

AMBIÊNCIA: O ESPAÇO CONSTRUÍDO COMO FATOR DE ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

M. L. T. Bestetti

RESUMO

Introdução: O estudo da ambiência pressupõe o espaço físico como cenário onde se realizam relações sociais, políticas e econômicas, situação construída coletivamente e pautada nas diferentes culturas e valores. A relevância do tema considera a necessidade de estudar como os aspectos extrínsecos ao Homem influenciam no seu envelhecimento, para que as melhores condições de permanência possam gerar mais qualidade ao longo do ciclo de vida. *Métodos:* Revisão sistemática de artigos sobre elementos conhecidos às questões do conforto ambiental, tratando-os conjuntamente e indicando novos rumos para futuras investigações. *Conclusão:* Com o aumento da longevidade em todo o mundo esse estudo torna-se cada vez mais importante, motivo do interesse nesse tema por profissionais que planejam ambientes sustentáveis.

1 INTRODUÇÃO

O Homem vive em ambientes construídos, abertos ou fechados, privados ou coletivos, e deles recebe estímulos que podem afetar seu conforto. Pode experimentar diferentes sensações quando esses estímulos provocam os limites do seu corpo e, conseqüentemente, interferem no seu comportamento. Cores, formas e proporções provocam reações psicodinâmicas, gerando sentimentos e podendo emocionar, positiva ou negativamente. A bagagem cultural do indivíduo determinará o que lhe é agradável ou não, pois as escolhas dependem da história de cada um. Falar em ambiência envolve pensar no bem-estar individual, através do equilíbrio de elementos que compõem os espaços considerando percepção espacial e orientação, conforto e qualidade ambiental, acessibilidade e segurança, ergonomia e Desenho Universal. Pressupõe o espaço como cenário onde se realizam relações sociais, políticas e econômicas desempenhadas pelos diversos grupos sociais, sendo uma situação construída coletivamente e incluindo as diferentes culturas e valores, possibilitando o protagonismo e a participação. A relevância da ambiência para a arquitetura refere-se à atenção a ser dada aos aspectos extrínsecos ao Homem e como eles influenciam no seu envelhecimento, em busca da qualidade no encontro físico entre os membros da sociedade. É possível caracterizar e reconhecer elementos que funcionam como fortes coadjuvantes ao bem estar subjetivo dos sujeitos que participam de quaisquer espaços, sejam públicos ou privados, de atividade ou de recolhimento.

2 ARQUITETURA E ENVELHECIMENTO

Em busca de elementos que demonstrassem a necessidade de repensar a concepção de projetos especializados para a moradia de idosos, tema desenvolvido em tese de doutorado

para a FAUUSP e concluído em 2006, muitas foram as surpresas e as dificuldades encontradas, a começar pela resistência quanto à abrangência do tema. “*Arquitetura é a arte de construir para atender os desejos da sociedade, buscando seu bem-estar, conforto e segurança*”, afirmava o prof. Joaquim Guedes que, reiteradamente em nossas orientações, provocava-me sobre a inexistência da diferença em projetar para jovens ou idosos. Afinal, arquitetura compreende espaços abertos e fechados, cobertos ou não, vivenciados pelos atores sociais das mais variadas etnias, faixas etárias e valores culturais. Com exemplos marcantes ao longo da história, os arquitetos têm desenvolvido soluções que, juntamente com os avanços tecnológicos, proporcionam condições para a constante busca desse ideal.

A longevidade cresce no mundo e já é estudada de modo multidisciplinar, considerando que todas as fases do ciclo de vida humana estão mudando e adaptando-se às condições ambientais de cidades mais complexas, meios de comunicação mais velozes e tecnologias que aperfeiçoam equipamentos miniaturizados, a partir do advento da nanotecnologia. A pesquisa pública elaborada pela Fundação Perseu Abramo em parceria com o SESC São Paulo em 2006 e publicada em 2007 indica que o envelhecimento da população é uma realidade e aponta seu crescimento de 8% para 16% nos próximos 25 anos. Essa situação tem sido motivo de preocupação para as organizações que tratam da questão dos idosos e para aqueles que se dedicam à formulação de políticas públicas no país. Percebe-se também uma drástica diminuição da fecundidade, já que um terço da população brasileira (35%) não tem filhos, enquanto que entre os idosos apenas 6% não tiveram filhos (Neri *et al.*, 2007). Tais fatores já são significativos quanto aos cuidadores originais, geralmente filhos, ausentes por opção dos pais ou porque estão muito ocupados com seus próprios compromissos individuais: isso afeta os programas arquitetônicos domésticos e cria a necessidade de novas estruturas para abrigo desse público, a partir das mudanças de desejos da sociedade.

