

Instituto Politécnico de Santarém
Escola Superior Educação Santarém

**Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas
Atividades desenvolvidas em Centro de Dia**
Um Estudo de Caso

Dissertação apresentada para obtenção do grau de Mestre na área de Educação Social e
Intervenção Comunitária

Mestranda: Ana Dinis

Orientadora: Doutora Lia Pappamikail

Coordenador mestrado: Doutor Paulo Dias

Novembro,2017

AGRADECIMENTOS

Agradeço à instituição que me recebeu para a realização desta investigação, assim como às técnicas que mostraram disponibilidade para facultar informação, agradeço a todos os idosos que aceitaram participar nas entrevistas realizadas, pois sem a sua colaboração este estudo não seria realizado. Agradeço por último à professora Doutora Lia Pappamikail pela sua orientação.

RESUMO

Nesta dissertação de mestrado apresenta-se uma investigação sobre as atividades realizadas em Centro de Dia, procurando aferir se estas vão ao encontro das necessidades, desejos, interesses e gostos dos idosos. Para tal foi analisada a participação dos idosos nas atividades desenvolvidas no centro de dia em estudo com o objetivo de perceber de que modo o princípio da participação dos idosos foi mobilizado nas atividades desenvolvidas. Foi utilizada uma metodologia qualitativa que contemplou entrevistas aos idosos e à animadora sociocultural do Centro de Dia, complementada por observação participante e pesquisa documental.

Do estudo feito concluímos que as atividades desenvolvidas no Centro de Dia contribuem para o desenvolvimento em todos os aspetos da vida de um idoso, estimulando as suas capacidades físicas cognitivas e sociais, proporcionando aos idosos um envelhecimento ativo e que estes desempenhem um papel participativo no seu próprio processo envelhecimento.

Contudo, o estudo também revela que as atividades apresentam-se direcionadas para o grupo de idosos, o que significa que estas não são planificadas levando em conta a individualidade de cada um dos idosos.

Apesar de este trabalho não permitir generalizações acreditamos que este é um instrumento de reflexão sobre a intervenção junto da população idosa.

Palavras-chave: Envelhecimento; Atividades; Centro de Dia; Participação.

SUMMARY

The dissertation presented focuses on the activities performed in the day care center and if these meet the needs, desires, interests and tastes of the elderly, for this was analyzed the participation of the elderly in the activities carried out in the day center under study. With the objective of understanding the principle of the participation of the elderly in the activities.

We used a qualitative methodology that included interviews with the elderly and the socio-cultural animator of the day center under study, we also used participatory observation and documentary research.

From the study we conclude that the activities developed in the day center contribute to the development in all aspects of the life of an elderly person, stimulating their physical and cognitive physical capacities, providing the elderly with an active aging and that they play a participative role in their process itself.

In the study center, the activities are directed to the elderly group, which means that these are not planned taking into account the individuality of each of the elderly.

Although this work does not allow generalizations we believe that this is an instrument for reflection on the intervention among the elderly population.

Keywords: Aging; Activities; Day Care; Participation.

RESUMÉ

La thèse de master se concentre sur les activités menées dans les soins de jour et si elles répondent aux besoins, désirs, intérêts et goûts des personnes âgées, pour cela a été considéré comme la participation des personnes âgées à des activités sur le centre d'étude afin de réaliser le principe de la participation des personnes âgées dans les activités.

une méthodologie qualitative qui comprenait des entrevues avec des personnes âgées et étude socioculturelle journée passionnante soins a également utilisé l'observation participante et de la recherche documentaire a été utilisé.

L'étude a conclu que les activités du centre de jour contribuent au développement dans tous les aspects de la vie d'une personne âgée, en stimulant leur développement physique et cognitif social, fournissant le vieillissement actif des personnes âgées et qu'ils jouent un rôle participatif dans leur propre processus de vieillissement.

Le jour des activités du centre d'étude sont présentées à l'adresse du groupe des personnes âgées, ce qui signifie que ceux-ci ne sont pas planifiés en tenant compte de l'individualité de chacune des personnes âgées.

Bien que ce travail ne permet pas de généralisations croient que c'est un instrument de réflexion sur l'intervention dans la population âgée.

Mots clés: Vieillissement; Activités; Soins de Jour; Participation.

ACRÓNIMOS

INE- Instituto Nacional de Estatística

IPSS- Instituições Particulares de Solidariedade Social

ONG- Organizações Não Governamentais

ONU- Organização Nações Unidas

PAII- Programa Apoio Integrado a Idosos PAS-Plano de Atividades Socioculturais

PDI-Plano de Desenvolvimento Individual

ÍNDICE

AGRADECIMENTOS	1
RESUMO.....	2
SUMMARY.....	3
ACRÓNIMOS	5
INTRODUÇÃO.....	10
I-PARTE - ENQUADRAMENTO TEÓRICO.....	13
1.Envelhecimento	13
1.1 Envelhecimento Demográfico em Portugal.....	13
1.2 Envelhecimento humano	16
1.2.1 Envelhecimento biológico, psicológico e social.....	17
2.Problemáticas do envelhecimento	21
2.1 Autonomia, independência e saúde	21
2.2 Solidão e participação social	22
2.3 Institucionalização	23
3. Políticas e respostas sociais no envelhecimento	25
3.1 Centro de Dia e política de envelhecimento ativo	35
II-PARTE - ESTUDO EMPÍRICO	38
1. Problemática.....	38
1.1. Problema de investigação	41
1.1.1. Objetivo geral	41
1.1.2 Objetivos específicos	41
2. Metodologia.....	41
2.1Técnicas e Instrumentos de recolha de dados.....	42
3. Procedimentos.....	44
4. Caraterização da instituição	45

III- PARTE - APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS	49
1.Apresentação dos dados.....	49
1.1 Breve caracterização sociodemográfica dos idosos que participaram no estudo	49
1.2 Institucionalização e motivos da institucionalização.....	51
1.3 Centro de Dia como promotor de vida ativa.....	53
1.4 Motivação e participação voluntária nas atividades	58
1.5 Atividades realizadas no Centro de Dia.....	60
1.6 Avaliação das atividades.....	63
2.Interpretação dos resultados	68
3.Conclusão	74
BIBLIOGRAFIA	81
ANEXOS	84
Anexo I- Pedido de consentimento Informado	85
Anexo II- Guião de Entrevista semiestruturada a idosos.....	86
Anexo IV- Analise conteúdo das entrevistas aplicadas aos idosos	90
Anexo V- Analise conteúdo da entrevista aplicada à animadora sociocultural.....	103

ÍNDICE FIGURAS

Figura 1-Índice de envelhecimento projeções 1991-2080	14
---	----

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1- Medidas de Política Social	31
Quadro 2- Resposta Sociais	32
Quadro 3-Caraterização dos idosos quanto ao género	51
Quadro 4-Caraterização dos idosos por idade	52

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Quadro 5- Caracterização dos idosos por estado civil	52
Quadro 6- Caracterização profissional dos idosos antes da entrada no Centro de Dia	53
Quadro 7- Tempo de institucionalização dos idosos	53
Quadro 8- Motivos da institucionalização	54
Quadro 9- Centro Dia como promotor de vida ativa oportunidades/dificuldades	57
Quadro 10- Motivos participação dos idosos nas atividades	60
Quadro 11- Atividades realizadas no Centro de Dia e identificadas pelos idosos	63
Quadro 12- Atividades sugeridas pelos idosos	67

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

“As pessoas idosas têm direito à segurança económica e a condições de habitação e convívio familiar e comunitário que respeitem a sua autonomia pessoal e evitem e superem o isolamento ou marginalização social.

A política de terceira idade engloba medidas de carácter económico, social e cultural tendentes a proporcionar às pessoas idosas oportunidades de realização pessoal, através de uma participação ativa na vida da comunidade.”

Artigo 72º da Constituição da República Portuguesa

INTRODUÇÃO

Esta pesquisa surge no âmbito do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária da Escola Superior de Educação Santarém com o objetivo de refletir acerca das atividades realizadas em centro de dia, aferindo se estas vão ao encontro das necessidades, desejos, interesses e gostos dos idosos. De igual modo interessou-nos perceber até que ponto os idosos são envolvidos no processo de planificação e desenvolvimento das atividades.

Qual o papel de um Centro de Dia na vida de um idoso para além da satisfação das necessidades básicas? Que desafios enfrentam para proporcionar qualidade de vida aos seus utentes, desenvolvendo atividades que os motivem a envelhecer de forma saudável e autónoma e onde a sua individualidade é respeitada assim como os seus direitos e deveres, características pessoais, valores, princípios, cultura, capacidades, e gostos pessoais como qualquer ser humano? Eis algumas questões que orientaram todo o processo de pesquisa.

A escolha do tema assenta na necessidade em aprofundar o estudo de uma das realidades mais premente na nossa sociedade, o crescimento da população idosa. Com o aumento da população idosa torna-se assim cada vez mais necessária uma intervenção junto desta, tornando-se importante estudar as suas especificidades para perceber a importância da ação neste contexto característico e que desafios enfrenta a intervenção junto dos idosos. Conhecer o que se faz será, portanto, um primeiro passo para (re)modelar práticas e informar técnicos acerca de procedimentos e metodologias. Com efeito, o envelhecimento é um processo natural do ciclo de vida, a nível individual é associado modificações biológicas, psicológicas e sociais. Estas modificações podem-se traduzir em perdas tanto a nível físico e cognitivo como em perda de papéis sociais. Na verdade, são diversos os problemas associados à velhice, podem verificar-se alterações a nível psicológico associados às perdas de memória ou maior dificuldade de raciocínio, a nível físico as perdas associadas às características corporais e lentidão do corpo, a nível social como os lutos, ou a solidão.

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

As respostas sociais surgem, neste contexto, como um recurso com que os idosos e as suas famílias podem contar para solucionar alguns destes problemas. Os Centros de Dia são uma dessas respostas sociais e que procuram, de uma forma geral, potenciar e manter a autonomia do idoso sem o afastar do seu meio, uma vez que permite que este mantenha uma ligação forte com a comunidade onde está inserido.

Do ponto de vista da intervenção, tem sido a animação sociocultural, entendida neste trabalho enquanto vertente da Educação Social, a estratégia privilegiada para colmatar os problemas decorrentes do envelhecimento em contexto institucional. Neste sentido, podemos dizer que as atividades socioculturais procuram fomentar o bem-estar físico, psicológico e social dos idosos, nomeadamente quando estes se encontram institucionalizados, permitindo ao idoso ao propor ocupar o seu tempo livre em atividades lúdicas, recreativas e culturais fazendo com vista a que o idoso mantenha a sua capacidade de autonomia pelo maior período tempo possível. Resta saber se, na prática, essas atividades são efetivamente adequadas, cumprindo os objetivos a que se propõem.

