



ENVELHECIMENTO POPULACIONAL E ESPAÇO URBANO: UM ESTUDO SOBRE ACESSIBILIDADE, SAÚDE MENTAL E CONVÍVIO SOCIAL EM MANHUAÇU-MG

Bárbara Rhodes Mucida

Amanda Santos Vargas

Curso: Arquitetura e Urbanismo Período: 9º Área de Pesquisa: Ciências Sociais Aplicadas

Resumo: O envelhecimento populacional é um processo contínuo, marcado pelo aumento da população idosa, que dobrou entre os anos 2010 e 2022 no Brasil, fato que desperta para a observação das condições estruturais da sociedade, em especial do espaço público para acolher de maneira igualitária a pessoa idosa. Este estudo destaca a situação do envelhecimento populacional e estruturas físicas e sociais da cidade de Manhuaçu-MG. A metodologia busca compreender, no primeiro momento, o estado da arte, por meio de revisões bibliográficas e artigos científicos que tratam da questão da qualidade do envelhecimento e diretrizes para adequação dos espaços urbanos para a nova realidade populacional. Este processo traz à tona desafios, especialmente relacionados à falta de mobilidade e a falta de acessibilidade urbana, que contribuem de maneira significativa com o isolamento social e depressão na pessoa idosa. A depressão é o transtorno mental mais frequente a população idosa e pode ser intensificada por enfermidades crônicas, diminuição da autonomia e falta de suporte familiar e social. A metodologia da pesquisa envolveu, no segundo momento, o estudo de estatísticas demográficas acerca do aumento e distribuição da população idosa em Manhuaçu e as possibilidades de acesso à espaços de lazer públicos em razão de sua localização. O estudo revelou disparidades nas condições de acessibilidade e oferta de lazer entre bairros. Com base nos achados, o artigo sugere que repensar o planejamento urbano com foco na terceira idade é urgente, valorizando o envelhecimento ativo, o acesso à cidade e a convivência social. Diante disso, levanta-se um questionamento: a criação de centros-dias distribuídos pelos bairros, voltados ao acolhimento, cuidado e convivência de idosos, poderia ser uma alternativa eficiente para minimizar os impactos dos efeitos do isolamento e promover bem-estar? A proposta ainda demanda reflexão sobre viabilidade, mas aponta para caminhos promissores no desenvolvimento de uma cidade mais inclusiva e preparada para o envelhecimento populacional.

Palavras-chave: Idosos. Saúde Mental. Depressão. Envelhecimento. Acessibilidade.

1. INTRODUÇÃO

A população idosa no Brasil tem demonstrado um crescimento significativo ano após ano. Com base nas informações disponibilizadas pelo IBGE (2022), a parcela idosa dos habitantes residentes no país alcançou a marca de 32.113.490 indivíduos. De 2000 para 2023, a proporção de idosos (pessoas com idade igual ou superior a 60 anos) na sociedade brasileira quase duplicou, subindo de 8,7% para 15,6%. Esse fenômeno demográfico é amplamente atribuído a evolução tecnológica, que têm proporcionado suporte essencial à ciência, permitindo progressos significativos nos estudos no contexto do bem-estar humano e, consequentemente, impulsionando a expansão da longevidade populacional.

Um aspecto altamente relevante a ser abordado durante esta fase da vida, é a saúde mental, frequentemente negligenciada em meio a outras circunstâncias de saúde. A saúde mental dos idosos pode estar intimamente ligada a diversos fatores, abrangendo a redução da mobilidade, a viuvez e o isolamento social (SOUZA; HOLANDA, 2024). O isolamento social no grupo dos idosos constitui uma realidade alarmante, frequentemente resultante da ausência de independência e mobilidade. Muitos idosos enfrentam dificuldades para se locomover, seja por limitações físicas, questões de saúde ou devido à ausência de transporte adequado. De igual modo, a carência de espaços apropriados, tanto em ambientes privados quanto públicos, contribui para intensificar esse cenário. Frequentemente, as residências não são adaptadas visando satisfazer as necessidades desses indivíduos, dificultando sua movimentação dentro de casa. Nos espaços públicos, a ausência de infraestrutura acessível, como calçadas adequadas, rampas e transporte público adaptado, limita ainda mais as oportunidades de convivência social.

A combinação desses fatores resulta em isolamento e solidão, culminando em uma significativa falta de socialização. Por diversas vezes, os idosos acabam sendo esquecidos pela sociedade, o que interfere negativamente em seu bem-estar emocional e pode desencadear a depressão. Esta situação é marcada por um desenvolvimento gradual e silencioso, afetando o indivíduo de maneira insidiosa, frequentemente sem ser percebida na sua rotina diária. A depressão sobressai como a principal questão de saúde mental, de maior prevalência em nível mundial. Pesquisas realizadas por Lima *et al.* (2018) enfatizam a significância de implementar ações efetivas focadas na prevenção e no cuidado direcionado ao fortalecimento da saúde mental, com o objetivo de oferecer assistência às pessoas idosas. Tais iniciativas são essenciais para assegurar a esses indivíduos um sentimento de serem úteis, ativos e integrados socialmente. É essencial que a sociedade reconheça e valorize o papel dos idosos, proporcionando-lhes oportunidades de momentos para o relacionamento social e envolvimento em atividades que estimulem em seu bem-estar emocional e psicológico. Dessa forma, torna-se possível suavizar os efeitos indesejados do isolamento e promover um modelo de vida digno para essas pessoas.

Frente a essa situação, torna-se evidente a relevância de espaços públicos e privados adequados e seguros para os idosos, que minimizem riscos e possibilitem a livre circulação necessária para assegurar, não exclusivamente a segurança física, mas também o bem-estar emocional desses indivíduos, promovendo uma maior autonomia. Parques, praças e centros comunitários equipados com infraestrutura adequada são fundamentais para proporcionar oportunidades de descontração e convívio social. O bem-estar dos idosos está diretamente ligado à possibilidade de levar uma vida mais ativa e engajada. Segundo a Lei N° 14.423, de 22 de julho de 2022, Art. 2º:

A pessoa idosa goza de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, sem prejuízo da proteção integral de que trata esta Lei, assegurando-se-lhe, por lei ou por outros meios, todas as oportunidades e facilidades, para preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade (BRASIL, 2022).

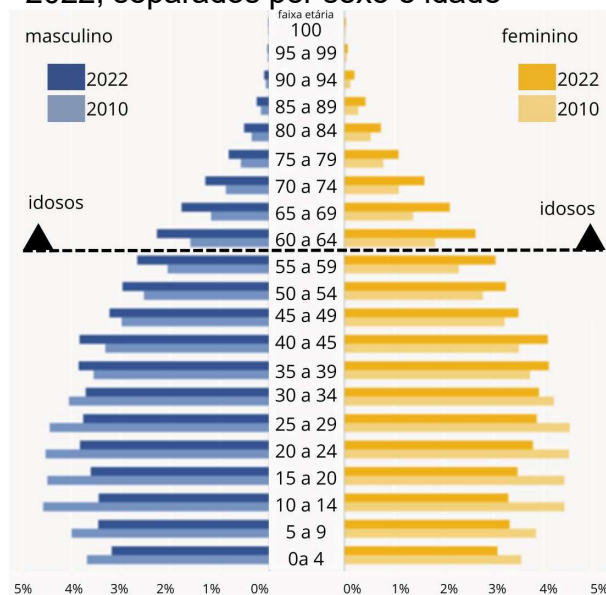
Considerando o exposto, esta pesquisa tem como objetivo destacar a situação do envelhecimento populacional e estruturas físicas e sociais da cidade de Manhuaçu-MG, visando analisar a situação da saúde mental desse grupo etário com as oportunidades de lazer em espaços públicos.