2.1 Envelhecimento Saudável

O estudo da Gerontologia abrange o processo do envelhecimento e não somente a velhice, considerando a longevidade como consequência de boa qualidade de vida. De acordo com o grupo WHOQOL (World Health Organization Quality of Life) criado em 1995 pela OMS, a definição de qualidade de vida é “*a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e do sistema de valores em que vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações*”. O grupo desenvolveu instrumentos de avaliação da qualidade de vida pressupondo que seja uma construção subjetiva através da percepção do indivíduo em questão, multidimensional e composta por elementos positivos, tais como a mobilidade, e negativos, tais como a dor (Fleck, 1998).

Essa é uma noção eminentemente humana, referindo-se aos mais diversos campos da vida, seja familiar, amoroso, social e ambiental, ou até a própria estética existencial. Pressupõe a capacidade de efetuar uma síntese cultural de todos os elementos que determinada sociedade considera seu padrão de conforto e bem-estar (Cachioni *et al.*, 2009). Refere-se à busca de lugares preferidos, possibilitando variados tipos de experiências restauradoras, que podem ocorrer tanto em ambientes naturais, quanto em ambientes construídos. O fato de se estar em um lugar favorito induz mudanças fisiológicas ao proporcionar alterações de humor no sentido positivo, equilibrar a capacidade de atenção e possibilitar maior contemplação dos próprios sentimentos (Macedo *et al.*, 2008).

A Gerontologia como ciência estuda o efeito do tempo sobre os seres humanos, com todas as suas repercussões fisiológicas, psicológicas e sociais. O termo foi cunhado no início do século XX pelo cientista russo Ília Metchikoff, que ganhou um prêmio Nobel em 1904. Demorou até a década de 40 para se desenvolver como especialidade na Inglaterra, Espanha e França, alcançando uma grande importância a partir da década de 50. Somente na década de 70 passou a ser estudada no Brasil, considerando o aumento significativo da população idosa, já que o aumento da longevidade e a queda de natalidade passaram a inverter a pirâmide etária brasileira. O processo de trabalho do gerontólogo prevê uma atuação em equipe multiprofissional na qual, podemos afirmar, o arquiteto é um dos profissionais que, claramente, muito tem para contribuir, já que o trabalho como construtor de espaços deve atender às necessidades relativas à garantia do conforto e da segurança para jovens e adultos, mas também para os idosos e àqueles que os atendem. Vai-se além da composição técnica, simples e formal dos ambientes, passando a considerar as situações que são construídas em determinados espaços e em determinado tempo, vivenciadas por um grupo de pessoas com seus valores culturais e relações sociais. O decréscimo da capacidade física na velhice pode ser um elemento gerador da dependência, como resultado do desequilíbrio entre a experiência da limitação funcional, as demandas do ambiente e as expectativas pessoais para o desempenho nas atividades da vida diária (Diogo, 2006).

A Psicologia Ambiental estuda o homem em seu contexto físico e social, buscando suas inter-relações com o ambiente e atribuindo importância às percepções, atitudes, avaliações ou representações ambientais. Analisa os efeitos das condições do ambiente sobre os comportamentos individuais, ou seja, como o indivíduo percebe e atua em seu entorno (Günther *et al*, 2006). O estudo da ambiência desejada para cada situação de espaço, em qualquer escala, traz subsídios importantes para o entendimento das condições físicas e emocionais do bem-estar, e nisso considera-se a inserção de estímulos positivos que aprimorem o relacionamento de todos os sujeitos.

2.2 Concepção do Espaço Arquitetônico

De acordo com Wahl e Weisman, a Gerontologia Ambiental se concentra na descrição, explicação e modificação das relações entre idosos e seus contextos socioespaciais. Nasceu em 1959 através da publicação do *Handbook of Aging and the Individual*, do qual um dos capítulos trata especificamente das questões que envolvem as relações entre o comportamento de idosos e os seus ambientes. Atingiu seu auge na década de 80, quando Lawton produziu uma série de traduções das principais descobertas da gerontologia para a aplicação ao planejamento do espaço construído. Durante a década de 90, houve uma tendência ao maior desenvolvimento de pesquisas em áreas mais aplicadas, como a arquitetura e o *design* de interiores (2003, apud Tomasini, 2005). Podemos afirmar que a gerontologia ambiental analisa as condições de ambiência do espaço construído pelo Homem para sua utilização, determinando as condições de conforto e segurança necessárias para o seu bem estar.