Neste contexto destacamos o papel da animação sociocultural com idosos pois é essencial que qualquer resposta social para esta população, que vise desenvolver atividades socioculturais para este efeito, deve procurar conhecer os idosos, com o objetivo de se poder desenvolver um programa à medida das necessidades dos mesmos, por isso é importante e fundamental estar atento aos seus gostos, necessidades e interesses de forma a que a oferta de atividades socioculturais sejam pertinentes e adequadas.

O presente estudo intitula-se “Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos em Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia: Um Estudo de Caso” e centrou-se numa instituição de solidariedade social com o estatuto jurídico de Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) situada na cidade de Santarém, instituição esta que desenvolve diferentes respostas sociais para idosos, que se traduzem em lar, centro de dia e apoio domiciliário.

Optámos, para este estudo, pela resposta social Centro de Dia pelo grau de autonomia e participação dos idosos na tomada de decisão sobre a sua própria vida, podendo ser

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

aferido o grau de participação destes na elaboração de atividades de dinamização sociocultural. É também neste contexto em que estão inseridos idosos com um maior potencial de «ativação», em virtude de, em princípio, estarem asseguradas condições para uma existência autónoma, assente em competências cognitivas e motoras significativas.

Assim, pretendemos com este trabalho uma reflexão sobre o envelhecimento e sobre as atividades de animação sociocultural desenvolvidas em Centro de Dia, partindo destas preocupações este estudo propõe-se a analisar a satisfação dos idosos com as atividades realizadas em Centro de Dia procurando saber se estas vão ao encontro das suas necessidades, gostos e preferências.

Quanto à sua estrutura, este trabalho encontra-se dividido em três partes. Na primeira visa-se enquadrar teoricamente o problema de pesquisa. Desta forma são identificados e desenvolvidos temas como o envelhecimento individual e envelhecimento demográfico, perdas associadas ao envelhecimento, as respostas e políticas sociais para a terceira focando especial atenção para a resposta centro de dia. A segunda parte refere-se ao estudo empírico onde se descreve o percurso metodológico, se apresentam objetivos e os respetivos procedimentos para a concretização deste trabalho. Numa última parte procede-se à apresentação e interpretação dos resultados e respetivas conclusões como uma breve referência ao papel do Educador Social e à sua intervenção com idosos institucionalizados em Centro de Dia.

I-PARTE - ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1.Envelhecimento

Esta parte do trabalho tem como objetivo a apresentação de um enquadramento teórico que possibilite a compreensão do envelhecimento.

Desta forma fazemos referência ao envelhecimento sob duas perspetivas o demográfico e o humano. Do ponto de vista demográfico em função do número de idosos no total da população e do ponto de vista individual assente numa longevidade prolongada do ser humano. Do ponto de vista individual o envelhecimento é um processo diferenciado e influenciado por diferentes fatores, que podem ser biológicos, psicológicos e sociais consideramos pertinente para o nosso estudo fazer referência a estes fatores de forma a compreender o processo de envelhecimento.

Fazemos ainda uma abordagem teórica às problemáticas associadas ao processo de envelhecimento, às políticas e respostas sociais para fazer face a essas mesmas problemáticas, focando a nossa atenção na resposta social centro de dia, uma vez que este estudo se baseou nesta valência.

1.1 Envelhecimento Demográfico em Portugal

Neste ponto pretendemos analisar o processo de envelhecimento demográfico em Portugal assim como as suas causas e consequências a nível, económico e social.

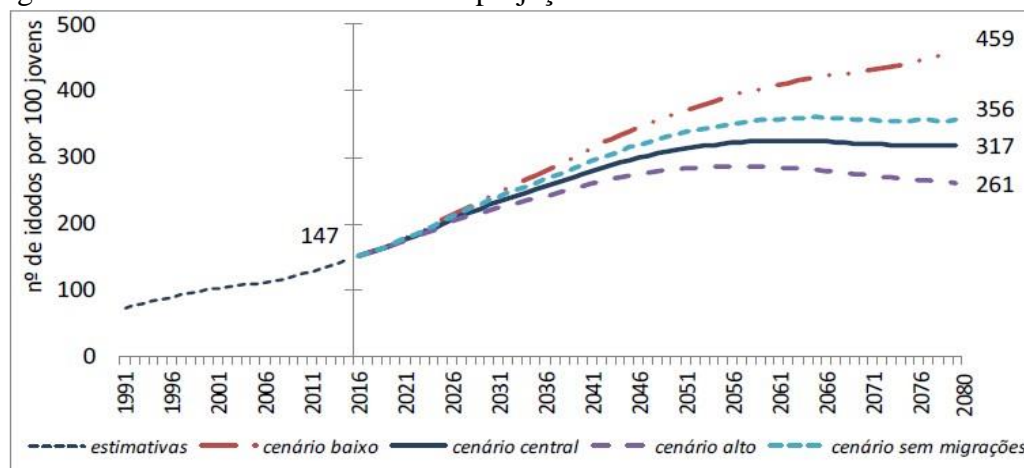
O envelhecimento demográfico, é “[...] entendido como o aumento, absoluto e relativo, da população com 65 e mais anos de idade no total da população [...]” (Carvalho, 2013, p. 84) neste sentido podemos definir envelhecimento demográfico pelo aumento da proporção das pessoas idosas na população total.

Segundo Instituto Nacional de Estatística (2014) as tendências demográficas recentes são caracterizadas pelo aumento continuado da esperança de vida, a redução da mortalidade infantil, o aumento da imigração, a queda acentuada da fecundidade e o conseqüente envelhecimento da população. Este envelhecimento populacional com origem nas causas a cima mencionadas reflete-se no índice de envelhecimento, este indicador segundo dados do INE (2014) em 2011 era de 128, o que significa que por cada 100 jovens existiam 128 idosos já em 2013 o índice foi de 136 idosos por cada 100

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

jovens, segundo a mesma fonte (INE 2017) em 2015 este índice sobe para 147 idosos por cada 100 jovens, o que traduz o agravamento célere desta tendência.

Figura 1- Índice de envelhecimento e projeções 1991-2080



Fonte: INE Março 2017

É sabido que o índice de envelhecimento se deve ao aumento da esperança média de vida em resultado da melhoria das condições de vida, progressos e melhoria da assistência médica e ao aumento da população idosa, assim como ao decréscimo da taxa de natalidade. Nos diferentes cenários¹ projetado pelo INE, o índice de envelhecimento, poderá atingir o valor de 459 idosos por cada 100 jovens em 2080, resultado do agravamento dos desequilíbrios geracionais. Estes desequilíbrios geracionais, têm consequências, sociais, económicas e políticas, pois uma população mais envelhecida significa aumento de gastos públicos com pensões de reforma e com cuidados de saúde. Uma das características do envelhecimento populacional é, por outro lado, a estagnação da população uma vez que não existe renovação das novas gerações, esta estagnação conduz a uma diminuição da produtividade e consequentemente a sustentabilidade da segurança social fica em causa, uma vez que as despesas com pensões velhice ou reforma aumentam. Em Portugal o grupo etário com 65 anos ou mais contém mais pessoas que o número de jovens, como refere Carvalho (2013, p. 84) “[...] será a partir de 2001, e pela primeira vez na história da população portuguesa, que a população

¹ Cenários: cenário baixo (hipóteses pessimistas); cenário central (consideradas hipóteses de evolução central); cenário alto (hipóteses otimistas).

Fonte: INE consultado em 14/05/2017

idosa se torna mais expressiva do que a população com menos de 15 anos de idade [...]”. Este envelhecimento levanta alguns receios como a sustentabilidade da segurança social, e a qualidade das respostas sociais de apoio a idosos. Como já referimos, a redução da mortalidade e a redução da fecundidade são as duas principais causas: *“Portugal apresenta, atualmente, uma das mais baixas taxas de fecundidade da europa, sem capacidade de renovação das gerações. A par disso, a natalidade altera as suas estruturas, num processo de adiamento e correlativa redução do número de filhos por mulher.”* (Paúl & Ribeiro, 2012, p. 184) Indo ao encontro dos autores podemos dizer que o aumento da população envelhecida explica-se pela quebra da taxa de natalidade, consequência da entrada da mulher no mercado de trabalho, ao aumento do uso de métodos contraceptivos e planeamento familiar bem como a idade cada vez mais tardia do nascimento do primeiro filho e a redução do número de filhos.

Outro motivo para este fenómeno é o aumento da esperança média de vida que se traduz numa melhoria dos serviços de saúde e técnicas medicas assim como num maior acesso da população aos cuidados de saúde. A melhoria da qualidade de vida e desenvolvimento económico estará associada a um maior conhecimento sobre cuidados de saúde e alimentação equilibrada e saudável como refere o autor *“[...] as alterações na estrutura da população não se devem, unicamente, ao aumento da esperança de vida, mas ao declínio da mortalidade entre jovens e adultos de meia-idade. A melhoria da saúde pública, (...) a melhoria das condições sociais, da nutrição e mais recentemente, os avanços da medicina preventiva e curativa (...)”* (Lima, 2010, p. 92)

De mencionar ainda os movimentos migratórios que consistem numa redução da população ativa com o abandono do país na procura de melhores condições de vida Podemos concluir que o envelhecimento demográfico em Portugal têm como principais causas as já referidas diminuição da natalidade e o aumento da esperança de vida mas, também de forma significativa, os movimentos migratórios, traduzindo-se numa população cada vez mais envelhecida que segundo Lima (2010, p. 95) *“Atendendo a este cenário demográfico reconhece-se a velhice como uma etapa significativa do ciclo de vida, à qual estão associadas especificidades de vária ordem (biológica, social e psicológica), que importa, cada vez mais conhecer”*

Levando em consideração a opinião do autor, acima citado, importa conhecer as especificidades do envelhecimento humano, o que nos propomos fazer de seguida.

1.2 Envelhecimento humano

Como foi referido anteriormente pretendemos neste ponto analisar os aspetos do envelhecimento humano fazendo referencia aos conceitos de envelhecimento e ciclo de vida.

O envelhecimento é uma realidade complexa e multidimensional o que dificulta a definição definitiva do conceito, sendo que “ [...] alguns autores dizem que envelhecimento é tudo o que acontece com o passar do tempo após de atingir a idade adulta [...] ” (Paúl & Ribeiro, 2012, p. 23), para outros autores o envelhecimento é um processo que decorre ao longo do tempo e é caracterizado por alterações físicas, psicológicas e sociais e, de acordo com Lima (2010) não se trata de um “*somar linear de anos*”, mas sim de um fenómeno complexo a nível fisiológico, psicológico e social.

