



Fundação de Ensino e Pesquisa em Ciências da Saúde
Programa de Pós-Graduação em Ciências para a Saúde
Mestrado Profissional

Cartilha “Recebendo vovó em casa”, da série “Vovó sabe tudo”

Mestranda: Cristiane Macedo Tabosa da Cruz
Orientadora: Profa. Dra. Maria Liz Cunha de Oliveira

Brasília, 2022.

Cartilha “Recebendo vovó em casa”, da série “Vovó sabe tudo”

A cartilha “Recebendo vovó em casa”, da série “Vovó sabe tudo”, foi escrita em linguagem lúdica a fim de facilitar o acesso e a interpretação do público infanto-juvenil e contribuir na percepção em relação aos cuidados aos avôs e pais com todos os ambientes que compõem um domicílio tradicional.

Está confeccionada conforme as recomendações para elaboração e eficácia de tecnologias educativas em três etapas, a saber: 1. Elaboração textual; 2. Pesquisa e definição das imagens; e 3. Layout e diagramação, sendo que essas duas últimas etapas serão realizadas por ilustrador e gráfica. Realizou-se ainda uma quarta etapa de validação da cartilha.

A primeira etapa correspondeu à construção textual da cartilha com base nas informações contidas nas Diretrizes para o cuidado das pessoas idosas do Ministério da Saúde e no Caderno de Atenção Básica, nº 19 e, de forma complementar, também foram explorados alguns manuais e cartilhas. Sendo assim, buscou-se realizar a identificação dos assuntos e a seleção dos conteúdos sobre os cuidados ao idoso dependente setorizado por ambientes individuais do domicílio. Em seguida, procedeu-se à categorização das informações identificadas como relevantes para o público infanto-juvenil sobre os cuidados à pessoa idosa, as quais são apresentadas na cartilha educativa.

A segunda etapa é a ilustração. Após a elaboração do texto da cartilha surge a questão como tornar a cartilha mais atrativa e dinâmica para o público jovem. Para tanto, buscou-se ilustrações de imagens na internet para que o ilustrador pudesse entender as demandas que deveriam ser enfatizadas e posteriormente as representassem na forma de desenho.

A terceira etapa consistiu na realização do layout e diagramação da cartilha. Nessa etapa, o design e a cartilha foram feitos por profissional de design gráfico, e a diagramação das imagens por um ilustrador, e logo que finalizadas foram submetidas aos pesquisadores para aprovação por meio da “boneca”. Em seguida, procedeu-se à formatação do material, que resultou na primeira versão da cartilha, que foi construída utilizando os programas: Word2010® da Microsoft®, Adobe Ilustrador, Adobe Indesign.

A construção da cartilha foi realizada de forma sequencial e seguindo um fluxo da história do personagem principal, ou seja, todas as etapas ocorreram em uma ordem pré-estabelecida para facilitar a organização e promover a coerência entre as informações, proporcionando melhor compreensão do assunto. Após a definição da parte textual, trabalhou-se a aparência da tecnologia- a capa. A ilustração da capa da cartilha foi criada pelo ilustrador, com base na sugestão dos pesquisadores do estudo, sendo aprimorada pelo profissional. Para a construção da capa da cartilha, foram levadas em consideração o contexto da avó ter decidido ir morar com a neta. As imagens foram recolhidas em sites com direitos de autoria livre. As ilustrações selecionadas foram as que complementam a parte textual da cartilha, de modo a auxiliar no entendimento a respeito do conteúdo abordado. Como critério de seleção, adotou-se a aproximação dessas imagens à realidade encontrada por cuidadores familiares no ambiente domiciliar.

A cartilha foi confeccionada conforme as recomendações para elaboração e eficácia de tecnologias educativas, considerando-se, durante o processo de construção do material, organização, conteúdo, linguagem clara e objetiva, atentando para a realidade do público-alvo, em relação ao nível educacional, a fim de se construir um material com informações compreensíveis, com linguagem simples e de fácil entendimento, segue organizada em 12 páginas e composta pelos seguintes assuntos: adaptações para segurança no quarto/banheiro do idoso; segurança na cozinha, sala; prevenção de acidentes domésticos; - alterações fisiológicas no idoso; impactos dos acidentes na vida do idoso/família; mobiliário e dispositivos evitados; independência do idoso dentro de casa.

Na quarta etapa de validação, os juízes foram selecionados por conveniência, a partir da busca na Plataforma Lattes, de acordo com os seguintes critérios: ter experiência de no mínimo cinco anos na área de gerontologia, realizar pesquisa e/ou ensino na área de saúde do idoso e para os juízes técnicos, ter experiência na produção de arte gráfica e criação de cartilhas. A cartilha foi validada por 15 juízes especialistas utilizando-se o Índice de validade de conteúdo (IVC) para cada item da Cartilha para Conteúdo e Linguagem e o Índice de concordância para cada item da Cartilha para Desenho e Layout. Foram feitas uma impressão de 1000 exemplares e distribuídos para os serviços de saúde especializados.