2.DESENVOLVIMENTO

2.1. O crescimento da Longevidade da População e o Preparo das Cidades

O ciclo do envelhecimento populacional constitui um fenômeno global que tem se intensificando nas décadas recentes, resultando em mudanças significativas nas estruturas demográficas e sociais. De acordo com a World Health Organization (WHO, 2024), a parcela de indivíduos com 60 anos ou mais deve dobrar até 2050, passando de 12% para 22% dos cidadãos do mundo. Este aumento destaca a importância de uma reflexão aprofundada sobre como as cidades estão se preparando para suprir às demandas desse grupo etário.

FIGURA 01- Gráfico a população que habita o Brasil nos anos de 2010 e 2022, separados por sexo e idade



Fonte: Censo demográfico do país de 2022, modificado pelo autor.

O gráfico apresentado na Figura 01 é uma pirâmide etária que revela a distribuição populacional por gênero e faixa etária no Brasil em 2010 e 2022. Ele permite visualizar a estrutura demográfica do país nesses dois anos, revelando tendências importantes sobre envelhecimento e mudanças na composição populacional. A forma da pirâmide etária em 2010 possui uma base larga (maior número de jovens) que diminui gradualmente em direção ao topo (menor número de idosos). Isso indica uma população com alta taxa de natalidade e mortalidade relativamente baixa em idades mais jovens. Já em 2022, observa-se um estreitamento

da base da pirâmide, refletindo uma redução na taxa de natalidade. Concomitantemente, a parte superior da pirâmide (faixa etária de idosos) está mais larga, indicando um crescimento expressivo da população idosa. Isso demonstra o processo de envelhecimento populacional no Brasil (CENSO DEMOGRÁFICO DO BRASIL, 2022).

O envelhecimento pode ser compreendido não apenas como um processo biológico, mas também como um fenômeno social que envolve aspectos econômicos, culturais e de saúde. Estudos apontam que o envelhecimento ativo e saudável está condicionado a vários fatores, incluindo acesso a serviços de saúde, oportunidades de socialização e participação na vida comunitária. Para que se considere um desenvolvimento bem-sucedido, é necessário que o indivíduo encontre um equilíbrio entre as perdas e as conquistas ao longo de sua vida, abrangendo os aspectos físicos, sociais e psicológicos (MOURA; HERNANDES, 2022).

Neste contexto, é fundamental que as cidades sejam planejadas e adaptadas, com o objetivo de favorecer a inclusão e o bem-estar dos idosos. O meio urbano exerce um papel fundamental na vida dos indivíduos, funcionando como um espaço comum que abriga diversas atividades e experiências. No entanto, muitas vezes, não se reconhece a importância dessa dimensão urbana na qualidade de vida das pessoas (LEONELLA *et al.*, 2021). Muitas cidades ainda enfrentam desafios significativos em sua infraestrutura e políticas públicas. A falta de acessibilidade em espaços públicos, o transporte inadequado e a falta de serviços especializados em saúde mental constituem uma questão que requer atenção. Além disso, a segregação social e o preconceito contra os idosos podem intensificar o isolamento, dificultando sua integração na vida urbana.

A falta de mobilidade entre os idosos impacta diretamente a qualidade de vida e a autonomia dessa população. Com o passar dos anos, muitos enfrentam desafios físicos, como a diminuição da força muscular, problemas articulares e doenças crônicas, que podem limitar sua capacidade de locomoção. Como diz França e Murta (2014), o envelhecimento é uma etapa que precisa ser vivenciado com autonomia, reconhecimento de direitos, segurança, dignidade, bem-estar e saúde.

Portanto, é essencial que as cidades sejam projetadas com acessibilidade, promovendo um ambiente onde os idosos possam se mover livremente e participar ativamente da vida comunitária. Ao tentar corrigir as barreiras à mobilidade, pode-se ajudar a colaborar para que os idosos vivam com dignidade e autonomia, desfrutando plenamente das oportunidades que a vida urbana oferece. Isso demonstra que as demandas sociais específicas requerem políticas adequadas do estado e da sociedade (KUCHEMANN, 2012).

Estudos como os de Santos *et al.* (2017) ressaltam que a mobilidade e acessibilidade estão diretamente ligadas à qualidade de vida, sobretudo na população idosa. Limitações na locomoção podem dificultar a execução de atividades cotidianas mais complexas e, ao mesmo tempo, reduzir as oportunidades de convivência social, já que a capacidade de circular pela cidade influencia diretamente na forma como os idosos se inserem e participam do espaço urbano. Isso compreende a implementação de espaços públicos acessíveis, iniciativas culturais e práticas físicas adaptadas às necessidades dos idosos.

A caminhabilidade é um conceito referente à qualidade de um ambiente urbano que favorece o deslocamento a pé de maneira segura, confortável e acessível. Ela se revela como um instrumento fundamental na criação ou revitalização de espaços (VARGAS, 2022). Gehl (2014, p.17) reforça que “o fato de as pessoas serem atraídas para caminhar e permanecer no espaço da cidade é muito mais uma questão de se

trabalhar cuidadosamente com a dimensão humana e lançar um convite tentador”. Ele considera quatro princípios para proporcionarem uma melhor experiência de caminhada: a vitalidade urbana; segurança; sustentabilidade e saúde (BARBOSA, 2022).

Essa reflexão sobre o envelhecimento e a preparação das cidades é fundamental para garantir que todos os cidadãos, independentemente da idade, possam usufruir de uma qualidade de vida digna e plena (ESTATUTO DO IDOSO, 2015).

Para tal, políticas públicas que promovam a formação contínua dos profissionais de saúde e assistentes sociais são essenciais para garantir um atendimento adequado às necessidades específicas dessa população. A promoção do envelhecimento ativo deve ser uma prioridade nas agendas governamentais, visando não apenas à saúde física, mas também ao bem-estar emocional e social dos idosos (CADERNOS DE ATENÇÃO BÁSICA - n.º 19, 2006).

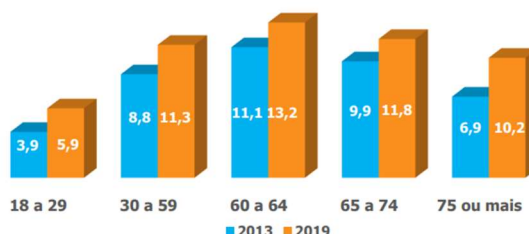
Portanto, é fundamental que as cidades reconheçam o envelhecimento da população como uma oportunidade para repensar suas estruturas urbanas e sociais e desenvolverem estratégias integradas que considerem as particularidades do envelhecimento podendo resultar em comunidades mais inclusivas e saudáveis (CARNICELLI, 2021).

2.2. Depressão em Pessoas Idosas

A depressão entre a população idosa, representa um desafio de saúde pública que vem ganhando destaque nos últimos anos, é caracterizada como uma condição que se apresenta por sintomas como tristeza persistente e a incapacidade de experimentar prazer ou alegria. Pesquisas indicam que o comprometimento funcional pode ser um componente eleva a chance de surgimento da doença na população idosa; no entanto, os sintomas depressivos também podem levar à perda da funcionalidade (SILVA *et al.*, 2022).

