

Aspectos ergonômicos no uso de utensílios domésticos por populações idosas

Leonildo Santos do Nascimento Júnior¹, Karla Luciana Magnani¹, Marcello Barbosa Otoni Guedes¹, Achilles de Sousa Andrade¹, Juliana da Costa Santos Pessoa².
(¹Universidade Federal do Rio Grande do Norte; ²Centro Universitário de João Pessoa)

1. Introdução

A OMS (2002) prevê, em uma perspectiva global, que por volta de 2025 serão 1,2 bilhões de pessoas com mais de 60 anos de idade em todo o mundo e por volta de 2050, terá o dobro deste contingente. Modificações fisiológicas e psicológicas acometem os que envelhecem, acarretando mudanças na função visual, auditiva e em aspectos da saúde e da mobilidade corporal, não obrigando uma incapacidade na realização de atividades cotidianas, porém tais perdas podem diminuir as habilidades em realiza-las e aumentar a possibilidade de que acidentes ocorram. Tal quadro sugere uma maior assistência a populações idosas, de modo a diminuir ou sanar estas situações críticas (McIntyre e Atwal, 2005). Para isso, tem-se a Ergonomia, definida por Wisner (1987) como “o conjunto de conhecimentos científicos relativos ao homem e necessários para a concepção de ferramentas, máquinas e dispositivos que possam ser utilizados com o máximo de conforto, segurança e eficácia”.

Para a concepção de artefatos, torna-se necessário a identificação de necessidades especiais, baseando-se em fatores como a antropometria, na diminuição de suas acuidades visual e auditiva, bem como da força muscular e de alguns fatores cognitivos no idoso. Com isto, este trabalho pretendeu identificar quais são os mais frequentes problemas ergonômicos decorrentes da utilização doméstica de objetos e utensílios por populações idosas e recomendar soluções, face aos problemas mais encontrados.

2. Metodologia

Foi desenvolvido - valendo-se da situação social e das mudanças fisiológicas sofridas por quem envelhece e as possíveis dificuldades que apresentavam ao realizar atividades no seu ambiente domiciliar - e aplicado - junto a idosos participantes de grupos de idosos de uma cidade localizada no nordeste brasileiro - um formulário de entrevista. Nenhum deles foi obrigado a participar, tendo cada um assinado um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Para a análise dos dados, foi utilizado o programa estatístico *Statistical Package for the Social Science* (SPSS, version 15.0).

3. Resultados

A amostra é composta por 96 indivíduos com idade entre 58 e 89 anos, sendo maior parte do sexo feminino (85%), com o hábito de realizar atividades em suas residências com pouco ou nenhum auxílio e sem diagnóstico de doença neurodegenerativa ou limitante. Sobre possíveis dificuldades, 94% da população relatou dificuldade, pelo menos, em um utensílio doméstico.

Na **cozinha**, houve queixas de dificuldades com a geladeira (16 idosos), 69% classificaram como alta em relação ao seu alcance funcional ou por possuir compartimentos localizados abaixo do limite funcional (12,5%), ainda citou a dificuldade por ser exigido demasiada força para abertura da mesma (19%). Koppa, Jurmain e Congleton (1989), mencionam que para geladeira a ser usada por idosos, “as portas devem abrir facilmente por pessoas que apresentam diminuição em seus níveis de força”, já no que diz respeito a altura deste utensílio, Pinto *et al.* (2000) recomendam que seja até ao limite dos 1600 mm. Para o liquidificador, foi seu funcionamento com ruído muito elevado (50% dos seis idosos que relataram dificuldades), também houve relatos sobre o peso do produto, além da ausência de informações claras sobre o seu funcionamento. O peso também foi citado por dois idosos que descreveram

dificuldade no uso do ferro elétrico de passar roupas.

No que tange ao mobiliário, sobre o armário, cerca de 40% da amostra assim se distribuiu: 93% disseram ser pelo fato de se situarem muito acima do seu alcance funcional, houveram ainda reclamações sobre a pega das portas (2%), o peso dos mesmos (2%) e a presença de pontas como fator de risco para acidentes (3%). Sobre este último item, Araújo *et al.* (2008) sugerem que desde a fase de concepção, deve ocorrer a eliminação de “quinas vivas” de mobiliários, pois acidentes graves podem acontecer em sua presença. Em relação às cadeiras deste cômodo, a metade dos participantes disse ter algum desconforto, sendo que a grande maioria (quase 68% destes) relatou dificuldades em movimentá-las devido às mesmas serem produzidas com materiais que lhe conferem um peso elevado, seguido dos 60% que relataram as dificuldades pelo fato deste mobiliário apresentar-se com uma superfície muito rígida, no local onde se sentam, não sendo possível passar muito tempo nesta posição, já que o design incorreto impede a prática de boas posturas, trazendo também problemas de circulação sanguínea. Dados surpreendentes são àqueles que julgaram a dificuldade em usar a mesa da cozinha, pois as mesmas são muito pesadas, perfazendo 80% da amostra de reclamadores. Foram muitos, totalizando 43,7%, os que também relataram a constante vigilância pelas mesas de suas cozinhas apresentarem quinas vivas.