FICHA TÉCNICA PTT

TÍTULO	Cartilha “Recebendo vovó em casa”, da série “Vovó sabe tudo”	
DESCRIÇÃO	A cartilha “Recebendo vovó em casa”, da série “Vovó sabe tudo”, foi confeccionada conforme as recomendações para elaboração e eficácia de tecnologias educativas em três etapas, a saber: 1. Elaboração textual; 2. Pesquisa e definição das imagens; e 3. Layout e diagramação, sendo que essas duas últimas etapas serão realizadas por ilustrador e gráfica. Realizou-se ainda uma quarta etapa de validação da cartilha.	
AUTORES	Cristiane Macedo Tabosa da Cruz (discente) Maria Liz Cunha de Oliveira (docente)	
TIPO DO PRODUTO	Opção de resposta	Observações (descrever conforme as definições do apêndice 2.
1. Finalidade	A cartilha “Recebendo vovó em casa”, da série “Vovó sabe tudo”, foi escrita em linguagem lúdica a fim de facilitar o acesso e a interpretação do público infanto-juvenil e contribuir na percepção em relação aos cuidados aos avôs e pais com todos os ambientes que compõem um domicílio tradicional.	

<p>2. Impacto - nível</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Baixo <input type="checkbox"/> Médio</p>	<p>Essa gerontotecnologia consiste em uma estratégia de conhecimento do processo de envelhecimento para a melhoria do cotidiano das pessoas idosas. Esse tipo de tecnologia se baseia em apoiar o envelhecimento ativo, tornando-se uma importante ferramenta para a assistência prestada à pessoa idosa, seus familiares e/ou cuidadores.</p>
<p>3. Impacto - demanda</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> Espontânea <input type="checkbox"/> Por concorrência <input type="checkbox"/> Contratada</p>	<p>Temática com ampla demanda e relevância social diante no aumento de idosos na população brasileira.</p>

<p>4. Impacto - objetivo</p>	<p><input type="checkbox"/> Experimental</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Solução de um problema previamente identificado</p> <p><input type="checkbox"/> Sem um foco de aplicação inicialmente definido</p>	<p>O envelhecimento populacional contribui com o aumento de morbidades e com a diminuição da capacidade funcional do indivíduo. Desse modo, a inserção das tecnologias na educação em saúde complementa as atividades assistenciais do enfermeiro à pessoa idosa com dependência funcional e sua família, já que as orientações escritas favorecem melhor compreensão e/ou entendimento. Não existem recursos visuais para uma melhor elaboração do plano de cuidados que envolvam o domicílio e as adaptações necessárias para o ambiente tornar-se seguro e funcional; assim, a adoção de instrumentos visuais facilita a educação em saúde e promove a segurança do paciente no âmbito domiciliar.</p>
------------------------------	--	---

5. Impacto - Área impactada	<input type="checkbox"/> Econômico <input checked="" type="checkbox"/> Saúde <input type="checkbox"/> Ensino <input type="checkbox"/> Social <input type="checkbox"/> Cultural <input type="checkbox"/> Ambiental <input type="checkbox"/> Científico <input type="checkbox"/> Aprendizagem	Cartilha desenvolvida segundo as características nacionais da Atenção à Saúde do Idoso, Atenção Primária à Saúde e da Segurança do Paciente.
6. Impacto - Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Real <input type="checkbox"/> Potencial	Foi implementado com a distribuição em serviços de saúde de Atenção à Saúde do Idoso, Atenção Primária à Saúde e da Segurança do Paciente e depois ter sido adotado como material didático na educação em saúde com idosos e público infanto-juvenil por ter linguagem adequada a esses grupos.
7. Replicabilidade	<input checked="" type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não	Pode ser replicado para outras realidades no Brasil, tendo em vista se tratar de políticas nacionais.

8. Abrangência territorial	<input type="checkbox"/> Local <input type="checkbox"/> Internacional <input checked="" type="checkbox"/> Nacional <input type="checkbox"/> Regional	
9. Complexidade	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	Requereu atuação transdisciplinar.
10. Inovação	<input checked="" type="checkbox"/> Alto teor inovativo <input type="checkbox"/> Sem inovação aparente <input type="checkbox"/> Baixo teor inovativo <input type="checkbox"/> Médio teor inovativo	Requereu um esforço de translação de conhecimento científico e de normas de diferentes áreas de conhecimento. Trata-se de um PTT transdisciplinar.
11. Setor da sociedade beneficiado pelo impacto	<input type="checkbox"/> Agricultura, pecuária, prod. florestal, pesca <input type="checkbox"/> Indústria de transformação <input type="checkbox"/> Água, esgoto, atividade de gestão de resíduos e descontaminação <input checked="" type="checkbox"/> Saúde humana e Serviços Sociais	
12. Declaração de vínculo do produto com o Plano de Desenvolvimento Institucional (PDI)	<input checked="" type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não	

