados (grossos) ou modelagens muito apertadas. Alguns destacaram que há uma correlação entre marca e qualidade, apesar de não acharem necessário gostarem demasiado dinheiro em uma peça de vestuário. Defenderam não haver necessidade de um grande número de peças do vestuário, mas exaltaram a importância de peças básicas que podem ser usadas em mais de uma ocasião ou situação. Tem-se também, um pequeno padrão em seus comentários que revelam uma tendência de fidelidade sobre marcas que já os fizeram satisfeitos anteriormente, fato este que se mostra menos presente entre os discursos das mulheres, uma vez que se revelaram mais abertas e curiosas sobre uma nova marca.

Em relação as mulheres, apesar da maioria gostar de fazer compras, algumas se avaliaram como mais conscientes sobre as compras, bem como mais dispostas a pagar preços mais elevados por produtos de maior qualidade. Por qualidade, indicaram conforto, praticidade e caimento da peça sobre o corpo, sendo este último associado às modelagens que respeitem ou disfarcem partes do corpo que não lhes agradam tanto, como flacidez do braço e coxas, abdômen expandido, barriga, entre outros aspectos.

Esse mesmo padrão de comportamento pode ser observado na investigação de Neves (2015), a qual envolveu mulheres, menopausa e vestuário. O estudo revelou que a relação que as mulheres mantem com o vestuário extrapola às questões básicas de recobrimento e decoração do corpo, e atingem esferas subjetivas e emocionais que são alimentadas positivamente por meio do *redesign* e manipulação corpórea possibilitada por determinadas peças de roupas. Esse quadro é ainda mais expressivo se considerado que muitas das mulheres, especialmente as portuguesas, apresentaram sobrepeso, fator este avaliado negativamente por parte delas.

Há de se destacar que os hábitos e preferências de consumos observados possuem forte relação com a classe social dos participantes abordados, independentemente da nacionalidade. Tem-se, naturalmente, um perfil de amostra que majoritariamente possui recursos para investir em peças que julgam de maior qualidade, o que, geralmente, implica em produtos mais caros. Além disso, muito destes participantes possuem como lazer idas aos shoppings ou centros comerciais, o que acaba por proporciona-lhes contato com uma maior diversidade de produtos da moda, abrindo o leque de possibilidades de escolha.

Essa conjuntura traz questões sobre a relação entre os aspectos estéticos e simbólicos percebidos e as propriedades funcionais das peças do vestuário. A atribuição de valores de personificação ao vestuário envolve o processamento de informações que são geradas a partir da apropriação e uso de determinada peça, sendo suas propriedades estéticas e simbólicas avaliadas em relação a capacidade de gerar conforto psicológico, autoestima e pertencimento social. Thorén (1996), ao investigar sobre os valores simbólicos e funcionais das peças do vestuário percebidos por participantes com desabilidades físicas variadas, concluiu que a atitude do indivíduo em relação a tais fatores é substancialmente influenciada pelo grau de desabilidade apresentada. A autora apresentou que participantes com grau de limitações mais avançado subestimam os aspectos estéticos em prol do conforto e a facilidade de manipulação das vestimentas, inclusive quando necessitam da ajuda de terceiros para a completude do vestir e despir.

De certa maneira, tal dualidade pode ser observada entre os participantes aqui abordados, dado que o conforto e a praticidade das vestimentas foram valores relevantemente avaliados como essenciais e de extrema importância, sobressaindo aos fatores estéticos. Entretanto, esse resultado não implicou na aceitação de produtos que não apresentem características estéticas adequadas aos gostos e predileções dos usuários, independentemente de gênero ou nacionalidade. Há de se destacar, inclusive, as críticas quanto a preferência das marcas (e confecções) em desenvolver coleções que favorecem os nichos de usuários mais jovens, desconsiderando, por exemplo, medidas antropométricas bem como volumetria (silhueta) dos corpos dos mais velhos.

No que tange às atividades de vestir e despir, ao determinar como critério de exclusão os participantes que não apresentassem total independência e autonomia, as limitações físicas e motoras advindas com o avançar da idade não impossibilitaram a completude de nenhuma das tarefas pré-determinadas para a realização da coleta de dados por esta população. Ou seja, apesar dos participantes abordados indicarem já perceberem algumas reduções na funcionalidade motora do corpo, elas não são suficientes para impedir o cumprimento da atividade do vestir e despir.

A preferência por se vestir e despir em pé ainda é majoritária entre os participantes - com exceção de meias e sapatos que a maioria declarou fazer sentado. Evidencia-se, contudo, que apesar de alguns participantes responderem inicialmente se vestirem de algumas peças sentados, como o caso da camisa e camiseta, todos realizaram estas atividades pré-determinadas em pé, mesmo sendo-lhes oferecido local para se sentar. Este fato pode estar relacionado a uma tendência dos idosos de se mostrarem dispostos e plenamente capazes de fazer todas as suas atividades de maneira dependente e autônoma. Entretanto, no desenrolar da entrevista e tarefa, muitos se posicionaram que já começaram a se sentar para fazer tais atividades por compreenderem e perceberem que já não possuem o mesmo equilíbrio e condição física de antes. Esta estratégia já é mais frequente em relação ao vestir de meias bem como o calçar.

Em geral, foi observado que alguns aspectos nas vestimentas podem dificultar a atividade do vestir e despir, como o caso dos botões. Apesar da maioria não expressar objeções contra o dispositivo de aviamento, alguns participantes disseram possuir preguiça ou desinteresse por utilizar peças como uma camisa devido a dificuldade de passar o botão pelas pequenas casas de encaixe, além de reclamarem sobre a quantidade deles em uma única

peça. Este quadro pode estar correlacionado à redução da destreza manual bem como perda da sensibilidade tátil inerentes ao envelhecimento, o que dificulta a manipulação de objetos pequenos. No início da década de 1980, Dallas e White (1982), ao investigarem a relação de mulheres com artrite e o vestuário, puderam observar relevante dificuldade destas em manipular aviamentos, tais como zíperes e botões.

Contudo, apesar de os participantes apresentarem bons resultados nos testes motores e força, é fato que já há um prejuízo motor e tátil em ocorrência, notado principalmente pela dificuldade de alguns de manipular os pequenos botões e inseri-los dentro das casinhas, o que lhes implicou maior tempo para completar a tarefa. Entretanto, ressalta-se que apesar de todo esse contexto, tais aspectos não foram obstáculo para a completude da atividade.

Evidencia-se aqui que a cor preta não foi percebida pelos participantes como obstáculo à completude da tarefa, mesmo acreditando-se inicialmente que poderia dificultar a visualização dos botões, que além de pequenos, também eram pretos. Esta conjuntura pode estar relacionada ao fato de que boa parte dos participantes, de ambos os gêneros, não olharam para a peça enquanto realizavam o abotoamento ou desabotoamento por estarem acostumados a realizar tal atividade.

Quanto a camiseta, o vestir e despir também não foi objeto de crítica, apesar de alguns indicarem mais lentidão para a realização da atividade ao longo dos últimos anos. Os movimentos desenvolvidos durante a atividade puderam ser sintetizados em seis padrões sequências: três para vestir e outros três para despir. Observa-se que os movimentos envolveram destreza manual, amplitude de braços, flexão dos membros superiores, além de demandarem força de preensão, coordenação e equilíbrio postural. Salienta-se que tais movimentos são facilitados pelo material têxtil utilizado na peça, que corresponde ao de malhas de algodão com substancial elasticidade. Esta propriedade possibilita a manipulação da peça, esticando-a para que os membros consigam realizar os movimentos de encaixe e amplitude.

Já quanto a meia, a atividade de vesti-la, em especial, foi evidenciada como a mais adequada pelos participantes. O sentar-se foi associado a uma estratégia contra o receio de quedas. A grande maioria dos brasileiros, principalmente do gênero masculino, relataram que preferem fazer tais tarefas sentados ou encostados (apoiados) em móveis e paredes para que se sintam mais seguros, evitando possíveis perdas de equilíbrio. Restrições em decorrência de problemas musculoesqueléticos também aparecem como justificativa para amparar-se no momento da tarefa, assim como a volumetria na região abdominal, a qual dificulta o movimento de flexão do tronco sobre as pernas. Tais associações podem ser observadas nos seguintes comentários:

> *"Às vezes, com a calça cumprida eu preciso me encostar ou me sentar mesmo. Não é muito, mas eu já percebi que estou começando a ter mais dificuldade. Aí eu tenho medo de cair. Meias sempre sentada. (...) para colocar tênis eu percebo mais dificuldade, mas é bem pouquinho. Por isso que me sento, que é pra não correr o risco de cair" (*Participante Feminino 05, Brasil*).*

> *"A meia eu me sento sempre. Em pé é meio chato. Até consigo parar em cima de um pé só, mas eu acho mais cômodo sentar mesmo" (*Participante Masculino 06, Brasil*).*

> *"Calça eu coloco sentado. Me sinto mais confortável, apesar de conseguir fazer em pé. Agora, meia e sapato, é sentado. Às vezes acabo me amparando em móveis e paredes. Não porque eu não tenho equilíbrio. É mais por precaução mesmo" (*Participante Masculino 07, Brasil*).*
>
> *"Eu tenho os problemas na perna né. Ela está mais fraca por causa das varizes e trombose. Então eu estou preferindo colocar calça sentado. Também tem a questão do equilíbrio, né. Já percebo que é melhor sentar, sabe? Sem contar o lance da vista. Meus olhos já não estão tão bem, então sei lá, parece que fica pior essa coisa de equilíbrio" (*Participante Masculino 08, Brasil*).*
>
> *"Sapato ou meia tem que ser sentado. Em pé já não dá, essa parte aqui, a barriga, já está muito exagerada e dificulta (risos)" (*Participante Masculino 08, Brasil*).*

Apesar de revelada a capacidade funcional dos participantes idosos participantes em relação ao cumprimento das tarefas de vestir e despir pré-determinadas, observou-se que características antropométricas e motoras podem afetar a maneira como as atividades são realizadas e, consequentemente, percebidas pelos usuários. Isso porque o vestir e despir envolve movimentos e equilíbrio postural dos participantes que começam a apresentar prejuízos com o avançar da idade, afetando a eficácia da atividade bem com a qualidade de usabilidade de determinados produtos de moda.

Investigadores como Wang et al. (2014), Çivitci (2004), Benktzon (1993) e Meinander e Varheenmaa (2002) administram as necessidades físicas e cognitivas dos idosos junto às de indivíduos com incapacidades físicas. Os autores, defendem o significado e o benefício de se desenvolver vestuário adequado e orientado para qualquer indivíduo que apresente demandas físicas, psicológicas e cognitivas específicas, as quais, por sua vez, implicam em componentes de produtos específicos que contribuam para a satisfação de uso e inclusão destes indivíduos.

Abraham-Murali et al. (2001), ao investigarem sobre as necessidades de cadeirantes mulheres quanto a vestimenta, identificou alguns fatores importantes que influenciam os aspectos de usabilidade do vestuário. Fechos localizados na parte das costas e velcro foram avaliados como negativos, assim como o pontuado pelos participantes desta investigação. No caso do primeiro, as mulheres idosas de ambas as nacionalidades identificaram como algo que, apesar de não comprometer a completude da atividade, implica em movimentos de alcance e preensão que são mais difíceis de serem realizados, fazendo que seja percebido com fator de irritabilidade. Já o segundo, assim como no estudo de Abraham-Murali et al. (2001), insegurança e deselegância foram qualidades negativamente associadas ao aviamento, o qual também foi avaliado como desconfortável por ser de um material mais rígido que, inclusive, gera um volume desnecessário e "feio" no vestuário quando fechado.

Conclusão 5

Não tenha medo do seu corpo ou do que as outras pessoas possam achar dele
É o mais incrível instrumento que você jamais vai possuir
Dance! Mesmo que não tenha aonde além de seu próprio quarto
Leia as instruções, mesmo que não vá segui-las depois
Não leia revistas de beleza, elas só vão fazer você se achar feio!

Dedique-se a conhecer os seus pais
É impossível prever quando eles terão ido embora, de vez
Seja legal com seus irmãos. Eles são a melhor ponte com o seu passado
E possivelmente quem vai sempre mesmo te apoiar no futuro
Entenda que amigos vão e vem, mas nunca abra mão de uns poucos e bons

Aceite certas verdades inescapáveis: Os preços vão subir, os políticos vão saracotear, você, também, vai envelhecer
E quando isso acontecer
Você vai fantasiar que quando era jovem os preços eram razoáveis
Os políticos eram decentes
E as crianças respeitavam os mais velhos
Respeite os mais velhos. E não espere que ninguém segure a sua barra
Talvez você arrume uma boa aposentadoria privada
Talvez case com um bom partido, mas não esqueça que um dos dois pode de repente acabar

Não mexa demais nos cabelos, senão quando você chegar aos 40, vai aparentar 85
Cuidado com os conselhos que comprar
Mas seja paciente com aqueles que os oferecem
Conselho é uma forma de nostalgia
Compartilhar conselhos é um jeito de pescar o passado do lixo, esfregá-lo
Repintar as partes feias e reciclar tudo por mais do que vale
Mas no filtro solar, acredite!

Filtro Solar
Pedro Bial
(Sunscreen, Mary Schmich)

5. CONCLUSÃO

O presente estudo teve como propósito realizar uma abordagem com base na opinião e nas atividades simuladas de uso do vestuário por indivíduos idosos, visando esclarecer detalhes acerca da relação do usuário com a vestimenta. Pôde-se concluir que os resultados desta investigação corroboram com a hipótese de que os fatores biopsicossociais e motores decorrentes do envelhecimento e envolvidos no vestir-despir de indivíduos idosos podem colaborar na formulação de diretrizes e requisitos para o design de vestuário para estes usuários.