Levando em conta que, o processo de envelhecimento não depende só de fatores biológicos, mas também de fatores psíquicos e sociais, o funcionamento humano não pode ser reduzido apenas a sua dimensão biológica, pelo que, de acordo com Fernandes (2000) o envelhecimento diz respeito a todas as modificações que ocorrem nos seres vivos como consequência da ação do tempo.

Podemos definir envelhecimento como um processo de degradação progressiva e diferenciada dos fatores biológicos, psicológicos, e sociais, e o seu termo natural é a morte do organismo sendo que se processa de forma diferente em cada indivíduo, nesta perspetiva o envelhecimento “ [...] não é um estado, mas um processo que integra uma serie de fenómenos que se sucedem numa determinada ordem e durante um certo período de tempo – o ciclo de vida. ” (Carvalho, 2013, p. 5)

O conceito de ciclo de vida surge associado ao conceito de cronologia como refere Fonseca (2006, p.22) “*Quando pensamos em idade, pensamos habitualmente no tempo que vivemos desde que nascemos, isto é, a idade cronológica*” esta determina a ordem dos acontecimentos ordenando-os numa sequência logica ou sistema de idades infância, juventude, adulticia e velhice.

Durante o ciclo de vida o indivíduo está sujeito a normas, ao desempenho de papéis sociais e a uma padronização de comportamento que o leva a uma estruturação do curso de vida. O estado através das suas instituições e políticas sociais conduz o indivíduo a essa estruturação como o exemplo da escolaridade mínima obrigatória ou estabelecimento da idade de reforma.

Socialmente são construídas normas etárias, onde existem expectativas sociais em determinada idade cronológica segundo Fonseca (2006, p.24) *“Isto significa que as pessoas, independentemente da idade cronológica, apresentam outras idades [...] a idade socio-cultural revela-se um índice importantíssimo para compreender muitos dos papéis sociais que adoptamos [...]”* e como perspectivamos o envelhecimento do corpo. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a terceira idade inicia-se entre os 60 e 65 anos, esta é a idade cronológica instituída, que se traduz num *“[...] critério para organizar socialmente o nosso ciclo de vida e os acontecimentos que vão ocorrendo [...]”*. (Lima, 2010, p. 39). Mas este critério é insuficiente para compreender o processo de envelhecimento, caracterizado por um processo de degradação progressivo o envelhecimento é um processo que se manifesta de forma diferente em cada indivíduo.

Tendo em conta os aspetos anteriormente referidos podemos concluir que o conceito de envelhecimento não é fácil de definir uma vez que depende de diferentes fatores e processa-se de forma diferente em cada indivíduo, sendo que este processo é caracterizado por mudanças físicas, psicológicas e sociais. Podemos ainda concluir que o processo de envelhecimento aparece associado ao conceito de cronologia e ciclo de vida uma vez que este se inicia com o nascimento e termina com a morte dos indivíduos. Para melhor compreender o envelhecimento importa perceber o seu processo a nível biológico, psicológico e social.

1.2.1 Envelhecimento biológico, psicológico e social

Como já foi referido anteriormente o processo de envelhecimento é vivido por cada indivíduo de forma singular e mediante diferentes fatores biológicos, psicológicos e sociais, pretendemos de seguida analisar o envelhecimento quanto a estes três fatores.

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

A nível biológico o envelhecimento é caracterizado pelo declínio funcional que afeta os diferentes órgãos, debilitando o organismo, este é um processo normal resultante de fatores internos e externos. Com envelhecimento fisiológico surge uma serie de alterações orgânicas resultando na perda de capacidades do organismo, este vai-se debilitando afetando todos os sistemas do corpo humano, levando à obtenção progressiva de incapacidades, como a perda ou a “ [...] *redução de alguns sentidos (visão, audição, tacto), a insegurança de andar, a doença e a falta de independência [...]* ” (Galinha, 2010, p. 60) estas limitações físicas podem levar a uma redução no desempenho físico, na habilidade motora, na capacidade de concentração, de reação e de coordenação.

A velhice aparece associada às alterações do corpo, estes sinais exteriores manifestam-se com o aparecimento das rugas e dos cabelos brancos, com o andar mais lento, diminuição das capacidades auditiva e visual.

Paralelamente a estas mudanças e perdas normais desta etapa, o organismo torna-se mais vulnerável a problemas de saúde característicos desta idade salientando algumas das doenças associadas ao avançar da idade, como refere Oliveira (2012) a diabetes, o colesterol, as doenças cardiovasculares, a osteoporose e osteomalacia, as doenças de Parkinson e de Alzheimer. É fundamental que a pessoa aprenda a lidar com as transformações de seu corpo e tire proveito de sua condição, prevenindo e mantendo a sua autonomia. Para isso é necessário que se procure estilos de vida ativos, salientando a importância da atividade física no sentido de combater as vulnerabilidades que o organismo apresenta com o passar dos anos. Neste sentido ter saúde é essencial para que o idoso possa manter uma boa qualidade de vida e autonomia, as alterações físicas e a consequente perda de autonomia e mobilidade tem repercussões psicológicas.

A nível psicológico o envelhecimento é caracterizado por mudanças a nível de capacidades cognitivas, e da memória. A memória é “[...] *a função psicológica que nos é mais familiar, tao ligada que está a todas as nossas atividades diárias.*” (Fontaine, 2000, p. 111).

No entanto com o passar dos anos a memória vai-se alterando apresentando um declínio no seu funcionamento especialmente no que diz respeito à memória a curto prazo sendo

mais fácil ao idoso ter memórias relativas ao seu passado e mais dificilmente se lembrar de acontecimentos recentes. No entender de Fonseca (2006, p. 102) “[...] *o declínio da memória a longo prazo não é um fenómeno característico do envelhecimento bem pelo contrario, a haver declínio parece ser a memória a curto prazo a que apresenta um défice maior com a idade [...]*”. De acordo com o autor mais facilmente o idoso se lembra de acontecimentos como os da sua juventude do que se lembra do jantar do dia anterior. Ao logo do processo de envelhecimento ocorre um declínio a nível cognitivo, este declínio é justificado pelo mesmo autor como “[...] *a ocorrência de diminuição da eficiência da velocidade de processamento de informação ao nível do Sistema Nervoso Central, concomitante com o envelhecimento, reflete-se num abrandamento cognitivo e é responsável pelos défices cognitivos relacionados com a idade.*” (2006, p. 100). A nível cognitivo o idoso vai perdendo ao longo do tempo algumas das suas capacidades nomeadamente ao nível da rapidez de processamento de informação apresentando algumas limitações a nível cognitivo, estas limitações traduzem-se muitas vezes em perdas de memória, podendo ter consequências a nível das relações sociais e da sua qualidade de vida.

No entanto “[...] *a generalidade dos estudos tem assinalado o declínio da memória com a idade como fazendo parte do processo normal de envelhecimento. Todavia, também se observa que nem todas as capacidades mnésicas se alteram da mesma forma*” (Lima,2010, p.81). Neste sentido é importante saber quais as causas pelas quais ocorrem estas diferenças nas atividades mnésicas dos idosos “[...] *elas podem ser várias como o estado emocional, o nível cultural e instrucional, a situação sócio-económica, o stress, e principalmente causas neuronais (declínio no número e na eficiência dos neurónios) [...]*” (Fontaine, 2000, p. 47). Na opinião do autor as limitações a nível cognitivo não se prendem unicamente com causas de declínio neural, mas também como consequência do meio onde o idoso está inserido, a formação, as condições económicas e a própria personalidade do individuo é desta forma importante, que o idoso, para manter as suas capacidades cognitivas, adote *medidas compensatórias*. Estas medidas são essenciais para “[...] *fazer face a uma previsível evolução desfavorável de certas variáveis biológicas (perda de acuidade sensorial, diminuição da velocidade de processamento de informação) [...] perda de capacidade de compreensão e de*

aprendizagem. De entre essas medidas destacamos aqui duas: o exercício físico e o treino das capacidades cognitivas.” (Fonseca, 2006, p. 104).

Assim, na perspectiva do autor é importante que o idoso desenvolva atividades de estimulação cognitiva com o objetivo de compensar as alterações que ocorrem naturalmente no processo de envelhecimento, criando espaço à intervenção socioeducativa específica com este público. Como referimos anteriormente tanto as alterações físicas como psicológicas no idoso podem conduzir a algumas limitações trazer consequências nas suas relações sociais.

Durante o envelhecimento dos indivíduos ocorrem também mudanças sociais. Estas mudanças na vida social do idoso prendem-se com a diminuição da produtividade e com a idade da reforma “*[...] identificando-se hoje muitas vezes a pessoa com o seu trabalho, perdê-lo ou abandoná-lo significa em parte perder a própria identidade. É que o trabalho, além de ser fonte de rendimento, estrutura a rotina diária no uso do tempo, condiciona o estatuto social e a identidade, etc.*” (Fontaine, 2000, p. 62).

Condicionando também a rede social do indivíduo, em que os laços sociais ficam reduzidos levando a um distanciamento social por parte dos idosos levando a uma situação de exclusão na participação social, que pode ser vivida como uma espécie de morte social. A reforma é uma mudança na estrutura do dia-a-dia das pessoas modificando as suas rotinas e a organização das atividades diárias e hábitos, estas modificações surgem também ao nível das relações profissionais onde se dá uma rutura, e ao nível familiar uma vez que, reformado, o indivíduo passa a conviver mais tempo com os seus familiares.

Reformado, o idoso pode gerar alguns sentimentos de inutilidade, se o indivíduo não ocupar o seu tempo assim como sentimentos de solidão, isolamento ou insatisfação. Estas transformações de papéis sociais exigem uma capacidade por parte do indivíduo de adaptação.

“ [...] a enorme diversidade a que assiste nas trajetórias desenvolvimentais ao longo da velhice encontra a sua origem tanto nas modificações de cariz biológico e psicológico , a que qualquer indivíduo está sujeito à medida que a idade avança, como nas relações que os indivíduos estabelecem com pessoas e

instituições que encontram nos respectivos contextos sociais, ou seja, família, redes informais de relações, vizinhança, comunidade, sociedade, cultura e segmento da história” (Paúl & Ribeiro, 2012, p. 97)

Podemos concluir que o envelhecimento é um processo complexo e dinâmico e que as alterações a nível físico, psicológico e social podem traduzir-se em mudanças de comportamentos e atitudes. Neste sentido promover a participação social, a atividade física e cognitiva é fundamental para o idoso uma vez que interfere com o bem-estar do indivíduo, quer a nível psicológico, quer a nível físico, diminuindo desta forma as problemáticas associadas ao envelhecimento humano, problemáticas essas que passamos a enunciar no ponto seguinte.

