

# Cuidados com idosos

Guia de design

Desenhando  
espaços  
amigáveis para  
pessoas com  
demência

← Consultorio room

← Área de espera E



# Rumo a ambientes mais adequados para o cuidado de idosos

Os avanços médicos resultaram em uma maior longevidade, mas a idade avançada traz consigo desafios específicos, como o declínio das funções cognitivas e a redução da mobilidade. Além disso, a demência pode agravar ainda mais essas dificuldades, gerando complicações adicionais.

**Este guia foi desenvolvido para proporcionar uma compreensão mais profunda das mudanças que ocorrem com o envelhecimento, particularmente quando combinadas com a demência, direcionado a arquitetos, designers e gestores de lares de idosos envolvidos na criação de ambientes de cuidado para essa população. Nosso objetivo é auxiliá-los a tornar esses ambientes mais acolhedores e funcionais, com destaque para o papel fundamental do piso nesse processo.**

A demência pode resultar em problemas de memória, dificuldades no processamento de informações e comprometimento da comunicação. Isso, por sua vez, pode causar desafios na percepção do ambiente, tornando difícil para os indivíduos reconhecerem o espaço ou perceberem objetos tridimensionais com clareza. Ao adotar soluções de design que minimizem os efeitos da idade avançada e da demência, é possível melhorar significativamente a qualidade de vida de todos os envolvidos, tornando o ambiente mais seguro, confortável e fácil de caminhar.

*“Pisos bem projetados ajudam os idosos, especialmente aqueles com demência, ao incentivar a atividade e a interação, o que aumenta a autoconfiança e, em última instância, o senso de identidade.*

*O piso desempenha um papel fundamental como parte de um ambiente que gera uma sensação de bem-estar.”*

*Professor Rudolf Schricker, Presidente da BDIA (Associação de Arquitetos e Designers de Interiores da Alemanha)*





# Demência e cognição

A demência é um termo que engloba uma série de distúrbios progressivos que afetam o cérebro, prejudicando diversas funções cognitivas. O tipo mais comum é a doença de Alzheimer, responsável por mais da metade dos casos diagnosticados, seguida pela demência vascular, que, embora menos prevalente, ainda representa uma parcela significativa.

Um dos principais impactos da demência está na função cognitiva – a capacidade de processar informações, raciocinar e tomar decisões. Isso pode resultar em dificuldades em perceber objetos em três dimensões e em interpretar o ambiente ao redor, prejudicando a percepção do espaço e das relações entre os elementos ao redor.

Como resultado dessas limitações cognitivas, é comum que os pacientes experimentem frustração e ansiedade, o que pode, em alguns casos, desencadear comportamentos desafiadores e imprevisíveis.

## COMPREENDENDO OS IMPACTOS DO ENVELHECIMENTO E DA DEMÊNCIA NA VIDA DAS PESSOAS IDOSAS

### DESAFIOS ASSOCIADOS AO ENVELHECIMENTO



- Redução da capacidade de perceber contraste e luz;
- Redução da visão periférica;
- Redução da sensibilidade às cores;
- Desconforto causado pelo ofuscamento;
- Mudanças nos padrões de sono e vigília.



- Perda auditiva generalizada.
- Desconforto causado por ruídos intensos ou frequências específicas.



- Perda de força muscular.



- Diminuição da memória de curto prazo.

### DESAFIOS DECORRENTES DA DEMÊNCIA



- Dificuldade em distinguir cores;
- Problemas auditivos em ambientes com ruído de fundo;
- Mudanças nos sentidos de olfato, paladar e tato.



- Dificuldade em perceber objetos em três dimensões (3D);
- Dificuldade em identificar dimensões de objetos com cor única;
- Incapacidade de reconhecer padrões, sombras e superfícies brilhantes.



- Dificuldade em se comunicar;
- Problemas para seguir a rotina diária;
- Maior suscetibilidade a mudanças de humor;
- Facilidade para se desorientar.