Com base na observação e na análise das atividades de vestir e despir de diferentes peças do vestuário, padrões sequenciais de movimentos corporais puderam ser detectados e segmentados em etapas. Essa categorização permitiu que fossem observadas as variáveis físicas envolvidas em cada etapa, o que contribui para que seja compreendida a influência das perdas físicas e motoras inerentes ao envelhecimento sobre a autonomia do indivíduo idoso quanto ao vestir e despir. Apesar de não ter sido registrado fatores físicos e motores que viessem a inviabilizar as tarefas requeridas, observou-se que destreza manual, equilíbrio corporal e amplitude de membros, principalmente os superiores, já apresentam perdas que começam a afetar a qualidade dos movimentos envolvidos nas ações do vestir e despir. Isso pôde ser corroborado, por exemplo, com o fato de alguns idosos utilizarem apoios como recurso para evitar quedas, como no caso do vestir as meias. Em relação à destreza, notou-se algumas dificuldades em relação ao manuseio dos botões da camisa que, apesar de não terem sido empecilho para o fechamento da peça, foram motivo de reclamações em relação à dificuldade de encaixá-lo na casinha bem como em decorrência da demasiada quantidade que se apresentaram. Durante o encaixe dos braços nas mangas das camisas e camisetas, a capacidade de amplitude de braço se mostrou necessária, o que gera uma preocupação em relação às possíveis perdas que esta possa vir a sofrer com o avançar da idade, impedindo que o idoso faça a atividade de vestir e despir sozinho. Além disso, ao passar pela cabeça, a gola pode causar desiquilíbrio no idoso quando presa à face, uma vez que demanda do idoso mais força nos braços e na mão, fato que pode descompensar seu equilíbrio postural por dificultar a visão.

Estas observações demonstraram que há uma necessidade da aplicação de critérios ergonômicos no processo de desenvolvimento de produtos do vestuário, principalmente por meio de atributos que possam garantir autonomia, independência e conforto aos usuários. Estes atributos aparecem associados ao desenvolvimento de modelagens bem como a aplicação de aviamentos que facilitem o vestir e o despir do idoso. Isso significa trabalhar com algumas características das vestimentas, tais como: curvatura de cavas desenhadas com folga, a deixar espaço para o encaixe e movimento dos membros superiores; largura de mangas, a evitar pressões e restrições de movimento; golas com abertura o suficiente para não atritar sobre o rosto; e , cós mais altos com ou sem presença de elástico que, apesar de justos ao corpo, não pressionem a região abdominal. Somado a isso, o avanço dos materiais têxteis ao longo das últimas décadas tem ampliado a opções de tecidos que ofereçam bom caimento (ajuste ao corpo) e conforto. No caso do idoso, o fator maleabilidade e a qualidade do contato do material com a pele foram avaliados como essenciais ao vestuário, o que pode ser resolvido, por exemplo, por meio do uso de tecidos com grau maior de elasticidade. Entretanto, ressalta-se que essa propriedade elástica deve estar presente em tecidos que possuam bom toque e respirabilidade ao corpo, o que significa evitar o uso daqueles que, como

muitos que são produzidos com poliéster, que impedem a troca de calor com o ambiente bem como possuem uma superfície mais áspera.

Somado a isso, as alterações antropométricas também acarretam algumas particularidades quanto à modelagem das peças. Isso porque os idosos tendem a ganhar centímetros extras em algumas partes do corpo, como braços e abdômen, modificação que passa a influenciar sobre os aspectos de usabilidade, conforto e aparência. O aumento do abdômen é driblado, por exemplo, por meio de peças com cinturas mais altas e/ou mais largas, que não comprimam a região. Esta escolha pôde ser percebida em ambos os sexos e nacionalidades. As mulheres demonstraram insatisfação com o aumento do abdômen, indicando o uso de vestimentas largas ou mesmo mais justas, desde que não muito apertadas, para manipular a constituição corpórea. Entre os homens, a estratégia também foi indicada, entretanto, não com a mesma importância que as mulheres. A região também interferiu na posição de alguns idosos no momento de vestir a meia. Sentados, os participantes com maior protuberância abdominal indicaram dificuldade em alcançar os pés para encaixar a meia. Colocar os pés sobre o mobiliário, elevando e aproximando a coxa ao abdômen também foi avaliado como mais difícil quando se tem mais abdômen. Este fato foi indicado por alguns como uma das causas que os motivaram alterar a forma de vestir meia, como, por exemplo, apoiando os pés em uma cadeira, o que exige que menor inclinação do corpo.

Além dos fatores físicos, alguns aspectos relacionados à percepção da moda também puderam ser observados. A moda, como tendência que dita estilos efêmeros de representação individual por meio do vestuário, não foi considerada como essencial ao idoso, principalmente por ser associada ao perfil jovem, no qual é permitido o uso mais variado e livre de roupas e combinações. Contudo, os idosos, principalmente as mulheres, revelaram uma preocupação em apropriar-se da moda por meio de vestuários que representem tendências clássicas dentro de uma perspectiva estética contemporânea, afastando-se de características já estereotipadas como "*isto é velho que usa*". Contudo, o critério estético, apesar de indicado como importante, apresentou-se menos importante que o conforto, o qual foi associado às roupas de malhas ou tecidos planos com propriedades elásticas, característica que possibilita a movimentação dos membros, principalmente os superiores.

Em relação às amostras de idosos de Portugal e Brasil, pôde-se observar semelhanças quanto ao perfil físico e às alterações antropométricas dos participantes. Os fatores percebidos como importantes ao vestuário também apresentaram dados parecidos, principalmente em relação ao conforto e a percepção da moda como algo voltado aos indivíduos mais jovens. Os padrões de movimentos durante o vestir e despir das diferenças também foram parelhos, apesar dos portugueses indicarem com maior frequência vestir e despir as meias em pé. Nos hábitos de consumo de moda, a participação das mulheres (esposas) teve forte representatividade nas decisões de compras dos homens, principalmente entre brasileiros. Entre as mulheres, a aquisição de roupas de qualidade, com boa modelagem e com características estéticas que sejam adequadas ao que desejam motivam maior investimento financeiro. Entretanto, vale ressaltar que entre os dois países há diferenças culturais e sociais que acabam por influenciar, principalmente, os hábitos de consumo bem como a abstração sobre o que é moda. Os participantes homens do continente Europeu, por exemplo, mostraram-se mais acostumados a frequentar lojas e observar vitrines, enquanto os homens brasileiros declararam expressivo desapego às compras ou ao desejo de possuir muitas peças que não possam ser usadas no dia a dia. Isso também pode estar associado ao sistema urbano da

capital Portuguesa, que promove uma estrutura de consumo e moda que se faz fortemente presente. Em decorrência do turismo, Lisboa se caracteriza como uma cidade dinâmica, repleta de lojas de departamento e de grandes marcas que oferecem produtos de moda atualizados que podem ser encontrados em diversos pontos da cidade. Por outro lado, em Bauru, apesar da cidade estruturalmente se apresentar relativamente satisfatória quanto a oferta de produtos, os participantes idosos mostraram-se mais críticos e sensíveis aos preços de grandes marcas, declarando preferência pelas compras feitas em lojas de departamento que oferecem opções de parcelamento. Além disso, a condição socioeconômica dos brasileiros apareceu mais comprometida em razão dos gastos com o sustento da família, principalmente por muitos dos participantes ainda terem seus filhos ou pais sob o mesmo espaço residencial. Naturalmente, investimentos com produtos de moda não se revelariam como prioridades.

Paralelamente, o estudo contribuiu com desenvolvimento metodológico dentro do campo do design de vestuário. Os materiais e métodos utilizados foram desenvolvidos e aplicados com base interdisciplinar, o que possibilitou o cruzamento de informações quantitativas e qualitativas que viabilizaram a obtenção de dados referentes ao idoso e o vestuário. Esse recurso revela a importância do design de vestuário adentrar em áreas correlatas ao seu conhecimento, explorando as características dos usuários quanto suas propriedades físicas, psicológicas, emocionais e sociais.

No que se refere ao universo e à amostra, no presente estudo pôde-se verificar alguns aspectos que o limitaram. Dentre eles, destaca-se o tamanho da amostra que, apesar de ter gerado dados que contemplassem o universo do objeto estudado, não são resultados que podem ser interpretados como generalizados, principalmente se considerado os dados quantitativos que foram submetidos às provas estatísticas. Além disso, sendo parte do protocolo caracterizado por uma entrevista semiestruturada, alguns fatores podem ter influenciado as respostas, gerando dados inconsistentes. Dentre estes fatores, tem-se: dificuldade de expressão de ambas as partes; possibilidade de influência sobre o participante; retenção de dados pelos próprios participantes; incompreensão do que foi questionado; dificuldade de auto avaliação, entre outros. Sobre este processo, salienta-se que a construção de algumas perguntas, tais as que envolviam avaliações por meio de gradações, geraram algumas dúvidas entre os participantes idosos, os quais mostraram certa inconsistência em suas auto avaliações sobre um determinado fator questionado. Apesar de amplo e rigoroso levantamento sobre o estado da arte do tema abordado, a falta de pesquisas sobre o problema também pode ser apontada como uma das limitações do estudo, o que, por outro lado, mostrou diversas lacunas de conhecimento ainda a serem preenchidas, suscitando a necessidade de novas investigações.

Assim, o caráter exploratório dessa investigação permite que sejam realizados novos questionamentos que podem viabilizar trabalhos futuros, tanto em relação ao comportamento do indivíduo em relação ao que é moda, quanto no que diz respeito ao vestuário para idosos com limitações físicas e cognitivas específicas que possam interferir na realização independente e autônoma do vestir-despir. A forma heterogênea que o envelhecimento se manifesta na população idosa gera perfis variados de indivíduos que apresentam diferentes tipos e graus de limitações físicas e cognitivas que podem dificultar ou impedir a realização do vestir e despir. Este fato implica em um campo investigativo amplo que busque identificar e estudar tais limitações de maneira a gerar conhecimento que seja utilizado como requisitos de projeto para o design de vestuários que possam mitigar ou solucionar as

necessidades e expectativas desses usuários específicos, proporcionando-lhes independência, autonomia, segurança e conforto.

Outro fator a ser investigado é quanto a percepção dos participantes idosos quanto ao significado da moda como tendências efêmeras que são produzidas e popularizadas por meio do vestuário. A investigação aqui realizada, apesar de ter abordado o assunto, não buscou investigar a fundo o que a moda significa para estes usuários. Expressões como "*a moda é para os jovens*", "*a moda é para as magras*" e "*a moda não condiz com meu estilo*, pareceram estar associadas a uma condição de aceitação em relação a não serem considerados e valorizados pelas marcas de vestuário, restando-lhes a adaptação ao que é ofertado. Nesse sentido, buscar compreender o que é a moda para o indivíduo idoso pode contribuir para o direcionamento de empresas que sejam mais conscientes sobre esse segmento crescente de usuários.

Referências Bibliográficas

Viver é melhor que sonhar
Eu sei que o amor
É uma coisa boa
Mas também sei
Que qualquer canto
É menor do que a vida
De qualquer pessoa

Por isso cuidado, meu bem
Há perigo na esquina
Eles venceram e o sinal
Está fechado pra nós
Que somos jovens

Para abraçar seu irmão
E beijar sua menina na rua
É que se fez o seu braço
O seu lábio e a sua voz
Hoje eu sei
Que quem me deu a idéia
De uma nova consciência
E juventude
Tá em casa
Guardado por Deus
Contando o vil metal

Minha dor é perceber
Que apesar de termos
Feito tudo, tudo
Tudo o que fizemos
Nós ainda somos
Os mesmos e vivemos
Ainda somos
Os mesmos e vivemos
Ainda somos
Os mesmos e vivemos
Como os nossos pais

Belchior
Como nossos pais

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

A.T.KEARNEY. **Understanding the Needs and Consequence of Ageing Consumer**. 2013. Disponível em: https://www.atkearney.com/documents/10192/682603/Understanding+the+Needs+and+Consequences+of+the+Aging+Consumer.pdf/6c25ffa3-0999-4b5c-8ff1-afdca0744fdc

ABEP. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. **Critério Brasil 2018**. Disponível em: <http://www.abep.org/criterio-brasil>

ABERGO. **Norma ERG BR 1002** - Código de Deontologia do Ergonomista Certificado. Associação Brasileira de Ergonomia, 2003

ABESO. **Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica**. Diretrizes Brasileiras de Obesidade, 3ed. ABESO, São Paulo, 2009.

ABESO. **Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica**. Diretrizes Brasileiras de Obesidade, 4ed. ABESO, São Paulo, 2016.

ABRAHAM-MURALI, L., Kane, W., & Staples, C. Perceptual Criteria and Attributes Used for Evaluation of Clothing by Women Using Wheelchairs. **Perceptual and Motor Skills**, vol. 93, n. 3, 2001.

ALBOM, M. **A última grande lição**: O sentido da vida. Rio de Janeiro: Sextante, 1997.

ALCANTÂRA, A.O. Da Política Nacional do Idoso ao Estatuto do Idoso: a difícil construção de um sistema de garantias de direitos da pessoa idosa. ALCÂNTARA, A.O.; CAMARANO, A.A.; GIACOMIN, K.C. (Orgs). **Política Nacional do Idoso: velhas e novas questões**. 359–377pp. Rio de Janeiro: Ipea, 2016

ALEXANDRE T.S., DUARTE, Y.A.O., SANTOS, J.L.F., Lebão M.L. Relação entre força de preensão manual e dificuldade no desempenho de atividades básicas de vida diária em idosos do município de São Paulo, **Saúde Coletiva**, vol. 5, núm. 24, 2008, pp. 178-182 Editorial Bolina São Paulo, Brasil

AMERICAN SOCIETY OF HAND THERAPISTS (ASHT). **Clinical Assessment Recommendations**; 1981.

ANDRADE, Margarida de. **Introdução à metodologia do trabalho científico**. 9 ed. SãoPaulo: Atlas, 2009

ANGUS, A., WESTBROOK, G. **Euromonitor International -** Top 10 Global Consumer Trends 2019. Euromonitor International, 2019. Disponível em: http://go.euromonitor.com/white-paper-EC-2019-Top-10-Global-Consumer-Trends.html

ARAÚJO, PMP. Introdução à avaliação do membro superior. In: **SBTM.** Recomendações para avaliação do membro superior. São Paulo: Sociedade Brasileira de Terapeutas da Mão; 2003

ARAÚJO, M.P. Estudo populacional das forças das pinças polpa-a-polpa, trípode e lateral. **Rev. Bras. Ortop**., vol.37, n.11, 2002. 496, 504pp.

ARNHOFF, FN, LEON, HV, Lorge, I. Cross-cultural acceptance of stereotypes towards aging. **J Soc Psychol**, vol. 63, 1982. 41-58pp;

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS (ABNT). **Requisitos Ergonômicos para Trabalho de Escritórios com Computadores**. 2002. NBR 9241 Parte 11 - Orientações sobre Usabilidade.