2. Problemáticas do envelhecimento

2.1 Autonomia, independência e saúde

Como tem vindo a ser argumentado, o envelhecimento é um processo onde o indivíduo enfrenta diversas alterações quer físicas quer psicológicas ou sociais, a velhice surge como desafio com um conjunto de problemáticas específicas, problemáticas estas que aparecem associadas ao conceito de perda. A falta de saúde, as limitações físicas e a doença são uma das problemáticas do envelhecimento muitas vezes e na opinião de Lima (2010) associa-se ao envelhecimento uma saúde debilitada em que ser “velho “é sinónimo de estar doente,

“Considerar envelhecer como sinónimo de adoecer corresponde à utilização do termo ‘velho’ como sinónimo de doente, incapaz ou limitado. No entanto, a velhice não representa, necessariamente incapacidade: embora possa, eventualmente, levar a perdas ou reduções da capacidade funcional, estas não impossibilitam a generalidade das pessoas de desenvolver uma vida plena”
(Lima, 2010, p.29)

Na opinião do autor, ainda que na velhice se perda algumas capacidades físicas, estas não se traduzem em incapacidade, perda de autonomia e dependência, outras causas

importam referir como “[...] *redução da rede social (morte de membros da família, amigos, vizinhos), perda de papéis e status, viuvez e redução do rendimento económico*” (Paúl & Ribeiro, 2012, p. 163).

A perda da autonomia e independência no idoso não limita a sua origem ao declínio gradual das aptidões físicas, ao impacto do envelhecimento e das doenças, ainda que o idoso tenda a ir alterando seus hábitos de vida e rotinas diárias por atividades e formas de ocupação pouco ativas e que exigem pouco esforço físico ou cognitivo associadas a obtenção progressiva de incapacidades.

Como foi referido, a perda de autonomia e independência surgem também associado a limitações económicas e sociais, gerando processos de auto desvalorização, apatia, insegurança, perda da motivação, isolamento social e a solidão e exclusão

Na opinião de Carvalho (2013, p.19) a situação de exclusão é “ [...] *por vezes conduzida pelo próprio idoso por dificuldades em perspectivar o futuro e em gerir a alterações do se quotidiano, a perda de afectos e de padrão de vida; outras vezes pela sociedade ao valorizar mais os limites dos idosos sem reconhecer as suas potencialidades*” De acordo com o que foi anteriormente mencionado podemos concluir que a situação de exclusão e isolamento e dependência dos idosos tem como causa não só as limitações físicas, próprias da idade, mas também por falta de oportunidade de serem valorizadas as suas potencialidades e habilidades.

Importa ainda referir a participação social como um processo que possibilita ao idoso ultrapassar situações de exclusão social o que faremos no ponto seguinte.

2.2 Solidão e participação social

Uma das problemáticas associadas ao envelhecimento é o aumento da solidão por parte dos idosos. Resulta duma situação social, mas também pode ser vista e entendida dum modo subjetivo por uma experiência psicológica desagradável ou de um relacionamento afetivo insuficiente.

Durante a velhice, as pessoas reduzem a sua participação na vida social e comunitária e como consequência os amigos e laços sociais vão-se perdendo, levando a um maior isolamento social, este isolamento pode criar sentimentos de solidão assim como a falta

de saúde, o fato de ter ou não família, a reforma, a viuvez pode também produzir declínio de interação social.

Com o envelhecimento da população Galinha (2010, p.81) defende que promover a “[...] participação social é fundamentalmente relevante no âmbito da terceira idade, como processo de expressão e criatividade pessoal, social e cultural [...]” e como forma de integração social uma vez que a velhice aparece ligada às complicações resultantes da obtenção progressiva de incapacidades identificando estas incapacidades como causas isolamento, solidão, e mesmo exclusão social.

A exclusão social do idoso acaba por se repercutir no acesso aos serviços de saúde, sociais, culturais, bens de primeira necessidade e ao desconhecimento de alguns direitos, que no seu conjunto contribuem para a progressiva perda de autonomia e da sua identidade ficando mais vulneráveis e expostos a diversos tipos de isolamento social.

A exclusão social também passa muitas vezes pela privação, falta de acesso às oportunidades, falta de recursos ou, de uma forma mais ampla, pela ausência de cidadania. O idoso passa a ter um papel pouco ativo na sociedade, tanto na forma como esta se organiza e se exprime quer a nível ambiental, cultural, económico, político e social.

O envelhecimento populacional é um facto irreversível existindo ainda, segundo Pimentel (2001, p.19) “[...] imagens negativistas e os mitos que se têm construído em torno do processo de envelhecimento, desvalorizam o estatuto social do idoso e condicionam as suas oportunidades de realização e de auto - valorização”

De acordo com o que foi anteriormente mencionado a participação social permite ao idoso afastar sentimentos de solidão e isolamento, a institucionalização do idoso surge muitas das vezes para colmatar esta necessidade tornando-se essencial neste trabalho entender os motivos e dinâmica da institucionalização.

2.3 Institucionalização

Com as mudanças na estrutura familiar e como “[...] consequências dessa modificação da natureza e da intensidade dos laços intergeracionais assiste-se a uma transferência da obrigação da assistência aos idosos dos filhos para a sociedade” (Correia, 2003, p.

35) na origem desta transferência de responsabilidade da família para a sociedade estão varias causas, nomeadamente alterações na estrutura e dinâmica das famílias, quer por questões profissionais, falta de tempo, incapacidade de cuidar de um idoso doente ou dependente, situações de isolamento e solidão a reforçar esta ideia Cardão (2009) refere que “ [...] a família não tem tempo ou capacidade para se ocupar do idoso que se tornou dependente e/ou cronicamente doente; ou porque a viuvez, ou a perda de companheiros de uma vida, a acrescer à falta de uma atividade válida, o coloca numa situação solitária e fragilizante.” (Cardão, 2009, p. 39)

Para colmatar esta situação de fragilidade a institucionalização surge como uma solução, quer para a família quer para o próprio idoso. A institucionalização oferece aos idosos a oportunidade de interação social, num ambiente preparado para as problemáticas associadas a esta idade, assegurando auxílio às suas necessidades e libertando os familiares de prestar cuidados, que subcarregados com encargos do seu dia-a-dia não tem disponibilidade ou oportunidade de dar apoio necessário ao idoso.

Por outro lado a institucionalização não deixa de ser uma rutura com a comunidade, a família, amigos e conhecidos existindo por parte dos idosos uma necessidade de cuidados específicos e diferenciados, independentemente dos motivos, um processo de institucionalização implica, na opinião de Guedes (2012,p.93), um período que, “ [...] vai implicar uma ruptura total com o quadro de vida anterior, normalmente caracterizado já por perdas de ente queridos, rupturas com redes de socialização várias, como a família, os colegas de trabalho, os amigos, situações de diminuição de ingressos económicos e até situações de perda de autonomia física, mais ou menos incapacitantes.”

Encontrando-se o idoso num processo de fragilidade as instituições enfrentam grandes desafios para proporcionar qualidade de vida aos seus utentes, não se limitando apenas à satisfação das necessidades básicas, mas na prestação de cuidados a nível social e psicológico na preceptiva em que o idoso é alguém que tem direitos e deveres, características pessoais, valores, princípios, cultura, capacidades, e gostos pessoais como qualquer ser humano. “Neste sentido independentemente do tipo de resposta social às necessidades das pessoas mais velhas, a reflexão sobre a nossa capacidade de construir alternativas criativas é fundamental” (Lima, 2010, p. 105).

É pertinente refletir nas respostas dadas pelas instituições e de que forma estas respostas vão ao encontro das necessidades sentidas pelos idosos institucionalizados, no sentido de identificar novos caminhos de ação, intervenção e investigação para este grupo populacional. Torna-se por isso relevante para o nosso estudo uma análise das políticas e respostas sociais direcionadas para a população idosa.

3. Políticas e respostas sociais no envelhecimento

A velhice e a forma como as sociedades se organizam para responder a esta problemática são um dos maiores desafios contemporâneos, a realidade do envelhecimento populacional, as necessidades e características associadas a esta população leva à procura de soluções políticas no sentido de poder proporcionar uma melhor qualidade de vida aos idosos tornando-se necessário a criação de políticas e resposta sociais direcionadas a esta população.

Neste ponto é pertinente referir quais as políticas sociais que existem para os idosos e a importância das mesmas no apoio a esta população, pretende-se uma abordagem às políticas sociais para a velhice.

“As políticas públicas podem ser vistas como “quadro de referência” constituídos por determinadas tipificações/modelos que estruturam as organizações e práticas organizacionais, bem como as experiências individuais e os significados que lhes são atribuídos” (Grenier, cit. in. José e Teixeira 2014 p.32). Tornando-se essencial analisar o centro de dia como espaço institucional uma vez que a investigação incide nesta valência, desta forma é pertinente refletir como estes espaços contribuem para que o idoso tenha um papel ativo no seu processo de envelhecimento de forma autónoma e participativa.

O envelhecimento populacional apresenta implicações para os diversos domínios da sociedade, com o reconhecimento desta problemática, surgiram a nível internacional iniciativas que marcaram as políticas para a terceira idade, destacando a primeira assembleia mundial sobre o envelhecimento que decorreu em Viena no ano de 1982, desta assembleia resultam as diretrizes sobre as políticas publicas direcionadas ao envelhecimento que devem ser adotadas mundialmente, destacando-se segundo Osório e Pinto (2007,p.31) “ [...] três aspectos fundamentais: desenvolvimento de um papel

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

activo na sociedade, preparação para esse papel na fase da reforma e oferecer nesta que se alarga cada vez mais no tempo- a oportunidade de realização pessoal através de uma série de actividades.”

Com a realização da Assembleia Geral das Nações Unidas em 1991 são apresentados cinco princípios a favor da população idosa, a *Independência*, a *Participação*, *Cuidados*, *Autorrealização* e *Dignidade*.

A *Independência* refere-se ao acesso a direitos básicos, rendimentos e formação. A *Participação* pretende promover a integração social para que o idoso possa desempenhar um papel ativo na sociedade. Relativamente aos *Cuidados* o objetivo é facilitar o acesso a respostas sociais dirigidas a esta população.

No que diz respeito à *Autorrealização* a intenção é possibilitar ao idoso o seu desenvolvimento pessoal nos diferentes domínios (educação, cultura, espiritual e recreativa). Por ultimo o princípio da *Dignidade* defende a garantia de uma vida digna e justa independentemente de qualquer circunstância.