13. Fomento	<input checked="" type="checkbox"/> Financiamento <input type="checkbox"/> Não houve <input type="checkbox"/> Cooperação	<p>Esta obra é resultado do apoio financeiro ao projeto de pesquisa “Violência por queimaduras em mulheres internadas em centro de referência no Distrito Federal, Brasil, no período de 2010 a 2015”. Fonte de financiamento: Fundação de apoio à pesquisa do DF: Termo de outorga 03/2017 Processo nº 06400000789/2018-18 TOA: 03/2017</p>
14. Registro/depósito de propriedade intelectual	<input checked="" type="checkbox"/> Sim. <input type="checkbox"/> Não	<p>Código do registro: ISBN: 978-65-86125-43-6</p>
15. Estágio da Tecnologia	<input type="checkbox"/> Piloto/Protótipo <input checked="" type="checkbox"/> Finalizado ou implantado <input type="checkbox"/> Em teste	<p>Foi implementado com a distribuição em serviços de saúde de Atenção à Saúde do Idoso, Atenção Primária à Saúde e da Segurança do Paciente e depois ter sido adotado como material didático na educação em saúde com idosos e público infanto-juvenil por ter linguagem adequada a esses grupos.</p>

16. Transferência de tecnologia/conhecimento	<input checked="" type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não	Descrever
--	---	-----------

A série «Vovó sabe tudo» tem o intuito de levar aos pais e seus filhos o conhecimento técnico sobre saúde básica. De forma lúdica esta coleção dá voz também a figura daqueles que tem mais experiência dentro de nossas casas e instituições. Este trabalho foi idealizado por **Maria Liz Cunhade de Oliveira** e publicado pela Tagore Editora através do selo infantil Gôgo. A série conta com uma página na internet onde os livros estão disponíveis para baixar.
www.tagoreeditora.com.br/vovo-sabe-tudo

gôgô
TRAMPOLIM



CONSELHO EDITORIAL | Trampolim (*Série Vovó sabe tudo*)

Editora Trampolim:

Editor

Dra. Maria Liz Cunha de Oliveira (UCB)

Editores de área

Psicologia

Dra. Isabelle Patriciá Freitas Soares Chariglione (UnB)

Dr. Ludgleydson Fernandes de Araújo (UFDPar)

Fisioterapia

Dra. Karla Helena Coelho Vilaça e Silva (UCB)

Dr. Levy Santana (FEPECS)

Enfermagem

Dra. Beatriz Aparecida Ozello Gutierrez (EACH USP)

Dra. Ana Paula Cantante (ESESP/Porto - Portugal)

Nutrição

Dra. Fabiani Lage R. Beal (UCB)

Educação

Me. Liliã Cecília Petrucci (F. CEDU-UNER - Argentina)

Gerontologia

Dr. Henrique Salmazo da Silva (UCB)

Medicina

Dra. Maria Cecília Lopes da Conceição (IPq USP)

Dra. Lucy de Oliveira Gomes (UCB)

Filosofia

Dr. Vicente Paulo Alves (UCB)

Comitê Científico:

Dr. Gustavo Carvalho (UCB)

Me. Aline Laginestra e Silva (SES-DF)

Dra. Gabriela Sousa de Melo Mieto (UnB)

Dra. Eduarda Rezende Freitas (UCB)

Dr. Fabio Rodrigues Trindade (UFPI)

Coordenação editorial:

Victor Tagore Alegria e Rafaella Nascentes

Este livro foi avaliado e aprovado pelo Conselho Editorial

© by Maria Liz Cunha de Oliveira – 2022

FICHA TÉCNICA

Arte final: Victor Tagore Alegria

Ilustrações e Projeto Gráfico: Victor Tavares

Revisão: Gloria Regina de Souza Pereira

Colaboração: Raquel Marvulo

Contatos:

Autora – lizcunhad@gmail.com

Tagore Editora – contato@tagoreeditora.com.br

GÓGO é uma marca da TAGORE EDITORA.

Todos os direitos reservados de acordo com a lei.

Composto e impresso no Brasil. Printed in Brazil.