BARBIERI, N.A. **Velhice: melhor idade**? O mundo da saúde, São Paulo – 2012; 36(1): 116-119.

BARCELOS, R.H., ESTEVES, P.S., SLONGO, L.A. A consumidora da terceira idade: moda e identidade. **International Journal of Business & Marketing**, vol.1, n.2, 2016. 03-18 pp.

BAZZA, A.B. A constituição da subjetividade no discurso do idoso sobre si. **Linguagem em (Dis)curso – LemD**, Tubarão, SC, v. 16, n. 3, p. 449-464, set./dez.2016

BEAUVOIR, Simone de.. **A Velhice**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira,1990.

BELMONTE, L.A.O. Análise de força de preensão manual em idosos praticantes e não-praticantes de exercícios físicos regulares. **Dissertação de mestrado** em Ciência do Movimento da Universidade do Estado de Santa Catarina, UDESC: Florianópolis, 2007.

BENKTZON, M. lYY3 'Designing for our future selves: the Swedish experience'. **Applied Ergonomics** 24. 10-27

BERNARDO, P., PEPECE, O.M.C. Moda para a terceira idade: a roupa adequada para cada ocasião. **Revista Projética**, vol.5, n.1. – Especial Ensino de Design, 2014. 57-74pp.

BERZINS, M.A.V.S, GIACOMIN, K.C., CAMARANO, A.A. A Assistência social na Política nacional do Idoso. Alcântara, A.O, Camarano, A.A., Giacomin, K.C. **Política Nacional do Idoso:** velhas e novas questões. Rio de Janeiro, 2016. 107 – 133 pp.

BIRREN, J.E., & CUNNINGHAM, W. (1985). Research on the psychology of aging: Principles, concepts and theory. In J.E. Birren & K.W. Schaie (Eds.), **Handbook of the psychology of aging** (pp. 3–34, 2nd ed.). New York: Van Nostrand Reinhold.

Bischoff, H. et al. Identifying a cut-off point for normalmobility: a comparison of the timed'up and go' test in community-dwellingand institutionalised elderly women. **Age and Aging**, vol. 32, n,3. 2003. 315-320pp.

BLAZER, How Do You Feel About...? Health Outcome in Late Life and Self-Perceptions of Health and Well-Being. **The gerontological Society**, 2008.

BORDEN, L. From program participant to engaged citizen: a developmental journey. **Journal of Community Psychology**, vol.37, n.4. 2009. 423-438pp.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília : Senado Federal, Coordenação de Edições Técnicas, 1988;

BRASIL. Ministério da Saúde. **Ministério Recomenda: é preciso envelhecer com saúde.** http://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/25924-ministerio-recomenda-e-preciso-envelhecer-com-saude2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa**. Portaria no. 2.528. 19 de outubro de 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção à Saúde – Departamento de Atenção Básica. **Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde**. Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN. Série G. Estatística e Informação, Brasília: Ministério da Saúde, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças não Transmissíveis. **Vigitel Brasil 2018**: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico : estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2018 / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças não Transmissíveis. – Brasília: Ministério da Saúde, 2019.132.:

BRASIL. Ministério da Saúde. **Só o IMC não diz como você está**. Brasília, 2017. Disponível em: http://www.saude.gov.br/component/content/article/804-imc/40508-so-o-imc-nao-diz-como-voce-esta

BRASIL. **Plano Nacional do Idoso**, Lei nº 8.842. Brasília,1994.

BRETAS, V. Quem são e como vivem os idosos do Brasil. **Revista Exame (online).** 2015. https://exame.abril.com.br/brasil/quem-sao-e-como-vivem-os-idosos-do-brasil/

BRIGATTO, A. C. et al. A interação da biomecânica e ergonomia no design de moda para a terceira idade. In: 3º Ergotrip Design, 2014, Natal. **Anais...** Ergotrip Design 2014. Natal: UFRN, 2014.

BRITO, Tábatta Renata Pereira de et al. Redes sociais e funcionalidade em pessoas idosas: evidências do estudo Saúde, Bem-Estar e Envelhecimento (SABE). **Rev. bras. epidemiol**., São Paulo, v. 21, supl. 2, e180003, 2018 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2018000300400&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 25 out. 2019.

BUNT, S., STEVERINK, N., OLTHOF, J., VAN DER SCHANS, C. P., & HOBBELEN, J. (2017). Social frailty in older adults: a scoping review. **European journal of ageing**, 14(3), 323–334.

BURNES, D., SHEPPARD, C., HENDERSON, C. R., JR, WASSEL, M., COPE, R., BARBER, C., & PILLEMER, K. Interventions to Reduce Ageism Against Older Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. **American journal of public health**, 109(8), e1–e9, 2019.

BUSSE, E. W. (1969). Theories of aging. In E. W. Busse & E. Pfeiffer (Eds.), **Behavior and adaptation in late life.** Boston, MA: Little, Brown

BUSSE, EWALD W. General Theories of Aging. Copeland, J.R.M.; Abou-Saleh, M.T.; Blazer, D.G. (Edts.) Principles and Practice of Geriatric Psychiatry. John Wiley & Sons: 2002. 19-22 pp.

CALDEIRA, M.C.S. Narrativas sobre velhice e infância: uma análise do filme Up: Altas Aventuras. **Educação Unisinos**, vol.19, n.03. 2014. 409-416pp.

CAMARA, F.M. et al. Capacidade funcional do idoso: formas de avaliação e tendências. **Acta Fisiátr**. Vol.15, n.4, 2008: 249-256

CAMARANO, A. A.; PASINATO, M. T."O envelhecimento populacional na agenda das políticas públicas". In: CAMARANO, A. A. (Org.). **Os novos idosos brasileiros**: muito além dos 60? Rio de Janeiro: IPEA, 2004.

CAMPOS, M.B. Projeção de níveis e padrões de fecundidade no Brasil. Ervatti, L.R. Borges, G.M., Jardim, A.P. (Orgs) Mudança demográfica no Brasil no início do Século XXI. IBGE, Rio de Janeiro: 2015. 10 – 30 pp.

CAMPOS, P.C. Os meios de comunicação social e o "empoderamento" da Terceira Idade. **A Terceira Idade** – Estudos sobre o Envelhecimento, Vol. 21, N. 48. Julho, 2010. Sesc – SP. 2010. 20 – 28 p.

CANCELA, D.M.G. O processo de envelhecimento. **Psicologia.com – Online**. Porto, 2007. Disponível em: < http://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0097.pdf>. Acesso em: 01 jul 2015.

CAPORRINO, F.A. et al. Estudo populacional da força de preensão palmar com o dinamômetro Jamar. Revista Brasileira de Ortopedia, vol. 33, no. 2, 1998. 150-154pp.

CARITA, A. ESTEVES, C. Do que falamos quando façamos de classe média? Caderno Economia, **Expresso.pt** (Online), 2017. Disponível em: < https://expresso.pt/economia/2017-05-14-De-que-falamos-quando-falamos-de-classe-media->

CARPENTER, S. M., & YOON, C. (2011). Aging and consumer decision making. **Annals** of the New York Academy of Sciences, 1235(1), E1–E12.

CARSTENSEN, LL. ISAACOWITZ, D.M., CHARLES, S.T. Taking time seriously. A theory of socioemotional selectivity. **Am. Psychol**., vol. 54, n. 3, 1999. 165-181 pp.

CARVALHO, J. SOARES, J.M.C. Envelhecimento e força muscular: breve revisão. In. **Revista Port. Ciência Desporto**, 4(3), 79-93p., 2004. Disponível em: < http://www.personalclub.com.br/images/upload/Envelhecimento_e_forca_muscular.pdf>. Acesso em: 12 ago 2015.

CASTANHEIRA, N.P. **Estatística aplicada a todos os níveis.** 4ª. edição. Curitiba: IBPEX, 2008.

CASTRO, G. S. O idadismo como viés cultural: refletindo sobre a produção de sentidos para a velhice em nossos dias. **Galaxia** (São Paulo, Online), n. 31, p. 79-91, abr. 2016. http://dx.doi.org/10.1590/1982-25542016120675

CAVANAUGH, J.C.; BLANCHARD-FIELDS, F. **Adult Development and Aging**. 5th Edition. Wadsworth, Thomson Learning, 2006.

CENTRO INTERNACIONAL DE LONGEVIDADE BRASIL. ILC-Brasil. **Envelhecimento Ativo**: um marco político em resposta à Revolução da Longevidade. Rio de Janeiro. Recurso Online, 2015.

CHARLES, ST.; CARSTENSEN, LL. Social and emotional aging. **Annual Rev Psychol.** 2010; 61:383-409.

CHERNAVSKY, E. Os índices de confiança ajudam a elaborar previsões econômicas confiáveis? – 2383. Texto para discussão / **Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada** - Brasília: Rio de Janeiro : Ipea, 2018.

CIELO, P.F.L.D.; VAZ, E.R.C. A legislação Brasileira e o idoso. **Revista CEPPG**, n.21 (2):2009. 33-46p.

ÇIVITI, S. An ergonomic garment design for elderly Turkish men. **Applied Ergonomics** , n. 35, 2004 243–251 pp.

COHEN, A.S. About – Advanced Style (Online). Blog Advanced Style. https://www.advanced.style/about

COLE C.A, BALASUBRAMANIAN, S.K. Age Differences in Consumers' Search for Information: Public Policy Implications, Journal of Consumer Research, Volume 20, Issue 1, June 1993, Pages 157–169, https://doi.org/10.1086/209341

COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL (CGI). Pesquisa sobre o uso das tecnologias de Informação e Comunicação dos Domicílios Brasileiros – TIC Domicílios 2017. São Paulo 2018.

CORREA, M.R. Uma Cartografia do envelhecimento na contemporaneidade: A velhice e a terceira idade. Dissertação de Mestrado em Psicologia e Sociedade, UNESP, Assis, 2007.

CÔRTE, B. Com que roupa vou envelhecer? Estudos sobre Envelhecimento, Volume 28, Número 70. SESC, SP: 2018; 8-23-pp; https://www.sescsp.org.br/files/artigo/cf14fbb2/7391/43f2/a178/10edb7c666d2.pdf

COTO, M. et al. Social Media and Elderly People: research Trends. Springer International Publishing AG 2017G. Meiselwitz (Ed.): SCSM 2017, Part II, LNCS 10283, pp. 65–81, 2017;

COTTEN, SR. et al. Internet use and depression among retired older adults in the United States: a longitudinal analysis. J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci. 2014 Sep;69(5):763-71

COUGHLIN, J.F. The Longevity Economy: Unlocking the World's Fastest-Growing, Most Misunderstood Market. New York, NY: PublicAffairs, 2017.

Cowgill DO. A theory of aging in cross-cultural perspective. In: Cowgill DO, Holmes LD, editors. Ageing and Modernization.Appleton-Century-Crofts; New York, NY: 1972;

CRUZ-JENTOFT, A.J., MORLEY, J.E. **Sarcopenia**. Willey-Blackwell, 2012.

DALLAS MJ, WHITE LW. Clothing fasteners for women witharthritis. **Am J Occup Ther**, vol. 36, 1982. 515–518pp.

DAVINI, R, NUNES, C.V. Alterações no sistema neuromuscular decorrentes do envelhecimento e o papel do exercício físico na manutenção da força muscular em indivíduos idosos. In. Revista Brasileira de Fisioterapia, vol 7, nº. 03, 201-207p., 2003. Disponível em: <http://www.rbf-bjpt.org.br/article/51829c641ef1fa2b10000072>;. Acesso em 23 jul 2015.

DEBERT, G.G. O Idoso na Mídia. Reportagens Com Ciencia. 2002. http://comciencia.br/dossies-1-72/reportagens/envelhecimento/texto/env12.htm

Dias, J. et al. Força de preensão palmar: métodos de avaliação e fatores que influenciam a medida. Revista Brasileira Cineantropom Desempenho Humano, vol. 12, n.3, 2010. 209-216 pp.

DINIS, R. Ganho 2 mil euros, sou classe média? E eu que ganho 800? Nem os partidos sabem. Caderno Política, Observador.pt, 2016. Disponível em: < https://observador.pt/2016/09/18/ganho-2-mil-euros-sou-classe-media-e-eu-que-ganho-800-nem-os-partidos-sabem/>

DINIZ, R. A importância da estatística para a pesquisa em Design: algumas recomendações. **Arcos Design**, vol. 7m n.1, Rio de Janeiro, 2013. 157-177pp.

DOHERTY, T.J. Invited review: Aging and Sacorpenia. In: Journal Appl. Physiology, 95(4), 1717-27p., out 1985. Disponível em: < http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12970377>. Acesso em: 24 jul 2015.

DUARTE, Y.A.O; Andrade, C.L.; Lebrão. M.L. O Índex de Katz na avaliação da funcionalidade dos idosos. Rec. Esc. Enferm. USP, vo. 41, n.2, 2007. 317-125pp.)

ERFURT, J., PEPPES, A. PURDY, M. Institute for High Perfomance. The seven myths of Population Aging: how companies and Governments can turn the "Silver Econmomy" into an Advantage, 2012

ESPIN-TELLO, S.M. et al., Functional capacity and self-esteem of people with Cerebral Palsy. The American Journal of Occupational Therapy, vol. 72, 2018.

EUROSTAT 2018; KEY FIGURES ON EUROPE, STATISTICS ILLUSTRATED, 2018 EDITION https://ec.europa.eu/eurostat/documents/3217494/9309359/KS-EI-18-001-EN-N.pdf/0b8d8b94-541d-4d0c-b6a4-31a1f9939a75

EYTAN, D. At the age of 98 Iris Apfel joins modeling Agency IMG. Forbes, Online, 2019. https://www.forbes.com/sites/declaneytan/2019/01/31/at-the-age-of-97-iris-apfel-joins-modelling-agency-img/#52cc04db7254

FALEIROS, V.P. A política nacional do idoso em questão: Passos e impasses na efetivação da cidadania. Alcântara, A.O, Camarano, A.A., Giacomin, K.C. Política Nacional do Idoso: velhas e novas questões. Rio de Janeiro, 2016. 537 – 568pp;

FERREIRA, A.P. TEIXEIRA, S.M. Direitos da pessoa idosa: desafios a sua efetivação na sociedade brasileira. In Argumentum, vol. 06, n.1, p. 160-173. (2014)

FERREIRA, M.C. Idosos Internautas: a influência das redes sociais e virtuais na qualidade de vida e relacionamentos familiares e sociais. Dissertação de mestrado apresentada à Universidade Federal de Viçosa, 2017

Fess EE. Grip strength. In: Casanova JS, editor. Clinical 22.assessment recommendations. 2nd ed. Chicago: Ame-rican Society of Hand Therapists; 1992. p. 41–45

Figuereido, I.M. et al. Teste de força de preensão utilizando o dinamômetro Jamar. Acta Fisiatr, vol. 14, no. 2, 2003. 104-110.