Segundo Silva *et al.* (2024), estima-se que cerca de 15% das pessoas com 60 anos ou mais apresentam algum tipo de transtorno mental, sendo a depressão o mais comum, afetando aproximadamente 7% da população idosa em nível global. No cenário brasileiro, a incidência de transtornos depressivos na população geral foi de cerca de 5,87% no ano de 2019. Essa realidade é ainda mais preocupante no Brasil, onde o número de idosos está crescendo consideravelmente, conforme mostrado na Figura 01. De acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), comparando-se os anos de 2013 e 2019, houve no Brasil significativo aumento do número de indivíduos que reportaram diagnóstico de depressão por profissional de saúde mental.

FIGURA 02 – Pessoas com 18 anos ou mais de idade que referem diagnóstico de depressão por profissional de saúde mental, por grupos de idade – Brasil, 2013 e 2019 (%)



Fonte: Secretaria nacional da família, elaborado a partir de tabelas da PNS/IBGE (2022).

A Figura 02 ilustra o progresso no diagnóstico da depressão no Brasil entre os anos de 2013 e 2019, considerando pessoas com 18 anos ou mais que relataram ter recebido esse diagnóstico efetuado por um profissional capacitado em saúde mental. A análise é dividida por grupos etários. Em todas as idades, registrou-se um aumento no percentual de diagnósticos, o que pode refletir tanto uma maior sensibilização da população quanto avanços na obtenção dos serviços de saúde mental. O grupo de 60 a 64 anos tiveram a maior taxa de prevalência em 2019, com 13,2%, seguido pelo grupo de 65 a 74 anos (11,8%) e de 30 a 59 anos (11,3%). Já o aumento mais marcante em termos relativos ocorreu entre os jovens de 18 a 29 anos, que passaram de 3,9% em 2013 para 5,9% em 2019 – uma elevação em torno de 51%. Na faixa dos 75 anos ou mais, embora os índices sejam mais baixos em comparação com os demais grupos, o aumento também foi significativo, passando de 6,9% para 10,2%. Essas informações ressaltam a necessidade de políticas públicas focadas à saúde mental em todas as idades, com atenção especial à juventude e à população idosa, que vêm apresentando crescimentos relevantes nos diagnósticos de depressão (SECRETARIA NACIONAL DA FAMÍLIA, 2022).

Um estudo realizado por Narciso *et al.* (2024) evidencia que a solidão e o isolamento social são elementos principais que contribuem para o crescimento da incidência de depressão entre os idosos. Em tempos de pandemia, a situação se agravou, pois as ações de isolamento social impactaram severamente a interação social dessa faixa etária.

Um relatório da Fiocruz (2023) confirma que “a pandemia aumentou o estresse, a ansiedade e a depressão dos trabalhadores e expôs a falta de políticas específicas para proteger a saúde mental”. Como confirmado por Fhon *et al.* (2022, p.2):

(FHON, 2022, p.2) A saúde mental da população em geral, sobretudo na pessoa idosa, tem causado preocupações, uma vez que os mesmos são mais vulneráveis ao adoecimento psíquico. Essa vulnerabilidade advém não somente em virtude das repercussões decorrentes das condições fisiológicas inerentes ao processo de envelhecimento, mas também devido às questões que envolvem a socialização, a qual tornou-se notadamente comprometida por conta do distanciamento físico adotado como principal medida de segurança para evitar a transmissão da covid-19.

Além disso, doenças crônicas também têm um papel importante no aumento da vulnerabilidade à depressão. Essa interconexão entre a condição da saúde física e mental é importante para identificar as necessidades da população. Os cuidados multidisciplinares são essenciais para abordar tanto os aspectos físicos quanto os emocionais da saúde dos idosos. Entende-se que é essencial superar os desafios relacionados à implementação do cuidado em saúde mental e fortalecer o cuidado localizado, levando em conta a relevância de progredir na valorização da saúde e na prevenção de transtornos que impactam a saúde mental dos idosos (SOUZA *et al.*, 2022).

O tratamento da depressão em idosos deve ser abordado com cuidado e sensibilidade. Uma pesquisa realizada por Souza *et al.* (2022), aponta uma abordagem eficiente para evitar casos severos de depressão em pessoas idosas, inclui atividades como terapia focada na resolução de problemas, intervenções breves para tratar a insônia de forma comportamental, orientações sobre autocuidado e apoio na obtenção

de serviços médicos e sociais. Além disso, entre as atividades destinadas aos idosos, ressalta-se a importância de proporcionar a prática de exercícios físicos regulares, supervisionados por profissionais de saúde. Estudos demonstram que essa abordagem pode reduzir os sintomas depressivos e trazer diversos outros benefícios, como o aumento da vitalidade, a melhoria da aptidão física, o fortalecimento do bem-estar psicológico e a elevação da qualidade de vida (CARDOSO *et al.*, 2022). O uso de antidepressivos deve ser monitorado cuidadosamente devido ao risco de efeitos colaterais adversos em pacientes mais velhos. A personalização do tratamento é fundamental; conforme destacado por Oliveira *et al.* (2020), os idosos deveriam fazer o uso contínuo de medicamentos e, por isso, é necessário incentivar a adesão ao tratamento é fundamental para alcançar resultados terapêuticos positivos.

Outro aspecto importante no combate à depressão entre os idosos é o suporte familiar e comunitário. Ter em casa uma pessoa com depressão requer que a família se adapte e se organize para manejar o comportamento do paciente. Embora o suporte financeiro seja fundamental, o cuidado com um idoso que apresenta sintomas depressivos também envolve escuta ativa, observação atenta, atenção e apoio constante, sempre que necessário (SOUZA *et al.*, 2014). Programas comunitários que promovem atividades sociais e recreativas também são fundamentais. Segundo dados do Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania (2020), a inclusão digital e social do idoso, possibilitando sua participação em atividades de saúde, tecnologia digital, educação e mobilidade física, contribuirá para a melhoria da qualidade de vida.

É imperativo que profissionais da saúde estejam atentos aos sinais de depressão e utilizem um método integral para o tratamento. Estimular a autoestima e o fortalecimento dos espaços de socialização, onde os participantes possam compartilhar suas experiências e angústias, promovendo trocas e fortalecendo vínculos, o que ajudam a criar um senso de pertencimento (SOUZA *et al.*, 2022). Tais iniciativas desempenham uma contribuição essencial para o aprimoramento da qualidade de vida dos idosos e na promoção de um envelhecimento saudável.

Por fim, é importante lembrar que promover a saúde mental dos idosos não é apenas uma responsabilidade individual ou familiar; é uma questão coletiva que exige políticas públicas eficazes. Os governos devem investir em programas voltados para a saúde mental dos idosos e garantir acesso a serviços adequados. Como afirmado pela portaria nº2.528 de outubro de 2006 deve-se “priorizar as linhas de pesquisas em envelhecimento e saúde da pessoa idosa a serem implementadas pelo SUS, visando o aprimoramento e a consolidação da atenção à saúde da pessoa idosa no SUS”.

Em síntese, a depressão em idosos é uma questão complexa que demanda atenção imediata. Com o aumento da população idosa no Brasil e os desafios trazidos pela pandemia, é vital implementar políticas públicas que abordem as necessidades emocionais dos idosos e promovam sua saúde mental (FRANÇA E MURTA, 2014).