- Confusão com horários e datas;
- Dificuldade em recordar eventos recentes;
- Problemas para reconhecer pessoas e objetos;
- Redução da capacidade de aprendizado.





# Usando a decoração para transmitir segurança e conforto

Especialistas apontam que ambientes familiares têm um papel fundamental no bem-estar dos idosos, especialmente durante a transição para um lar de cuidados. Designs reconhecíveis, com padrões suaves e texturas discretas, ajudam a criar uma sensação de segurança e a estimular a memória.

Para reduzir a confusão e o estresse, é aconselhável evitar elementos decorativos abstratos ou excessivamente complexos nas paredes e pisos, particularmente em espaços ocupados por pessoas com demência.

## USO DE DESIGNS AMADEIRADOS PARA PESSOAS COM DEMÊNCIA

Os padrões amadeirados desempenham um papel fundamental na criação de um ambiente acolhedor e que remete ao conforto de um lar. No entanto, nem todos os padrões amadeirados são adequados para esse fim. Por isso, é essencial utilizar padrões amadeirados que sejam apropriados para pessoas com demência, preferencialmente sem nós, conforme as diretrizes específicas para esse público.

**Padrões mais discretos e sem nós** para evitar interpretações errôneas (padrões carregados, buracos ou ondulações no piso)

**Bevel médio** para fácil identificação do piso em relação à madeira

**Acabamento fosco** para evitar ofuscamento e efeito brilhante que possa ser associado a um piso escorregadio

## PISOS PENSADOS PARA O BEM-ESTAR DE PESSOAS COM DEMÊNCIA

Considerando esses fatores, nossos designers desenvolvem pisos especialmente projetados para pessoas com demência, que não intensificam as dificuldades ou a ansiedade, mas que favorecem a orientação e a percepção espacial. Isso facilita o movimento dos idosos e promove maior autonomia, permitindo que se desloquem com mais segurança e se gerenciem de maneira independente.

Nossos pisos são desenvolvidos para transmitir uma sensação de calor e segurança, com designs cuidadosamente elaborados para criar ambientes acolhedores e que proporcionam bem-estar.

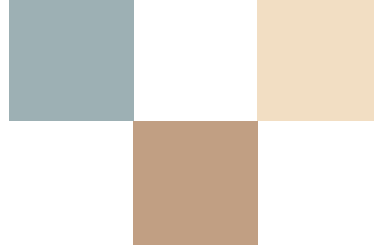
Além disso, o padrão e o design dos nossos pisos para pessoas com demência foram avaliados e reconhecidos pelo Centro de Desenvolvimento de Serviços para Demência da Universidade de Stirling (DSDC), garantindo que atendam aos mais altos critérios de qualidade e eficácia. Classificação 1a e 1b: Os mais indicados para pessoas com demência.

- **1a:** Os acabamentos desta classificação são lisos e podem ser usados sem restrições, proporcionando superfícies seguras e de fácil movimentação.
- **1b:** Os acabamentos desta classificação apresentam texturas mínimas ou padrões com contraste reduzido, como efeitos de madeira sem nós. Esses acabamentos podem ser aplicados de forma versátil em todo o projeto de design de interiores.

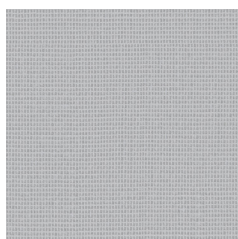
Quanto ao valor de refletância de luz (LRV), os designs dos nossos pisos apresentam valores entre 10 e 40 pontos, reduzindo o brilho e considerando maior sensibilidade ocular associada ao envelhecimento.