FISKE, S.T. Prejudices in Cultural Contexts: Shared Stereotypes (Gender, Age) Versus Variable Stereotypes (Race, Ethnicity, Religion), vol. 12, n.5, 2017, 791-799pp

FOLHA DE SÃO PAULO – online. Faltam produtos adequados à terceira idade, diz consumidor em pesquisa. Folha de São Paulo - online, São Paulo, 2014. Disponível em: <http://www1.folha.uol.com.br/mercado/2014/09/1509438-faltam-produtos-adequados-a-terceira-idade-diz-consumidor-em-pesquisa.shtml>. Acesso em: 25 jul 2015.

FONTELLES, M.J. et al. Metodologia da pesquisa científica: diretrizes para a elaboração de um protocolo de pesquisa. Rev. Paraense de Medicina., Vol 23, n. 3, 2009.

FOUCAULT, M. A arqueologia do saber. 7. Ed., Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2007

FOUCAULT, M. O sujeito e o poder. In P. Rabinow & H. Dreyfus. **Michel Foucault: Uma trajetória filosófica**. Rio de Janeiro: Forense, 1995. 231-249pp.

FREITAS, A.R.T. Instisfação Corporal e Depressão em jovens adultos e idosos. Dissertação de mestrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Porto, 2018.

FROZZA, F. BADDIE WINKLE, 89, visita o Rio e realiza lista de desejos antes de morrer. Glamour online. 2017. Disponível em: https://revistaglamour.globo.com/Lifestyle/Must-Share/noticia/2017/10/baddie-winkle-89-visita-o-rio-e-realiza-lista-de-desejos-antes-de-morrer.html

Fundação Getúlio Vargas, FGV Social. Centro de políticas sociais. Onde estão os idosos? Conhecimento contra o COVID-19. Mapa interativo online, 2020. Disponível em: < https://cps.fgv.br/covidage>. Acesso em 29 de março, 2020.

FUNDAÇÃO GETULIO VARGAS. FGV. Metodologia da sondagem do consumidor. Rio de Janeiro: Ibre/FGV, set. 2012

FUNDO DE POPULAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (UNFPA). Situação da população mundial 2019. UNFPA 2019.

GABINETE DE ESTRATÉGIA E PLANEJAMENTO. GBP.Relatório de Portugal. Comissão Económica das Nações Unidas para a Europa – UNECE. Portugal, 2017. Disponível em:< https://www.unece.org/fileadmin/DAM/pau/age/country_rpts/2017/POR_report_POR.pdf>

Geraldes AAR, Oliveira ARM, Albuquerque RB, Carvalho JM, Farinatti PTV et al. A força de preensão manual é boa preditora do desempenho funcional dos idosos frágeis: um estudo correlacional múltiplo. Rev Bras Med Esporte, vol. 14, n, 1, 2008; 12-6 pp.

GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. São Paulo: Atlas, 2002.

Glidden, Rosina Forteski et al. A participação de idosos em grupos de terceira idade e sua relação com satisfação com suporte social e otimismo. Bol. - Acad. Paul. Psicol., São Paulo , v. 39, n. 97, p. 261-275, dez. 2019 .

Global Burden of Disease 2017 (GBD) (IHME, 2017 - http://ghdx.healthdata.org/gbd-2017

GORMAN, M. Development and the rights of older people. In: Randel J, et al. (eds.). The ageing and development report: poverty, independence and the world's older people. London, Earthscan Publications Ltd.,1999:3-21. 1999.

GOUVEIA, O.M.R. MATOS, A.D., SCHOUTEN, M.J. Redes sociais e qualidade de vida de idosos: uma revisão e análise crítica da literatura. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro, 2016; 19(6): 1030-1040;

GRAVE, M. F. A modelagem sob a ótica da Ergonomia. São Paulo: Zennex Publishing, 2004.

HARADA, C. N., NATELSON LOVE, M. C., & TRIEBEL, K. L. (2013). Normal cognitive aging. Clinics in geriatric medicine, 29(4), 737–752. doi:10.1016/j.cger.2013.07.002

HELMINEN, P. Disabled persons as lead users for Silver Market Customers. Integration of the Elderlyin the Design Process. In Kohlbacher, F., Herstatt, C. **The Silver Market Phenomenon**: Marketing and Innovation in the Aging Society. 2a. edição, Brelin: Springer, 2011. 27 - 44pp;.

HERNÁNDEZ, N. Tailoring: The unique figure. Research Report 30. Departament of Home Economics Goteborg University, Gotternberg, Sweden, 2000. Disponível em: <https://gupea.ub.gu.se/bitstream/2077/32796/1/gupea_2077_32796_1.pdf > . Acesso em: 15 ago 2015.

Hype 60+. Tsunami 60+, 2018. Disponível em: http://tsunami60mais.com.br/index.html

icolli, T.S. Sarcopenia e envelhecimento. Fisioter. Mov. Curitiba, vol.24, n.3, 2011. 455-462pp.

IMAGINARIO, C. et al . Associação entre estado cognitivo e autoestima global em idosos institucionalizados: será a condição de saúde um mediador?. Rev. bras. geriatr. gerontol., Rio de Janeiro , v. 21, n. 4, p. 456-463, Aug. 2018 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232018000400456&lng=en&nrm=iso>. access on 06 Nov. 2019. http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562018021.170191.

INEC – Índice Nacional de Expectativa do consumidor. Ano 21, n.03, 2019

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA . IBGE. Agência. Expectativa de vida do brasileiro sobe para 76 anos; mortalidade infantil cai Tábuas Completas de mortalidade, ONLINE, https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/23206-expectativa-de-vida-do-brasileiro-sobe-para-76-anos-mortalidade-infantil-cai (2018b)

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA .IBGE 2015

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Agência IBGE (online). Projeção da População 2018: número de habitantes do país deve parar de crescer em 2047. https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/21837-projecao-da-populacao-2018-numero-de-habitantes-do-pais-deve-parar-de-crescer-em-2047 (2018a)

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. IBGE, 2018c - https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/22870-cresce-proporcao-de-mulheres-que-tiveram-filhos-apos-os-30-anos

INSTITUTO NACIONAL DE ESTÁTISTICA. INE. Tábuas de Mortalidade para Portugal 2016-2018. Destaque – Informação à comunicação social. 32 de maio de 2019, 2019b.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTÁTISTICA. INE. Anuário estatístico Portugal, 2019a.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTÁTISTICA. INE. Projeções de População Residente. Destaque – Informação à comunicação social. 29 março de 2017.

IRVING, P. Aging Populations: a blessing for business. Forbes (online), 2018. Disponível em: https://www.forbes.com/sites/nextavenue/2018/02/23/aging-populations-a-blessing-for-business/#4d60e057a77a

JARDIM, F.S.; MEDEIROS, V.C.; BARTOLOMEU, B.. Um olhar sobre o processo do envelhecimento: a percepção de idosos sobre a velhice. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, vol. 9, núm. 2, 2006, pp. 25-34Universidade do Estado do Rio de JaneiroRio de Janeiro, Brasil.

JOHN, D.R. COLE, C.A. Age Differences in Information Processing: Understanding Deficits in Young and Elderly Consumers, Journal of Consumer Research, Volume 13, Issue 3, December 1986, Pages 297–31.

Joia, L.C. & Ruiz, T. Satisfação com a Vida na Percepção dos Idosos. Revista KairósGerontologia,16(6), pp.79-102. Online. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP, 2013.

JUSTO, J.S., ROZENDO, A.S. A velhice no Estatuto do Idoso. Estud. pesqui. psicol. [online]. 2010, vol.10, n.2, pp. 471-489. ISSN 1808-4281.

KAPANDJI, I. A. Fisiologia Articular: esquemas comentados de mecânica humana. 5ª ed. São Paulo: Manole, 2004. (volume 1).

KATZ S, CHINN AB. Multidisciplinary studies of illness in agedpersons II: a new classification of functional status in Activitiesof Daily Living. J Chronic Dis. 1959;9(1):55-62

KATZ S, DOWNS TD, CASH HR, GROTZ RC. Progress in developmentof the index of ADL. Gerontologist.1970;10(1):20-30

KATZ S, FORD AB, MOSKOWITZ RW, JACKSON BA, JAFFE MW. Studies of Illness in the Aged: The Index of ADL: A Standardized Measure of Biological and Psychosocial Function. JAMA. 1963;185(12):914–919. doi:10.1001/jama.1963.03060120024016

KLIPPEL, R. E., & SWEENEY, T. W. (1974). The Use of Information Sources by the Aged Consumer. The Gerontologist, 14(2), 163–166. doi:10.1093/geront/14.2.163

KOHLBACHER, F. et al. Product development for the silver Market. In Kohlbacher, F., Herstatt, C. **The Silver Market Phenomenon**: Marketing and Innovation in the Aging Society. 2a. edição, Brelin: Springer. 03 – 10 pp.

KOMAN, T. Baddie Winkle: All the College kids just want me to be their Grandma. Cosmopolitan online. 2015. https://www.cosmopolitan.com/entertainment/celebs/a39902/baddie-winkle-internets-most-fascinating/

KOTTER-GRÜHN, D., HESS, T. M. (2012). The impact of age stereotypes on self-perceptions of aging across the adult lifespan. The journals of gerontology. Series B, Psychological sciences and social sciences, 67(5), 563–571. doi:10.1093/geronb/gbr153

KUCHEMANN, Berlindes Astrid. Envelhecimento populacional, cuidado e cidadania: velhos dilemas e novos desafios. Soc. estado., Brasília , v. 27, n. 1, p. 165-180, Apr. 2012 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-69922012000100010&lng=en&nrm=iso>. access on 26 Oct. 2019. http://dx.doi.org/10.1590/S0102-69922012000100010.

LASLETT, P. (1987) The Emergence of the Third Age. Ageing & Society, vol. 7(2): 13 3-160pp.

Leonardt, M.H. et al., Fatores associados à diminuição de força de preensão manual em idosos longevos. Revista da Escola de Enfermagem da USP, vol.48, no.6, 1006-12 pp. São Paulo, 2014.

Leonardt, M.H. et al., Força de preensão manual e atividade física em idosos fragilizados. Revista da Escola de Enfermagem da USP, vol.50, no.1, 86-92 pp. São Paulo, 2016.

LESZKO, M. Book Review: The Longevity Economy: Unlocking the World's Fastest-Growing, Most Misunderstood Market. New York. Medical Sociology – Frontiers in Sociology, vol. 03, n.31, 2018.

LINO, Valéria Teresa Saraiva et al. Adaptação transcultural da Escala de Independência em Atividades da Vida Diária (Escala de Katz). Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro , v. 24, n. 1, p. 103-112, Jan. 2008 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2008000100010&lng=en&nrm=iso>. access on 06 Nov. 2019. http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2008000100010.

LOBO A., DE LA CÁMARA C., GRACIA-GARCÍA P. (2016) Sociology of Aging. In: CHIU H., SHULMAN K. (eds) Mental Health and Illness of the Elderly. Mental Health and Illness Worldwide. Springer, Singapore

LOPES, D.; COUTINHO, F.G.A., PÉPECE, O.M.C. Os significados da moda para mulheres na terceira idade. Anais... VI Encontro Nacional de Estudos do Consumo. II Encontro Luso-Brasileiro de Estudos do Consumo. Vida Sustentável: práticas cotidianas de consumo. Rio de Janeiro, 2012.

LUMPKIN, J.R. The effect of retirement versus age on the shopping orientations of the older consumer. The Gerontologist, vol. 24, no. 06, 1984. 622-627 p.

MACHADO, S.S.L. Pessoas Idosas responsáveis por Domicilios Familiares e novas faces da velhice, em Belém-PA. Congresso Social da Amazônia. Anais... (4:2005, PA). Centro de convenções do Centur – Belém, PA.

MARIN, B. Você conhece os consumidores maduros? Hype60+ (Online). 2018. http://hype60mais.com.br/voce-conhece-esse-consumidor/#home

MARKTEST. Classe Social Alta e Média em Portugal, 2002. Disponível em: <https://www.marktest.com/wap/a/n/id~d4.aspx>

MARTINS, Suzana. Ergonomia e moda: repensando a segunda pele. In PIRES, Doroteia Baduy (org.). Design de Moda: Olhares Diversos. SP: Estação das letras e cores, 2008.

MARTINS, S. B. Ergonomia e Moda: repensando a segunda pele. In PIRES, D. B. Design de Moda: Olhares Diversos. Barueri, SP; Estação das Letras e Cores Editora, 2008.

MARX, Karl. O Capital: Crítica da Economia Política. Vol. I e II, col. "Os Economistas", 3. Ed. São Paulo: Nova Cultural 1988

MATA, R.; JOSEF, A.K.; LEMAIRE, P. Chapter 6 – Adaptive decision making and aging. Hess, T.M.; Strough, J.; Lockenhoff, E. (eds.) Aging and Decision Making -Empirical and Applied Perspectives. Academic Press, 2015. 105-126 pp.

MATHIOWETZ, G.V., WEBER, K.K. Adult norms for the bos and block test of manual dexterity, V.136, n,7, 1979. 887-894pp.

MATSUDO, S.M.M. Envelhecimento & Atividade Física. Londrina: Midigrag, 2001

MCKINSEY & COMPANY. **Urban world: the global consumer to watch** – Executive Summary. 2016. Disponível em: https://www.mckinsey.com/global-themes/urbanization/urban-world-the-global-consumers-to-watch/~/media/57c6ad7f7f1b44a6bd2e24f0777b4cd6.ashx

MEADOW, H.L., COSMAS, S.C., PLOTKIN, A (1981) ,"The Elderly Consumer: Past, Present, and Future", in NA - Advances in Consumer Research Volume 08, eds. Kent B. Monroe, Ann Abor, MI : Association for Consumer Research, Pages: 742-747

MEINANDER H, VARHEENMAA M. Clothing and textiles for disabled and elderly people. VTT Research Notes 2143, 2002.