2.2. Metodologia

A pesquisa a ser realizada se trata de uma pesquisa de natureza aplicada, com o objetivo descritivo e exploratório, afim de verificar crescimento do grupo etário idoso na cidade de Manhuaçu, e a disponibilidade de áreas públicas de lazer e convívio. A abordagem será quali-quantitativa, na área de Ciências Sociais Aplicadas.

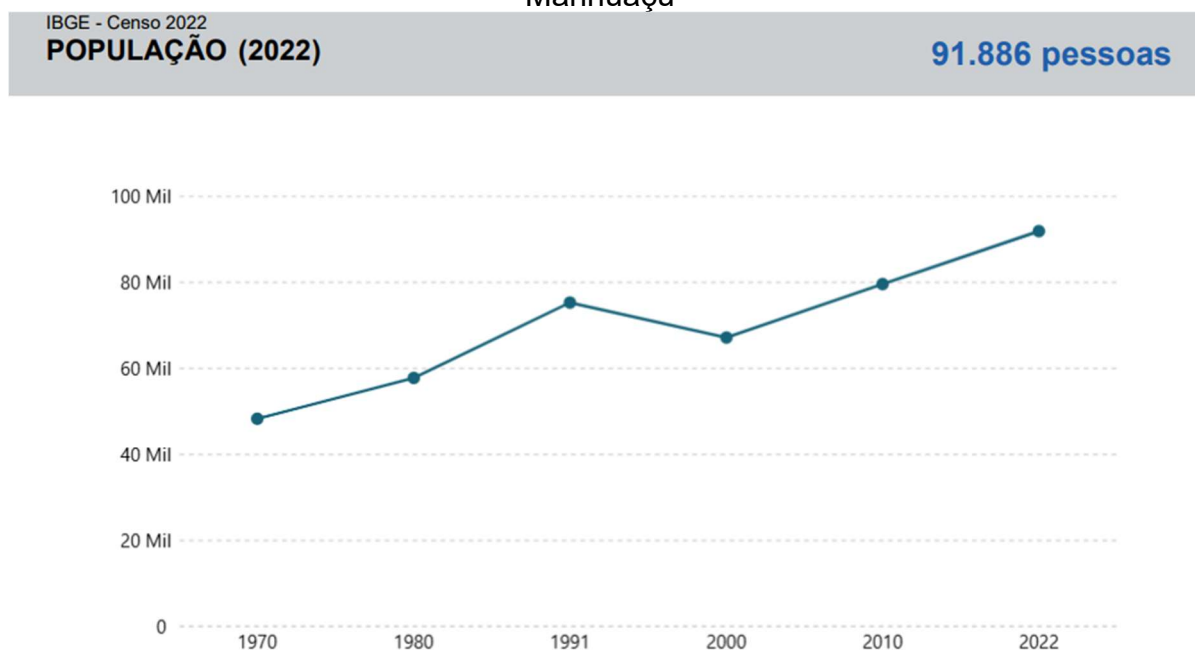
Para a concretização do trabalho, foram utilizadas referências bibliográficas que proporcionaram um maior entendimento sobre o tema a em questão, obtidas em materiais bibliográficos como artigos científicos, dissertações e livros relacionados ao envelhecimento e saúde mental da pessoa idosa, e levantamento de dados quantitativos da população idosa e sua distribuição no espaço urbano junto as Unidades

Básicas de Saúde dos bairros da cidade de Manhuaçu. Essas informações são fundamentais para a elaboração de um estudo acadêmico/científico que busca analisar a possível relação entre a incidência de depressão na população idosa e a disponibilidade de áreas públicas de convívio acessíveis nas diferentes regionais do município. Após a obtenção dos dados, serão analisados o número de pessoas idosas que recebem atendimento em cada UBS e ESF do perímetro urbano do município de Manhuaçu. Nessas regionais, serão realizados levantamentos das áreas públicas de lazer buscando dimensionar a oferta desses espaços nas diferentes regiões da cidade observando o como essa distribuição e qualidade dos espaços públicos de convivência interferem no bem-estar da população idosa.

2.3. Discussão de Resultados

2.3.1 Análise de Dados Coletados

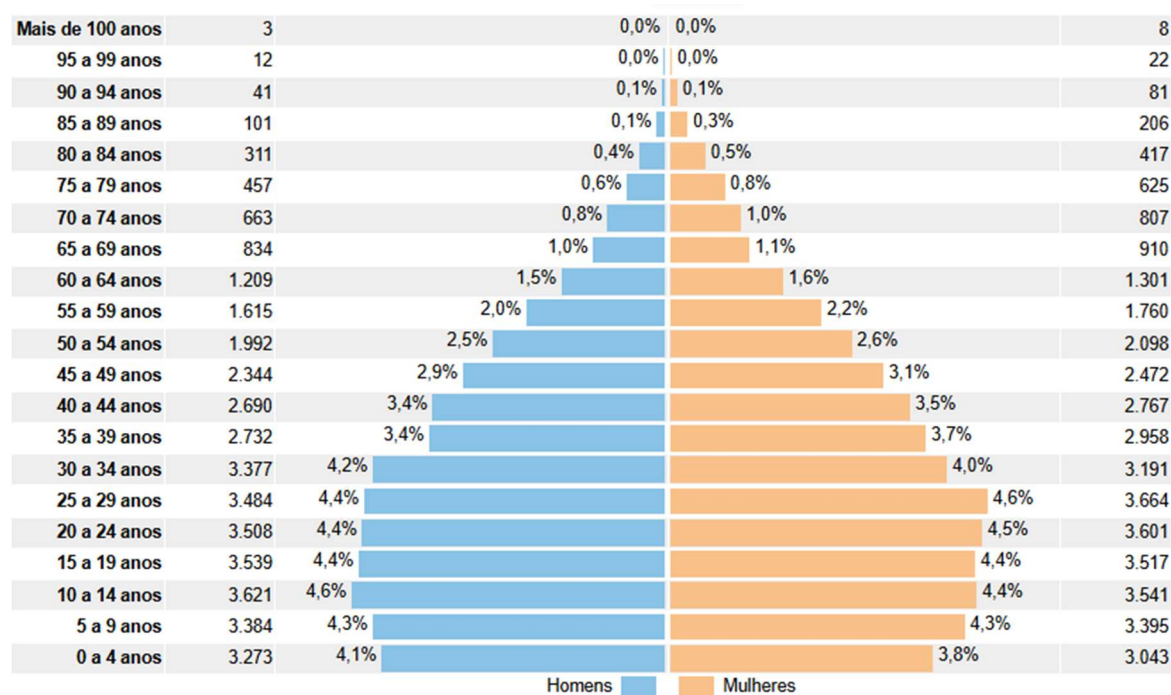
FIGURA 03 – Gráfico demonstrando o crescimento populacional de Manhuaçu



Fonte: Censo Demográfico de Manhuaçu (2022).

