

Atividades de vida diária para pessoas com deficiência visual: quando indicar e uso prático

As Atividades da Vida Diária (AVD), também conhecidas como atividades básicas da vida diária, são as atividades relacionadas ao cuidado do indivíduo com o seu próprio corpo. Elas incluem: higiene pessoal e autocuidado, banho, alimentação, vestuário, mobilidade funcional, uso do vaso sanitário, entre outras. Há também as Atividades Instrumentais da Vida Diária (AIVD), ou Atividades da Vida Prática (AVP), que são mais complexas e orientadas para a interação com o ambiente, como o cuidado com o outro, a mobilidade na comunidade e o gerenciamento do lar¹.

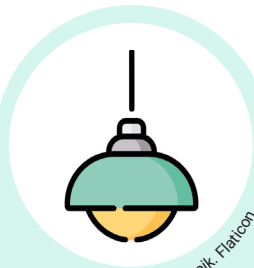
Algumas pessoas podem questionar como é possível que alguém com deficiência visual possa desempenhar sozinho as tarefas do seu dia a dia, mesmo não conseguindo enxergar. Certamente, não é uma tarefa tão simples. Embora a execução das tarefas do cotidiano pareça pouco complexa, para uma pessoa que possui baixa visão ou cegueira conseguir gerenciar o autocuidado e a administração da própria casa, por exemplo, isso pode requerer muitos esforços, uma vez que as ações do cotidiano são desempenhadas basicamente a partir de informações obtidas pelo sistema visual.

As AVD estão presentes na vida da criança desde os seus primeiros dias de vida, na vida do adulto e idoso. Na vida da criança, inicialmente, as experiências são mediadas pelo seu cuidador, até que a criança desenvolva as habilidades necessárias para a participação ativa, gradativamente. Entretanto, nem sempre as AVD são aprendidas naturalmente. O uso da visão é sentido preponderante para o conhecimento do meio ambiente e para o uso dos objetos, alimentos e outros acessórios básicos para a realização das AVD. Portanto, a ausência da visão ou o comprometimento visual significativo podem impedir o sujeito de aprender e executar as AVD de forma espontânea e empírica. Para a criança com deficiência visual (DV) congênita, por exemplo, há a necessidade de obter informações mais detalhadas para que aprendam a experimentar, manusear, sentir e perceber as atividades conforme suas possibilidades.

A compreensão da localização dos ambientes e a disposição dos objetos, as adaptações, o uso de auxílios ópticos e não ópticos, de objetos e móveis acessíveis (que simplificam as ações), a iluminação e o contraste adequados, além de técnicas específicas para a realização de cada atividade são estratégias que facilitam o desempenho das AVD.

Algumas orientações básicas podem contribuir para a melhora no uso da visão residual e dos sentidos remanescentes e, conseqüentemente, no desempenho das tarefas de maneira mais eficiente, favorecendo a independência e a autonomia²:

Atividades de vida diária para pessoas com deficiência visual: quando indicar e uso prático



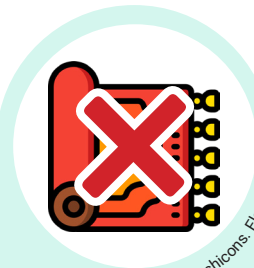
Fonte: Freepik. Flaticon.

Adequar a iluminação do ambiente de acordo com a necessidade da pessoa.



Fonte: Freepik. Flaticon.

Utilizar contrastes nos objetos (ex.: sabonete em contraste com a cor da saboneteira, prato em contraste com a cor do alimento).



Fonte: Smashicons. Flaticon.

Eliminar dos ambientes de circulação objetos que possam implicar riscos de queda ou acidentes, como tapetes.



Fonte: Kerismaker. Flaticon.

Manter móveis e utensílios domésticos em lugares constantes.



Fonte: Freepik. Flaticon.

Separar itens necessários à realização da tarefa antes de começar a executá-la (ex.: os ingredientes de uma receita e os utensílios de cozinha antes de começar o preparo).



Fonte: Freepik. Flaticon.

Identificar embalagens, recipientes e roupas com etiquetas em braille ou usando letras com fonte ampliada/negrito para facilitar a identificação.



Fonte: Surang. Flaticon.

Organizar e guardar as próprias roupas para facilitar a localização posteriormente.



Fonte: Freepik. Flaticon.

Utilizar espelhos de aumento (no caso de pessoas que possuam resíduo visual).



Fonte: Itim2101. Flaticon.

Fazer uso de lentes corretoras (óculos) e auxílios ópticos (lupas e telessistemas), caso tenham sido prescritos pelo oftalmologista.

Atividades de vida diária para pessoas com deficiência visual: quando indicar e uso prático

É importante considerar que os conteúdos das AVD e AVP devem ser trabalhados mediante interesse da pessoa com deficiência e de suas possibilidades.

[1] MELLO, M. A. F. de; MANCINI, M. C. Métodos e técnicas de avaliação nas áreas de desempenho ocupacional. In: CAVALCANTI, A.; GALVÃO, C. **Terapia Ocupacional: fundamentação e prática**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, v. 20, n. 07, p. 49-69, 2007.

[2] ARRUDA, S. M. C. P.; MONTILHA, R. C. L. Atividade de vida diária e deficiência visual. In: SAMPAIO, M. W.; HADDAD, M. A.; COSTAFILHO, H. A.; SIAULYS, M. O. **Baixa visão e cegueira: os caminhos para a reabilitação, a educação e a inclusão**. Rio de Janeiro: Cultura Médica/Guanabara Koogan, p. 467-77, 2010.

COMO CITAR ESTE MATERIAL

RAMOS, Bruna Borba de Azevedo; PORTELLA, Clarisse Mendes; LEAL, Daena Nascimento Barros; DOS SANTOS, Ketyanne Barros; DANTAS, Lana Claudia Silva de Souza; VENTURA, Liana Maria Vieira de Oliveira; DOS SANTOS, Luciana Rodrigues; LOBO, Lucyjane Idália Araújo; DE OLIVEIRA, Márcia Virgínia Santos; DE CARVALHO, Pollyanna Pereira; DE SOUZA, Simone Pessoa; DE FREITAS, Tatiane Maria Lopes. Atividades de vida diária para pessoas com deficiência visual. In: UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS. UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO. **Atenção à Pessoa com Deficiência II: Mulheres com deficiência, saúde bucal da pessoa com deficiência, pessoa com acidente vascular encefálico, pessoa com traumatismo cranioencefálico, pessoa com paralisia cerebral, reabilitação visual, Triagem Auditiva Neonatal (TAN) e Triagem Ocular Neonatal (TON). Atenção à Saúde na Reabilitação Visual**. São Luís: UNA-SUS; UFMA, 2022.

© 2022. Ministério da Saúde. Sistema Universidade Aberta do SUS. Fundação Oswaldo Cruz & Universidade Federal do Maranhão. É permitida a reprodução, a disseminação e a utilização desta obra, em parte ou em sua totalidade, nos termos da licença para usuário final do Acervo de Recursos Educacionais em Saúde (ARES). Deve ser citada a fonte e é vedada sua utilização comercial, sem a autorização expressa dos seus autores, conforme Lei de Direitos Autorais - LDA (Lei n.º 9.610, de 19 de fevereiro de 1998).