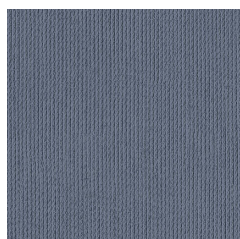
Este selo identifica os pisos vinílicos com designs aprovados como adequados para pessoas com demência em nossa linha. Baixe este folder e conheça todos os nossos designs amigáveis para pessoas com demência em: [tarkett.com.br/segmentos/pisos-para-hospitais](http://tarkett.com.br/segmentos/pisos-para-hospitais)



## PREFIRA DESIGNS SIMPLES E MENOS MARCADOS



Tissage Soft Grey



Twine Indigo



Uni Grege



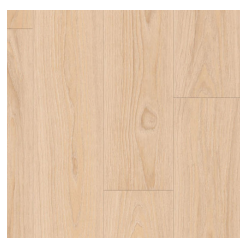
Fiber Wood Natural



## PREFIRA PADRÕES AMADEIRADOS APROVADOS POR ESPECIALISTAS COMO RECOMENDADOS PARA PESSOAS COM DEMÊNCIA



Fiber Wood Grege



Oak Dune



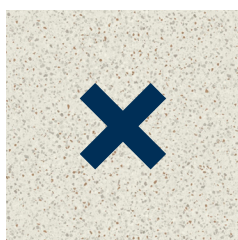
Oak Beige



Oak Brown



## EVITE PADRÕES COMPLEXOS, CORES ESCURAS E DESIGNS COM ALTO CONTRASTE



Terrazzo Terracotta



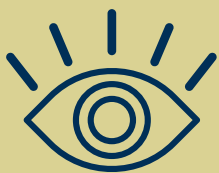
Tempo Warm Multico



Black & White



Anthracite



## Use o contraste para melhorar a orientação

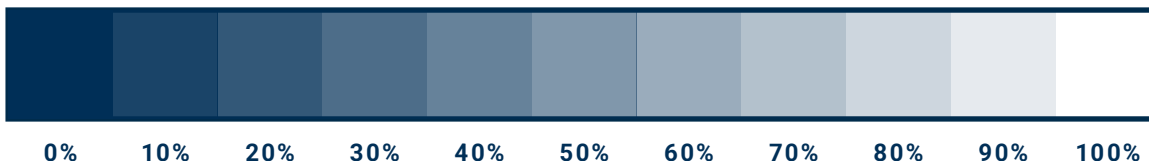
Pessoas com demência frequentemente enfrentam dificuldades para reconhecer o ambiente ao seu redor, o que pode limitar sua mobilidade. Por isso, um design de interiores cuidadoso é essencial para criar espaços seguros e fáceis de se movimentar.

Pisos em cores mais claras oferecem uma sensação estimulante de “andar nas nuvens”, enquanto tons muito escuros podem ser interpretados como áreas vazias ou buracos, gerando confusão.

### FOQUE NO VALOR DE REFLETÂNCIA DE LUZ (LRV)

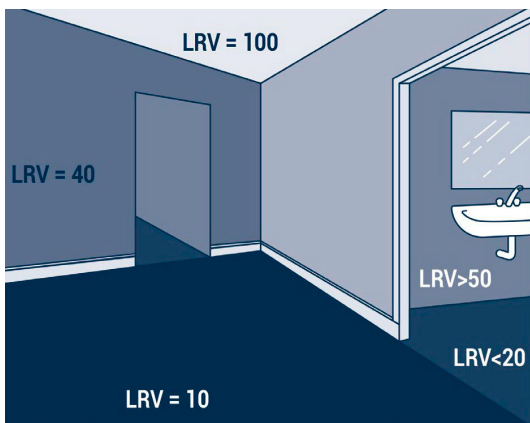
O valor de refletância de luz (LRV) indica a quantidade de luz refletida por uma fonte de luz. A escala LRV vai de 0, que representa o tom mais escuro e menos reflexivo, até 100, que corresponde ao tom mais claro e altamente reflexivo. Ao incorporar o LRV em um esquema de design, é possível controlar o nível de contraste gerado no ambiente.

#### Escala LRV



### UTILIZE O LRV PARA CRIAR UM CONTRASTE EFETIVO

Recomendamos selecionar um valor de LRV entre 10 e 40 para os pisos, além de optar por acabamentos foscos para evitar brilho excessivo e o efeito de superfícies brilhantes ou molhadas.