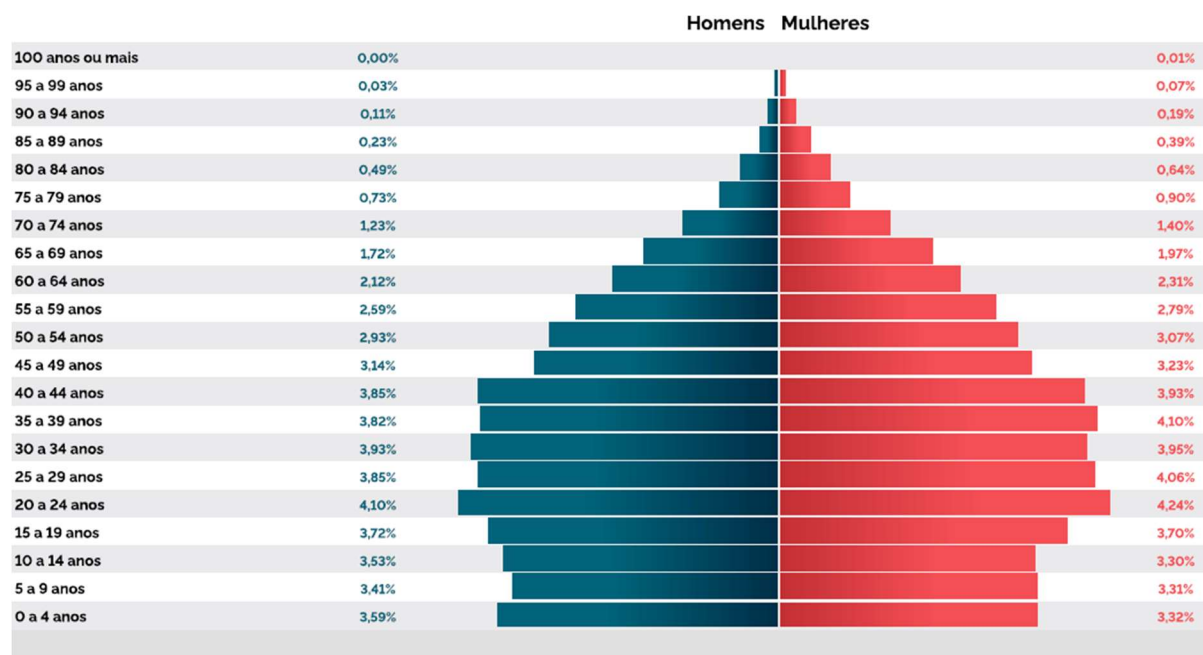
A cidade de Manhuaçu está crescendo cada vez mais, é notório a sua evolução com o passar dos anos. De acordo com dados do Censo Demográfico do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) do ano de 2022, conforme mostrado na Figura 03, a população da cidade em 2010 era de 80.000 habitantes e em 2022 já haviam 91.886 habitantes. Ao realizar um comparativo entre a Figura 04 e a Figura 05, é possível perceber que, ao somar os números presentes nas imagens, tínhamos um total de 5.498 idosos do sexo feminino e masculino, acima de 65 anos em 2010. E em 2022 esse número já havia duplicado, existindo um total de 13.368 idosos com 60 anos ou mais, os de sexo masculino representando 4,54% da população, e 5,57% do sexo feminino, conforme ilustrado na Figura 05.

FIGURA 04 – Dist.da população por sexo, segundo os grupos de idade em Manhauçu em 2010



Fonte: Censo Demográfico de Manhauçu (2010)

FIGURA 05 – Dist.da população por sexo, segundo os grupos de idade em Manhauçu em 2022

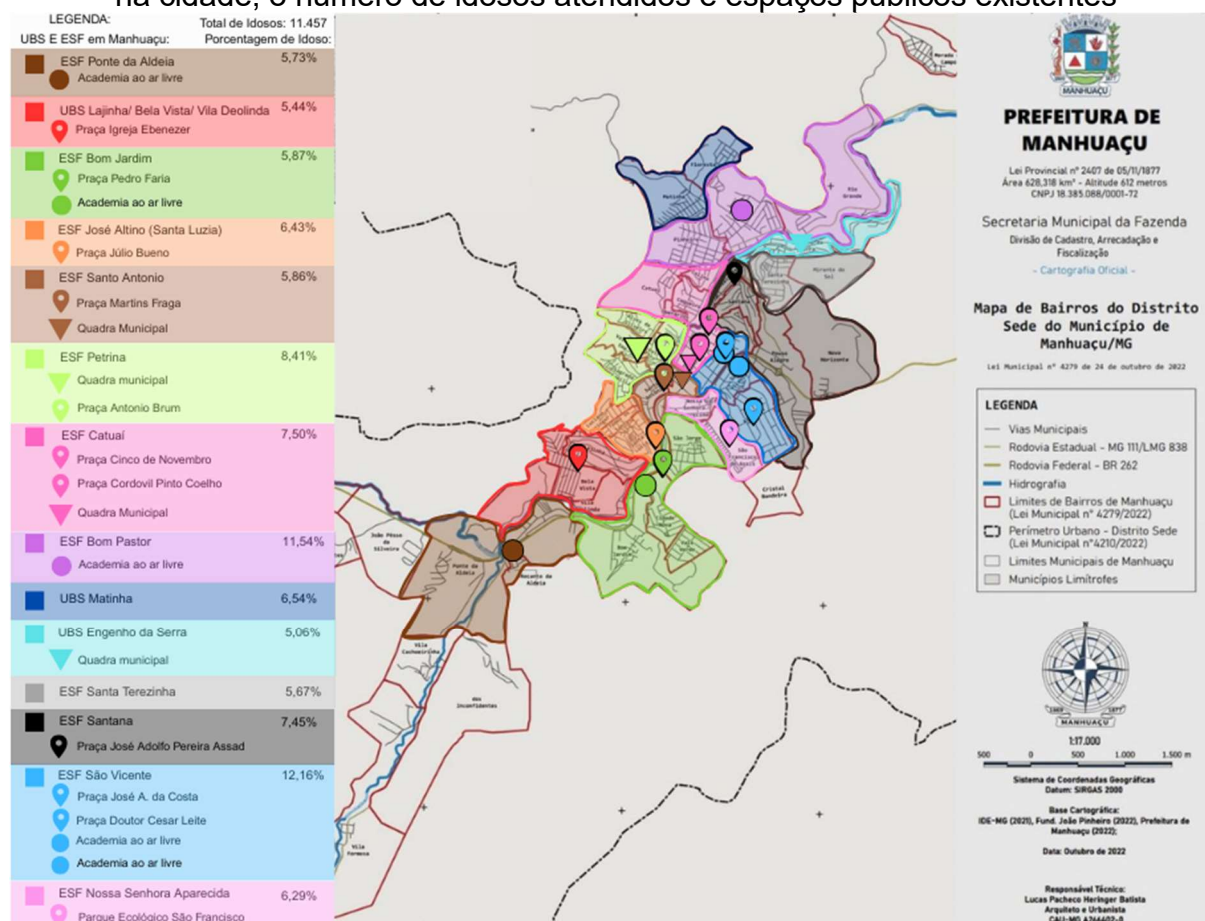


Fonte: Censo Demográfico de Manhauçu (2022).

Observando o crescimento da população idosa em Manhauçu, buscou-se compreender a distribuição da mesma fazendo um levantamento numérico de pessoas

idosas atendidas por cada UBS (Unidades Básicas de Saúde) e ESF (Estratégia Saúde da Família) do perímetro urbano da cidade, afim de observar a concentração e distribuição dessa população no tecido urbano e, ao mesmo tempo observar a oferta de espaços públicos de lazer e convívio nas áreas de abrangência das respectivas Unidades.

