

## O ENVELHECIMENTO ATIVO: PENSANDO O BAIRRO PARA OS IDOSOS.

PEREIRA, Silvana Gonçalves.<sup>1</sup>

SIMONI, Tainã Lopes.<sup>2</sup>

### RESUMO

O presente artigo tem como assunto o envelhecimento ativo. Primeiramente, serão introduzidos os conceitos gerais sobre o idoso, o velho e o idoso ativo. Na sequência, serão apresentadas as reflexões sobre a promoção do envelhecimento ativo e realizada uma breve abordagem, sobre as cidades amiga dos idosos. Após, serão apresentadas algumas políticas públicas em prol do envelhecimento ativo. Na etapa seguinte, será apresentado como o desenho urbano, pode possibilitar um envelhecer ativo na cidade. A problemática da pesquisa busca responder ao questionamento, de que as políticas e ações públicas em conjunto com o desenho urbano, podem possibilitar um envelhecer ativo na cidade. A justificativa do estudo foi demonstrar que o envelhecimento da população aliada a urbanização, são elementos fundamentais que moldam o século XXI. Com base nessa mudança demográfica, é necessário preparar e adequar a sociedade, inserindo elementos que tornem esse ambiente mais amigo do idoso. O objetivo geral foi demonstrar, que as cidades precisam oferecer condições, para que o envelhecimento, não se transforme em um empecilho, tanto no desenvolvimento das atividades físicas, como na participação das atividades sociais, econômicas e culturais. Para isso, é necessário considerar a inclusão de programas e ações baseadas no Envelhecimento Ativo, com ênfase no reconhecimento dos mais velhos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Envelhecimento Ativo, idoso, cidade amiga do idoso, desenho urbano.

### 1. INTRODUÇÃO

O trabalho em questão, está vinculado à Linha de Pesquisa denominada “Planejamento Urbano e Regional” que reúne estudos referentes às propriedades do planejamento urbano, e ao Grupo de Pesquisas que estuda os “Métodos e Técnicas do Planejamento Urbano e Regional”, que engloba os aspectos relativos ao surgimento e a história das cidades, ao planejamento, aos grupos humanos inseridos nesse espaço, mudanças e permanências do espaço urbano.

O desenvolvimento desta pesquisa primou por introduzir as reflexões e os conceitos gerais sobre o idoso, o velho e o idoso ativo. Com ênfase na promoção do envelhecimento ativo preconizado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), e sua abordagem sobre as cidades amiga dos idosos. Como hipótese buscou-se comprovar que na medida em que o envelhecimento ativo se torna um processo contínuo, uma cidade amiga dos idosos não é simplesmente amiga das pessoas idosas, a mobilidade e a caminhabilidade melhoram, proporcionando independência para as pessoas

<sup>1</sup>Discente do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário FAG, Graduada em Gestão de Recursos Humanos. E-mail: silvanagoncalves0606@gmail.com.

<sup>2</sup>Docente do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário FAG, Arquiteta e Urbanista, Especialista em projeto de gestão e sustentabilidade. E-mail: tai\_lopes@hotmail.com.

com incapacidades. Quanto ao capital social uma vizinhança segura permite que todos os moradores se sintam confiantes para sair à rua e participar das atividades sociais e de lazer, contribuindo com o crescimento da economia local que se torna lucrativa devido a clientela formada por consumidores adultos mais velhos.

Nesse sentido, o presente artigo se estrutura da seguinte forma: primeiramente, serão introduzidas os conceitos e reflexões sobre o envelhecimento ativo. Na etapa seguinte será realizada uma abordagem de maneira breve sobre “a cidade amiga dos idosos” e as políticas públicas em prol do envelhecimento ativo. Por fim relata como o desenho urbano pode possibilitar um envelhecer ativo na cidade, considerando os processos metodológicos escolhidos, para então, serem realizadas as devidas análises e considerações finais.

## **2. REFERENCIAL TEÓRICO OU FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

### **2.1 OS SIGNIFICADOS E CONCEITOS DO IDOSO, VELHO E IDOSO ATIVO.**

As pessoas idosas nas considerações de Neri (2009, p.18), são denominadas de acordo com o contexto sociocultural, devido as “diferenças que exibem em sua aparência, força, funcionalidade, produtividade ou desempenho de papéis sociais primários em comparação com adultos não idosos”. Segundo o autor, a velhice até alguns anos atrás, era definida pelas quantidades de doenças, e não pela continuidade das condições de saúde, da atividade vitais desenvolvidas, ou pela presença da variabilidade das formas de viver a velhice. Contudo para o autor acima citado, a velhice pode ser definida como a última fase do ciclo vital, um produto da ação decorrente dos processos de desenvolvimento e envelhecimento, que tem como ápice a capacidade de reproduzir a espécie. Já o envelhecimento biológico, pode ser definido como a diminuição progressiva da capacidade de adaptação e de sobrevivência e atua como um processo gradual de declínio em estrutura, função, organização e diferenciação, cujo ponto final é a morte (NERI, 2009).