T A G O R E E D I T O R A

SIG Q, 8 LOTE 2356, CEP: 70.610-480 - Brasília, DF.

www.tagoreeditora.com.br

Esta obra é resultado do apoio financeiro ao projeto de pesquisa “Violência por queimaduras em mulheres internadas em centro de referência no Distrito Federal, Brasil, no período de 2010 a 2015”. Fonte de financiamento: Fundação de apoio à pesquisa do DF: Termo de outorga 03/2017

Processo nº 06400000789/2018-18

TOA: 03/2017

Executora: Universidade Católica de Brasília - UCB e Escola Superior de Ciências da Saúde- ESCS



DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)

O48v Oliveira, Maria Liz Cunha de.
Recebendo a vovó em casa / Maria Liz Cunha de Oliveira; ilustração xxxxxx. – Série Vovó Sabe tudo – Brasília : Trampolim, 2022.
12 p. : il. ; color

ISBN: 978-65-86125-43-6

1. Literatura infantojuvenil. 2. Queimadura I. Cruz, Cristiane da I. XXXXX (Ilust.). II. Título.

CDU 087.5

Catalogação na publicação: Iza Antunes Araujo CRB1

Antes de iniciar a leitura

O ato de ler e interpretar é um processo de compreensão, de entender o mundo a partir de uma característica particular: a capacidade de interação com o outro através das palavras, que por sua vez estão sempre submetidas a um contexto.

- Então, discuta as imagens desde a capa, levantando a questão: O que é isto?
- Percorra o livro observando as imagens, chamando atenção para o que está acontecendo de diferente em cada página.

Lendo o livro

- Não leia depressa demais: é preciso tempo para que as imagens se formem de maneira encadeada na imaginação das crianças.
- Incentive a criança a ler partes.
- Dramatize a leitura, escolhendo uma voz para cada personagem, imitando os sons que aparecem na história, imprimindo o tom da fala com verossimilhança

Após a leitura

- Faça perguntas sobre o texto lido para praticar a interpretação.
- Incentive a criança a refletir além do texto. Ex: Como pode ajudar pessoas a se prevenir de se contaminar com os vírus das hepatites?

CRISTIANE DA CRUZ E LIZ OLIVEIRA

RECEBENDO VOVÓ EM CASA

Da Série VOVÓ SABE TUDO



gôgô
TRAMPOLIM

Após as férias com os netos Bella e Biel, “Vovó Sabe Tudo” voltou para sua rotina em casa. Num belo dia de sol, “Vovó Sabe Tudo” encontrou com sua amiga Artemisa esta, lhe contou, com uma carinha triste, que sua única neta Ana Laura foi estudar Arquitetura no Rio de Janeiro.

Dona Artemisa, conversando com vovó, falou que se sente sozinha e sua neta Ana Laura, convidou para que ela fosse morar no Rio. Sabe amiga, eu aceitei o convite, vou mudar minha vida e ir para um novo lugar e uma nova casa.

Foi então que Vovó esclareceu para dona Artemisa que não basta mudar para uma nova casa. No caso de idosos, é necessário fazer adaptações e melhorias na casa para minimizar o risco de acidentes.

Na mesma noite, Vovó preparou para sua amiga Artemisa uma relação do que deveria ser adaptado e como essas mudanças seriam benéficas para a nova rotina de sua amiga. Artemisa, escreveu uma carta para sua neta Ana Laura explicando tim tim por tim tim o que deveria ser adaptado na nova casa.

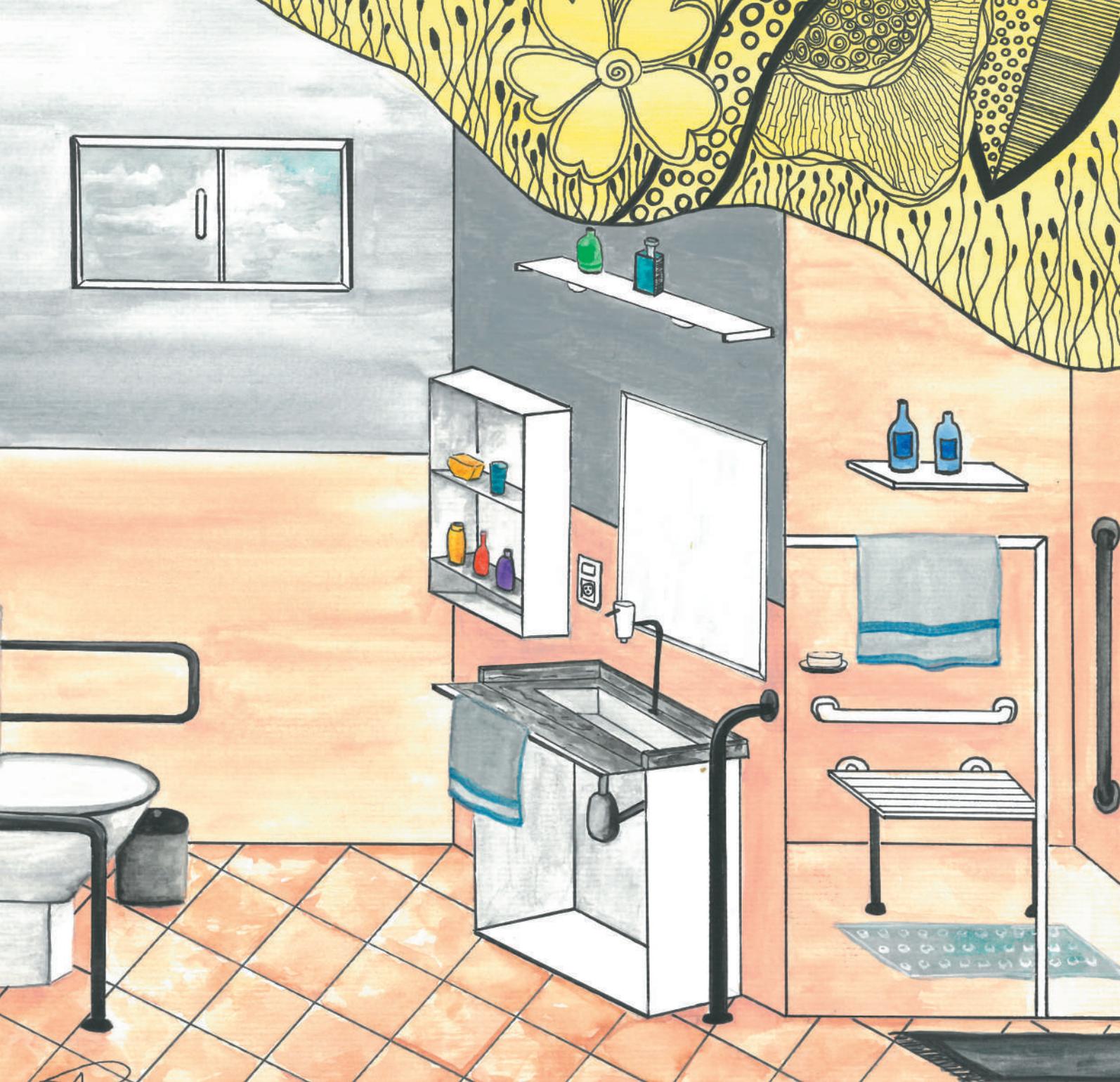
Ana Laura recebeu as orientações com muito entusiasmo. Assim, passados dois meses, Dona Artemisa chega à Cidade Maravilhosa!!