MENEGUCCI, F., SANTOS FILHO, A.G. Proteção e conforto: a relação entre os tecidos e o design ergonômico do vestuário para idoso. In: 9º Congresso Brasileiro de Pesquisa e Desenvolvimento em Design, São Paulo, 2010. Anais... 9º Congresso Brasileiro de Pesquisa e Desenvolvimento em Design, São Paulo, 2010;

MICHELIN et al. O Mercado de consumo e a terceira idade. Anais… XV Semana de Gerontologia e Simpósio Internacional de Gerontologia SocialPrograma de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia da PUC-SP, 2015. 181-185 pp. Disponível em: https://www.pucsp.br/semanagerontologia/anais.html

MICHELIN, A.G.S. O Estado da Arte sobre o mercado de consumo para a terceira idade no Brasil. Dissertação de Mestrado, Programa de Estudos Pós-Graduação em Gerontologia da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, PUC-SP, 2017. Disponível em: https://tede.pucsp.br/bitstream/handle/20575/2/Ana%20Gabriela%20Sturzenegger%20Michelin.pdf

MINAYO, M.C.S., Coimbra Jr., C.E.A. Entre a Liberdade e a Dependência: reflexões sobre o fenômeno social do envelhecimento (Introdução). Minayo, M.C.S, Coimbra Jr., C.E.A (Orgs.). Antropologia, saúde e envelhecimento. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2002.

MIRANDA, D. Preconceitos e estereótipos dirigidos ao idoso. A Terceira Idade – Estudos sobre o envelhecimento, Vol. 22, n.5. Sesc, 2011. Editorial. https://www.sescsp.org.br/online/artigo/6429_PRECONCEITOS+E+ESTEREOTIPOS+DIRIGIDOS+AO+IDOSO

MISSIER, F., MANTYLA, T.; NILSSON, L. Chapter 7 – Aging, memory and decision making. Hess, T.M.; Strough, J.; Lockenhoff, E. (eds.) **Aging and Decision Making Empirical and Applied Perspectives.** Academic Press, 2015. 127 - 148 pp.

MONTEIRO, D.M.R.(2006). Afetividade e intimidade. In: Freitas, E.V.,Py, L.,Cançado, F.A.X.,Doll, J.& Gorzoni, M.L. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. Rio de Janeiro(RJ):Guanabara Koogan

MOODY, H.R. Overview: What is critical gerontology and why is it important? In COLE, T.R. et al. (eds), **Voices and visions of aging: toward a critical Gerontology.** Springer Publishing Company, 1993.

MORAGAS, R.M. **Gerontologia Social:** Envelhecimento e qualidade de vida. 3ª ed. São Paulo: Paulinas, 2010.

MOREIRA, A.J. et al. Composição corporal de idosos segundo a antropometria. **Rev. Bras. Geriat. Geriontol**., vol 12, n.2. 2009. 201-213pp.

MOREIRA, E. **Ciência com Consciência**. 2ª ed. Rio de Janeiro: Berhand, 1998.

MORRIS S, MORRIS ME, IANSEK R. Reliability of measurements obtained with the Timed "Up & Go" test in people with Parkinson disease. **Phys Ther.** 2001;81(2):810-8.

MURMAN, D.L. The impact of Age on Cognition. Semin Hear 36(3): 111-121. 2015.

NATIONAL INSTITUTE ON AGING – NIA. NATIONAL INSTITUTE OF HEALTH. Why Population Aging Matters: A global perspective. NIA – USA. 2007.

NATIONAL MULTIPLE SCLEROSIS SOCIETY. Administration and Scoring Manual. 2001.

NECHAMKIN, S. Life advice from 88-year-old Instagram Star Baddiewinkle. The CUT (online). New York, 2017. https://www.thecut.com/2017/07/baddiewinkles-guide-to-life-an-interview-with-baddiewinkle.html

NERI, A.L. Psicologia do Envelhecimento: Uma área emergente. In: NERI, A.L.(Org). Psicologia do envelhecimento: temas selecionados na perspectiva de curso de vida. Campinas, SP: Papirus, 1995 (Coleção Viva Idade).

NERI, A.L. Qualidade de Vida no Adulto Maduro: Interpretações e evidências de Pesquisa. In Neri, A.L. (Org) Qualidade de vida e idade madura. Campinas, SP: Papirus, 1993

NEUGARTEN, B. L. AND HAGESTAD, G. O. (1978), "Age and The Life Course," in Handbook of Aging and the Social Sciences, eds. R. Binstock and E. Shanas, New York: Van Nostrand Reinhold Company, pp. 35-55.

NEUGARTEN, B.L. Time, age and the life cycle. The American Journal of Psychiat

NEVES, 2015. Dissertação de Mestrado.

NEVES, E.P; BRIGATTO, A.C.; PASCHOARELLI, L.C. Fashion and Ergonomic Design: Aspects that Influence the Perception of Clothing Usability. Procedia Manufacturing -- 6th International Conference on Applied Human Factors and Ergonomics (AHFE 2015) and the Affiliated Conferences, AHFE 2015; Volume 3, 2015b, Pages 6133-6139

NEVES, E.P. et al. Biomechanics and Fashion: Contributions for the design of clothing for the elderly. In **Procedia** Manufacturing, 6TH International Conference on Applied Human factors and Ergonomics (AHFE 2015) and the Affiliated Conferences, Las Vegas, EUA. Published by Elsevier B.V., 2015a

NICACIO, A., PEREZ, F. O poder da terceira idade – Isto É (online), Seu bolso. Edição no. 2601, 2012. Disponível em: https://istoe.com.br/197740_O+PODER+DA+TERCEIRA+IDADE/

NICKPOUR, F. DONG, H. Designing Antropometrics! Requirements Capture for Physical Ergonomic Data for Designers. In: The Design Journal: An International Journal for All aspects of Design, 14:1, 92-11, London: 2015

NORTHCOTT, H. C. (1975). Too Young, Too Old--Age in the World of Television. The Gerontologist, 15(2), 184–186. doi:10.1093/geront/15.2.184

TWIGG, J. Clothing, age and the body: A critical review. **Ageing and Society**, vol. 27, 2006. 285-305pp.

OLIVEIRA, E.N. et al. Força de preensão manual como indicados de funcionalidade em idosos. Revista Pesquisa em Fisioterapia, vol.7, n.3, 2017. 384-392pp.

OLIVEIRA, F.B. Força de preensão palmar em idosos institucionalizados siiiiii

OLIVEIRA, J.L. Tópicos especiais em serviço social I: gerontologia social. Canoas: Ed. ULBRA, 2011

OLIVEIRA, L.R., MORAES, S.L. Terceira idade com estilo: a consultoria de imagem ao envelhecer. Rev. Belas Artes, n. 23, 2017.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. ONU. A ONU e as pessoas idosas. 201-. Disponível em: https://nacoesunidas.org/acao/pessoas-idosas/;

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. ONU. Department of Econoic and Social Affairs. World Population Prospects 2019 – Highlights.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. ONU. Plano de Ação Internacional de Viena sobre o Envelhecimento. Viena, 1982.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. OMS (WHO). The world health report 1998 – Life in the 21st century: a vision for all. WHO, Switzerland, 1998. Disponível em: <http://www.who.int/whr/1998/en/whr98_en.pdf>. Acesso em: 11 ago 2015.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. WORLD HEALTH ORGANIZATION (OMS/WHO). Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Genebra, 2015b.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. WORLD HEALTH ORGANIZATION (OMS/WHO). Resumo: Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde. Genebra, 2015a.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. WORLD HEALTH ORGANIZATION (OMS/WHO). Envelhecimento ativo: uma política de saúde. World Health Organization, Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. WORLD HEALTH ORGANIZATION (OMS/WHO). Ageing. Online, 2014 Disponível em: < http://www.who.int/topics/ageing/en/>. Acesso em: 17 ago 2015;

OSTLUND, B. Silver Age Innovators: A new Approach Old Users. In Kohlbacher, F., Herstatt, C. **The Silver Market Phenomenon**: Marketing and Innovation in the Aging Society. 2a. edição, Brelin: Springer. 15 – 26pp.

OXFORD, G. et al. —Adult norms for a commercial-ly available Nine Hole Peg Test for finger dexterity. **American Journal of Occupational Therapy**, 57,570–573.

PALMORE, E. (1999). **Ageism:** Negative and positive (2nd ed.). New York: Springer Publishing Company

PASCHOARELLI, L.C.; SILVA, J.C.P. Design ergonômico: uma revisão dos seus aspectos metodológicos. **Conexão** – Comunicação e Cultura (UCS), vol.5, n.10. 2006, 198-213pp.

PEIXOTO, C. Entre o estigma e a compaixão e os termos classificatórios: velho, velhote, idoso, terceira idade... In: BARROS MML (org). **Velhice ou terceira idade**? Estudos antropológicos sobre identidade, memória e política. Rio de Janeiro: Fundação Getúlio Vargas; 1998. p. 69-84

PEPPES, J. PURDY, A. **The Seven Myths of Population Aging**: how companies and governments can turn the "Silver Economy" into an Advantage. Accenture: Institute for High Performance, London, 2012. Disponível em: https://ec.europa.eu/research/innovation-union/pdf/active-healthy-ageing/accenture.pdf

PEREIRA, I.F.S.. SPYRIDES, M.H.C., ANDRADE, L.M.B. Estado nutricional de idosos no Brasil: uma abordagem multinível. Caderno Saúde Pública, vol.32, no. 05, 2016.

PEREIRA, M. E. (2002). **Psicologia social dos estereótipos. São Paulo**, SP: EPU

PEREIRA, NEVES, vista Kairós Gerontologia 14(1), ISSN 2176-901X, São Paulo, março 2011: 05-26.

PESSOA SC, VIEIRA DA, CAVALCANTI FID. A Internet: um espaço de sociabilidades pa-ra a terceira idade. Rev Gaúcha Enferm., Porto Alegre (RS) 2008 dez;29(4):654-8.a

PEW RESEARCH CENTER. Social Media Use in 2018. 2018. Disponível em: https://www.pewresearch.org/internet/2018/03/01/social-media-use-in-2018/

PEW RESEARCH CENTER. Tech Adoption Climbs among older adults. 2017. Disponível em: https://www.pewresearch.org/internet/wp-content/uploads/sites/9/2017/05/PI_2017.05.17_Older-Americans-Tech_FINAL.pdf

PINTO, J.A.G. Prevalência e determinantes da obesidade, gordura abdominal e risco cardiovascular numa amostra representativa de idosos Portugueses. Mestrado em Geociência, Ambiente e Ordenamento de Território. Faculdade de Ciência, Universidade do Porto, 2016.

PINTO, J.A.G. Prevalência e determinantes da obesidade, gordura abdominal e risco cardiovascular numa amostra representativa de idosos Portugueses. Mestrado em Geociência, Ambiente e Ordenamento de Território. Faculdade de Ciência, Universidade do Porto, 2016.

PODSIADLO, D., & RICHARDSON, S. (1991). The timed "up & go": A test of basic functionalmobility for frail elderly persons. Journal of the American Geriatrics Society, 39, 142-148

PONDAL, M. SER; TEODORO, DEL. Normative Data and Determinants for the Timed "Up and Go" Test in a Population-Based Sample of Elderly Individuals Without Gait Disturbances. Journal of Geriatric Physical Therapy, voo. 31, n.2, 2007. 57-63pp.

PONTAROLO, R.S. & Oliveira, R.C.S. (2008). Terceira Idade: uma breve discussão. Publicatio UEPG Ciências Humanas, Ciências Sociais Aplicadas, Linguística, Letras e Artes, 16(1),115-123

PORDATA, 2019. IDADE MÉDIA da mãe ao nascimento de um filho. https://www.pordata.pt/Portugal/Idade+média+da+mãe+ao+nascimento+de+um+filho-417

PORDATA, INE, 2018. TAXA DE FECUNDIDADE POR GRUPO ETÁRIO. https://www.pordata.pt/Portugal/Taxa+de+fecundidade+por+grupo+etário-415-2386

PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde.Programa Nacional para Prevenção e Controlo do Tabagismo 2017Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2017

PRADO, T.M.B. Proteção social à pessoa idosa no Brasil. In: BERZINS, M.; BORGES, M.C. (Org.). Políticas Públicas para um país que envelhece. São Paulo: Martinari, 2012

PREVIATO, H.D.R.A. Associação entre índice de massa corporal e circunferência da cintura em idosas, Ouro Preto, Minhas Gerais, Brasil. **Nutr. Clín. Diet. Hosp**., vol 34, no. 1, 2014. 25-30pp.

PREVIDELLI, A. Quem é classe média no Brasil? Brasil, Revista EXAME (Online), 2012. Disponível em: < https://exame.abril.com.br/brasil/afinal-quem-e-classe-media-no-brasil/2/>

QUARESMA, M.L.B. (2006). Envelhecimento: Questões de gênero. In: B. Corte,E.F. Mercadante, T.G. Arcun, Envelhecimento e velhice: um guia para a vida. (Vol.II; pp. 49-76). São Paulo: Vetor

QUORUM BRASIL. 3 a cada 10 brasileiros na 3ª indade conseguem guardar dinheiro (online), 2018. Disponível em: https://www.quorumbrasil.com/tag/terceira-idade/

REDAÇÃO – L'OFFICIEL. Aos 97 anos, Iris Apfel agora é da mesma agência de Gisele Bundchen. L'Officiel, 2019. https://www.revistalofficiel.com.br/pop-culture/aos-97-anos-iris-apfel-agora-e-da-mesma-agencia-de-gisele-bundchen

REITER, A.M., KANSKE, P., EPPINGER, B., LI, S. The aging of the social mind – differential effects on components of Social Understanding. Scientific Reports, 2017. - https://www.nature.com/articles/s41598-017-10669-4

REVISTA EXAME (online). Natura questiona padrões em nova campanha #velhapraisso, 2016. Disponível em: https://exame.abril.com.br/marketing/natura-questiona-padroes-em-nova-campanha-velhapraisso/

ROCHA, S.P.V. "Seja você mesmo": mídia, consumo e subjetividade. Revista Mal-Estar e Subjetividade, vol. XI (4), 2011, 1619 – 1638pp.

SALATA, A.R. Quem é classe média no Brasil? Um estudo sobre identidades de classe. Dados, vol. 38, n.01, Rio de Janeiro, 2015. 111-149.