De acordo com Schmid, a casa não pode se limitar a abrigo do corpo se as necessidades não se limitam ao físico. O ambiente construído é mais que um conjunto selecionado de variáveis e parâmetros sujeitos ao cartesianismo das normas e, para tornar-se arquitetura, deve tornar-se algo contínuo e complexo. É um meio efetivo de vida que acontece no plano físico, sentimental e intelectual (2005). Assim sendo, um projeto arquitetônico deve ser elaborado ajustando-se todos os componentes como um sistema complexo e inter-

relacionado. Além dos aspectos compositivos e programáticos, é preciso articular as condições ambientais, observando-se características tais como percepção espacial e orientação, conforto e qualidade ambiental, acessibilidade e segurança, ergonomia e Desenho Universal. Considera-se a percepção ambiental como a capacidade de interagir com o ambiente imediato através dos sentidos, já que o meio ambiente construído utiliza valores objetivos como forma, função, cor, textura, ventilação, temperatura, iluminação, sonoridade e simbologia. Cada um desses valores objetivos compõe o espaço dimensionado e funcional, resultando no espaço da arquitetura (Okamoto, 2002) e determinando o nível de bem-estar dos seus ocupantes.

É aceito o termo meio ambiente como sinônimo de ambiência, porém considerando-se que aí também está inserido o meio moral além do material. Desse modo, o caráter inclusivo passou a ser mais bem considerado à medida que esse conceito foi evoluindo, com vistas à humanização dos espaços coletivos.

3 ELEMENTOS DA AMBIÊNCIA

Para entendermos como os estímulos interferem no bem estar das pessoas, e quais as características que os tornam significativos, é preciso definir melhor um aspecto inerente ao Homem e que existe de acordo com os sentidos ativos: a percepção. O que é percepção? Podemos defini-la como a tradução dos estímulos ambientais refletida em padrões de comportamento e com fatores selecionados através dos sentidos ativos de cada indivíduo. A percepção humana depende de fatores subjetivos tais como as experiências vividas, os valores culturais do grupo social do qual o indivíduo faz parte e da seleção de códigos de referência significativos para a interpretação da realidade. Por esse motivo, podemos afirmar que a realidade de cada um é construída a partir desses filtros mentais e, portanto, é individual e única, podendo assemelhar-se conforme haja características semelhantes entre as pessoas.

Todas as pessoas têm um sentido preferencial ou dominante, que pode ser visual, auditivo ou cinestésico e depende de maior ou menor senso de observação. O sentido cinestésico, referente ao tato, diz respeito às sensações ligadas essencialmente a experiências anteriores no contato com a textura e a temperatura dos objetos. Os sentidos da visão e da audição dependem do nível de acuidade do indivíduo, que pode ser corrigido ou melhorado através de próteses auxiliares. Assim, a percepção humana caracteriza-se por ser seletiva, absorvendo somente uma parte dos estímulos recebidos. Também é afetiva, pois depende da experiência acumulada ser positiva ou negativa. É capaz de formar uma idéia global de um resultado esperado, o que produz surpresas quando há novos elementos que provoquem estranhamento, o que justifica sua característica temporal, relacionada ao aperfeiçoamento do repertório adquirido ao longo do tempo.

A Secretaria de Atenção à Saúde – Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização do Ministério da Saúde, dentro do programa denominado Humaniza SUS, criou um grupo especialmente voltado a discutir e difundir princípios relativos ao estudo da ambiência nos espaços de saúde, a partir de 2004. De acordo com a Cartilha de Ambiência revisada em 2006, devemos considerar que:

- O espaço visa à confortabilidade, valorizando elementos do ambiente que interagem com as pessoas e garantindo conforto aos usuários.

- O espaço possibilita a produção de subjetividades através do encontro de sujeitos por meio da ação e reflexão sobre os processos de trabalho.
- O espaço pode ser usado como ferramenta facilitadora do processo de trabalho, favorecendo a otimização de recursos e o atendimento humanizado, acolhedor e resolutivo.