Sem pretender fazer uma análise exaustiva destes princípios, importa referir que o processo de envelhecimento aumenta a possibilidade de situações de vulnerabilidade nos idosos que podem afetar a dignidade humana dos mesmos. O direito à satisfação de necessidades básicas, o direito a rendimento, direito à integração e participação social, direito ao apoio de instituições, e o direito ao desenvolvimento pessoal se completam no direito à dignidade. Envelhecer com dignidade pressupõe acesso a bens e serviços, uma vez que viver em sociedade implica a participação e envolvimento com varias organizações, a maioria dos idosos tem dificuldades no acesso aos serviços de saúde, sociais, culturais, bens de primeira necessidade e até desconhecimento de alguns direitos, que no seu conjunto contribuem para a progressiva perda de autonomia e da sua identidade ficando mais vulneráveis. Neste aspeto as políticas sociais para o envelhecimento têm um papel crucial para que o envelhecimento se processe com melhor qualidade em todos os domínios, saúde física e mental, competências sociais, conservação da autonomia e bem-estar.

Em 2002 tem lugar em Madrid a II Assembleia Mundial sobre o envelhecimento, onde é revisto o plano de Viena e elaborado o “Plano de Ação Internacional de Madrid sobre o envelhecimento 2002” que na opinião de Osório e Pinto (2007, p.34)

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

“Este «plano» é o resultado de um amplo consenso que pretende produzir uma mudança de atitudes, políticas e práticas em todos os níveis e em todos os sectores, para que seja possível concretizar as enormes possibilidades com que o envelhecimento no século XXI nos brinda. O objectivo principal consiste em garantir que todos os segmentos da população possam envelhecer com segurança e dignidade e que as pessoas idosas possam continuar a participar nas respectivas sociedades como cidadãos de pleno direito” A realização destas Assembleias Mundiais sobre o envelhecimento, procuram soluções e orientações políticas para as problemáticas do envelhecimento, podemos com base no que foi referido, podemos concluir que surgem novas linhas orientadoras a nível mundial das políticas sociais para o envelhecimento que visam dar dignidade e qualidade de vida aos idosos.

Em Portugal só partir da década de 70 do século passado surge um olhar sobre a velhice, as políticas sociais dirigidas à população idosa ganham expressão neste período com a criação de serviços e equipamentos que permitem ao idoso a manutenção no seu domicílio, a integração e a participação na sociedade. A partir desta década os idosos “*[...] passam a ser vistos, ao contrário do passado, como indivíduos ativos, autónomos e integrados [...].*” (Carvalho, 2013, p. 92)

Durante este período, e segundo o mesmo autor criam-se equipamentos e serviços de apoio, nomeadamente, Centros de Dia, Apoio Domiciliário e Centros de Convívio. Desde o início dos anos 70 até aos dias de hoje “*[desenvolve-se em Portugal, a Formulação de uma política nacional para a velhice, cujos objectivos são a promoção de condições de autonomia e bem estar, favorecendo a sua permanência no domicílio e no seu meio familiar e social e privilegiando a sua inserção social e comunitária*” (Salselas, 2007, p. 22) as políticas sociais para idosos são direccionadas para a manutenção dos idosos nas suas residências promovendo a sua autonomia e integração social neste sentido podemos destacar “*[...] alguns períodos na análise da política da terceira idade em Portugal: de 1976 a 1985; de 1985 a 1995; de 1995 a 2002 e de 2002 até a actualidade*” (Carvalho, cit. In Veloso 2013 p.92)

Segundo o mesmo autor no primeiro período são criados equipamentos e serviços para idosos com o objetivo de integrar o idoso no seu meio e reduzindo desta forma o isolamento promovendo atividades.

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

O segundo período é marcado com a entrada de Portugal na comunidade europeia surgindo o primeiro programa de apoio comunitário a pessoas idosas, é ainda caracterizado, por uma transferência dos serviços públicos para o sector privado, surgem as Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS).

De acordo com o artigo 1.º do Estatuto das Instituições Particulares de Solidariedade Social (EIPSS) aprovado pelo Decreto-Lei n.º 119/83, de 25 de fevereiro,

“São instituições particulares de solidariedade social (IPSS), as constituídas por iniciativa de particulares, sem finalidade lucrativa, com o propósito de dar expressão organizada ao dever moral de solidariedade e de justiça entre os indivíduos, que não sejam administradas pelo Estado ou por um corpo autárquico, para prosseguir, entre outros, os seguintes objectivos, mediante a concessão de bens e a prestação de serviços: Apoio a crianças e jovens; Apoio à família; Protecção dos cidadãos na velhice e invalidez e em todas as situações de falta ou diminuição de meios de subsistência ou de capacidade para o trabalho; Promoção e protecção da saúde, nomeadamente através da prestação de cuidados de medicina preventiva, curativa e de reabilitação; Educação e formação profissional dos cidadãos; Resolução dos problemas habitacionais das populações”. (decreto lei 119/83 art.1º)

As Organizações não-governamentais ou sem fins lucrativos aparecem desta forma como resposta para modificar determinados aspetos da sociedade mobilizando-se em diferentes áreas que o estado não abrange, podendo ser financiadas pelo próprio e também por entidades privadas.

Com o terceiro período o autor refere que os idosos começam a ser vistos como consumidores e iniciam-se programas de turismo dirigido a esta população, nesta altura também existem orientações internacionais no sentido de promover um estilo de vida mais ativo o último período o autor menciona que as medidas e programas criados procuram não só a autonomia e prevenção de situações de doença ou pobreza, mas também que os idosos permaneçam no seu domicílio durante o máximo de tempo possível.

Surge então um novo conceito, o de envelhecimento ativo, que pela sua importância merece uma análise mais detalhada. Este conceito traduz-se na defesa de uma estratégia

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

que visa que as pessoas idosas devam ser elementos ativos na sociedade onde estão inseridos e desta forma conquistarem uma maior qualidade de vida.

Segundo a OMS (2002) o envelhecimento ativo tem por base três pilares, a saúde, a segurança e a participação social. Quanto à saúde refere-se ao bem-estar físico mental e social, a segurança remete para a necessidade e o direito das pessoas idosas quanto à sua segurança social, física e financeira. A participação social e a sua importância no processo de envelhecimento remete para a participação em instituições e organizações referindo Carvalho (2013, p.10) *“O desafio do envelhecimento activo pontencia novas formas de emancipar o indivíduo pela valorização das suas capacidades, colocando-os em arenas sociais significativas como o trabalho, o voluntariado, o activismo ou a participação social”*.

Com base no que foi referido podemos dizer que envelhecer ativamente significa uma maior participação na sua própria vida e na vida social esta participação contribui para uma maior integração, menor exclusão e isolamento dos idosos. Neste sentido segundo Carvalho (2013) surgem alguns planos como: O PDI (Plano de Desenvolvimento Individual); O PAS (Plano de Atividades Socioculturais); As Cidades Amigas dos Idosos; e as Universidades Sénior.

O PDI - plano individual, que se adequa às necessidades e interesses de cada indivíduo, tem como objetivo que os serviços prestados ao cliente promovam a sua autonomia e qualidade de vida, respeitando o seu projeto de vida, os seus hábitos, gostos, confidências e privacidade.

O PAS - planificação das atividades socioculturais, tendo em conta as necessidades e expectativas do utente visa respeitar as diferenças de cada indivíduo, sejam elas religiosas, étnicas ou culturais; promover a autonomia, a individualidade e a qualidade de vida; promover a participação ativa dos idosos e/ou familiares nas atividades e fomentar a comunicação, a convivência e a ocupação do tempo dos clientes.

O projeto “Cidades Amigas das Pessoas Idosas”, é promovido pela Associação VIDA e têm o apoio da Fundação Calouste Gulbenkian. Este projeto e o conceito de Cidades

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Amigas das Pessoas Idosas foram concedidos pela Organização Mundial da Saúde em 2005.

É de destacar nos programas de apoio às pessoas idosas o Programa de Apoio Integrado a Idosos (PAII) *criado por despacho conjunto, 1 de julho de 1994, dos Ministros da Saúde e do Emprego e da Segurança Social, este programa caracteriza-se por um conjunto de medidas inovadoras que contribuem para a melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas prioritariamente no domicílio e no seu meio habitual de vida, desenvolvendo-se através de projetos de desenvolvimento central e a nível local.* São exemplo de projetos PAII, os passes para a terceira idade, o serviço de telealarme, saúde e termalismo.

São ainda de referenciar as Universidades Seniores que surgem com objetivo criar e dinamizar atividades sociais, culturais, educacionais e de convívio, para indivíduos com mais de 50 anos. Um outro objetivo é incentivar a inserção e participação social, através de várias atividades lúdico-pedagógicas. Estas têm origem em associações sem fins lucrativos visam a formação de adultos e principalmente a promoção do convívio e cultura referindo o mesmo autor As Universidades Séniores contribuem para: “[...] a ocupação dos tempos livres através de actividades de lazer, em que se visa a actualização de conhecimentos, a promoção da sociabilidade, a redefinição das representações de velhice e se procura rearticular as suas concepções e o conjunto de práticas sobre o envelhecimento [...]” (Monteiro & Neto, 2008, p. 49)

Quanto às respostas sociais para a terceira idade o apoio a nível de serviços estas podem ser organizadas em dois grupos, os equipamentos de saúde e os equipamentos sociais sendo que podemos destacar como equipamentos de saúde os hospitais, centros de saúde, unidades de cuidados continuados e apoio domiciliário integrado (este último consiste numa prestação de serviços com resposta social e de saúde), e os equipamentos sociais são constituídos por lares, os centros de dia, serviços de apoio domiciliário centro de convívio e universidades seniores.