SANTANA, C.DA S. & BELCHIOR, C.G. (2013, março). A velhice nastelas do cinema: um olhar sobre a mudança dos papéis ocupacionais dos idosos. Revista Kairós Gerontologia, 16(1), pp. 93-116. ISSN 1516-2567ISSNe2176-901X.São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP

SANTOS, D.M. Índice de massa corporal e indicadores antropométricos de adiposidade em idosos. **Revista de Saúde Pública**, vol.39, no. 2, 2005. 163-168pp.

SANTOS, D.M., SICHIERI, R. Índice de massa corporal e indicadores antropométricos de adiposidade em idosos. In. Revista Saúde Pública, 39(2): 163-8 p., USP: São Paulo, 2005. Disponível em: < http://www.scielosp.org/pdf/rsp/v39n2/24037.pdf>. Acesso em: 18 jul 2015.

SANTOS, J.L.G et al. Integração entre dados quantitativos e qualitativos em uma pesquisa de métodos mistos. Texto Contexto Enferm, 2017; 26(3)

SCHIEHLL, L.O. Autonomia a partir do desenvolvimento de vestuário inclusivo. In: 1º International Fashion and Design Crogress, 2012, Guimarães. Proceedings… 1º International Fashion and Design Congress. Guimarães: Universidade do Minho, 2012. p. 2648-2656.

SCHIEHLL, L.O.; SIMÕES, I.. MOREIRA DA SILVA, F. Vestir e Despir: Entrevistas sobre tipologias. Priceedings... !0o. Colóquio de Moda – 7a. Edição Internacional. !o. Congresso Brasileiro de Iniciação Científica em Design e Moda, Universidade de Caxias do Sul, UCS, RS. 2014.

SCHLÜSSEL, M. M.; ANJOS, L.A.; KAC, G. A dinamometria manual e seu uso na avaliação nutricional. Rev. Nutr. 2008; 21(2): 223-235

SCHMIDT-RUHLAND, K., KNIGGE, M. Integration of the Elderly in the Design Process. In Kohlbacher, F., Herstatt, C. **The Silver Market Phenomenon**: Marketing and Innovation in the Aging Society. 2a. edição, Brelin: Springer, 2011. 103 – 124pp.

SCHNEIDER, R.H., IRIGARAY, T.Q. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. Estudos em Psicologia, Vol. 25, n. 4, Campinas, 2008. 585. 593 pp.

SCHROOTS, J.J. Theoretical Developments in the Psychology of Aging. The Gerontologist. 36(6), 1996.742-748).

SEIDEL, D. et al. Design for independent living: activity demands and capabilities of older people. Ageing & Society, vol. 30, 2010. 1239-125500.

SERVIÇO BRASILEIRO DE APOIO ÀS MICRO E PEQUENAS EMPRESAS. SEBRAE. Como montar uma empresa de prestação de serviços para idosos. Ideias de negócios, 201-. Disponível em: <

http://www.sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/ideias/como-montar-uma-empresa-de-prestacao-de-servicos-para-idosos,f6687a51b9105410VgnVCM1000003b74010aRCRD>

SERVIÇO DE PROTEÇÃO AO CONSUMIDOR – SPC. Hábitos, comportamentos e expectativas da terceira idade. SPC – Meu bolso feliz. 2014. Disponível em: < http://pt.slideshare.net/spcbrasil/spc-brasil-analiseconsumoterceiraidade2014> . Acesso em 25 jul 2015.

SHIBATA, M. The untapped potential of the 'longevity economy". Generation Project – BBCWorklife, 2019. Disponível em: https://www.bbc.com/worklife/article/20190930-the-untapped-potential-of-the-longevity-economy

Shiffman, L.M. Effects of Aging on Adult Hand Function. The American Journal of Occupational Therapy. Vol. 46, 1992. 785-792pp.

SHIM, J. K.; LAY, B. S.; ZATSIORSKY, V. M.; LATASH, M. L. Age-related changes in finger coordination in static prehension tasks. Journal of Applied Physiology, Bethesda, v. 94, n. 03, p. 213 - 224, 2004.

Shumway-Cook, A., Brauer, S., & Woollacott, M. (2000). Predicting the probability forfalls in community-dwelling older adults using the timed up & go test. Physical Therapy,80(9), 896-903.

SILVA, C.R.O. Metodologia e organização do projeto de pesquisa: guia prático. Fortaleza, CE: Editora da UFC, 2004.

SILVA, M.E.V. "Se fosse tudo bem, a velhice era boa de enfrentar!": Racionalidades leigas sobre envelhecimento e velhice – um estudo no Norte de Portugal. Tese de doutorado em Sociologia, Universidade Aberta, Lisboa, 2006

SILVA, V.S. et al., Evolução e associação do IMC entre variáveis sociodemográficas e de condições de vida em idosos do Brasil: 2002/03 - 2008/09. **Ciência Saúde Coletiva**, vol.23, no. 3, 2018. 891-901pp.

SILVEIRA, D. Brasil ganha 10 milhões de internauras em 1 ano, aponta IBGE. Globo, G1, Tecnologia – Online. https://g1.globo.com/economia/tecnologia/noticia/2018/12/20/numero-de-internautas-cresce-em-cerca-de-10-milhoes-em-um-ano-no-brasil-aponta-ibge.ghtml

SILVESTRE, A.L. **Análise de Dados e Estatística Descritiva**. Lisboa: Escolar Editora, 2007.

SISVAN. Vigilância Alimentar e Nutricional. Orientações básicas para a coleta, o processamento, a análise de dados e a informação em serviços de saúde. Série A Normas e Manuais Técnicos. Ministério da Saúde, Brasília, 2004.

SLONGO, L.A. et al. A moda para a consumidora da terceira idade. Anais... XXXIII Encontro EnANPAD – Encontro da Associação Nacional de Pós-graduação. Pesquisa em Administração,Sã Paulo, 2009.

SOARES, M. M. Translating User Needs Into Product Design for Disabled People: a study of wheelchairs. Doctorate's Thesys. UK, Loughborough University, 1998.

SOARES, N. ; POLTRONIEIRI, C. F. ; COSTA, J. S. . Repercussões do envelhecimento populacional para as políticas sociais. Argumentum (Vitória) , v. 6, p. 133-152, 2014.

SOUZA, M.C.M. et al. A adiposidade central em idosas de uma unidade geronto-geriátrica. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, Vol.19, no. 5. Rio de Janeiro, 2016. 787-796pp.

SOUZA, R. et al. Avaliação antropométrica em idosos: estimativas de peso e altura e concordância entre classificações de IMC. **Res. Brasileira Geriatr. Gerontol**., vol 16, no. 1. Rio de Janeiro, 2013. 81-90pp.

SPIRDUSO, W.W, FRANCIS, K., MACRAE, P. Physical dimensions of aging. 2nd edition. USA: Human Kinetics,

STATISTA. Instagram: number of global users 2019 – 2022. 2019. Disponível em: https://www.statista.com/statistics/183585/instagram-number-of-global-users/ Statista. Instagram: Distribution of global audiences 2019, by age and gender. https://www.statista.com/statistics/248769/age-distribution-of-worldwide-instagram-users/

STEVERINK, N., & LINDENBERG, S. (2006). Which social needs are important for subjective well-being? What happens to them with aging? Psychology and Aging, 21(2), 281-290.

TETRA PAK. Pesquisa da Tetra Pak revela poder de consumo do público sênior. Brasil, 2018. Disponpivel em: https://www.tetrapak.com/br/about/newsarchive/pesquisa-da-tetra-pak-revela-poder-de-consumo-do-publico-senior

TETRA PAK. Whitepaper: Consumer Generations. Spending power of 'Seniors' to hit US$10tn by 2020: How the food and drink industry can attract the over 60s. Suiça, 2016. Disponível em: https://assets.tetrapak.com/static/documents/about/seniors-whitepaper.pdf

THE GERONTOLOGICAL SOCIETY OF AMERICA. Longevity Economics. Leveraging the Advantages of an Aging Society, 2018. Disponível em: https://www.geron.org/programs-services/alliances-and-multi-stakeholder-collaborations/longevity-economics

THORÉN, M. Systems approach to clothing for disabled users. Why is it difficult for disabled users to find suitable clothing. **Applied Ergonomics**, vol. 27, n.06, 1996. 89–396pp.

TINOCO, A.L.A. Sobrepeso e obesidade medidos pelo índice de massa corporal (IMC), circunferência da cintura (CC) e relação cintura/quadril (RCQ), de idosos de um município da Zona da Mata Mineira. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, vol. 9, núm. 2, 2006, pp. 63-73.

TRIVIÑOS, A. N. S. Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo: Atlas, 1987

TWIGG, J. Clothing, identity, embodiment and age. Textile-led Design for the Active Ageing Population, 2015.

TYMULA, A et al. Like cognitive function, decision making across the life span shows profound age-related changes. **Proc Natl Acad Sci U S A**. Oct 15;110(42):17143-8, 2013.

VALE, R.R.S.; PERNAMBUCO, C.S.; NOVAES, J.S.; DANTAS, E.H.M. Teste de autonomia funcional: vestir e tirar uma camiseta. In: **Revista brasileira de ciência & movimento**. Editora Universa, 2006. pp. 71-78

VALENTE, J**. Agência brasil Online**; Total de idosos no mercado de trabalho cresce; precariedade aumenta. Caderno Economia. Brasília, 2019.

VASCONCELOS, N.N.T. Velhos jovens: uma análise sobre a publicidade de moda e o envelhecer: estudo de caso: Iris Apfel. **Dissertação** (Mestrado em Educação, Arte e História da Cultura) – Universidade Presbiteriana Mackenzie, São Paulo, 2018.

VIANNA, C.; QUARESMA, M. Ergonomia: conforto têxtil no vestuário do idoso. In: 15º Ergodesign & Usihc, Recife, 2015. **Anais...** 15º Ergodesign & Usihc/Blucher Design Proceedings, vol. 2, num. 1, São Paulo: Blucher, 2015, p. 1662– 1670. (www.proceedings.blucher.com.br/article-details/ergonomia-conforto-txtil-no-vesturio-do-idoso-19118)

VIRTUOSO, J.F. et al. Força de preensão manual e aptidões físicas: um estudo preditivo com idosos ativos. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**., Vol.17, n. 04, Rio de Janeiro, 2014. 775-784pp.

WALKER, M., MESNARD, X. **What Do Mature Consumers Want?** ATKearney, 2010. Disponível em: https://www.atkearney.de/documents/856314/1214204/What_Do_Mature_Consumers_Want.pdf/2fab37a7-0c6a-4d9f-aba8-8cbd433f3920

WANG, Y., WU, D., ZHAO, M., & LI, J. (2014). Evaluation on an ergonomic design of functional clothing for wheelchair users. **Applied Ergonomics**, 45(3), 550–555.

WEBB E, BLANE D, MCMUNN A, NETUVELI G. Proximal predictors of change in quality of life at older ages. **J Epidemiol Community Health** 2011;65(6):542-7.

Werle, S. et al. Age-Gender-Specific Noermative data of grip and pinch Strenght in.a healthy adult Swiss Popularion., **Journal of hand Surgery** (European Volume), n.34, 2009, 76-85pp.

WHITBOURNE, S.K., WHITBOURNE, S.B. **Adult development and aging: biopsychosocial perspectives**, 4th Edition. Hoboken, NJ: Wiley, 2011.

WIRAGUNA, A.; SETIATI, S.. Correlation of handgrip strength with quality of life in elderly patients. **J.Phys.:** Conf. Ser. 1073, 2018.

WORLD ECONOMIC FORUM. **How 21st-Century Longevity can create markets and drive economic growth –** Global Agenda. Genebra, Suiça. 2015. Disponível em: https://www.weforum.org/reports/how-21st-century-longevity-can-create-markets-and-drive-economic-growth

XUE QL, Bandeen-Roche K, Varadhan R, Zhou J, Fried LP. Initial manifestations of frailty criteria and the development of frailty phenotype in the Women's Health and Aging Study II. **J Gerontol A Biol Sci Med Sci**. 2008;63(9):984-90.

ZANIN, C. et al. Força de preensão palmar em idosos: uma revisão integrativa. PAJAR – Pan American **Journal of Aging Research**, vol.06, n.01. PUC-RS, 2018. 22-28pp.

Apêndices

Maria, Maria
É um dom, uma certa magia
Uma força que nos alerta
Uma mulher que merece
Viver e amar
Como outra qualquer
Do planeta

Maria, Maria
É o som, é a cor, é o suor
É a dose mais forte e lenta
De uma gente que ri
Quando deve chorar
E não vive, apenas aguenta

Mas é preciso ter força
É preciso ter raça
É preciso ter gana sempre
Quem traz no corpo a marca
Maria, Maria
Mistura a dor e a alegria

Mas é preciso ter manha
É preciso ter graça
É preciso ter sonho sempre
Quem traz na pele essa marca
Possui a estranha mania
De ter fé na vida

Fernando Brant
Milton Nascimento
Maria, Maria

UNESP - FACULDADE DE ARQUITETURA, ARTES E COMUNICAÇÃO FAAC

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: MODA E TERCEIRA IDADE: UMA ABORDAGEM ERGONÔMICA ACERCA DOS ASPECTOS DE USABILIBADE DO VESTUÁRIO E DA ATIVIDADE DO VESTIR/DESPIR DO USUÁRIO IDOSO

Pesquisador: ERICA PEREIRA DAS NEVES

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 76967817.4.0000.5663

Instituição Proponente: UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA JULIO DE MESQUITA FILHO

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.351.346

Apresentação do Projeto:

O projeto está bem redigido, com as justificativas e metodologia apropriadas, de forma que irão com certeza subsidiar os objetivos propostos.

Objetivo da Pesquisa:

O objetivo da pesquisa é claro e perfeitamente exequível.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Não há riscos para os participantes e os benefícios dos resultados são relevantes para o bom andamento da pesquisa.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa é pertinente, atual e deverá contribuir de forma significativa para os avanços na área.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

O TCLE está coerente e de fácil entendimento pelos participantes.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Nada a declarar.

Considerações Finais a critério do CEP:

O Comitê acata e aprova o parecer do relator.