De acordo com Gontijo (2005, p.08), a OMS adotou o termo “envelhecimento ativo” para expressar “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”. O objetivo do “envelhecimento ativo” é aumentar a expectativa de uma vida saudável e a qualidade de vida para todas as pessoas que estão envelhecendo, independente se são frágeis, fisicamente incapacitadas ou que requerem cuidados. Para a OMS o envelhecimento ativo, pode ser aplicado

tanto a indivíduos quanto a grupos populacionais, permitindo com que as pessoas percebam seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo do curso da vida, e sua participação na sociedade, de acordo com suas necessidades, desejos e capacidades, ao mesmo tempo, que propicia proteção, segurança e cuidados adequados. Conforme a OMS o termo “ativo” refere-se à participação contínua nas questões sociais, econômicas, culturais, espirituais e civis, já que as pessoas idosas que se aposentam, que apresentam alguma doença ou possuem necessidades especiais, podem continuar contribuindo ativamente com seus familiares, companheiros, comunidades e países (GONTIJO, 2005).

Contudo, para Campos (2014), atualmente os estudos sobre envelhecimento, relatam desafios voltados para a compreensão das condições associadas ao envelhecimento, como um processo positivo e a velhice como uma etapa da vida, que pode ser acrescida de saúde, bem-estar, prazer e qualidade de vida.

## 2.2 REFLEXÕES SOBRE A PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO

Nas considerações de Neri (2009), a modernização da sociedade promove um declínio no status social do idoso, com isso, o autor elenca 4 elementos que promovem o declínio do status social do idoso. O primeiro deles é a adoção de novas tecnologias que tornam obsoletos os conhecimentos e as capacidades dos idosos, em favor da valorização dos mais jovens produzindo um rebaixamento do seu status, que influencia, seu autoconceito e envolvimento social. O segundo elemento é o processo de urbanização que afetado pela separação geográfica, acarreta no enfraquecimento dos laços familiares, aumentando a distância entre as gerações, resultando na diminuição do status dos idosos, na família e na comunidade. O terceiro ponto é o investimento seletivo da sociedade na educação e na atualização tecnológica e profissional dos mais jovens em detrimento das oportunidades oferecidas aos mais velhos, esse procedimento pode produzir uma inversão de papéis de domínio e subordinação entre as gerações, com prejuízos aos mais velhos. Por fim, geralmente as sociedades não conseguem investir igualmente nos jovens e idosos, pois na medida que aumenta a proporção de idosos na população, produz-se uma tensão por recursos que é prejudicial à imagem social e ao bem-estar dos idosos (NERI, 2009).

De acordo com essa abordagem Pedro (2013), afirma que as preocupações com o envelhecimento, convergem para as questões coletivas e individuais e que tais evidências demográficas, não reduzem a relevância dos demais municípios da região, no desenvolvimento de

estratégias para a promoção do envelhecimento ativo e atenção às demandas e necessidades das pessoas e daquelas em processo de envelhecimento.

### 2.3. AS CIDADES AMIGA DOS IDOSOS.

Não é novidade que a população mundial esteja envelhecendo. No Brasil, o censo 2010 relatou que o processo de envelhecimento apresenta taxas crescentes. As pessoas idosas enfrentam inúmeras barreiras para ter qualidade de vida. Barreiras de acessibilidade, a espaços abertos, prédios, transporte e moradia, devido a sua saúde fragilizada ou pelo avançar da idade. Foi reconhecendo a importância da pessoa idosa e do envelhecimento ativo, que a Organização Mundial de Saúde – OMS realizou uma pesquisa com 33 cidades de várias regiões do mundo, incluído o Brasil. Com o intuito de identificar as características amigáveis aos idosos. Essa iniciativa propiciou a elaboração do Guia Cidade Amiga do Idoso e a criação de uma Rede Global de cidades que aderiram às recomendações constantes no referido guia para melhorar a qualidade de vida da pessoa idosa. A existência de áreas em que as pessoas possam sentar-se é considerada pelos idosos uma característica urbana necessária.