A confortabilidade referida na Cartilha de Ambiência enfatiza os componentes que atuam como modificadores e qualificadores do espaço, estimulando a percepção ambiental. Quando utilizados com equilíbrio e harmonia, criam ambiências acolhedoras, propiciando contribuições significativas nos processos de produção (Ministério da Saúde, 2006). Destacam-se aqui aspectos relativos à morfologia, à cinestesia, à arte, à acessibilidade, à luz e à cor, aspectos mensuráveis, e à privacidade, à individualidade e aos valores culturais, elementos intangíveis, mas claramente percebidos quando incorporados ao espaço.

Os espaços qualificados denotam equilíbrio e segurança, a partir da harmonização dos diversos componentes que possibilitam seu uso, sejam eles superfícies, passagens, áreas mobiliadas ou elementos de informação ou contemplação. Buscam-se formas, dimensões e volumes que configuram e criam espaços, que podem ser mais ou menos agradáveis, mas sempre adequados para as pessoas. Essa morfologia deve traduzir a composição que proporcione maior bem estar possível, especialmente dentro dos limites do uso compartilhado dos espaços coletivos de permanência prolongada, transitória mais demorada ou apenas de passagem.

Além da geometria definida pela composição de formas, a percepção do espaço por meio dos movimentos, assim como das superfícies e texturas, permite traduções que também qualificam o espaço. A cinestesia é, portanto, um meio de organizar elementos de estímulo relativos à organização de fluxos e de permanência nos ambientes, visto que é definido no dicionário Aurélio como sendo a sensação que o indivíduo experimenta, conscientemente, de sua existência (2004).

A arte como meio de inter-relação e expressão das sensações humanas contribui para a humanização dos espaços e pode ser apresentada através das suas mais diversas formas de manifestação. Ambientes tratados com elementos de arte plástica, sejam eles permanentes ou transitórios, conferem ao ambiente a inserção de novas cores e formas, além de instigarem o observador ao deleite e à reflexão. Também a execução de peças musicais ou teatrais produz um estranhamento positivo, pois possibilitam a convergência da atenção para além da simples permanência ou transição. O edifício, através de detalhes construtivos, arranjos com mobiliário diferenciado ou mesmo composições de paisagismo também proporciona a possibilidade de uma experiência gratificante e positiva, já que imprimirá elementos novos que podem ser marcantes para o uso dos espaços.

3.1 Conforto Ambiental

Conforto é a condição de bem-estar relativa às necessidades do indivíduo e sua inserção no ambiente imediato. Envolve não somente a eleição de critérios térmico, acústico, visual ou ainda químico, mas também o acréscimo de emoção e prazer, atribuindo-lhe um caráter holístico, já que o ambiente construído é um anteparo existencial, sendo abrigo para o corpo e para a alma (Schmid, 2005).

Conforto Ambiental refere-se à adequação dos diversos aspectos sensoriais que modificam a sensação de bem estar no espaço físico. O Homem enfrenta as adversidades ambientais através do desenvolvimento de capacidades que permitem adaptações no relacionamento com o ambiente físico. Define-se resiliência como a capacidade de recuperação e manutenção do comportamento adaptativo frente a ameaças e eventos estressantes, possibilitando níveis normais de desenvolvimento (Maia *et al*, 2009). Analisam-se temperatura, ventilação e luminosidade, aspectos que alteram condições de habitabilidade, especialmente na questão física e na capacidade produtiva dos usuários.

A temperatura no edifício é determinada pela disposição das aberturas (janelas e portas), do material que constitui as paredes e dos aparelhos instalados nos ambientes, que produzem calor. Temperaturas altas produzem sensações de preguiça, de letargia e diminuem a produtividade das pessoas. A disposição dos cômodos de uma casa, o material que constitui as paredes e pisos e também as condições climáticas da região onde a edificação está tendem a acumular ou dissipar a umidade, sendo que ambientes muito úmidos causam sensações desagradáveis, sufoco e sudorese.

O corpo humano necessita de certa quantidade de oxigênio por hora para atender ao seu metabolismo. O ar ambiente, mesmo quando puro, não contém mais que 19% de oxigênio. Quando essa taxa de oxigênio cai, o organismo força a respiração, tornando-a ofegante. Quartos onde há deficiência de renovação de ar afetam a qualidade do sono. Sob a ótica do conforto térmico, os movimentos de ar aceleram as trocas de calor das pessoas com o ambiente por convecção e por evaporação. A ventilação é também elemento de controle térmico dos ambientes e de salubridade.