Ana Laura: Vó Artemisa, que alegria ter a senhora aqui comigo! Estou muito feliz, recebi a lista de adaptações e as orientações de sua amiga e executei tudo com muito carinho.

Ana Laura: Vó querida, veja como ficou seu quarto e seu banheiro! Coloquei em prática tudo o que sua amiga te orientou e, unindo ao que estou aprendendo na faculdade de Arquitetura, olha o que resultou: minha obra de arte!

Vó Artemisa: Nossa, que lindo! Vejo que minha cama está baixa, tem uma poltrona ao lado para eu ler... e meu banheiro, que lindo né?





Ana Laura: Vó Artemisa, a altura da cama deve permitir ao idoso ficar sentado e apoiar os pés no chão, facilitando o equilíbrio. Eu fiz um cálculo de sua altura para chegar a este tamanho. No banheiro, eu instalei as barras nas laterais, na altura de 1,10 m e 1,30 m. Agora, vamos ver o banheiro? Olha que legal, veja o tapete antiderrapante com acabamento fosco, ventosas e de cor diferente das louças do piso para ter melhor visualização. Ah, que bom, minha amiga falou tanto no sanitário que tem que ser mais alto.

Ana Laura: Sim, vó Artemisa, o vaso sanitário está mais alto, com cerca de 46 cm de altura, facilita tanto para sentar, quanto para levantar. Ah, e não ter box é a melhor opção, pois numa queda evita se ferir com vidro, e no caso de necessidade de usar a cadeira de rodas, fica bem mais fácil.

Ana Laura: Sabe, vó, sua amiga enfermeira me ajudou muito, enviou tudinho que devia ser adaptado. Como estou no início do curso de Arquitetura, ainda pedi ajuda aos amigos da Faculdade e à professores de outros cursos para me orientarem quanto à adaptação do seu quarto e do seu banheiro. Nos divertimos muito... Estou tão feliz que não cabe no meu coração, parece que vou explodir de tanta alegria! A senhora é minha joia rara!

Vó Artemisa: Amada, gostei muito, muito! No quarto, as cores são tão suaves e a decoração está linda!

Ana Laura: Vó tudo foi pensado para sua segurança. Mas vejo que a senhora tá bem sabidinha, reparou em tudo... ah, vó, esse tapete colocado embaixo da poltrona é antialérgico e também antiderrapante, além de ser charmoso!

Vó Artemisa: Sim, com certeza, estou acompanhando as recomendações da minha melhor amiga, ela sabe tudo rs rs... Ela me contou que são frequentes os relatos de acidentes em banheiros, porque são locais apertados e, muitas vezes, escorregadios e úmidos. Além disso, os ferimentos podem ser graves, a pessoa pode morrer ou ficar com limitações de movimentos ou até em uma cadeira de rodas para vida toda.... Só em pensar, me dá arrepios. Tenho vários amigos que sofreram quedas no banheiro e estão sofrendo até hoje!