Podemos ainda no âmbito da segurança social segundo Carvalho (2013) destacar três tipos de medidas de política social: *prestações sociais; respostas sociais que se subdividem em serviços e equipamentos; programas e medidas.* (Quadro 1)

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Quadro 1- Medidas de Política Social para pessoas idosas

Medidas	Objetivos	Políticas sociais
Prestações sociais	Estas prestações e complementos, de natureza pecuniária visam compensar a perda de remuneração de trabalho ou assegurar valores mínimos de subsistência ou combate a pobreza ao cidadão com 65 ou mais anos	<ul style="list-style-type: none"> -Pensão de velhice -Pensão social de velhice - Acréscimo vitalício de pensão - Benefícios adicionais de saúde -Complemento especial à pensão social de velhice -Complemento por cônjuge a cargo - Complemento solidário para idosos -Suplemento especial de pensão
Respostas sociais	Visam assegurar a prevenção e reparação das situações de carência e dependência assegurando especial proteção aos grupos mais vulneráveis, designadamente as pessoas idosas em situação de dependência ou carência económica ou social e podem ser desenvolvidas pelo estado, pelas autarquias e por instituições privadas sem fins lucrativos	<ul style="list-style-type: none"> -Acolhimento familiar -Centro de convívio -Centro de dia -Centro de noite -Estruturas residenciais
Programas de apoio às pessoas idosas	Medidas de política social articulada e adequadas à resolução dos problemas das pessoas idosas que se encontram em situação de maior vulnerabilidade	<ul style="list-style-type: none"> -Programa de apoio integrado a idosos. -Programa conforto habitacional para pessoas idosas

Fonte: Elaboração própria a partir de informação do Instituto da segurança social

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

As respostas sociais em Portugal para a população idosa no âmbito da segurança social são sete, o Serviço de apoio Domiciliário, Centro de Convívio, Centro de Dia, Centro de Noite, Acolhimento Familiar para Pessoas Idosas, Estrutura Residencial para Idosos, Centro de Férias e lazer (quadro 2).

Quadro 2- Resposta Sociais para população idosa

Resposta social	Definição	Objetivos
Serviço de apoio domiciliário	Resposta social que consiste na prestação de cuidados e serviços a famílias e ou pessoas que se encontrem no seu domicílio, em situação de dependência física e ou psíquica e que não possam assegurar, temporariamente ou permanente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou a realização das atividades instrumentais da vida diária, nem disponham de apoio familiar para o efeito	<ul style="list-style-type: none"> -Melhoria da qualidade de vida das pessoas e famílias Contribuir para a conciliação da vida familiar e profissional das famílias. -Contribuir para a permanência das pessoas no seu meio, retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais. -Promover estratégias de desenvolvimento e autonomia. -Prestar cuidados e serviços adequados às necessidades dos utentes. -Facilitar acesso a serviços da comunidade. -Reforçar as competências e capacidade das famílias e de outros cuidadores.
Centro de Convívio	Resposta social de apoio a atividades sociais e recreativas e culturais, organizadas dos idosos na vida social local. Dinamizadas com participação ativa das pessoas idosas, residentes numa	<ul style="list-style-type: none"> -Prevenir a solidão e isolamento. -Incentivar a participação e inclusão -Fomentar as relações interpessoais e

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

determinada comunidade.

entre as gerações.

internamento em instituições.

-Contribuir para retardar o

Centro de Dia	Presta um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção no seu meio social e familiar, das pessoas com 65 e mais anos, que precisem dos serviços prestados pelo centro de dia	<ul style="list-style-type: none">-Prestação de cuidados e serviços adequados à satisfação das necessidades e expectativas dos utilizadores.-Prevenir situações de dependência e promover autonomia.-Promover relações pessoais e entre gerações.
		<ul style="list-style-type: none">-Favorecer a permanência da pessoa idosa no seu meio habitual de vida.-Contribuir para retardar ou evitar o internamento em instituições.-Promover estratégias de desenvolvimento da autoestima, da autonomia, da funcionalidade e da independência pessoal e social do utilizador.
Centro de Noite	Funciona em equipamento de acolhimento noturno, dirigido a pessoas idosas com autonomia que durante o dia permaneçam no seu domicílio e que por vivenciarem situações de solidão, isolamento e insegurança, necessitam de acompanhamento durante a noite.	<ul style="list-style-type: none">-Acolher durante a noite pessoas com autonomia.-Assegurar o bem-estar e segurança do utilizador.-Fomentar a permanência do utilizador no seu meio habitual de vida.

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Acolhimento Familiar para Pessoas Idosas	Resposta social que consiste em integrar, temporariamente ou permanentemente, pessoas idosas em famílias capazes de lhes proporcionar um ambiente estável seguro.	<ul style="list-style-type: none">-Acolher pessoas idosas que se encontrem em situação de dependência ou de perda de autonomia, vivam isoladas e sem apoio família e/ou em situações de insegurança.-Garantir a pessoa um ambiente social, familiar e afetivo propício à satisfação das suas necessidades ao respeito pela sua identidade, personalidade e privacidade.-Evitar ou retardar o internamento em instituições.
Estrutura	Esta resposta social é destinada ao	-Proporcionar serviços permanentes
Residencial para Idosos	Alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente para idosos.	<ul style="list-style-type: none">-Contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento ativo.-Criar condição que permitam preservar e incentivar a relação intrafamiliar.
	e adequados à problemática biopsicossocial das pessoas idosas.	-Potenciar a integração social.

Centro de Férias e lazer	Esta resposta é destinada a todas as faixas etárias da população e à família na sua globalidade para satisfação de necessidades de lazer e de quebra de rotina, essencial ao equilíbrio físico, psicológico e social dos seus utilizadores.	<ul style="list-style-type: none">-Proporcionar estadia fora da sua rotina de vida.-Contactar com comunidades e espaços diferentes.-Vivências em grupo como forma de integração social.-Desenvolvimento do espírito de interajuda.-Fomentar a capacidade criadora e espírito de iniciativa.
---------------------------------	---	---

Fonte: Elaboração própria a partir de informação do Instituto da segurança social

Após termos identificado as políticas e respostas sociais para a população idosa vamos no ponto seguinte falar mais especificamente na resposta social Centro de Dia e na política de envelhecimento ativo.

3.1 Centro de Dia e política de envelhecimento ativo

Tendo em consideração que este estudo foi realizado num centro de dia é pertinente definir esta resposta como espaço institucional desta forma pode ler-se no decreto-lei 30/89 de 24 janeiro artigo 6º nº2 que “*Designam-se por centros de dia os estabelecimentos destinados à prestação de serviços aos idosos residentes numa comunidade, com vista à sua permanência no seu meio familiar e social*”. Os centros de dia surgem então como uma resposta social de institucionalização que permite ao idoso a permanência no seu domicílio. Surge claramente em alternativa ao internamento em lar, ou seja, como “[...] *solução intermédia (...) onde o idoso passa longas horas no convívio com outros idosos, recolhendo à noite ao seio da família.*” (Oliveira j. H., 2012, p. 50).

A integração num Centro de Dia surge como uma solução para diferentes necessidades dos idosos e também como uma solução de apoio familiar, neste âmbito familiar o

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Centro de Dia surge como um alívio na prestação de cuidados por parte dos cuidadores uma vez que as dificuldades familiares em cuidar de um idoso podem ser diversas que vão desde a falta de tempo e uma sobrecarga de responsabilidades, quer por razões de saúde ou económicas.

O Centro de Dia apresenta-se como uma alternativa onde o idoso tem acesso a um numero de serviços segundo o Instituto da Segurança Social (2015) o Centro Dia oferece “*um conjunto de serviços (refeições, convívio/ocupação, cuidados de higiene, tratamento de roupas, feiras organizadas) que contribui para a manutenção dos idosos no seu meio sócio-familiar*”

Como já referimos os Centros de Dia oferecem diferentes cuidados a nível físico e de saúde, prestando cuidados de higiene, assim como hábitos de vida saudável com a promoção de atividade física, prestando ainda serviços para quem tem problemas de saúde, a nível emocional proporcionando convívio e contacto com outros idosos, referindo ainda que estes representam uma resposta de apoio aos idosos proporcionando aos mesmos autonomia e possibilidade de continuarem no seu domicílio. Apresenta-se como uma oportunidade de os idosos manterem a ligação com o meio onde estão inseridos fomentando desta forma a sua participação social através de interações sociais entre idoso e comunidade (Família, vizinhos, instituição, cuidadores).

No entanto não podemos deixar de referir que os idosos representam um grupo bastante heterogéneo com necessidades específicas e distintas, os Centros de Dia ao prestarem os seus serviços devem levar em consideração este fator como refere Carvalho (2013, p.7)

“Os serviços efetivamente prestados devem ser baseados em respostas sensíveis aos indivíduos e às necessidades únicas, adaptando-as de acordo com as especificações que tenham em consideração a sua etnicidade, raça, sexo, incapacidades, idade, crença religiosa, preferências culturais e condições socioeconómicas”

A individualidade dos idosos e o respeito pelas mesmas apresenta-se como um aspeto crucial para o nosso estudo, com base no autor, ao intervir junto dos idosos os Centros de Dia devem oferecer respostas diferenciadas para necessidades específicas de cada idoso respeitando a sua individualidade e promovendo o envelhecimento ativo. No entanto como refere Paul e Ribeiro (2012, p.223) “[...] a abordagem que correntemente se faz do envelhecimento ativo, nomeadamente em termos políticos, é baseada em

leituras homogêneas ou homegeneizantes da população mais velha.” Segundo o autor as políticas de envelhecimento ativo não consideram as especificidades e a heterogeneidade deste grupo populacional, pelo que podemos considerar que estas políticas ao fazerem uma leitura homogênea da população idosa podem fomentar situações de desigualdade e fragilização junto dos idosos.

Podemos ainda a respeito das políticas de envelhecimento ativo mencionar que estas visam potenciar as oportunidades de bem-estar quer a nível físico, social e psicológico do idoso, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida desta população. Envelhecer ativamente implica uma participação nas questões sociais, económicas e culturais e não apenas nas questões de bem-estar físico ou de saúde, os Centros de Dia devem então potenciar oportunidades a todos os níveis e não só ao nível dos cuidados de saúde desenvolvendo atividades sociais, culturais, de desenvolvimento físico e intelectual para que estes se mantenham autónomos o mais possível.

A autonomia é fundamental para que o idoso desempenhe um envelhecimento ativo, e o desafio dos Centros de Dia consiste, precisamente, em otimizar as condições e oportunidades favoráveis a um envelhecimento ativo, evitando situações de dependência. Como refere Galinha (2010, p.62) a promoção de um envelhecimento ativo

“[...] é tarefa não só dos idosos, mas também de toda a sociedade envolvente”. Num contexto de institucionalização esta responsabilidade pertence não só ao idoso, mas também à instituição que lhe presta serviços, o Centro de Dia como resposta social, deve desta forma, ser um meio que possibilite ao idoso envelhecer ativamente.

Para concluir os idosos representam um grupo com necessidades específicas que ao longo do tempo se foram traduzindo em políticas e respostas sociais. Considerámos importante para o nosso estudo fazer referência à resposta Centro de Dia, assim com algumas políticas de envelhecimento como a política de envelhecimento ativo. Levando em consideração os três pilares do envelhecimento ativo, saúde, segurança e participação os Centros de Dia como espaço institucional podem ser promotores de vida autónoma e ativa ao respeitar a individualidade e necessidades dos idosos.