FIGURA 06 – Mapa da cidade de Manhuaçu, representando as UBS e ESF existentes na cidade, o número de idosos atendidos e espaços públicos existentes



Fonte: Prefeitura de Manhuaçu, modificada pelo autor (2025).

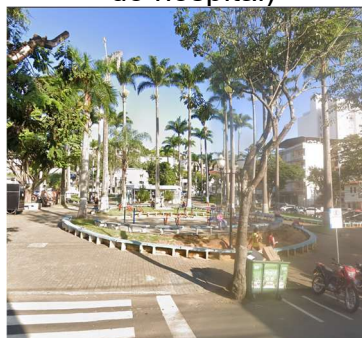
A Figura 06 apresenta esta distribuição de idosos que recebem atendimento pelas Unidades Básicas de Saúde (UBS) e Estratégia de Saúde da Família (ESF) existentes no perímetro urbano da cidade de Manhuaçu em suas respectivas áreas de abrangência. Ao total essas unidades registram atendimento a 11.457 pessoas idosas sendo as maiores concentrações nas unidades localizadas em áreas mais antigas e populosas da cidade, a ESF São Vicente (12,16%) e a ESF Catuaí (7,50%), que juntas atendem a 19,66% da população idosa da cidade e reúnem sete das dezenove áreas públicas de lazer (Figuras 07 a 12) disponíveis ou seja 36,84% das áreas de lazer públicas disponíveis na cidade.

FIGURA 07 – Praça José A. Costa (praça do Alfa Sul)



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

FIGURA 08 – Praça Doutor César Leite (praça do hospital)



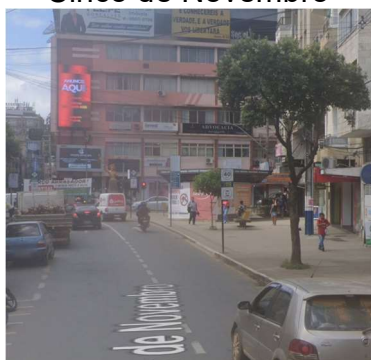
Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

FIGURA 09 – Academia ao ar livre São Vicente



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

FIGURA 10 – Praça Cinco de Novembro



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

FIGURA 11 – Praça Cordovil Pinto Coelho



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

FIGURA 12 – Ginásio Poliesportivo



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

A área de abrangência dessas unidades abarca os bairros antigos e populosos da cidade, e que tiveram sua formação sem planejamento urbano adequado, e que, em decorrência disso, apresentam, predominantemente, calçadas que não obedecem às normativas de acessibilidade, o que tende a ser um empecilho para a mobilidade de pessoas idosas.

Importante observar que tais espaços de lazer não são distribuídos de forma uniforme na área de abrangência o que dificulta a possibilidade de uso pelos usuários que residem em pontos mais distantes e que não podem contar com um trajeto acessível até eles.

Das quatorze regionais mapeadas observa-se que duas, ESF Santa Terezinha e UBS Matinha, não oferecem nenhuma área pública de lazer, ou seja, 12,21% da população idosa da cidade não tem acesso a áreas de lazer públicas sem a necessidade de deslocamento, o que pode acarretar isolamento contribuindo para o comprometimento da saúde mental desse público.

Sete das quatorze áreas mapeadas dispõem de apenas um espaço de lazer público em sua respectiva área de abrangência, ESFs Ponte da Aldeia (Figura 13), Bom Jardim (Figura 14), José Altino (Figura 15), Bom Pastor (Figura 16), Santana

(Figura 17), Nossa Senhora Aparecida (Figura 18) e UBSs Lajinha/ Bela Vista/ Deolinda (Figura 19), que representam 53,81% da população idosa com acesso a 50% das áreas de lazer públicas disponíveis.

FIGURA 13 – Academia ao ar livre Ponte da Aldeia



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

FIGURA 14 – Academia ao ar livre Bom Jardim



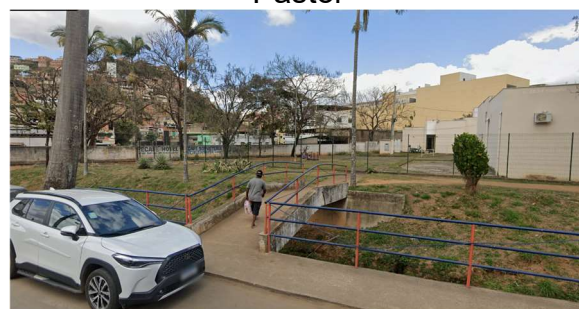
Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

FIGURA 15 – Praça Júlio Bueno



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

FIGURA 16 – Academia ao ar livre Bom Pastor



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

FIGURA 17 – Praça José V. Adolfo Assad (Praça da Rodoviária)



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

FIGURA 18 – Parque Ecológico São Francisco



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

FIGURA 19 – Praça Bairro Lajinha



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

As ESFs Santo Antônio (Figuras 20 e 21) e Petrina (Figuras 22 e 23) que atendem juntas 14,27% da população idosa, possuem, cada uma, uma praça e uma quadra municipal, totalizando quatro das dezenove (21,05%) áreas de lazer públicas disponíveis.

Figura 20 - Praça Martins Fraga (Praça do Parquinho)



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

Figura 21 – Estádio JK



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

Figura 22 – Praça Antônio Brum



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

Figura 23 – Quadra da Petrina



Fonte: Google maps, modificada pelo autor (2025).

Essa disparidade reforça a necessidade de planejamento estratégico, considerando a distribuição demográfica para garantir oportunidades equitativas e eficazes de espaços de lazer e socialização da população em geral, e, em especial a pessoa idosa. Compreender a distribuição da população idosa é essencial para o

fortalecimento de políticas públicas que promovam a qualidade de vida e o bem-estar desse grupo etário na cidade.

A distribuição geográfica revela uma concentração de espaços públicos na região central e no seu entorno imediato na cidade. No entanto, as regiões periféricas, especialmente ao norte e extremo sul do distrito, não são contempladas com espaços públicos. Também é possível analisar que estes espaços além de localizados em regiões centrais, também estão em sua maioria na parte baixa da cidade, é possível perceber que nas áreas com um relevo mais acidentado dos bairros não há espaços disponíveis. Isso compromete o acesso equitativo da população, sobretudo dos idosos com mobilidade reduzida, pois para frequentarem tais ambientes devem percorrer uma distância muito grande a depender do bairro em que residem, o que na maioria das vezes acabam gerando uma exclusão, pois os idosos geralmente não conseguem percorrer longos caminhos ou não há transporte fácil até o centro, podendo gerar grandes riscos, ainda mais se estiverem sozinhos, contando que a cidade não é acessível e várias calçadas possuem ressalto e até escadas.

Ao analisar os dados, é possível observar que: a ESF São Vicente, que possui uma maior concentração de idosos atendidos (12,16%), está próxima à Praça Pedro Faria, Praça Júlio Bueno e possui uma academia ao ar livre, o que favorece o acesso dessa população a espaços de convivência. A ESF Bom Pastor, com a segunda maior taxa de idosos, não possui praça identificada em seu território, o que limita o lazer e a socialização. Bairros com baixa presença de idosos também carecem de praças, como é o caso do Engenho da Serra, que só possui uma quadra, mas que não é frequentada por idosos, acentuando a carência geral de equipamentos urbanos nas áreas mais afastadas.