Alto contraste entre o piso e as paredes e entre os móveis e o piso melhora a percepção visual. Procure um diferencial de LRV de > 30 pontos.

Baixo contraste facilita a transição suave entre os ambientes, como do quarto para o banheiro ou do quarto para o corredor. Nesse caso, busque um diferencial de LRV < a 10 pontos.

## APERFEIÇOE A PERCEPÇÃO 3D

O alto contraste facilita a visualização de objetos, como móveis, e pode ser usado para criar caminhos, destacar o layout de um espaço, ou isolar perigos potenciais de forma eficaz.

Exemplo de uso do contraste em paredes e pisos:



LRV da parede: 70      LRV do piso: 18

**DIFERENCIAL DE LRV = 52:  
IDEAL PARA UM BOM CONTRASTE**



LRV da parede: 70      LRV do piso: 65

**DIFERENCIAL DE LRV = 5:  
INSUFICIENTE PARA UM CONTRASTE EFICAZ**

## ESTIMULE O MOVIMENTO

O baixo contraste pode incentivar o movimento entre diferentes espaços, além de ajudar a ocultar elementos, como portas de cômodos restritos aos residentes.

Exemplo de uso de contraste em superfícies de piso adjacentes:



LRV do corredor: 28      LRV do quarto: 20

**DIFERENÇA DE LRV = 8,  
CONVIDA À ENTRADA**



LRV do corredor: 6      LRV da entrada: 30

**DIFERENÇA DE LRV = 24,  
DESESTIMULA A ENTRADA**



# Facilite a percepção visual

O envelhecimento afeta a percepção das cores, dificultando a identificação de contrastes e tornando os tons menos vibrantes. Vermelhos podem parecer rosa, e distinguir entre tons de azul e verde torna-se mais desafiador.

Recomendamos o uso cuidadoso da luz e do contraste, escolhendo as cores adequadas para ajudar as pessoas mais velhas a identificar elementos importantes, como portas, maçanetas e móveis. Isso torna o ambiente mais fácil de compreender e mais seguro.

## ENTENDENDO AS MUDANÇAS NA PERCEPÇÃO DAS CORES COM O ENVELHECIMENTO

Visão normal



Mudança na visão com o envelhecimento



À medida que a lente do olho amarela com o envelhecimento, a percepção das cores é gradualmente afetada. Os idosos tendem a ter mais dificuldade em perceber contrastes, com as cores tornando-se menos vibrantes e mais monocromáticas (o vermelho pode começar a parecer rosa), além de apresentarem dificuldades para distinguir entre tons de azul e verde.


Por isso, o contraste de cores se torna essencial para fornecer pistas visuais como portas, maçanetas, controles e móveis, permitindo que residentes com visão reduzida compreendam melhor seu ambiente.

## MAXIMIZE A LUZ

Pessoas com visão comprometida necessitam de mais luz, e os olhos mais envelhecidos requerem de duas a três vezes mais luz do que os jovens para enxergar adequadamente. Variações na iluminação podem dificultar a visão, especialmente para os idosos.

Portanto, recomenda-se uma iluminação uniforme, evitando sombras e áreas escuras, que podem causar desconforto, especialmente em pessoas com demência.

## Recomendações de iluminação e distribuição de luz para áreas específicas

| <br>ESPAÇO | <br>INTENSIDADE DE ILUMINAÇÃO (LUX) |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Corredores                                                                                    | 300                                                                                                                      |
| Espaços de atividade                                                                          | 350                                                                                                                      |
| Quartos<br>Área de Leitura                                                                    | 350                                                                                                                      |
| Quartos<br>Ambiente                                                                           | 250                                                                                                                      |
| Banheiros                                                                                     | 250                                                                                                                      |

## EXEMPLOS DE ESQUEMAS DE CORES PARA DIFERENTES AMBIENTES

Recomendamos pisos em tons mais escuros (com LRV entre 10 e 40) para criar a aparência de uma superfície lisa e sólida, proporcionando segurança ao caminhar. As paredes devem ter cores contrastantes, com um diferencial de LRV > a 30 pontos, para facilitar a percepção visual.