Cada tipo de trabalho exige certo grau de iluminação. Ambientes mal iluminados ou com iluminação insuficiente para qualquer tipo de trabalho, podem causar cansaço visual. A insolação adequada, considerando o efeito germicida do sol, também possibilita o melhor aproveitamento da luz natural, seja pela melhor situação de janelas ou pelo aproveitamento das superfícies refletoras no teto e paredes, obtidas pelo uso de cores claras.

O ruído é necessário ao ser humano, e até um ambiente excessivamente silencioso causa sensações de insegurança e medo. Porém, um ambiente ruidoso demais causa inquietação e nervosismo, assim como ruídos repetitivos, mesmo que não muito altos, causam também irritação. Os recintos refletem parcialmente as ondas sonoras que incidem sobre eles, o restante é absorvido. Os materiais utilizados nos revestimentos são responsáveis pela quantidade de absorção dessas ondas sonoras. À medida que aumenta a distância da fonte de ruídos, menos potentes eles serão, portanto menos incômodos. Podemos considerar barreiras internas, através do uso de revestimentos absorventes, e externas em superfícies refletoras ou vegetação para absorção de ruídos. O posicionamento das aberturas e o uso de material isolante contribuem no resultado, caso seja impossível o remanejamento. Podemos reduzir ruídos gerados dentro do edifício pelo isolamento da fonte através de barreiras absorventes, zoneamento das atividades, utilização de superfícies absorventes ou de construções herméticas com isolamento acústico e pelo uso de estruturas descontínuas.

A vegetação em suas diferentes formas, por espécies isoladas em cobertura vegetal ou como um conjunto em área verde, influencia decisivamente no controle da qualidade ambiental, quer seja no conforto térmico, no acústico ou no luminoso. Ambiência urbana refere-se àquela de uma parte da cidade de acordo com seu micro clima, cuja influência na paisagem altera sua configuração e a sensação de conforto percebida. O sombreamento da

vegetação desempenha papel importante na caracterização de micro climas urbanos, melhorando as condições ambientais adversas e o conforto humano. O aumento da atividade urbana no contexto da cidade nas últimas décadas, tanto pela intensidade de veículos, o adensamento das edificações, o processo de verticalização, a dominância das superfícies cobertas por asfaltos de ruas e avenidas, a diminuição de áreas verdes, alteraram as existentes e criaram condições críticas de uso do solo urbano (Mascaró *et al*, 2009).

3.2 Ergonomia

É uma ciência aplicada que se ocupa do planejamento de tarefas, operações, ambientes de trabalho, equipamentos e máquinas adequados às capacidades, às limitações e aos desejos das pessoas, com vistas ao aperfeiçoamento do seu desempenho, e à redução de perdas e desconfortos resultantes de acidentes, danos e doenças (Vitta, 2006). Com a era da máquina, iniciada há menos de 200 anos, havia prioridade para o design, deixando o operador em segundo plano. O conceito de engenharia humana surge para atender a necessidade de uma população variável, iniciando a análise do espaço de trabalho e caracterizando a conexão entre o humano e o mecânico.

Em princípio, a maior aplicação da ergonomia se deu especialmente na indústria, porém seus resultados levaram-na ao setor de serviços e, também, à vida cotidiana das pessoas, através das atividades rotineiras da casa e no uso do seu tempo livre. O interesse pela saúde ocupacional do trabalhador estendeu-se ao âmbito privado, visto que algumas atividades domésticas exigem produtividade e eficiência, tais como cozinhar, lavar e passar roupas, além das atividades de manutenção variadas que o ambiente particular exige.

Qualquer indivíduo pode ter restrições no desempenho de uma atividade em função de deficiência, idade avançada, condições sócio-culturais ou pelo desenho do ambiente. Restrição, termo utilizado pela Organização Mundial da Saúde no *International Classification of Functioning, Disability and Health*, de 2001, indica o grau de dificuldade que esse indivíduo possui para realizar alguma atividade. Cabe à ergonomia transformar positivamente as condições de trabalho para as pessoas no ambiente físico (mobiliário e equipamentos), sendo fundamentais os conhecimentos específicos do Desenho Universal.