Conforme o Guia Global da Cidade Amiga do Idoso (2008, p.09), “Um contingente maior de idosos também está morando em cidades”, em muitos casos a proporção de residentes idosos chega a ser a mesma de moradores de faixas etárias mais jovens, esse crescimento urbano está associado ao desenvolvimento tecnológico e econômico de um país. O documento destaca, que as cidades vibrantes beneficiam toda a população urbana e rural, por ser o centro das atividades culturais, sociais e políticas, formam um celeiro de novas ideias, produtos e serviços que exercem influência em outras comunidades. Contudo, para compensar as alterações físicas e sociais decorrentes do envelhecimento, os idosos precisam de ambientes que lhes apoiem e capacitem, essa necessidade foi reconhecida como um dos três direcionamentos principais do Plano Internacional de Ação de Madri, de 2002, com endosso das Nações Unidas.

Seguindo essa abordagem a OMS (2008, p.10), destaca que “tornar as cidades mais amigáveis aos idosos é uma resposta necessária e lógica para promover o bem-estar e a contribuição de idosos residentes em áreas urbanas e manter as cidades prósperas”. Uma cidade amiga do idoso é uma cidade para todas as idades, pois o envelhecimento ativo é um processo de toda a vida (OMS, 2008).

De acordo com Maria Lima (2016), “ Uma cidade adaptada para as pessoas mais velhas é um ambiente comunitário integrador e acessível que otimiza as oportunidades de saúde”, é uma maneira de incentivar a participação e segurança de todos os habitantes, com isso melhorar a qualidade de vida e a dignidade a medida que as pessoas envelhecem.

Um estudo realizado nos Estados Unidos pelo Centro de Estudos do Alzheimer da Kansa’s University revela, ainda, outros aspectos da relação entre o ambiente construído das cidades e envelhecimento. Relacionando o potencial de “caminhabilidade” com a melhora na cognição e o rejuvenescimento da mente, o estudo verificou que os idosos que viviam em regiões da cidade com mais densidade, conexões entre ruas e opções de destinos para chegar a pé se saiam melhor nos testes cognitivos e estavam menos propensos às formas mais agudas de demência. Isso significa que, além dos benefícios relacionados à saúde física da população idosa, envelhecer ativamente também contribui positivamente para a memória. (LIMA, 2016, p.01).

#### 2.4. AS POLÍTICAS PÚBLICAS EM PROL DO ENVELHECIMENTO ATIVO.

Segundo Gontijo (2005), os países podem custear o envelhecimento, se os governos, as organizações internacionais e a sociedade civil implementarem políticas e programas de “envelhecimento ativo” que melhorem a saúde, a participação e a segurança dos cidadãos mais velhos, o resultado seria um envelhecimento com experiências positivas. Em todos os países, e especialmente nos países em desenvolvimento, as medidas para ajudar pessoas mais velhas a se manterem saudáveis e ativas são uma necessidade, não um luxo. O mesmo autor salienta que as políticas e programas citados acima devem ser baseadas nos direitos, necessidades, preferências e habilidades das pessoas mais velhas, além disso, incluir uma perspectiva de curso de vida que reconheça a importância e influência das experiências de vida para a maneira como os indivíduos envelhecem, pois, a revolução demográfica no que se refere as pessoas com 60 anos ou mais, cresce rapidamente em todo o mundo mais do que em qualquer faixa etária (GONTIJO, 2005).

O estatuto do Idoso no Art. 38 preconiza que “nos programas habitacionais, públicos ou subsidiados com recursos públicos, o idoso goza de prioridade na aquisição de imóvel para moradia própria”, observado a reserva de 3% (três por cento) das unidades residenciais para atendimento aos idosos; a implantação de equipamentos urbanos comunitários voltados ao idoso; eliminação de barreiras arquitetônicas e urbanísticas, para garantia de acessibilidade ao idoso (BRASIL, 2013).