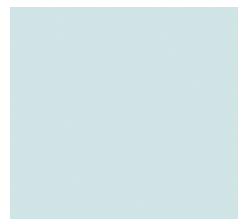
Descubra mais opções de design em [elderly-care.tarkett.com](http://elderly-care.tarkett.com).



**ProtectWall**  
Uni Light Beige  
LRV=69,91

**ProtectWall**  
Uni Kaki  
LRV=37,91

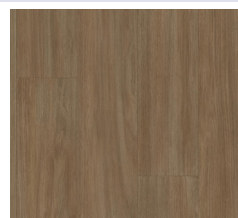
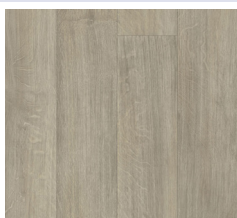
**ProtectWall**  
Uni White Blue  
LRV=57,32



**BANHEIRO**

**QUARTO**

**CORREDOR**



**Accent Excellence Compact+**  
Concrete Warm Grey  
LRV=18

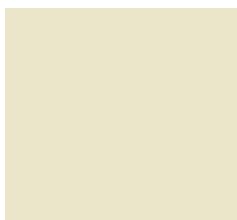
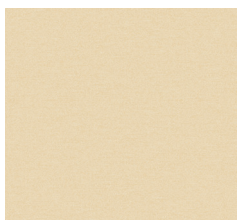
**Ruby 70**  
Oak Grey  
LRV=26,16

**Tapiflex Excellence**  
Variant Oak Plank  
Warm Brown  
LRV=14,9

**ProtectWall**  
Tweed Ochre  
LRV=52,94

**ProtectWall**  
Uni Linen  
LRV=57,94

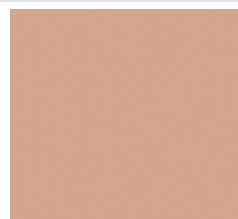
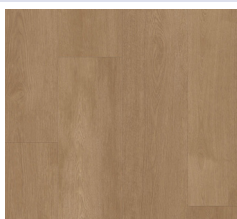
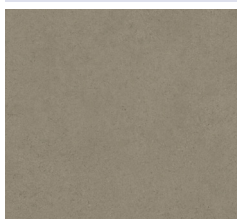
**ProtectWall**  
Uni White Grey  
LRV=70,27



**BANHEIRO**

**QUARTO**

**CORREDOR**



**Accent Excellence Compact+**  
Concrete Warm Grey  
LRV=18

**Tapiflex Excellence**  
Chatillon Oak Plank  
Natural  
LRV=27,3

**ProtectWall**  
Uni Terracotta  
LRV=31,11



# Relaxe e respire

Um ambiente perfeito para ler, jogar ou saborear um chá com amigos. Este espaço transmite uma sensação de calma e serenidade, com móveis acolhedores, materiais suaves e cores quentes que convidam ao relaxamento.

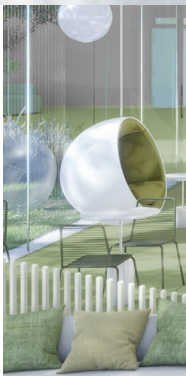






# Compartilhando histórias

Um ambiente acolhedor, onde memórias e histórias de jornadas passadas circulam livremente. O design se inspira em elementos que estimulam a conexão e a convivência, criando um espaço convidativo, repleto de significados e histórias compartilhadas.





# Puro e poético

Um espaço de constantes idas e vindas, onde as histórias das pessoas ganham vida nas paredes, em uma fusão do poético com o pessoal. A paleta de cores suave e reconfortante oferece um alívio tanto para os residentes quanto para os cuidadores, criando um ambiente acolhedor e tranquilo.