Ana Laura: Nossa, vó, que triste!

Vó Artemisa: Pois é! A prevenção de acidentes e a manutenção da autonomia são aliados e devem andar sempre juntos para que a velhice não seja sinônimo de doença e possa ser aproveitada plenamente. Para tanto, é fundamental investir na adequação dos ambientes, para torná-los mais seguros!

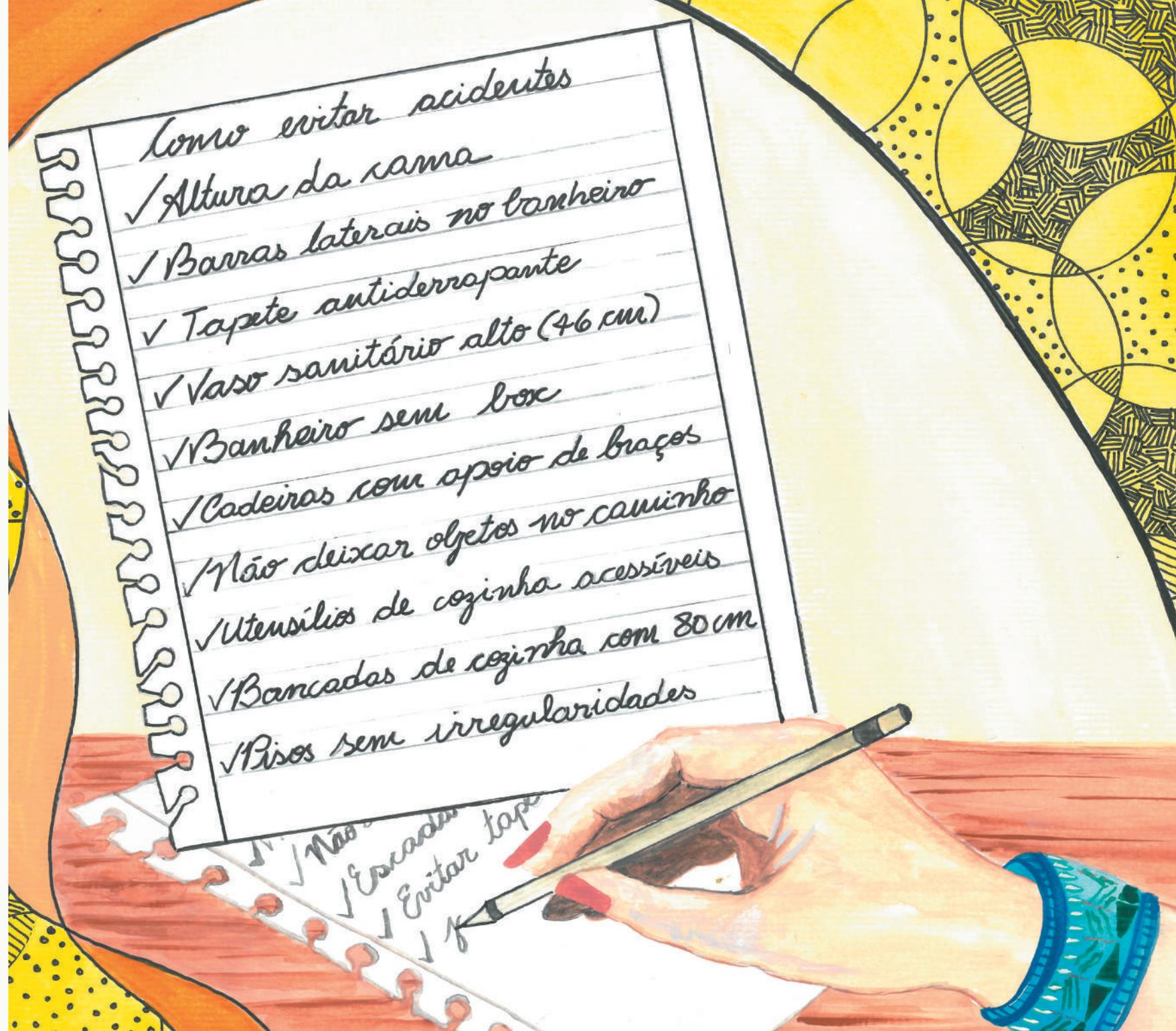
Ana Laura: Vejo que vou aprender bastante com a senhora!

Vó Artemisa: Depois de uma certa idade, Ana, muita coisa muda, a diminuição da visão, a fraqueza na musculatura e as alterações no equilíbrio contribuem bastante para a ocorrência de acidentes domésticos.

Ana Laura: Vó, esses acidentes podem acontecer em qualquer cômodo da casa, certo? Não é só no banheiro que eles acontecem, né?

Vó Artemisa: Isso, Ana em todos os lugares! Mas minha amiga falou que os mais perigosos são os do banheiro, porque as quedas tendem a ser mais graves e que trazem mais impacto na vida do idoso e de sua família. Ana, e ainda têm os horários em que são mais frequentes, entre 11h e 19h, você acredita?