Já a associação de dificuldades aos talheres, do total de queixosos (num total de 13 idosos), quase 77% deles relataram dificuldades na pega dos mesmos, seguidos por aqueles (38,5%) que relataram que os utensílios usados em sua casa possuíam uma superfície escorregadia, facilitando a ocorrência de acidentes. Sobre os talheres e utensílios com cabo, Unicovsky (2004) julga necessário que os talheres usados por idoso tenham “*cabos forrados para uma prensa mais firme e com formato que se encaixe a anatomia corporal*”.

Sobre as dificuldades no uso de utensílios e o mobiliário da **sala**, viu-se reclamações frequentes em relação a estante (24%), pelo fato de que a maioria delas apresenta compartimentos muito altos (65%) ou muito baixos (13%) em relação ao alcance funcional. A presença de pontas totalizou 26% de incômodo na população insatisfeita. Houve ainda, os que citaram o telefone ou o telefone móvel como utensílios de uso difícil, sendo que dos que citaram o telefone (três idosos), viu-se que houve queixas relacionadas com a dificuldade em ouvir conversas (66,7%), ao tamanho dos acionadores ou das informações apresentadas, com 33,3% cada queixa. Quando se fala em telefone móvel, os números são ampliados, já que o número de queixosos aumenta (20 idosos), e as reclamações ficam assim distribuídas: dificuldades em ouvir, dificuldades causadas pelo tamanho dos acionadores, dificuldades pelo tamanho das informações, com 20% dos queixosos cada um. Já os que relataram pouco entendimento da funcionalidade do aparelho somaram 50%.

Referente ao **quarto** verificaram-se relatos sobre dificuldades em aspectos da cama (31%) em tal distribuição: 67% citaram o peso elevado, na sequência aparecem os que a relataram como baixa (30%) ou alta (6,7%), foram ainda relatados presença de pontas ou quinas vivas (10%). Sobre o armário localizado no quarto, houve 45% de queixosos, sendo que cerca de 90% alegou dificuldades no uso deste e as relacionou com a estatura elevada e muito distante do alcance funcional dos idosos. Ainda foram citadas dificuldades quanto ao peso deste móvel (7,7%) e ao fato das pegas existentes nas suas portas serem escorregadias (5,1%). Sobre este último, Dekker *et al.* (2007) sugerem os puxadores como melhor opção para idosos.

Sobre as dificuldades encontradas no **banheiro**, 6% da amostra assinalou as torneiras, classificando-a como de superfície escorregadia (40%), por falta de rugosidades ou encaixe aos dedos. Já 60% dos que se queixaram, fizeram-no

por conta da exigência de força ao abrir ou fechar o registro de saída da água.

4. Conclusões

Foi possível observar que diante do declínio das funções cognitivas e físicas, os idosos enfrentam inúmeras situações na sua relação com mobiliário, aparelhos eletrônicos e o modo como sua casa se apresenta, traduzindo uma espécie de “sofrimento” psicológico e físico que pode ser vivenciado por estes. Em relação as queixas ergonômicas, viu-se que eram queixas citadas na literatura, sendo possível traçar boas recomendações e melhorias ergonômicas para evita-las, porém subentende-se que muito pouco tem sido feito para evitar essa relação negativa entre o usuário e o equipamento. A cozinha foi o cômodo com mais queixas, já que é nela que estão os artefatos que são usados para o cumprimento de quase todas as tarefas do lar.

REFERÊNCIAS

- OMS – Organização Mundial da Saúde (2002) *Active ageing: a policy framework*. Who/Nmh/Nph/02.8 ISBN
- McIntyre, A.; Atwal, A. (2007) *Terapia Ocupacional e a Terceira Idade*. São Paulo: Editora Santos.
- Wisner, A. (1987) *Por Dentro do Trabalho - Ergonomia: Método & Técnica*. São Paulo: FTD/Oboré.
- Koppa, R.J.; Jurmain, M.M.; Congleton, J.J. (1989) *An ergonomics approach to refrigerator design for the elderly person*. In: Applied Ergonomics, 20(2), p.123-130.
- Pinto, M. R.; Medici, S.; Van Sant, C.; Bianchi, A.; Zlotnicki, A.; Napoli, C. (2000) *Ergonomics, gerontechnology and design for the home-environment*. In: Applied Ergonomics, 31, p. 317 – 322.
- Araújo, M. C. B.; Morais, S. A.; Araujo, I. F.; Santos, M. B. G. (2008) *Avaliação dos riscos físicos no ambiente residencial e sua influência na qualidade de vida na terceira idade*. In: XXVIII ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA DE PRODUÇÃO. Rio de Janeiro – RJ. Anais, 2008.
- Unicovsky, M. A. R. (2004) *Idoso com sarcopenia: uma abordagem do cuidado da enfermeira*. In: Rev Bras Enferm, 57(3), p. 298-302.



III CiEh

**Congresso Internacional
de Envelhecimento Humano**

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

Campina Grande-PB/Brasil
13 a 15 de junho de 2013
www.cieh.com.br