3.3 Acessibilidade e Desenho Universal

A confortabilidade também pressupõe possibilitar amplo acesso dos usuários a todos os ambientes construídos, devidamente adequados às pessoas de variados padrões antropométricos, inclusive aquelas com necessidades especiais. Para as melhores condições de acessibilidade, onde todos irrestritamente possam vivenciar experiências diárias, é preciso pensar o espaço adequado ao invés de adaptado. A NBR 9050 define acessibilidade como a “*possibilidade e condição de alcance, percepção e entendimento para a utilização com segurança e autonomia de edificações, espaço, mobiliário, equipamento urbano e elementos*” (ABNT, 2004). Consideram-se espaços públicos e privados, cobertos ou não, compostos com elementos concebidos dentro do conceito de Desenho Universal. É um modo de concepção de espaços e produtos visando à sua utilização pelo maior número de pessoas e suas diversas características físicas, pois a meta é atingir um desenho de qualidade no qual, além de requisitos estéticos, é fundamental o fácil entendimento sobre o uso (legibilidade), a segurança e o conforto para todos, dotando o espaço de qualidades que beneficiem seus usuários.

Define-se deficiência como sendo “*redução, limitação ou inexistência das condições de percepção das características do ambiente ou de mobilidade e de utilização de edificações, espaço, mobiliário, equipamento urbano e elementos, em caráter temporário ou permanente*” (ABNT, 2004). Existem aproximadamente 14,5% de brasileiros com deficiências, e um número ainda mais significativo de outros que possuem outras necessidades especiais. Nesse grupo incluímos os obesos, os anões e indivíduos fora do padrão antropométrico médio, além de gestantes, de crianças até seis anos e do idoso regular acima de 60 anos de idade.

Recentemente, na década de 60, iniciaram-se estudos sobre as barreiras arquitetônicas e o aperfeiçoamento do desenho de espaços que contemplem a melhor acessibilidade, através de um Desenho Universal. Os princípios básicos que norteiam esse conceito dizem respeito à adequação dos espaços a todas as pessoas, reduzindo esforços desnecessários e considerando a diminuição da capacidade motora, visual ou auditiva, através de soluções específicas. Boa sinalização, seja gráfica, tátil ou sonora, possibilita maior autonomia aos usuários de espaços coletivos, diminuindo riscos de desorientação. No caso de placas visuais ou táteis, é importante considerar posicionamento adequado, assim como uso de elementos gráficos facilmente decifráveis e com linguagem adequada às características culturais da população.

A falta de alguns sentidos ou a mobilidade comprometida de pessoas com necessidades especiais têm nas especificações de acessibilidade a garantia de conforto e segurança, fator fundamental em projetos arquitetônicos para a construção de espaços visando ao bem estar, ao protagonismo e à participação. A adequação dos equipamentos complementares aos espaços tais como assentos, apoios e dispositivos de acesso, garante maior produtividade com menor esforço e evita danos à saúde.

3.4 Humanização

Mas ambiência não é somente espaço físico, é também encontro entre os sujeitos, propiciado pela adequação das condições físicas do lugar e pelo exercício da humanização. Ao definir-se um *lay out* adequado deve-se levar em conta o sentido proxêmico, relacionado à utilização do espaço territorial necessário ao Homem e que influencia seu relacionamento com os outros, seja esse espaço íntimo, pessoal, social ou público (Okamoto, 2002). O termo proxêmica foi cunhado pelo antropólogo Edward T. Hall, em 1963, para se referir ao fenômeno da proximidade humana que se manifesta, por exemplo, no encontro social entre indivíduos ou por distâncias socialmente aceitáveis. Hall fala das variantes que esta mesma dimensão social e espacial apresenta em diferentes espaços e culturas, onde essa mesma proximidade social varia (2005).

É importante considerar os valores culturais desses atores sociais, visto que estabelecem significados, positivos ou negativos, em relação aos estímulos do ambiente. O homem é um ser social que interage com um ambiente físico e um meio social, os quais podem favorecer ou não sua adaptação ao processo de envelhecimento (Diogo, 2006). A bagagem cultural que vamos compondo junto aos grupos familiar e social ao qual pertencemos suscitará as emoções, positivas ou negativas, que podem interferir no conforto e na relação que estabelecemos com o ambiente construído. As percepções decorrentes das sensações vão além das simples reações aos estímulos externos, pois são acrescidas de outros estímulos internos que intervêm no comportamento, tais como fatores provenientes do tipo

de educação, que dá ao homem a crença em seus valores pessoais, familiares, sociais e culturais (Okamoto, 2002).