Ana Laura: Nossa, vó, por isso é muito importante pensar na prevenção, mesmo que ainda com poucos recursos!





Vó Artemisa: Certamente, Ana! A prevenção é o primeiro passo para manter a independência do idoso! A minha amiga me explicou também que a família é parte fundamental desse cuidado. Outras ações são: evitar tapetes soltos no quarto (usar apenas os antiderrapantes); manter fonte de luz por perto e ter uma barra fixa na parede para servir de apoio;

Vó Artemisa: E tem mais, os interruptores devem estar sempre perto da cama; a altura da cama deve ser apropriada para que os dois pés fiquem apoiados no chão, e até mesmo um colchão de acordo com o seu peso e tamanho. As janelas devem ser acessíveis, e fáceis de abrir. As escadas precisam ter corrimão, iluminação e degraus bem sinalizados, e as fechaduras devem abrir por dentro e por fora.... lembrei agora da Dona Silvana, uma vizinha, que ficou presa em seu próprio quarto, pois passou mal e caiu!! Muito perigoso...

Ana Laura: Eita, vó, tadinha! Imagino como a família dela ficou! Nossa, tudo isso é muito importante! E na sala, vó, o que modificar?

Vó Artemisa: Segundo a minha amiga “Vovó Sabe Tudo” rs... rs, a sala deve ser um ambiente fácil de se movimentar, sem mesas de centro e outros objetos que fiquem no meio do caminho; os fios elétricos e as extensões devem ser bem afixadas, evitando que fiquem soltos pelo caminho; as cadeiras e as poltronas devem ser com apoio de braço para facilitar o movimento de sentar e levantar e em uma altura suficiente para manter os dois pés apoiados no chão; o controle dos aparelhos eletrônicos deve estar sempre ao alcance das mãos; não deixar enfeites na beirada dos móveis e evitar tapetes soltos...

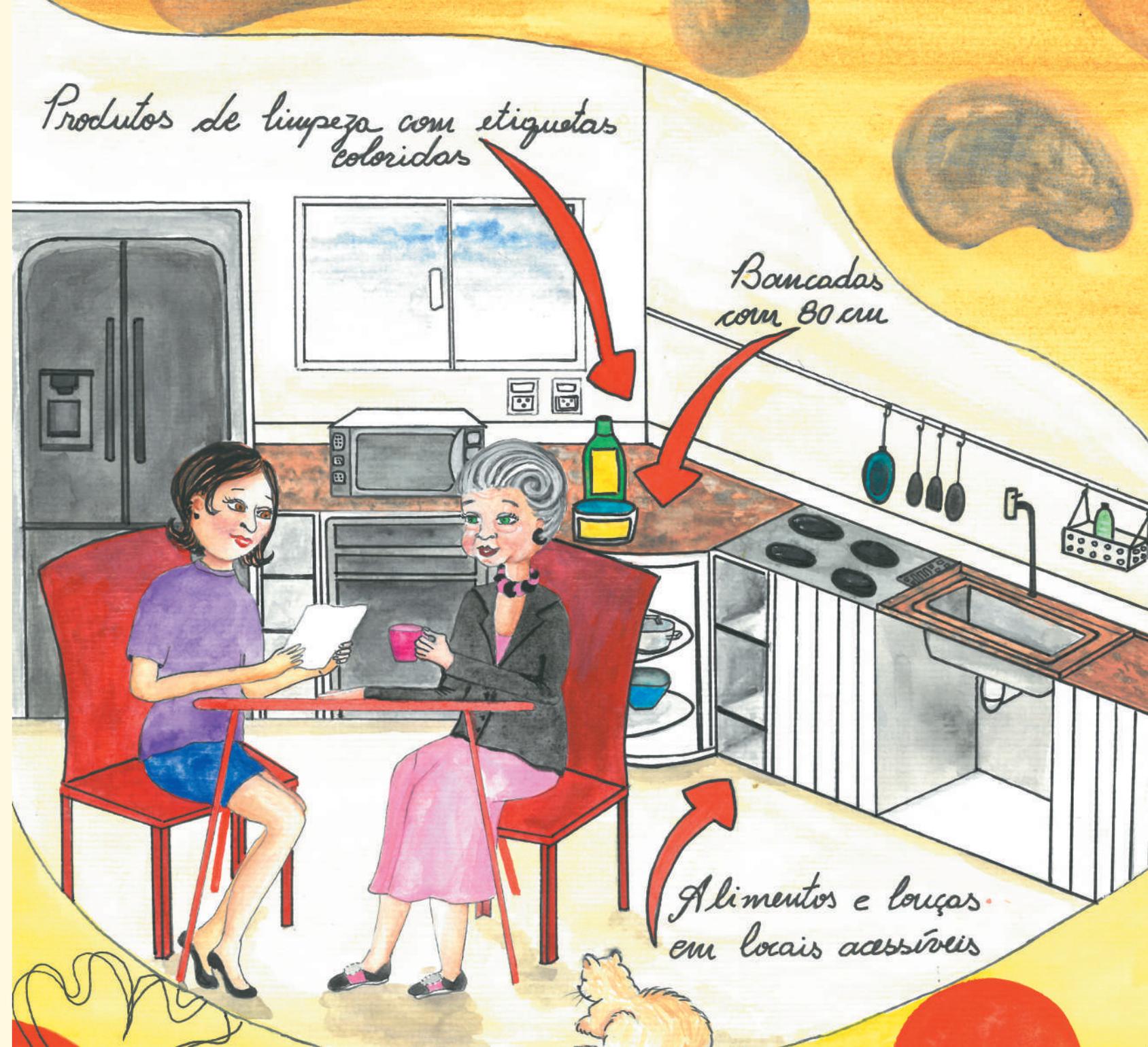
Ana Laura: Agora vou perguntar tudo, o que mudar na cozinha? Adoro esse lugar de gostosuras...