A presença de espaços públicos é essencial para o bem-estar da população idosa, pois esses espaços promovem socialização, reduzindo o isolamento; estimulam a prática de atividades físicas, como caminhada; oferecem locais para descanso, desde que sejam equipadas com bancos, sombras e segurança; favorecem a saúde mental, por meio da integração com a comunidade e o ambiente natural.

É importante ressaltar que não só deve haver no mínimo um espaço público por bairro, como esses espaços devem ser projetados e executados de forma acessível a todos, fazendo com que todos se sintam acolhidos e possam ter a liberdade de transitar e usufruir, o que contribui na manutenção da saúde mental e física.

Conforme analisado, os espaços existentes na cidade em sua maioria não são acessíveis, muitos não possuem itens essenciais para a acessibilidade, como piso adequado, bancos, iluminação inadequada, barras de apoio e etc. E áreas que possuem equipamentos públicos muito degradados, que já se desfizeram pelo tempo que já estão em uso, sem manutenção adequada como o exemplo da Praça Cesar Leite, onde todos estes pontos citados acima podem ser observados.

Essa análise evidencia que a distribuição dos espaços públicos não acompanha de forma proporcional a distribuição da população idosa, onde algumas regionais possuem até mais de um espaço, enquanto outras não possuem nenhum, o que representa um desafio para o desenvolvimento de uma cidade verdadeiramente inclusiva. Em síntese, o mapa evidencia importantes desigualdades territoriais no município de Manhuaçu. A análise da sobreposição entre os dados de saúde e infraestrutura urbana permite concluir que há uma necessidade clara de investimentos em espaços públicos em determinadas áreas, especialmente naquelas com menor oferta e presença significativa de população idosa. Fortalecer essas regiões por meio da implantação de praças, academias e áreas de convivência pode representar um

passo importante para promover o bem-estar, a inclusão e a saúde integral dos idosos da cidade.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do artigo apresentado, torna-se evidente que o processo de envelhecimento da população brasileira, especialmente em cidades como Manhauçu, exige uma atenção mais sensível e estratégica por parte do poder público e da sociedade. O aumento expressivo do número de idosos, somado aos desafios enfrentados por esse grupo (como o isolamento social, a depressão, a falta de acessibilidade urbana e a carência de espaços de convivência) evidencia uma lacuna significativa nas políticas e infraestruturas voltadas ao bem-estar da terceira idade.

O estudo evidenciou que a repartição desigual dos espaços públicos e das atividades voltadas aos idosos entre os bairros impacta diretamente na qualidade de vida e na saúde mental desse grupo. Em regiões mais estruturadas, com opções de lazer e mobilidade mais acessíveis, percebe-se uma maior presença de idosos em atividades coletivas. Já em áreas carentes, marcadas por terrenos acidentados, falta de calçadas adequadas e escassez de locais de convivência, o cenário é de invisibilidade e reclusão.

Nesse contexto, uma reflexão se faz necessária: será que a implantação de núcleos de centros-dias para idosos, pulverizados estrategicamente pelos bairros, poderia ser uma resposta viável e eficaz na redução dos impactos do isolamento e da falta de socialização entre as pessoas idosas? Tais centros, se bem planejados, poderiam funcionar como pontos de apoio social, emocional e até terapêutico, promovendo não apenas atividades físicas e recreativas, mas também a escuta ativa, o acompanhamento psicossocial e o fortalecimento de vínculos comunitários.

Embora essa proposta ainda levante dúvidas quanto à viabilidade econômica, a gestão e a adesão da população, ela aponta para uma possível solução que alia inclusão, dignidade e acolhimento. O fortalecimento de políticas públicas que descentralizem o cuidado e integrem saúde, mobilidade urbana e convivência pode representar um caminho promissor para enfrentar os desafios do envelhecimento com mais equidade.

Portanto, fica o questionamento: seriam os centros-dias, distribuídos em diferentes regiões da cidade, uma resposta eficaz para transformar a realidade da população idosa e garantir a ela um envelhecimento verdadeiramente ativo, digno e socialmente integrado?

4. REFERÊNCIAS

AGENCIA DE NOTÍCIAS IBGE. Censo 2022: número de pessoas com 65 anos ou mais de idade cresceu 57,4% em 12 anos. 2023. Disponível em: <
<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos>>. Acesso em: 24 mar. 2025.

BARBOSA, Verônica. Caminhabilidade, o que é?. Disponível em: <
<https://www.archdaily.com.br/br/982710/caminhabilidade-o-que-e>>. Acesso em 28 jun 2025.

BRASIL. Lei N° 14.423, de 22 de julho de 2022. Altera a Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, para substituir, em toda a Lei, as expressões “idoso” e “idosos”

pelas expressões “pessoa idosa” e “pessoas idosas”, respectivamente. Brasília, DF: Planalto, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.528, de 19 de outubro de 2006. Aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 20 out. 2006.

CADERNOS DE ATENÇÃO BÁSICA. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. **Ministério da Saúde**, n.19, p. 13, 2006. Disponível em: < <https://central.to.gov.br/download/106900> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

CARDOSO, M.; LOPES, G.; SILVA, B.; DUARTE, J.; NICOLUSSI, A. Ansiedade e depressão em idosos segundo a realização de exercício físico regular. **Artigos Originais**, v.10, n.3, p. 517, 2022. Disponível em: < <https://seer.uftm.edu.br/revistaelectronica/index.php/refacs/article/view/5579> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

CARNICELLI, S. Cidade amigável à população idosa, programa da oms. Lazer, envelhecimento e o ambiente urbano. 2021. Disponível em: < <https://www.comciencia.br/cidade-amigavel-a-populacao-idosa-programa-da-oms-lazer-envelhecimento-e-o-ambiente-urbano/> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

ESTATUTO DO IDOSO. Dignidade humana como foco. **Secretaria de Direitos Humanos**, p. 73, 2015. Disponível em: < https://www.mpggo.mp.br/portal/arquivos/2015/07/31/15_24_37_455_Publica%C3%A7%C3%A3o_Estatuto_do_Idoso_Dignidade_Humana_em_Foco.pdf >. Acesso em: 24 mar. 2025.

FHON, J.; COSTA, P.; CARDOSO, T.; LIMA, E.; PÜSCHEL, V. Sintomas depressivos e fatores associados à pessoa idosa durante a pandemia da covid-19 na cidade de São Paulo - SP. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.25, n.6, p. 2, 2022. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/ZC5DfmzCw6KMsWs3g3C3HNQ/pt> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

FIOCRUZ. Estudo alerta para altos níveis de depressão e pensamentos suicidas em trabalhadores de saúde na América Latina durante a pandemia. 2023. Disponível em: < <https://respal.ensp.fiocruz.br/pt-br/estudo-alerta-para-altos-niveis-de-depressao-e-pensamentos-suicidas-em-trabalhadores-de-saude-na> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

FRANÇA, C.; MURTA, S. Prevenção e Promoção da Saúde Mental no Envelhecimento: Conceitos e Intervenções. **Psicologia: ciência e profissão**, v.34, n. 2, p. 319, 2014. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/pcp/a/GnQzV9V5t9GBYjwJxVyGYkH/> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

FRANÇA, C.; MURTA, S. Prevenção e Promoção da Saúde Mental no Envelhecimento: Conceitos e Intervenções. **Psicologia: ciência e profissão**, v.34, n. 2, p. 324, 2014. Disponível em: <

<https://www.scielo.br/j/pcp/a/GnQzV9V5t9GBYjwJxVyGYkH/> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

GEHL, Jan. Cidades Para Pessoas. São Paulo: Perspectiva, 2014. p.17. Disponível em: < https://www2.fag.edu.br/professores/solange/2021.1%20-%20URBANISMO%20LEG.%20URBANA%20EST.%20CIDADE/BIBLIOGRAFIA/4.4%20Livro_Cidade_para_pessoas_-_Jan_Gehl_text.pdf >. Acesso em: 24 mar. 2025.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo de 2010**: Distribuição da população por sexo, segundo os grupos de idade Manhuaçu (MG), 2010. Disponível em: < https://censo2010.ibge.gov.br/sinopse/webservice/frm_piramide.php?codigo=313940&corhomem=3d4590&cormulher=9cdbfc >. Acesso em: 24 mar. 2025.