II-PARTE - ESTUDO EMPÍRICO

1. Problemática

O envelhecimento da população é um dos desafios que as sociedades modernas enfrentam, no sentido de dar resposta a uma sociedade cada vez mais envelhecida, os Centros de Dia surgem como uma alternativa de apoio a esta população reunindo um conjunto de serviços visando a satisfação das necessidades básicas dos idosos assim como a ocupação dos tempos livres proporcionando convívio e ocupação.

Os idosos necessitam de ter uma ocupação, em que as atividades que executam, os façam sentir úteis e lhes proporcione prazer, neste sentido a animação é um recurso fundamental, surge como um dos contributos para promover um envelhecimento saudável uma vez que atua em todos os campos no desenvolvimento da qualidade vida dos mais velhos, valorizando as suas capacidades e estimulando a vida mental, física e social da pessoa idosa, utilizado “ [...] *diversas técnicas e estratégias de animação (...) através de atividades de carácter social, cultural, recreativo, educativo entre outras*”. (Galinha, 2010, p. 88), neste sentido Jacob (2007) refere que, a animação de idosos, atua em diferentes âmbitos:

Animação Física, incluído a Animação Motora Sensorial – Com a diminuição da mobilidade e deterioração física. O sénior através desta atividade pode aumentar a sua resistência muscular, coordenação e ainda contribuir para o seu convívio;

Animação Cognitiva (ou Animação Mental) – O declínio das capacidades cognitivas vai aumentando com o envelhecimento. Assim o exercício regular pode aumentar, a atividade cerebral e retardar os efeitos da memória e prevenir algumas doenças degenerativas (Ex: Alzheimer);

Animação através da Expressão Plástica – Este tipo de animação pode proporcionar aos seniores o desenvolvimento da motricidade, da precisão manual e a coordenação psicomotora, através da pintura, escultura, etc., e dando largas a sua imaginação;

Animação através da Expressão e da Comunicação – Esta forma de animação (Ex: dança), está, muitas vezes associada a memórias e experiências importantes na vida dos

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

seniores. Assim através da animação expressiva de comunicação eles transmitem os seus sentimentos emoções, tanto através da voz, como do comportamento, da postura e do movimento;

Animação Promotora do Desenvolvimento Pessoal e Social – Este tipo de animação tem como objetivo estimular o autoconhecimento, a interação entre a pessoa e o grupo;

Animação Lúdica – O objetivo principal desta atividade é divertir os seniores, ocupar o seu tempo, promover o seu convívio e divulgar os seus conhecimentos, artes e saberes;

Animação comunitária- integra atividades que criem e dinamizem relações interpessoais e sociais dos idosos com a comunidade envolvente.

Ao atuar com idosos a animação sociocultural pode desenvolver diferentes atividades desta forma:

“[...] pode propor-se actividades de carácter lúdico; de carácter intelectual (leituras, escrever diários...); actividades de carácter psicológico (dinâmicas de grupo); actividades de carácter físico (psicomotricidade, passear, nadar...); actividades de carácter social (convívios e encontros com outras instituições...); actividades de carácter social (convívios e encontros com outras instituições...); actividades de destreza manual (encadernação, cerâmica, marcenaria, gravação...) e outro tipo de actividades (corais, teatro, cinema, jardinagem...).” (Trilla 2004, cit.G.Berzosa 1995 p.258)

Atuando em todos os campos do desenvolvimento da qualidade de vida dos mais velhos, a animação de seniores surge como um estímulo permanente da vida mental, física e afetiva da pessoa idosa, tendo como objetivo a valorização das suas capacidades, competência, saberes e cultura, aumentando a sua autoestima e confiança e desenvolvendo a sua autonomia pessoal.

A essência da Animação Sociocultural da terceira idade *“[...] é facilitar a sua inserção na sociedade, a sua participação na vida social e, sobretudo, permitir-lhes desempenhar um papel, inclusive, reactivar papéis sociais.”* (Jacob, 2007, p. 11)

A Animação Sociocultural tem como objetivos os processos de desenvolvimento em grupos ou comunidades e a promoção de mudança desenvolvendo atividades de animação com carácter educativo, social, cultural, lúdico e recreativo.

“Um programa de animação sociocultural para a terceira idade não é trabalhar para a terceira idade, mas sim trabalhar com a terceira idade transformando os utentes em protagonistas leva-los a projecção e a partilha das sua vivencias, das suas memorias, dos seus saberes e das suas inquietações”.
(Pereira & Lopes, 2009, p. 10).

Atuando na educação não formal e promovendo atitudes de participação do individuo no seu próprio processo de desenvolvimento. Visa a transformação social através da participação da comunidade utilizando métodos e técnicas específicas, utilizando uma metodologia participativa onde a envolvimento da comunidade tem o papel principal. Assim a Animação Sociocultural pretende uma melhoria da qualidade de vida melhorando as relações sociais do indivíduo minimizando as injustiças e desigualdades. Segundo a UNESCO (2009) a Animação Sociocultural *“é um conjunto de práticas sociais que têm como finalidade estimular a iniciativa, bem como a participação das comunidades no processo do seu próprio desenvolvimento e na dinâmica global da vida sociopolítica em que estão integrados.”*

O trabalho de animação com idosos, deve privilegiar o direito a escolha e à participação por parte dos idosos levando em consideração o estado físico, psicológico e social que no *“[...] caso concreto da terceira idade, encontramos-nos perante um colectivo que tem características muito específicas [...]”* e por isso *“[...] os programas de animação sociocultural devem ser muito diferentes e adaptados às situações do grupo e respectivas necessidades”.* (Trilla, 2004, p. 256)

Deve-se ainda levar em consideração as motivações e limitações dos idosos de forma a proporcionar uma participação de todos, *as atividades “[...] devem ser destinadas a gerar participação e a criatividade respondendo às necessidades dos indivíduos em função das suas motivações e interesses”.* (Galinha, 2010, p. 73)

A animação representa, desta forma, um conjunto de passos com vista a facilitar o acesso a uma vida mais ativa e mais criativa, desenvolvendo para isso diversos tipos de atividades, mas apesar desta diversidade será que os idosos se sentem motivados a participar nas atividades, e que estas vão ao encontro dos seus gostos, preferências e necessidades?

1.1. Problema de investigação

A questão central que orienta este trabalho diz respeito à participação dos idosos nas atividades desenvolvidas em Centro de Dia, tentando perceber de que forma o Centro Dia desenvolve atividades que motivem os idosos a envelhecer de forma saudável e autónoma e onde a sua individualidade é respeitada?

A pertinência deste estudo prende-se em procurar analisar em que medida o centro de dia vai ao encontro da satisfação das necessidades sentidas pelos idosos relativamente à ocupação dos seus tempos livres, procurando refletir no papel que os Centros de Dia desenvolvem na promoção de atividades com idosos e tentando identificar novos caminhos de intervenção para este grupo populacional. Neste sentido são delineados os seguintes objetivos:

1.1.1. Objetivo geral

- Verificar a relação entre as atividades desenvolvidas em centro de dia com as necessidades gostos e preferências dos idosos

1.1.2 Objetivos específicos

- Identificar as atividades que são desenvolvidas em centro de dia
- Identificar as atividades em que os idosos participam
- Analisar a participação dos idosos nas atividades
- Refletir no tipo de atividades realizadas em centro de dia, perspetivado novas abordagens.

2. Metodologia

Neste ponto do trabalho pretende-se descrever os procedimentos realizados assim como justificar as opções metodológicas tomadas, tendo em conta os objetivos e características do mesmo.

Esta investigação é orientada por uma abordagem qualitativa, esta permite uma relação de proximidade com a população alvo a estudar, “[...] quando os investigadores estudam os sujeitos de uma forma qualitativa tentam reconhecê-los como pessoas e

experimental o que eles experimentam na sua vida diária (não reduzem a palavra e os atos a equações estatísticas)” (Carmo & Ferreira, 2008, p. 198)

Considerando que são idosos institucionalizados uma relação de proximidade permite levar em conta os fatores psicológicos, físicos e emocionais dos mesmos, assim como a obtenção de informações relevantes, facilitando uma compreensão do fenómeno em estudo por parte daqueles que o vivem.

Utilizamos como método neste trabalho, o estudo de caso de idosos que frequentam o Centro de Dia. O estudo de caso permite observar e experienciar de perto a situação analisada uma vez que *“constitui a estratégia preferida quando se quer responder a questões de “como” ou “porque”; o investigador não pode exercer controlo sobre os acontecimentos e o estudo focaliza-se na investigação de um fenómeno actual no seu próprio contexto”* (Carmo & Ferreira 2008, cit. Yin 1988 p.243).

2.1 Técnicas e Instrumentos de recolha de dados

No que respeita às técnicas de recolha tratamento e análise de dados, utilizámos na realização deste estudo, a pesquisa documental, a entrevista semiestruturada, a observação participante e a análise de conteúdo.

A pesquisa documental foi feita ao examinarmos a documentação existente na instituição com vista a recolher informação para a caracterização da instituição, da população utilizadora do centro dia e serviços prestados a comunidade. Todos os documentos referidos foram consultados após autorização dos responsáveis da instituição.

No âmbito deste estudo a pesquisa documental serviu também para recolher informação sobre o plano de atividades que foi analisado permitindo recolher dados relativos às atividades planificadas para o ano de 2015 com o propósito de compreender a instituição e a sua atuação relativamente as atividades desenvolvidas com os idosos relacionando estas atividades com os gostos, preferências, interesses, necessidades e escolhas individuais de cada utente.

Foram aplicadas entrevistas semidiretivas aos utentes e à animadora sociocultural permitindo a obtenção de informações relativas ao quotidiano no lar e às atividades nele desenvolvidas. Para o efeito foram elaborados dois guiões de entrevista, um aplicado aos utentes e outro aplicado a animadora sociocultural.

A entrevista semidirectiva permitiu-nos através de um guião de entrevista orientar a nossa pesquisa para os objetivos pretendidos optamos por uma entrevista semiestruturada para que a conversa com o entrevistado decorresse o mais possível como uma conversa espontânea, “[...] *quanto menor for a intervenção do entrevistador, maior será a riqueza do material recolhido, dado que a logica e a racionalidade do informante emergira mais intacta e menos influenciada pelas perguntas.*” (Guerra, 2006, p. 51)

O guião elaborado para aplicação de entrevistas aos idosos² foi constituído por uma parte relativa a dados sociodemográficos e uma parte de perguntas abertas o que permite uma maior flexibilidade na abordagem do tema permitindo recolher mais informação, neste conjunto de perguntas abertas colocam-se questões relacionadas com o enquadramento do idoso na instituição, a participação dos idosos nas atividades realizadas e a satisfação dos idosos com a realização das atividades.