A idéia de estar acolhido enfatiza o elemento protetor do conforto, caracterizando que todos buscam abrigos, o que ao longo das gerações teria auxiliado a sobrevivência de certos indivíduos e determinado sua vitória no processo de seleção natural (Schmid, 2005). Para Immanuel Kant, três coisas podem fortalecer o homem contra as tribulações da vida: a esperança, o sono e o riso. Já para Hipócrates, a influência dos afetos sobre o organismo foi formalmente incorporada pela medicina, no início do século 12. O humor era um dos quatro principais fluidos do corpo, que se julgavam determinantes das condições físicas e mentais do indivíduo (Masetti, 2003). Aristóteles, em 320 A.C., defendia o riso como exercício de grande valor para a saúde. O humor indica desempenho mental, capacidade de enxergar situações ou pessoas de formas bastante específicas.

Uma ambiência que ofereça boas condições de uso do espaço possibilita que haja bom humor dos participantes, com tendência ao surgimento do riso, mas devemos considerar que enquanto um prédio bonito pode ocasionalmente exaltar um estado de espírito em ascensão, haverá momentos em que mesmo o local muito agradável não conseguirá expulsar sentimentos de tristeza ou misantropia (Botton, 2007). Experiências como a dos Doutores da Alegria, em pediatria de hospitais, e dos Fantásticos Frenéticos, com doentes mentais institucionalizados, buscam a terapia do riso como meio de humanizar o relacionamento dos sujeitos envolvidos no tratamento. O espaço do hospital, aqui, atende aos requisitos técnicos do programa, mas torna-se cenário para essas relações, atribuindo qualidade aos processos de tratamento em saúde e conquistando coadjuvantes importantes entre trabalhadores, pacientes e familiares.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A sensação corporal de prazer possibilita experimentar a alegria ou a felicidade, sendo missão da arquitetura criar espaços sensíveis e estimulantes que favoreçam o desenvolvimento da existência humana (Okamoto, 2002). Especial atenção deve ser dada a essa existência quando pensada em melhores condições de ergonomia, acessibilidade e equilíbrio ambiental. Conforto é algo pessoal, e a razão do conforto de um pode parecer desagradável ao outro (Schmid, 2005).

Quando se pensa em projetar ambientes para o envelhecimento humano, essa abordagem apresenta-se particularmente pertinente, tendo em vista que esse processo modifica as relações do indivíduo com o seu ambiente. A compreensão dessas novas relações que os indivíduos passam a desenvolver com os seus ambientes à medida que envelhecem é, portanto, de fundamental importância para a tarefa de identificar as necessidades dos idosos em relação ao ambiente construído. Sabe-se que o processo de envelhecimento é um fenômeno bastante complexo e que ocorre de forma multidimensional. Toda e qualquer intervenção que vise aumentar a qualidade de vida dos idosos deve ter em vista essa complexidade, o que exige, necessariamente, uma visão interdisciplinar. Os estudos desenvolvidos em áreas aplicadas, como Engenharia e Arquitetura, utilizam muito pouco o referencial teórico disponível nessa área, o que gera uma lamentável lacuna entre teoria e aplicação (Tomasini, 2005).

Nessa premissa se baseia a importância do estudo da ambiência nos projetos arquitetônicos, já que o processo de envelhecimento acontece desde muito cedo e se torna

mais perceptível em determinados marcos da vida madura. A degradação dos sentidos e da mobilidade, experimentadas a partir da meia idade e passíveis de retardamento com a prática de exercícios regulares e boa alimentação, assim como a prevenção de demências, tais como a Doença de Alzheimer, são preocupações recentes e objetos de estudo da Gerontologia, que tem na Arquitetura um aliado para buscar resultados práticos fortemente ligados ao conforto nas vivências diárias, sejam elas de cunho privado ou coletivo. Buscar os atributos do espaço físico e emocional através de projetos bem elaborados, em níveis de complexidade que vão desde peças do mobiliário até cidades planejadas, certamente contribuirá para o aperfeiçoamento da qualidade de vida que almejamos para um envelhecimento saudável, em busca de melhor bem estar e equilíbrio ambiental.