IBGE. Censo Demográfico de 2022 em Manhuaçu. Disponível em: < <https://censo2022.ibge.gov.br/panorama/> >. Acesso em: 15 maio 2025.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo de 2022**: número de pessoas com 65 anos ou mais de idade cresceu 57,4% em 12 anos. Rio de Janeiro: IBGE, 2023. Disponível em: < <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

KÜCHEMANN, B. Envelhecimento populacional, cuidado e cidadania: velhos dilemas e novos desafios. **Sociedade e estado**, v.27, n. 1, p. 165, 2012. Disponível em: < <https://periodicos.unb.br/index.php/sociedade/article/view/5643/5136> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

LEONELLA, K.; VARGAS, A.; ESPINDULA, L. A importância da qualidade dos espaços públicos para o meio urbano e para o indivíduo. **Ciências Sociais Aplicadas**, n.6, p. 1, 2021. Disponível em: < <https://pensaracademico.unifaciq.edu.br/index.php/semiariocientifico/article/view/2046/1814> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

LIMA, C.; BARROS, N.; BARROSO, B.; PEREIRA, A.; SILVA, A. Um estudo sobre depressão na terceira idade. **Inova Saúde**, v.7, n.1, p. 34-35, 2018. Disponível em: < <https://periodicos.unesc.net/ojs/index.php/Inovasaude/article/view/4258> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

MINISTÉRIO DOS DIREITOS HUMANOS E DA CIDADANIA. Ministério planeja expandir ações para melhorar qualidade de vida dos idosos. 2020. Disponível em: < <https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2020-2/fevereiro/ministerio-planeja-expandir-acoes-para-melhorar-qualidade-de-vida-dos-idosos> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

MOURA, V.; HERNANDES, L. Influência das representações sociais no envelhecimento e na velhice. **Ciências Humanas**, n.7, p. 2, 2022. Disponível em: < <https://www.pensaracademico.unifaciq.edu.br/index.php/semiariocientifico/article/view/2857/2516> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

NARCISO, I.; OLIVEIRA, F.; ANDRADE, S.; COELHO, K. O isolamento social no contexto da pandemia covid-19 e a saúde mental: perspectivas de idosos institucionalizados. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.27, n. e230172, p. 5, 2024. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/vVtccbXzNhgrZTwPQHCD69s/?lang=pt&format=pdf> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

OLIVEIRA, G.; BARROS, D.; SILVA, D.; LEITE, S. Fatores relacionados à adesão ao tratamento sob a perspectiva da pessoa idosa. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.23, n.4, p. 2, 2020. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/wMWzd7kN56rcRjHPP5QYQPg/?lang=pt> >. Acesso em: 28 mar. 2025.

SANTOS, M.; SILVA, M.; VELLOZZA, L.; POMPEU, J. Falta de acessibilidade no transporte público e inadequação de calçadas: efeitos na participação social de pessoas idosas com limitações funcionais. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.20, n.2, p. 162, 2017. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/kpmsVnswSGGRkPxYt9mKpvd/?lang=pt> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

SECRETARIA NACIONAL DA FAMÍLIA. Boletim Fatos e Números. 2022. Disponível em: < <https://www.gov.br/mdh/pt-br/navegue-por-temas/observatorio-nacional-da-familia/fatos-e-numeros/5.SADEMENTAL28.12.22.pdf> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

SILVA, C.; PITA, J.; RIBEIRO, M.; PARRELA, R.; TOURINHO, L. Depressão em idosos: um estudo de revisão bibliográfica de 2013 a 2020. **Research, Society and Development**, v.11, n. 7, p. 1, 2022. Disponível em: < <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/30429/26070/346476> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

SILVA, M.; FEITOSA, P.; SILVA, J.; NOGUEIRA, M.; ROCHA, F.; FIGUEIREDO, D. Prevalência, uso de serviços de saúde e fatores associados à depressão em pessoas idosas no Brasil. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.27, n. e230289, p. 2, 2024. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/KxR3VpJq3Vx4DbvQn6x4gRv/#:~:text=A%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20Mundial%20de%20Sa%C3%BAde,da%20popula%C3%A7%C3%A3o%20idosa%20mundial%202> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

SOUZA, A.; REZENDE, K.; MARIN, M.; TONHOM, S.; DAMACENO, D. Ações de promoção e proteção à saúde mental do idoso na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. **Ciência e Saúde Coletiva**, v.27, n.5, p. 1742, 2022. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/csc/a/WjyQnccwSNKPd9CsMgPCV7q/> >. Acesso em: 24 mar. 2025a.

SOUZA, A.; REZENDE, K.; MARIN, M.; TONHOM, S.; DAMACENO, D. Ações de promoção e proteção à saúde mental do idoso na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. **Ciência e Saúde Coletiva**, v.27, n.5, p. 1748, 2022. Disponível

em: < <https://www.scielo.br/j/csc/a/WjyQnccwSNKPd9CsMgPCV7q/> >. Acesso em: 24 mar. 2025b.

SOUZA, A.; REZENDE, K.; MARIN, M.; TONHOM, S.; DAMACENO, D. Ações de promoção e proteção à saúde mental do idoso na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. **Ciência e Saúde Coletiva**, v.27, n.5, p. 1749, 2022. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/csc/a/WjyQnccwSNKPd9CsMgPCV7q/> >. Acesso em: 24 mar. 2025c.

SOUZA, E.; HOLANDA, A. Saúde mental e qualidade de vida dos idosos no Brasil. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v.16, n.11, p. 3, 2024. Disponível em: < <https://ojs.cuadernoseducacion.com/ojs/index.php/ced/article/view/6320> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

SOUZA, R.; COSTA, G.; YAMASHITA, C.; AMENDOLA, F.; GASPAR, J.; ALVARENGA, M.; FACCENDA, O.; OLIVEIRA, M. Funcionalidade familiar de idosos com sintomas depressivos. **Revista da escola de enfermagem da USP**, v.48, n.3, p. 470, 2014. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/TWvCnjydDCvYR8LjvTQqfZg/?format=pdf&lang=pt> >. Acesso em: 24 mar. 2025.

VARGAS, Amanda Santos. A cidade vista pelos pés: o papel da caminhabilidade para a percepção da lugaridade dos espaços públicos urbanos na cidade de Manhuaçu – MG. 2022. 122 f. (Dissertação em Arquitetura e Urbanismo) - Universidade Federal de Viçosa, Viçosa. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Envelhecimento e saúde. 2024. Disponível em: < <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health> >. Acesso em: 02 abril 2025.