Endereço: Avenida Engenheiro Luiz Edmundo Carrijo Coube nº 14-01
Bairro: VARGEM LIMPA **CEP:** 17.033-360
UF: SP **Município:** BAURU
Telefone: (14)3103-6055 **E-mail:** sta@faac.unesp.br

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_991471.pdf	19/09/2017 15:19:59		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	termo_consentimento.pdf	19/09/2017 15:19:07	ERICA PEREIRA DAS NEVES	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_Pesquisa.pdf	19/09/2017 15:04:43	ERICA PEREIRA DAS NEVES	Aceito
Folha de Rosto	folha_de_rosto.pdf	19/09/2017 15:02:21	ERICA PEREIRA DAS NEVES	Aceito

Situação do Parecer:
Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:
Não

BAURU, 26 de Outubro de 2017

Assinado por:
Luiz Antonio Vasques Hellmeister
(Coordenador)

Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho"
Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação
Departamento de Desenho Industrial - Laboratório de Ergonomia e Interfaces
Design Ergonômico: metodologias para a avaliação e análise de instrumentos manuais na interface usuário x tecnologia

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

(TERMINOLOGIA OBRIGATÓRIO EM ATENDIMENTO A RESOLUÇÃO 510/96 –CNS-MS)

Gostaríamos de convidá-lx a participar da pesquisa: **"Moda e Terceira Idade: uma abordagem acerca dos aspectos de usabilidade do vestuário e da atividade do vestir/despir do usuário idoso".** Sua participação nesta pesquisa é muito importante e consistirá em realizar atividades simuladas de vestir e despir bem como em responder as perguntas a serem realizadas sob a forma de entrevista que seguirá um questionário padrão.

OBJETIVO: O objetivo principal desse estudo é realizar uma avaliação com base em atividades simuladas de uso (vestir-despir) de peças do vestuário utilizadas por usuários idosos. Visa-se verificar se os fatores biopsicossociais e biomecânicos inerentes a este período de vida podem influenciar a percepção de usabilidade bem como no ato vesti-despir destes indivíduos.

CONFIDENCIALIDADE: Suas respostas serão tratadas de forma anônima e confidencial, isto é, em nenhum momento será divulgado o seu nome em qualquer fase do estudo. Salientamos também que sua entrevista será gravada em formato de áudio, e a realização da tarefa será registrada em vídeo. O áudio será transcrito para viabilizar a tabulação dos resultados e as imagens utilizadas para rastrear e mapear digitalmente os movimentos do corpo realizados durante a tarefa do vestir e despir. Quando for necessário exemplificar determinada situação, sua privacidade será assegurada uma vez que seu nome será substituído de forma aleatória. Os dados coletados serão utilizados apenas NESTA pesquisa e os resultados divulgados em eventos e/ou revistas científicas.

RISCO PARA O PARTICIPANTE: A pesquisa não implicará em nenhum procedimento invasivo, no entanto, poderá acarretar algum desconforto emocional (psicológico), frente às atividades simuladas e às perguntas de foro íntimo. Salientamos, no entanto, que sua participação é voluntária, isto é, a qualquer momento você poderá recusar-se a responder qualquer pergunta ou desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com o(s) pesquisador (a) ou com a instituição que forneceu os seus dados, como também na que trabalha.

Em caso de dúvidas, você será totalmente esclarecido pelos responsáveis pela pesquisa antes e durante a realização do questionário, além da possibilidade de entrar em contato por um dos meios divulgados abaixo. Este "Termo de Consentimento Livre e Esclarecido" atende a Resolução CNS Nº 510, de 07 de abril de 2016 e o "Código de Deontologia do Ergonomista Certificado – Norma ERG BR 1002 – ABERGO".

Eu, _____, RG _____-SSP/_____, estando ciente das informações acima lidas, concordo em participar da pesquisa: "Moda e Terceira Idade: uma abordagem acerca dos aspectos de usabilidade do vestuário e da atividade do vestir/despir do usuário idoso". e entendo que as informações cedidas por mim são confidenciais, autorizando a sua divulgação no meio científico e acadêmico de forma anônima e global, tendo a minha identidade totalmente preservada. Estou ciente de que sou voluntário e, portanto, não receberei nenhum benefício por participar desta pesquisa, bem como não terei ônus algum. Tenho total liberdade para aceitar ou recusar fazer parte deste estudo e sei que a minha recusa, em qualquer momento do experimento, não acarretará nenhum prejuízo para mim.

Bauru, _____ de _____ de 2019.

_____
PARTICIPANTE

Ma. Érica Pereira das Neves
Investigadora

Prof. Dr. Luis Carlos Paschoarelli
Orientador

Pesquisador: Érica Pereira das Neves
R. Orestes Miraglia, 4-35
P. Res. Samambaia, Bauru – SP
CEP.: 17018-140
Telefones: (14)3234-8340, (14)99753-3272

Orientador: Dr. Luis Carlos Paschoarelli
R. Maria José, 5-70, apto 203
Bauru – SP
CEP.: 17012-160
Telefones: (14) 99793 6217

Laboratório de Ergonomia e Interfaces
DDI – FAAC – UNESP
Av. Eng. Luiz Edmundo Carrijo Coube, s/n
Bauru – SP - CEP.: 17033-360
Telefone: (14) 3103 6143, (14) 3103 6000

Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho"
Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação
Departamento de Desenho Industrial - Laboratório de Ergonomia e Interfaces
Design Ergonômico: metodologias para a avaliação e análise de instrumentos manuais na interface usuário x tecnologia

U LISBOA | UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE ARQUITETURA UNIVERSIDADE DE LISBOA
CiAUD Centro de Investigação em Arquitetura, Urbanismo e Design

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

(TERMINOLOGIA OBRIGATÓRIO EM ATENDIMENTO A RESOLUÇÃO 196/96 –CNS-MS)

Gostaríamos de convidá-los a participar da pesquisa: **"Moda e Terceira Idade: uma abordagem acerca dos aspectos de usabilidade do vestuário e da atividade do vestir/despir do usuário idoso".** O objetivo principal desse estudo é realizar uma avaliação com base em atividades simuladas de uso (vestir-despir) de peças do vestuário utilizadas por usuários idosos. Visa-se verificar se os fatores biopsicossociais e biomecânicos inerentes a este período de vida podem influenciar a percepção de usabilidade bem como no ato vesti-despir destes indivíduos.

Sua participação nesta pesquisa é muito importante e consistirá em realizar atividades simuladas de vestir e despir bem como em responder as perguntas a serem realizadas sob a forma de um questionário. Sua participação e, consequentemente**, suas respostas serão tratadas de forma anônima e confidencial, isto é, em nenhum momento será divulgado o seu nome em qualquer fase do estudo**. Quando for necessário exemplificar determinada situação, sua privacidade será assegurada uma vez que seu nome será substituído de forma aleatória. **Destacamos também a recolha de imagens (fotográficas e vídeo), as quais serão utilizadas EXCLUSIVAMENTE PELO PESQUISADOR E PARA A PRESENTE PESQUISA, não sendo publicadas com a identificação do participante; o mesmo acontecerá com os áudios a serem gravados durante a pesquisa.** Os dados coletados serão utilizados apenas NESTA pesquisa e os resultados divulgados em eventos e/ou revistas científicas.

A pesquisa não implicará em nenhum procedimento invasivo, no entanto, poderá acarretar algum desconforto emocional (psicológico), frente às atividades simuladas e às perguntas de foro íntimo. Salientamos, no entanto, que sua **participação é voluntária, isto é, a qualquer momento você poderá recusar-se a responder qualquer pergunta ou desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com o(s) pesquisador (a) ou com a instituição que forneceu os seus dados, como também na que trabalha.**

Em caso de dúvidas, você será totalmente esclarecido pelos responsáveis pela pesquisa antes e durante a realização do questionário, além da possibilidade de entrar em contato por um dos meios divulgados abaixo. Este "Termo de Consentimento Livre e Esclarecido" atende a Resolução 196/96-CNS-MS e o "Código de Deontologia do Ergonomista Certificado – Norma ERG BR 1002 – ABERGO".

Eu, _____, NIF _____, estando ciente das informações acima lidas, concordo em participar da pesquisa**: "Moda e Terceira Idade: uma abordagem acerca dos aspectos de usabilidade do vestuário e da atividade do vestir/despir do usuário idoso"** e entendo que as informações cedidas por mim são confidenciais, autorizando a sua divulgação no meio científico e acadêmico de forma anônima e global, tendo a minha identidade totalmente preservada. Estou ciente de que sou voluntário e, portanto, não receberei nenhum benefício por participar desta pesquisa, bem como não terei ônus algum. Tenho total liberdade para aceitar ou recusar fazer parte deste estudo e sei que a minha recusa, em qualquer momento do experimento, não acarretará nenhum prejuízo para mim.

Lisboa, _____ de _____ de 2018.

Participante

Érica Pereira das Neves, pesquisador.

Dr. Fernando Moreira da Silva, orientador ULisboa.

Dr. Luis Carlos Paschoarelli, orientador UNESP.

Pesquisador: Érica Pereira das Neves
R. Orestes Miraglia, 4-35
P. Res. Samambaia, Bauru – SP
CEP.: 17018-140
Telefones: (14)3234-8340, (14)99753-3272

Orientador: Dr. Luis Carlos Paschoarelli
R. Maria José, 5-70, apto 203
Bauru – SP
CEP.: 17012-160
Telefones: (14) 99793 6217

Laboratório de Ergonomia e Interfaces
DDI – FAAC – UNESP
Av. Eng. Luiz Edmundo Carrijo Coube, s/n
Bauru – SP - CEP.: 17033-360
Telefone: (14) 3103 6143, (14) 3103 6000

Apêndice 04

"MODA E TERCEIRA IDADE: UMA ABORDAGEM ERGONÔMICA ACERCA DA ATIVIDADE DO VESTIR/DESPIR DO USUÁRIO IDOSO"

(1) FICHA DE IDENTIFICAÇÃO E AVALIAÇÃO RÁPIDA DE ANAMNESE

IDENTIFICAÇÃO DO PARTICIPANTE

Nome: | **Cód:** | **Idade:**

Data de Nasc.: / / | **F** ◯ **M** ◯ | **Estado Civil:**

Nacionalidade _____Brasil _____Portugal Outra_____ | **Cidade de nascimento:** | **Etnia/Raça (Brasil):**

	Branca		Parda		Indígena
	Preta/Afrodesc.		Amarelo		Outra

Imigração:

País de Origem _____
Tempo de residência no país de destino_____

Filhos:

Sim	Não

nº.:_____

Etnia/Raça (Portugal):

	Branca		Ciganos		Outra
	Preta/Afrodesc.		Indo-asiática		

Grau de Instrução:

	Fundamental/Básico (até com 9º ano)		PG Strictu Senso (Me/PhD)
	Ensino Médio/Secundário		PG Lato Senso (Esp.)
	Superior		Outra

Profissão praticada: _____
Aposentado: _____Sim _____ Não
Atualmente é ativo profissionalmente: _____Sim _____ Não
Atuação atual:

DADOS ANTROPOMÉTRICOS

Peso:
Altura:
IMC:

Classif.:

	Menor que 18,5 - **Abaixo do peso**		Entre 25 e 29,9 – **Sobrepeso**
	Entre 18,5 e 24,9 - **Peso normal**		Igual ou acima de 30 – **Obesidade**

Circ. Cintura: _____cm | **Circ. Quadril:** _____ cm | **Circ. Tórax:** _____ cm | **Circ. Busto:** ____cm | **Ombro:** _____ cm

Mãos: Alt.: **Palma:** | **Lateralidade:** _____ Destro _____ Sinistro/Canhoto _____ Ambidestro

ANAMNESE

Fumante: _____ Sim _____ Nunca fumei _____ Ex-fumante | **Bebida**: ____ Sim _____ Nunca bebo _____ De vez enquando

Doenças:

	Diabetes		Ataque cardíaco		Doenças pulmonares		Doenças reumáticas		Osteoporose
	Doença cardíaca		Derrame cerebral		Epilepsia		Parkinson		Alzheimer
	Hipertensão		Glaucoma		Câncer/Cancro		Labirintite		Epilepsia

Outras:

Prática de atividade física (desporto): _____**S** _____ **N**
Qual atividade pratica: _____

Com que frequência: ____1x semana ___ 2x semana ___ 3x semana ___ mais de 3x
Duração média da atividade: _____ minutos

Foi diagnosticada com depressão ou com algum transtorno de ansiedade: ___Sim ___Não
Toma medicamento de uso contínuo para depressão: ___Sim ___Não ____ Já terminei meu tratamento
Faz terapia/análise/acompanhamento psicoterapêutico: ___Sim ___Não

Em geral eu diria que minha saúde é (considerando o último ano): ____ Muito boa _____Boa ____Regular _____Ruim ____Muito Ruim

Aspectos de moradia: ____ moro sozinho(a) ____ moro com companheiro(a) ___moro com filhos ____moro em instituição/asilo **Outra:** _____
Tenho um Cuidador(es)/companhia: ____ não ____ sim **Período:** ___ diurno ___ noturno ___ integral
Observações extras:

Faz uso de lentes corretivas/óculos: ____não, nunca utilizei _____não, operei. ____sim
Tipo de patologia: _____ **Cirurgia:** _____
Doenças oculares: _____
Observações quanto à visão (dificuldades): _____

(2) ANÁLISE ACERCA DE SINTOMAS MÚSCULOESQUELÉTICOS E DOENÇAS
Dores frequentes:
Observações pessoais sobre o estado de saúde:
No último ano apresentou qualquer tipo de sintoma musculoesquelético ou sofreu alguma lesão nos membros (superiores ou inferiores)? Ou seja, vivenciou (ou vivência) algum tipo de dor localizada e persistente em músculos, tendões, ligamentos, articulações e ossos do corpo?
Nos últimos 12 meses, o(a) sr(a) precisou de ajuda nos cuidados pessoais, como ir ao banheiro (casa de banho), se lavar, se vestir ou comer? _____ Sim, foi temporário. _____Sim, até hoje ainda preciso de ajuda. _____Não, nunca precisei. **No caso de resposta POSITIVA, explique o motivo:**

(3) AVALIAÇÃO FÍSICO FUNCIONAL (PARTE 1)

KATZ[1] [2] **Índex de Independência nas Atividades Básicas de Vida Diária (AVD)**		
ATIVIDADES (pontos 1 ou 0)	**INDEPENDÊNCIA (1 ponto) SEM supervisão, orientação ou assistência pessoal**	**DEPENDÊNCIA (0 pontos) COM supervisão, orientação ou assistência pessoal ou cuidado integral**
Banhar-se (tomar banho)	Banha-se completamente ou necessita de auxílio somente para lavar uma parte do corpo como as costas, genitais ou uma extremidade incapacitada	Necessita de ajuda para banhar-se em mais de uma parte do corpo, entrar e sair do chuveiro ou banheira ou requer assistência total no banho.
Vestir-se	Pega as roupas do armário e veste as roupas íntimas, externas e cintos. Pode receer ajuda para amarrar sapatos.	Necessita de ajuda para vestir-se ou necessita ser completamente vestido
Ir ao banheiro (à casa de banho)	Dirigir-se ao banheiro, entra e sai do mesmo, arruma suas próprias roupas, limpa a área genital sem ajuda.	Necessita de ajuda para ir ao banheiro, limpar-se ou usa urinol ou comadre.
Transferência	Senta-se/deita-se e levanta-se da cama ou cadeira sem ajuda. Equipamentos mecânicos de ajuda são aceitáveis.	Necessidade de ajuda para sentar-se/deitar-se e levantar-se da cama ou cadeira.
Continência	Tem completo controle sobre suas eliminações (urinar e evacoar).	É parcial ou totalmente incontinente do intestino ou bexiga
Alimentação	Leva a comida do prato a boca sem ajuda. Preparação da comida pode ser feita por outra pessoa.	Necessita de ajuda parcial ou total com a alimentação ou requer alimentação parental.
Total de Pontos:	6/5: Independente | 4/3: Dependência Moderada | 2 ou menos: muito dependente/depende	

[1] The Hartford Institute for Geriatric Nursing, 1998. Katz index of Independence in Activities of Daily Living (ADL).