Pedro (2013, p.17), destaca que no Brasil em 2007, foi promulgada a Lei n.º 12.548 que “consolida a legislação relativa ao idoso no Estado de São Paulo, a lei orienta metas, ações, políticas e programas, em consonância com as legislações nacionais e diretrizes internacionais”. A referida legislação aponta a necessidade de ações integradas e de parcerias entre o poder público e a sociedade civil envolvendo as áreas de promoção e ação social, saúde, trabalho e previdência social, habitação e urbanismo, justiça. Além disso, a lei define políticas e programas que deverão nortear as ações para as pessoas idosas nas áreas do turismo, assistência social, vacinação, programa de atendimento geriátrico, programas educacionais e habitacionais. O mesmo autor relata que em 2008 foi elaborado o Plano Estadual para a Pessoa Idosa e posteriormente o Decreto Lei nº 58.047, de 15 de maio de 2012 que institui o Programa Estadual “São Paulo Amigo do Idoso” (PEDRO, 2013).

De acordo com a OMS (2008), as comunidades não urbanas também devem se tornar mais amigas dos idosos. Em muitos países, os idosos constituem um percentual significativo da população em áreas rurais e remotas, decorrente da emigração dos mais jovens. A OMS cita que o governo federal canadense e os de suas províncias, estão conduzindo um projeto para identificar as características amigáveis aos idosos em muitas cidades pequenas e vilarejos, e os resultados serão partilhados com o mundo inteiro.

Nas recomendações de Costa (2015), não incluir completamente os idosos em estratégias de desenvolvimento humano faz aumentar as chances de doenças passíveis de prevenção, pobreza, negligência e abuso. Os riscos para as famílias e para a sociedade incluem a dependência, custos elevados para os sistemas de saúde e de seguridade social e perda de capacidade produtiva. O mesmo autor destaca que nenhum país, pode se declarar completamente preparado, para a revolução da longevidade. Entretanto, o desafio é maior, para os países menos desenvolvidos onde está a maioria dos idosos do mundo, onde essa população vem aumentando mais rápido e onde os determinantes sociais de doença são ainda mais evidentes.

## 2.5. O DESENHO URBANO PODE POSSIBILITAR UM ENVELHECER ATIVO NA CIDADE.

Ao tratar o desenho urbano, Cuthbert, (2006, p.01) afirma que o “Desenho urbano é o estudo de como cidades alcançaram sua forma física e os processos que tomam parte para renová-la”, de como as civilizações escolhem se representar em forma espacial, e os processos através dos quais surgem formas urbanas específicas. Para ao autor o desenho urbano não é apenas a arte de projetar cidades, mas o conhecimento de como as cidades crescem e mudam. Em concordância com



Cuthbert, no que se refere ao desenho urbano Hapner (2006, p.14) relata que o “Desenho urbano é o processo social através do qual a cidade adquire sua forma”.

De acordo com Costa (2015, p.66), “O ambiente apresenta fatores de risco e de proteção para a resiliência em todas as etapas da vida”, por isso, é necessário ajustar o ambiente para compensar o declínio da capacidade funcional, para democratizar a participação e o bem-estar, promover a atividade física individual e reduzir riscos de lesão, ao mesmo tempo que seu envolvimento é encorajado. O autor afirma que um ambiente acolhedor, promove a interação no espaço público resultando numa coesão social. Os espaços ao ar livre, desenvolve a socialização, por meio de atividades físicas e recreativas, além disso os espaços com áreas verdes, melhoram a saúde física e mental, pois estimula as caminhadas, melhora a qualidade do ar, reduz o estresse e, contudo, facilita os encontros sociais. Quanto ao planejamento urbano, a alocação de espaço para uso residencial ou comercial, afeta a mobilidade ao ar livre, pois as pessoas costumam andar mais, em bairros mistos, onde as áreas residenciais se mesclam com as áreas de comércio. Quanto a mobilidade dos idosos, no ambiente externo construído, alguns elementos influenciam na qualidade da caminhabilidade dos idosos, depende da topografia, das características do design, como rampas no meio-fio, faixas de pedestres, iluminação, exposição aos elementos, calçadas e bancos dentre outros (COSTA, 2015).

Conforme relatado por Gontijo (2005), as pessoas idosas com dificuldades de locomoção, como as que residem em ambientes ou áreas de risco, que possuem inúmeras barreiras físicas estão mais propensas ao isolamento, depressão, menor preparo físico e problemas de mobilidade, em concordância com exposto por Costa (2015). Quanto ao transporte, Costa (2015) destaca que conforme as capacidades funcionais diminuem, ter opções de transporte se torna ainda mais relevante. Abrir mão de dirigir por completo limita o engajamento fora de casa e pode ter impacto negativo sobre a qualidade de vida se outras alternativas de transporte não estiverem disponíveis ou se não forem aceitáveis, já que a liberdade de dirigir influencia os sentimentos de autonomia, controle, inclusão e o status dos idosos (COSTA, 2015).