# Natureza pessoal

Um ambiente pessoal inspirado na natureza em toda a sua plenitude. O design é suavemente inspirador, estabelecendo uma conexão harmoniosa entre o interior e o exterior. Uma seleção de texturas autênticas e acolhedoras traz serenidade e tranquilidade a este espaço íntimo.





# Calmo e minimalista

Tons suaves se combinam com acessórios elegantes em um ambiente minimalista, mas acolhedor. Essa simplicidade, aliada ao conforto, cria um espaço seguro e reconfortante, essencial em banheiros como este.





The background of the advertisement features a detailed architectural floor plan of a building. A hand is visible in the upper right corner, pointing to a specific area on the plan. The plan includes various rooms, corridors, and structural elements, with dimensions such as 7.55m, 3.805m, 2.530m, and 7.42m. In the bottom right corner, there are two rectangular samples of flooring material: one with a dark wood grain and another with a lighter, more textured wood grain. In the bottom left corner, there is a stack of color swatches in various shades of blue, green, yellow, and orange, arranged in a grid pattern. The overall scene is set on a white surface, likely a desk or table, with a pencil and a ruler also visible on the left side.

## TARKETT DESIGN HUMANO-CONSCIENTE®

Há mais de 140 anos, é nosso compromisso estar ao lado das gerações presentes e futuras criando revestimentos e superfícies desportivas que sejam bons para as pessoas e para o planeta. É uma forma holística de fazer negócios, capaz de conciliar as expectativas específicas de cada um de nossos clientes com os profundos desafios de proteger o meio ambiente.

Trabalhando em conjunto com nossos parceiros, oferecemos espaços mais seguros e saudáveis nos quais as pessoas podem alcançar seu potencial máximo.

Cumprimos isso por meio da sinergia de três compromissos:

- **Profunda compreensão humana.**
- **Escolhas conscientes para as pessoas e para o planeta.**
- **Com você a cada passo.**

# TARKETT DESIGN HUMANO-CONSCIENTE®

É nosso compromisso estar ao lado das gerações presentes e futuras, para criar revestimentos e superfícies desportivas que sejam bons para as pessoas e para o planeta. E fazemos isso todos os dias.

## PROFUNDA COMPREENSÃO HUMANA.

Para impactar positivamente não apenas o dia a dia das pessoas, como também as gerações futuras, temos que começar com uma compreensão profunda das pessoas - aquelas que criam com nossos produtos, confiam neles e as que cuidam deles. Nós nos envolvemos continuamente com nossos clientes para garantir que atendamos às suas necessidades e expectativas específicas.

## ESCOLHAS CONSCIENTES. PARA AS PESSOAS E O PLANETA.

Quando se trata de pessoas e do planeta, não consideramos um sem pensar no outro. Comprometemo-nos todos os dias com a criação de espaços incríveis. Para nós, isso significa ultrapassar os padrões de qualidade do ar interno, instituir normas de materiais saudáveis, reduzir nossa pegada de carbono e criar uma economia circular apoiada pelos princípios Cradle to Cradle®. Fazendo o melhor, para as pessoas e o planeta.

## COM VOCÊ. A CADA PASSO.

Qualidade, confiança e segurança definem nossa abordagem. Como nos comprometemos com a execução perfeita de cada espaço, trabalhamos em estreita colaboração com nossos parceiros comerciais e residenciais em todos os estágios de planejamento, uso e reciclagem. E com serviços locais feitos sob medida para diversos clientes e comunidades, nos comprometemos a nos conectar - em todas as direções.



SAIBA MAIS SOBRE AS NOSSAS  
SOLUÇÕES PARA SAÚDE



[tarkett.com](https://tarkett.com)



[tarkettlatam.com](https://tarkettlatam.com)

Av. Getúlio Vargas, 2185 - Jardim Califórnia - Jacareí/SP - CEP: 12305-010 - 0800 011 91 22