[2] Ver resultados: AVALIAÇÃO GERIÁTRICA - Núcleo de Estudos de Geriatria da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna (GERMI)

LAWTON[3] Atividades Instrumentais da Vida Diária		
1. Consegues usar o telefone?	Sim, sem ajuda	3
	Sim, mas com ajuda parcial	2
	Não consigo	1
2. Consegues ir a locais distantes usando algum transporte sem a necessidade de planejamentos/planeamento especiais?	Sim, sem ajuda	3
	Sim, mas com ajuda parcial	2
	Não consigo	1
3. Consegues fazer compras?	Sim, sem ajuda	3
	Sim, mas com ajuda parcial	2
	Não consigo	1
4. Consegues preparar suas próprias refeições?	Sim, sem ajuda	3
	Sim, mas com ajuda parcial	2
	Não consigo	1
5. Consegues arrumar a casa?	Sim, sem ajuda	3
	Sim, mas com ajuda parcial	2
	Não consigo	1
6. Consegues fazer trabalhos manuais domésticos, como pequenos reparos?	Sim, sem ajuda	3
	Sim, mas com ajuda parcial	2
	Não consigo	1
7. Consegues lavar e passar roupa?	Sim, sem ajuda	3
	Sim, mas com ajuda parcial	2
	Não consigo	1
8. Consegues tomar seus remédios na dose e horários corretos?	Sim, sem ajuda	3
	Sim, mas com ajuda parcial	2
	Não consigo	1
9. Consegues cuidar de suas finanças?	Sim, sem ajuda	3
	Sim, mas com ajuda parcial	2
	Não consigo	1
Total de Pontos:	27 ptos: **Independência total** ---------- 9 pts: **Dependência total**	

AVALIAÇÃO FÍSICO FUNCIONAL (PARTE 2)

TUG – *Time Up and Go*[4]

DESCRIÇÃO DO TESTE: Mensurar em segundos o tempo gasto por um indivíduo para levantar de uma cadeira, andar uma distância de 3 metros, dar a volta, retornar à cadeira e sentar novamente. No início o indivíduo deverá estar com as costas apoiada no encosto da cadeira e, ao final, deverá encostar novamente, sem receber o auxílio durante o teste. Fazer um primeiro teste para familiarização do indivíduo acerca da tarefa a ser executada. Utilizar o calçado habitual bem como o dispositivo de apoio que geralmente utiliza (bengala, andador, entre outros). Não conversar durante a tarefa **Quanto menor o tempo para executar a tarefa, melhor o índice de mobilidade.**

1 . Percurso para reconhecimento do indivíduo.
2. Percurso válido para a atividade: Duração_____ segundos

Pontuação e interpretação

<10 seg.	indivíduos totalmente livre e independentes;	**20 e 29 seg.**	dificuldades para as tarefas da vida diária que variam muito, dependendo das diferentes situações que se apresentam ao indivíduo, as quais exigem bom equilíbrio, velocidade da marcha adequada (no mínimo 0,5 m/seg) e capacidade funcional
10 a 19 seg.	independentes, pois têm razoável equilíbrio e velocidade de marcha e a maioria caminha livremente mais de 500 metros, sobe escadas e sai de casa sozinho	**+ de 30 seg.**	totalmente dependentes para muitas atividades básicas e instrumentais da vida diária (levantar-se de uma cadeira, alimentar-se, trocar-se, banhar-se, caminhar)

[3] Ver resultados: AVALIAÇÃO GERIÁTRICA - Núcleo de Estudos de Geriatria da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna (GERMI)

4 Referências normativas: BRETAN, O. et al. Risk of falling among elderly persons living in the community: assessment by the Timed up and go test. In Braz J Otorhinolaryngol. 2013;79(1):18-21. Disponível em: http://www.redalyc.org/pdf/3924/392437926004.pdf;
PODSIADLO D, RICHARDSON S. The timed "Up & Go": a test of basic functional mobility for frail elderly persons. J Am Geriatr Soc. 1991;39(2):142-8.

PINCH

DESCRIÇÃO DO TESTE: O idoso deve permanecer sentado, com os pés tocando o solo e o membro superior em teste deve ser posicionado: ombro em adução, articulação do cotovelo flexionado a 90° e antebraço na posição neutra[5]. O participante deve realizar três preensões intercaladas por tempo de 1 minuto, sendo observada a medida mais alta; Deve-se requerer ao idoso sua força máxima, evitando, contudo, frases enfáticas de estímulo. Um minuto de intervalo para cada medição.

Pinça Lateral

Mão direita	**1ª** _____ **2ª** _____ **3ª** _____ **Força máxima**_____	**Mão esquerda**	**1ª** _____ **2ª** _____ **3ª** _____ **Força máxima**_____

Pinça Polpa a Polpa

Mão direita	**1ª** _____ **2ª** _____ **3ª** _____ **Força máxima**_____	**Mão esquerda**	**1ª** _____ **2ª** _____ **3ª** _____ **Força máxima**_____

DINAMÔMETRO

DESCRIÇÃO DO TESTE: O idoso deve permanecer sentado, com os pés tocando o solo e o membro superior em teste deve ser posicionado: ombro em adução, articulação do cotovelo flexionado a 90° e antebraço na posição neutra[6]. O participante deve realizar três preensões intercaladas por tempo de 1 minuto, sendo observada a medida mais alta; Deve-se requerer ao idoso sua força máxima, evitando, contudo, frases enfáticas de estímulo. Utilizar a segunda posição da manopla do dinamômetro Jamar, considerando a posição da alça a mais eficiente para realização do teste de preensão manual (ASHT).

Mão direita	**1ª** _____ **2ª** _____ **3ª** _____ **Força máxima**_____	**Mão esquerda**	**1ª** _____ **2ª** _____ **3ª** _____ **Força máxima**_____

9 HOLE PEG TEST

DESCRIÇÃO DO TESTE: Consiste na colocação de nove pinos em nove buracos, seguida da retirada imediata de cada um dos pinos o mais rápido possível. O idoso deve permanecer sentado, com os pés tocando o solo. O tempo de execução da sequência de tarefas é registrado por um cronômetro digital. Instruções: Vamos analisar a coordenação motora dos seus membros superiores e, mais especificamente, vamos analisar sua despreza manual fina. Para tanto, você deve colocar esses pinos nos buracos, um de cada vez, usando apenas uma mão o mais rápido que é capaz até que todos os nos buracos estejam preenchidos. A ordem não importa. Logo depois, sem parar, você deve remover os pinos dos buracos, um por um, e coloca-los de volta onde estavam antes, até que todos os buracos fiquem vazios.

Mão direita	**Completude da tarefa:** ____ Sim _____ Não **Tempo**_____	**Mão esquerda**	**Completude da tarefa:** ____Sim ____Não **Tempo**_____

(4) ASPECTOS SUBJETIVOS QUANTO AO VESTUÁRIO

PERCEPÇÃO SOBRE A TAREFA DO VESTIR E DESPIR

Geralmente, no dia a dia, precisas de ajuda para se vestir?

	Não, não preciso de nenhuma ajuda.		Sim, com frequência preciso de ajuda.		Não sei dizer
	Sim, às vezes preciso de alguma ajuda.		Sim, não consigo me vestir sozinha		

De maneira geral, como avalias a tarefa de se vestir e despir?

Acho impossível	Acho muito difícil	Acho difícil	Acho um pouco difícil	Não percebo ou enfrento alguma dificuldade	Não sei

Tens alguma dificuldade durante a realização da tarefa? ____Sim ____Não ____Não sei dizer
Se sim, Qual?

Ao se vestir/despir, percebes/sentes alguma dor/incômodo muscular? ____Sim ____Não ____Não sei dizer
Se sim, Qual?

5 Posição aprovada pela American Society of Hand Therapists (ASHT);
6 Posição aprovada pela American Society of Hand Therapists (ASHT);

Tens por costume vestir-se: _____ em pé _____sentado ____ Não sei dizer ____ Depende da peça
Já sofreste alguma queda ao vestir ou despir-se: _____**Sim** ____**Não** ____Não sei

ASPECTOS DO VESTUÁRIO: Quão importante são os fatores citados abaixo mediante a aquisição e uso de uma peça do vestuário?						
	Não importante	**Pouco importante**	**Importante**	**Muito importante**	**Extremamente importante**	**Não sei dizer**
CONFORTO						
PREÇO						
ESTÉTICA						
DURABILIDADE						
ESTAR NA MODA						
MARCA						
TECIDO/ACABAMENTO						

ASPECTOS DO VESTUÁRIO: Quanto a aquisição e uso de uma peça, qual dos fatores abaixo é o mais importante:						
CONFORTO	**PREÇO**	**ESTÉTICA**	**DURABILIDADE**	**ESTAR NA MODA**	**MARCA**	**TECIDO ACABAMENTO**

ASPECTOS DO VESTUÁRIO: Dos aspectos listados abaixo, o quanto eles lhe incomodam a causam irritabilidade?				
Cavas apertadas e que fiquem "pegando" quando faço movimento com o braço.	Não me incomoda ou irrita	Me incomoda ou irrita um pouco	Me incomoda ou irrita muito	Não sei dizer
Decotes muito profundos ou muito abertos*	Não me incomoda ou irrita	Me incomoda ou irrita um pouco	Me incomoda ou irrita muito	Não sei dizer
Cintura justa*	Não me incomoda ou irrita	Me incomoda ou irrita um pouco	Me incomoda ou irrita muito	Não sei dizer
Cintura baixa (fico puxando pra cima)*	Não me incomoda ou irrita	Me incomoda ou irrita um pouco	Me incomoda ou irrita muito	Não sei dizer
Roupas de baixo justas (calcinha e sutiã)*	Não me incomoda ou irrita	Me incomoda ou irrita um pouco	Me incomoda ou irrita muito	Não sei dizer
*Soutiens	Não me incomoda ou irrita	Me incomoda ou irrita um pouco	Me incomoda ou irrita muito	Não sei dizer

Que tipo de roupa costuma usar para ficar em casa?
Que tipo de roupa costuma usar atividades rotineiras do dia-a-dia (sai de casa)?
Que tipo de roupa costuma usar em atividades sociais (festa/eventos)?
Quem costuma comprar suas roupas? ( )Eu mesmo; ( ) Cuidador ( ) Companheiro (a) (....) Filhos; ( ) Amigos _____ _____ _____

AVALIAÇÃO TAREFA

- **Preparação do sujeito** – vestir uma segunda pele; Posicionamento dos marcadores nas articulações pré-definidas;
- **Preparação do local** – Cadeira sem braço; Câmeras e tripé;

Cód:

TAREFA 1 – CAMISA DE MANGA LONGA COM ABOTOAMENTO FRONTAL

1. Vestir a camisa de manga longa (sem elastano) e com abotoamento frontal;
2. Desabotoar e Despir a camisa;

Completude da tarefa:	SIM	NÃO
Tempo VESTIR		
Tempo DESPIR		
Tempo TOTAL		

Qual o nível de dificuldade percebido?

Não percebo ou enfrento alguma dificuldade	Acho um pouco difícil	Acho difícil	Acho muito difícil	Acho extremamente difícil	Não sei

Sente algum desconforto (dor)?

Não percebo ou enfrento alguma dificuldade	Acho um pouco difícil	Acho difícil	Acho muito difícil	Acho extremamente difícil	Não sei

Que tipo de desconforto sente?

TAREFA 2 – CAMISETA DE MALHA GOLA SIMPLES

1. Vestir a camiseta;
2. Despir a camiseta;

Completude da tarefa:	SIM	NÃO
Tempo VESTIR		
Tempo DESPIR		
Tempo TOTAL		

Qual o nível de dificuldade percebido?

Não percebo ou enfrento alguma dificuldade	Acho um pouco difícil	Acho difícil	Acho muito difícil	Acho extremamente difícil	Não sei

Sente algum desconforto (dor)?

Não percebo ou enfrento alguma dificuldade	Acho um pouco difícil	Acho difícil	Acho muito difícil	Acho extremamente difícil	Não sei

Que tipo de desconforto sente?

TAREFA 5 – MEIA

1. Vestir as meias;
2. Despir meias.

Completude da tarefa:	SIM	NÃO
Tempo VESTIR		
Tempo DESPIR		
Tempo TOTAL		

Qual o nível de dificuldade percebido?

Não percebo ou enfrento alguma dificuldade	Acho um pouco difícil	Acho difícil	Acho muito difícil	Acho extremamente difícil	Não sei

Sente algum desconforto (dor)?

Não percebo ou enfrento alguma dificuldade	Acho um pouco difícil	Acho difícil	Acho muito difícil	Acho extremamente difícil	Não sei

Que tipo de desconforto sente?