Vó Artemisa: Ana, na cozinha é fundamental fazer adaptações no mobiliário, ou mesmo na organização, para tornar a cozinha mais segura. Vou citar alguns exemplos: é preciso ajustar as bancadas (e mesas) para uma altura de uso confortável, o recomendado é altura de 80 cm; evitar estocar alimentos ou louças em locais de difícil acesso, e nunca subir em bancos para pegar objetos fora do alcance; limpar imediatamente qualquer líquido que tenha sido derrubado no chão; manter os utensílios mais utilizados no dia a dia guardados em locais mais acessíveis; evitar o uso de panelas pesadas, que podem cair e provocar queimaduras; e, por fim, não deixar a cozinha sem se certificar de que as chamas do fogão estão apagadas, e o bico de gás desligado. Outro cuidado importante se refere aos produtos de limpeza, que podem causar intoxicação, alergias e queimaduras graves. Identificá-los com etiquetas coloridas, cores fortes e nome com a letra bem grande evita confusões.

Ana Laura: Mas, sabe, estava pensando numa coisa, tudo isso que conversamos até agora gera muitos gastos e há necessidade de planejamento e organização de toda família! Tô aqui pensando, não dá tempo de fazer tudo isso de uma só vez.

Vó: Com certeza, não! Toda a família precisa se planejar e já ir organizando o ambiente doméstico aos poucos, para todos se adaptarem à nova realidade e às novas necessidades que aparecerão!

Ana Laura: Muito verdade, vó! Se todos se envolverem, fica mais fácil. Todos os filhos precisam ter essa responsabilidade com seus pais em idade avançada e já irem pensando nas adaptações necessárias, muito antes delas aparecerem... Vó, nós moramos em apartamento, mas, e aqueles que moram em casa? E com relação à área externa, como quintal, garagem... será que pode acontecer algum tipo de acidente?



Vó Artemisa: Sim, Ana, pode acontecer sim... Estava lendo sobre isso dias atrás, pois, minha amiga sabe tudo me passou vários materiais, e um deles falava sobre o piso... sabia que não pode ter irregularidades? Pois o idoso pode tropeçar e cair. Outro cuidado que devemos ter é sempre manter uma boa iluminação e o piso bem seco, além disso, é importante orientar toda a família a não usar cera nos pisos, pois além de torná-la escorregadia, pode ainda aumentar o risco de ofuscamento na visão dos idosos e causar quedas.

Li uma revista uma matéria sobre o cuidado especial com os animais de estimação na casa onde mora um idoso. É desejável evitar que os animais pulem nos idosos; pois além de assustá-los, podem causar quedas por desequilíbrio e lesões na pele.

Ana, o chão da casa onde mora um idoso não pode ter objetos espalhados pelo caminho, isto pode gerar acidentes. E o idoso, quando necessitar, deve sempre usar dispositivos de auxílio à marcha, como bengalas, andadores ou cadeira de rodas.

Ana Laura: Nossa, vovó, sua amiga sabe de tudo mesmo! Deve ser muito bom ter uma amiga informada que ajuda os que precisam!

Vó Artemisa: Ana, você sabia que ela recebeu esse apelido quando estudou Enfermagem e foi trabalhar em um posto de saúde e ensinava sobre cuidados em saúde? Ela era conhecida como a “enfermeira sabe tudo”, achei tão legal ser reconhecida assim... mas, como envelheceu e aposentou, seus netos passaram a chamá-la de “Vovó Sabe Tudo”, legal, não é?

Ana Laura: É vó! E você explicou tudo tão direitinho na sua carta, você aprendeu mesmo o que é necessário para o conforto e segurança de um idoso.

Vó Artemisa: É, Ana, bem isso mesmo. Aprendi.