Contudo para Gontijo (2005, p.27) “os fatores determinantes relacionados ao ambiente físico adequados à idade podem representar a diferença entre a independência e a dependência para todos os indivíduos”, em especial para aqueles em processo de envelhecimento. Com a urbanização e a migração dos jovens em busca de emprego, os idosos tendem a ficar isolados, principalmente nas áreas rurais, com dificuldades de acesso aos serviços sociais e de saúde. Neste caso é necessário ter um transporte público, acessível e eficiente, tanto em áreas rurais como nas áreas urbanas, integrando as pessoas de todas as idades. Quanto as questões de moradia e vizinhança, para o bem-

estar do jovem e do idoso, a proximidade dos membros da família, aliado aos serviços e transporte de qualidade, promovem uma interação social positiva e afasta o isolamento. Em todo o mundo há uma tendência maior, para que os idosos vivam sozinhos, e a proporção de idosos vivendo em cortiços e favelas está crescendo, mesmo nos países mais desenvolvidos, aumentando a chance de maior de isolamento social e saúde precária (GONTIJO, 2005).

### 3. METODOLOGIA

O presente estudo foi pautado na metodologia de pesquisas bibliográficas, para a realização de fichamentos por meio de fontes bibliográficas como obras de referências os livros de leitura corrente, as teses e dissertações, periódicos científicos, anais de encontro científicos e periódicos de indexação e de resumo, dispostos na biblioteca e na internet.

Após realizados os fichamentos, o primeiro passo foi buscar os significados e reflexões sobre o envelhecimento ativo, depois fazer uma breve abordagem sobre as cidades amiga dos idosos. Apresentar algumas políticas públicas aplicadas em prol do envelhecimento ativo.

Na etapa seguinte buscou-se contextualizar o desenho urbano e como ele pode possibilitar um envelhecer ativo na cidade. Com base na pesquisa levantada, por fim foram feitas as análises e considerações finais para confirmar ou refutar a hipótese inicial.

### 4. ANÁLISES E DISCUSSÕES

Com as definições apresentadas, a partir das informações elencadas na fundamentação, foi possível perceber que repensar a vida em sociedade é fundamental, uma vez que envelhecer é inevitável. O desenho urbano é o meio que proporciona a construção de uma sociedade mais amigável ao idoso, pode-se citar a necessidade de vida entre os edifícios, com o objetivo de promover a satisfação dos habitantes que circulam pelos espaços públicos.

Um dos motivos para o crescimento de espaços públicos é o aumento da longevidade, mobilidade e lazer. Projetos destinados a melhoria de vida dos idosos produz uma imagem positiva da cidade, possibilitando ao usuário idoso uma integração com a cidade, proporcionando a realização das suas atividades com tranquilidade e sem receio de sofrer quedas ou de haver esforço excessivo com a atenção em desviar de buracos mal posicionados. O desenho urbano deve preparar



a cidade para receber os idosos, com o olhar para os espaços públicos, tornando mais acessível a todos.

Segundo Argimon (2002, apud Benedetto, p.3296), “o ser humano é um agente ativo do seu próprio desenvolvimento. O desenho da cidade é como uma arte temporal, onde o ritmo é percebido de maneira individual pelas pessoas como um cenário que muda a cada instante, abrindo possibilidade para ser explorado”.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa bibliográfica foi necessária para compreender os conceitos e teorias sobre o envelhecimento ativo e os significados atribuídos ao envelhecimento: idoso, velho e idoso ativo. Foi possível entender que o envelhecimento ativo é um processo que dura a vida toda, que toda a comunidade é beneficiada pela participação dos idosos. O Capital Social é fortalecido, por meio da mobilidade e independência das pessoas com deficiências, de uma vizinhança segura que permite com que os moradores, tenham mais confiança em sair em participar das atividades de lazer ou sociais. O estudo demonstrou que as famílias sofrem menos estresse, quando seus membros idosos contam com o apoio comunitário e com serviços de saúde dos quais necessitam. Contudo é necessário a criação de políticas e programas que melhorem a qualidade de vida dos idosos, dar apoio social através de medidas que visam reduzir os riscos da solidão e do isolamento social, por meio de apoio aos grupos comunitários, sociedades tradicionais, grupos de autoajuda, programas comunitários, de cuidadores e familiares.