5 REFERÊNCIAS

- ABNT – Associação Brasileira de Normas Técnicas (2004) **NBR 9050-2004 – Acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos**, 2 ed., ABNT, Rio de Janeiro.
- Bestetti, M. L. T. (2006) Habitação para Idosos. O trabalho do arquiteto, arquitetura e cidade, **Tese de Doutorado**, FAU USP, São Paulo.
- Botton, A. D. (2007) **A Arquitetura da Felicidade**, Rocco, Rio de Janeiro.
- Cachioni, M.; Falcão, D. V. S. (2009) Velhice e Educação. Possibilidades e benefícios para a qualidade de vida, *in* D. V. S. Falcão e L. F. Araújo (orgs.), **Psicologia do Envelhecimento – relações sociais, bem-estar subjetivo e atuação profissional em contextos diferenciados**, Alínea, Campinas.
- Diogo, M. J. D. (2006) O Envelhecimento da Pessoa Portadora de Necessidades Especiais, *in* M. J. D. Diogo, A. L. Neri, M. Cachioni (org.), **Saúde e Qualidade de Vida na Velhice**, 2 ed., Alínea, Campinas.
- Ferreira, A. B. H. (2004) **Verbetes Ambientais**, Dicionário Aurélio da Língua Portuguesa, Cultura, São Paulo.
- Fleck, M. P. A. (coord.) (1998) **Versão em Português dos Instrumentos de Avaliação de Qualidade de Vida (WHOQOL)**, UFRGS, Departamento de Psiquiatria e Medicina Legal, Porto Alegre, acesso em out/2008. In: <http://www.ufrgs.br/Psiq/whoqol.html>.
- Günther, H., Pinheiro, J. Q., Guzzo, R. S. L. (2006) Psicologia Ambiental: área emergente ou referencial para um futuro sustentável?, *in* H. Günther, J. Q. Pinheiro, Guzzo R. S. L. (orgs.), **Psicologia Ambiental – Entendendo as relações do homem com seu ambiente**, 2 ed., Alínea, Campinas.
- Hall, E. T. (2005) **A Dimensão Oculta**, Martins Fontes, São Paulo.
- Macedo, D., Oliveira, C. V., Günther, I. A., Alves, S. M., Nóbrega, T. S. (2008) O Lugar do Afeto, o Afeto pelo Lugar: O que Dizem os Idosos? **Revista Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, Vol. 24 n. 4, pp. 441-449, Out-Dez 2008.



Maia, E. M. C., Ferreira, C. L. (2009) Envelhecimento e Desafios Adaptativos, *in* Falcão, D. V. S., Araújo, L. F. (orgs.), **Psicologia do Envelhecimento – relações sociais, bem-estar subjetivo e atuação profissional em contextos diferenciados**, Alínea, Campinas.

Mascaró, L., Mascaró, J. (2009) **Ambiência Urbana**. 3 ed., Masquatro, Porto Alegre.

Masetti, M. (2003) **Boas Misturas – a ética da alegria no contexto hospitalar**, Palas Athena, São Paulo.

Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização (2006) **Cartilha de Ambiência**, 2 ed., MS, Brasília, acesso em set/2007. In: www.saude.gov.br/humanizausus

Neri, A. L. (org.), Venturi, G., Bokany, V., Santos, G. A., Lopes, A., Lopes, D., Deus, S. I. A., Neri, M., Doll, J., Alves, A. M., Lopes, R. G. C., Faleiros, V. P., Camarano, A. A., Lebrão, M. L., Duarte, Y. A. O., Siqueira, E. C. (2007) **Idosos no Brasil: vivências, desafios e expectativas na terceira idade**, FPA/SESCSP, São Paulo.

Okamoto, J. (2002) **Percepção Ambiental e Comportamento – Visão Holística da Percepção Ambiental na Arquitetura e na Comunicação**, Mackenzie, São Paulo.

Schmid, A. L. (2005) **A Idéia de Conforto. Reflexões sobre o ambiente construído**, Pacto Ambiental, Curitiba.

Tomasini, S. L. V. (2005) Envelhecimento e planejamento do ambiente construído: em busca de um enfoque interdisciplinar, **RBCEH – Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, Passo Fundo, 76-88 – jan./jun.

Vitta, A. D. (2006) Envelhecimento, Capacidade para o Trabalho e Qualidade de Vida no Trabalho, *in* M. J. D. Diogo, A. L. Neri, M. Cachioni (org.), **Saúde e Qualidade de Vida na Velhice**, 2 ed., Alínea, Campinas.