O objetivo fundamental do estudo foi atingido e demonstrado através da fundamentação teórica. Foi possível confirmar a hipótese inicial, de que sim é evidente que na medida em que o envelhecimento ativo se torna um processo contínuo, uma cidade amiga dos idosos não é simplesmente amiga das pessoas idosas, a mobilidade e a caminhabilidade melhoram, proporcionando independência para as pessoas com incapacidades. Por fim a economia local também se torna lucrativa devido a clientela formada por consumidores adultos mais velhos.

Contudo conforme o exposto até aqui e levando em consideração que o bairro Jardim Guarujá, atualmente possui em sua maioria dos moradores de pessoas acima de 65 anos de idade, e de aposentados que continuam atuando no mercado de trabalho, é possível pensar o bairro, levando em consideração as iniciativas tomadas pela OMS para as Cidades amiga dos Idosos. Pautando-se nos limites da pesquisa acima exposta, propõe-se a continuidade para trabalhos futuros.

## REFERÊNCIAS

BENEDETTO, Isabel Lanner Carvvalho. Congresso Brasileiro de Pesquisa e Desenvolvimento em Desing. **A cidade e o Idoso: uma interação criativa necessária**, 2016. Disponível em: <file:///C:/Users/Silvana/Desktop/ARTIGO%20TAINA/001011979.pdf>. Acesso em 13 jun 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Estatuto do Idoso / Ministério da Saúde** - 3ª. ed., 2. Reimpressão - Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 70 p.

CAMPOS, Ana Cristina Viana; FERREIRA, Efigênia; VARGAS, Andréa Maria Duarte. **Determinantes do envelhecimento ativo segundo a qualidade de vida e gênero, 2014**. Disponível em: < http://www.scielo.br/pdf/csc/v20n7/1413-8123-csc-20-07-2221.pdf>. Acesso em 28 mai 2018.

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG. **Manual para Elaboração e Apresentação de Trabalhos Acadêmicos**, 2015. Disponível em: <https://www.fag.edu.br/novo/arquivos/academico-online/manual-de-normas-2015-22.pdf>.

COSTA, Silvia. ILC – Brasil. Centro Internacional de Longevidade. **Envelhecimento Ativo: Um Marco Político em Resposta à Revolução da Longevidade**, 2015. Disponível em: file:///E:/ARTIGO%20TAINA/Envelhecimento-Ativo-Um-Marco-Politico-ILC-Brasil\_web.pdf>. Acesso em 12 jun 2018.

CUTHBERT, Alexander. **The Form of Cities: Political Economy and Urban Design**. Disponível em: https://quapasel.files.wordpress.com/2011/11/apresentac3a7c3a3o-alexandre-hepner-desenho-urbano.pdf. Acesso em 19 jun 2018.

GONTIJO, Suzana, **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**/World Health Organization; Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento\_ativo.pdf >. Acesso em: 25 mai 2018.

GIL, Antonio, Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 5.ed. São Paulo: Atlas, 2010.

HEPNER, Alexandre. **Desenho urbano: um resgate teórico, 2006**. Disponível em: https://quapasel.files.wordpress.com/2011/11/apresentac3a7c3a3o-alexandre-hepner-desenho-urbano.pdf. Acesso em 19 jun 2018.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de Metodologia Científica**. São Paulo: Atlas, 2001.



LIMA, Maria. **Cidade Ativa**, 2016. Disponível em: <<http://www.mobilize.org.br/blogs/cidade-ativa/sem-categoria/envelhecimento-ativo-pensando-cidades-para-idosos/>>. Acesso em 30 mai 2018.

NERI, Anita Liberalesso. **Conceitos e teorias sobre o envelhecimento**, 2009. Disponível em: <[https://www.larpsi.com.br/media/mconnect\\_uploadfiles/c/a/cap\\_016.pdf](https://www.larpsi.com.br/media/mconnect_uploadfiles/c/a/cap_016.pdf)>. Acesso em: 25 mai 2018.

OMS - Organização Mundial da Saúde. **Guia global: cidade amiga do idoso**, 2008. Disponível em: <<http://www.who.int/ageing/GuiaAFCPortuguese.pdf>>. Acesso em 06 jun 2018.

PEDRO, Wilson José Alves. **Reflexões sobre a promoção do Envelhecimento Ativo**. Revista Kairós Gerontologia, 16(5), pp.09-32. Online ISSN 2176-901X. Print ISSN 1516-2567. São Paulo (SP), Brasil: 2013, FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/18506>>. Acesso em: 25 mai 2018.