O guião elaborado para aplicação de entrevista á animadora sociocultural³ foi constituído pelas seguintes dimensões: planificação das atividades, tipo de atividades desenvolvidas, interesse e participação dos idosos nas atividades e dados pessoais.

Em relação à observação participante, “*o investigador deverá assumir explicitamente o papel de estudioso junto da população observada combinando com outros papéis sociais cujo posicionamento lhe permita um bom posto de observação.*” (Carmo & Ferreira, 2008, p. 121), foi realizada com base na observação das atividades desenvolvidas com os idosos, assim como as rotinas diárias dos mesmos, permitindo observar o ambiente natural dos entrevistados. A observação das atividades realizadas

² Vide anexo II

³ Vide anexo III

no Centro de Dia durante a realização deste estudo permitiu verificar os comportamentos dos idosos permitindo confrontar os discursos com as práticas.

Procedeu-se ao tratamento de dados assim que concluídas as entrevistas aos idosos⁴ e a animadora sociocultural⁵. O tratamento de dados recolhidos nas mesmas foi realizado com base na seleção das ideias principais das respostas dadas. Concluindo-se a *análise de conteúdo*, das entrevistas que “[...] tem uma dimensão descritiva que visa dar conta do que nos foi narrado e uma dimensão interpretativa que decorre das interrogações do analista face a um objecto de estudo.” (Guerra, 2006, p. 62).

3. Procedimentos

As entrevistas foram realizadas durante o mês de maio de 2015. Foram realizadas sem suporte de gravação áudio uma vez que este material poderia representar um obstáculo para alguns dos idosos podendo estes ficar retraídos e influenciar o decurso normal da entrevista, recorrendo-se a técnica de anotação das respostas das entrevistas método que se demonstrou eficaz uma vez que os entrevistados não se sentiram inibidos e as entrevistas decorreram num ambiente de calma e até de algum entusiasmo por parte dos entrevistados. As transcrições das entrevistas foram efetuadas no momento para não se perder informação, ao iniciar cada entrevista foi explicado o objetivo da mesma, assim como a garantia de anonimato. Todos os idosos participaram voluntariamente nas entrevistas. As entrevistas foram realizadas nas salas de convívio do centro dia para que os idosos se sentissem o mais confortáveis possível não interferindo com as suas rotinas diárias. As entrevistas tiveram uma duração média de 40 minutos. No final de cada entrevista o investigador agradeceu a colaboração.

O pedido de autorização para realização das entrevistas⁶ foi efetuado à instituição, que se mostrou de imediato disponível para colaborar com o nosso estudo. Após uma conversa informal com a diretora técnica do lar foi enviado o pedido de autorização por correio eletrónico. Foi agendado uma reunião com a investigadora a diretora técnica e

⁴ Vide anexo IV

⁵ Vide anexo V

⁶ Vide anexo I

animadora sociocultural com a finalidade de esclarecer os objetivos do nosso estudo após esta reunião juntamente com a animadora sociocultural da instituição houve uma conversa informal com os idosos no sentido de conhecerem a investigadora e a finalidade da presença da mesma na instituição, os idosos foram bastante recetivos a colaborar mostrando-se na maior parte disponíveis para ser entrevistados, desta conversa resultou a amostra selecionada para o estudo.

Foi ainda aplicada uma entrevista a animadora sociocultural do Centro Dia que decorreu num dos gabinetes utilizados pela coordenação do centro dia. A entrevista foi feita com um ambiente informal e que possibilitou uma aproximação entre a investigadora e a entrevistada.

No que se refere ao anonimato e confidencialidade os resultados são apresentados para que nenhum dos participantes do estudo seja reconhecido ou identificado desta forma foram atribuídos nomes fictícios aos entrevistados.

4. Caraterização da instituição

O Centro de Dia em estudo é uma das cinco unidades que constituem a instituição, esta fica situada na cidade de Santarém e desenvolve a sua ação em duas grandes áreas de intervenção infância e jovens e população idosa, com valências distribuídas pelas cinco unidades, creche, jardim infância, centro de dia, apoio domiciliário e lar idosos.

Surge, atualmente, como uma Instituição Particular de Solidariedade Social, sem fins lucrativos, da responsabilidade das Paróquias da cidade e da comunidade local. É uma instituição de carácter religioso e rege-se seguindo os valores cristãos: solidariedade; corresponsabilidade; responsabilidade social; igualdade; justiça e espiritualidade. (Regulamento interno da instituição)

Na data de recolha dos dados desta investigação a Instituição conta com a colaboração de 181 trabalhadores, uma direção constituída por 7 elementos e um grupo de 27 voluntários. Apoiam:

- 153 Crianças em creche;

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

- 223 Crianças no pré-escolar;
- 44 Idosos em centro de dia;
- 83 Utentes em apoio domiciliário;
- 87 Utente em estrutura residencial para pessoas idosas;
- 164 Famílias inseridas no programa do fundo europeu de alimentos a carenciados;
- 65 Famílias no âmbito do programa de emergência alimentar – cantinas sociais.

No que respeita à missão, a instituição orienta a sua intervenção na área social, através de respostas e serviços adequadas as necessidades das pessoas e da comunidade promovendo o seu bem-estar e qualidade de vida. (Regulamento interno da instituição).

Quanto à visão é uma instituição com uma postura ativa, responsável, credível e facilitadora de inclusão, baseando a sua intervenção na melhoria contínua das suas práticas e da qualidade dos serviços prestados. (Regulamento interno da instituição). A unidade onde se realizou a nossa investigação, funciona desde 2001 funcionando até 2006 com as valências de centro de dia, apoio domiciliário e atividades de tempos livres transitando a última para outra unidade e encerrou em 2008.

Atualmente beneficia das respostas sociais de estrutura residencial para pessoas idosas com 27 clientes, centro de dia com 27 clientes e serviço de apoio domiciliário com 30 clientes, num total de 81 clientes, prestando serviços de alimentação (pequeno almoço, almoço, lanche e jantar), higiene pessoal, tratamento de roupa, transporte, acompanhamento na saúde, apoio religioso, animação cultural e lazer.

Quanto as instalações o espaço é amplo e acolhedor tem duas salas convívio equipadas com televisão, DVD, e tv cabo, um espaço exterior com esplanada, uma capela e um ginásio. Os utentes têm ainda ao seu dispor quatro casas de banho, uma das quais assistida, balneários, um gabinete médico e refeitório. Dispõe ainda de uma cozinha, lavandaria, gabinete do diretor técnico e um gabinete da animadora sociocultural.

Tem como objetivos prioritários a promoção geral das condições de vida dos idosos, a criação de melhores meios de sobrevivência, ocupação e convívio. O Objetivo principal acolher pessoas idosas, cuja situação social, familiar e de saúde não lhes permita permanecer no seu domicílio. (Regulamento interno da instituição)

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Para a concretização dos objetivos, a Instituição mantém os serviços essenciais como a alimentação, os cuidados de higiene e conforto, o tratamento de roupas e a articulação com os serviços de saúde.

Quanto aos serviços prestados está presente no regulamento interno da instituição, artigo 7º, que a instituição presta um conjunto de serviços e atividades, nomeadamente:

- Alimentação adequada às necessidades dos utentes, respeitando as prescrições médicas;
- Cuidados de higiene pessoal e conforto;
- Lavagem e tratamento de roupas;
- Atividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas e ocupacionais que visem contribuir para um clima de relacionamento saudável entre os utentes e para a estimulação e manutenção das suas capacidades físicas e psíquicas;
- Apoio psicossocial;
- Apoio no desenvolvimento da vida diária;
- Apoio no acesso a cuidados de saúde, assegurando o acompanhamento dos utentes por um trabalhador, sempre que não exista disponibilidade por parte da família e desde que seja dentro do horário de funcionamento da resposta social;
- Transporte do utente na deslocação para a resposta social entre as 8.30 e as 10.30 e regresso ao domicílio a partir das 16.30;
- Administração de fármacos quando prescritos.

Relativamente aos horários de funcionamento a unidade funciona de segunda a sexta-feira das 8.30h às 18.00h, quanto aos horários das refeições o pequeno-almoço é servido às 9.30h, o almoço às 12.30 h e o lanche às 16.00 h.

A animação é implementada através de um plano de atividades de animação onde são trabalhadas as várias áreas de animação, este plano de atividades também integra atividades entre as diferentes unidades da instituição assim como entre outras instituições.

Quanto às atividades está presente no artigo, 21º, do regulamento interno da instituição que:

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

- O Centro de Dia proporciona atividades de animação internas e em cooperação com as outras unidades da Instituição, ou com outras instituições públicas ou privadas, procurando assegurar a satisfação das necessidades de lazer e de quebra de rotinas, essenciais ao equilíbrio e bem-estar físico, psicológico e social dos seus utentes, desenvolvendo iniciativas propiciadoras do convívio e da ocupação de tempos livres;
- O desenvolvimento das atividades tem em conta os interesses, gostos e realidade sociocultural dos utentes respeitando a sua individualidade. As atividades realizadas têm como principal objetivo a estimulação cognitiva, de motricidade e de atividade social, de forma a promover a qualidade de vida e retardar o processo de envelhecimento.

Para proporcionar aos utentes um ambiente que promova o seu bem-estar global e, um relacionamento saudável, é elaborado um plano de atividades anual de animação e ocupação, acompanhado por uma Animadora Sociocultural. Constatamos que no plano anual de atividades são contempladas diferentes atividades que passamos a mencionar:

-Atividades desportivas que tem como objetivo combater o sedentarismo e contribuir para a manutenção da aptidão física do idoso e sua autonomia, esta atividade é realizada duas vezes por semana.

-Animação musical o objetivo desta atividade é proporcionar a partilha de memórias musicais e fomentar a aprendizagem de novos estilos de música, esta atividade é realizada semanalmente.

-Atividades religiosas visam apoiar os idosos na sua espiritualidade difundido os valores de cariz católico da instituição.

-Jogos de mesa são atividades que promovem a valorização do idoso através da intensificação das relações sociais, proporcionando ainda estímulos físicos e psicológicos contribuindo para minimizar ou retardar os efeitos negativos do processo de envelhecimento, esta atividade é realizada semanalmente e são realizados jogos de dominó e bingo.

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

-Sessões de cinema: estas sessões são desenvolvidas uma vez por mês e consistem na visualização de filmes, estas sessões são realizadas no centro de dia e por vezes e conjunto com as outras unidades do centro.

-Ateliers: são desenvolvidos semanalmente ateliers de desenho, costura e trabalhos manuais com o objetivo de os idosos conhecerem as características dos materiais e diferentes técnicas, é ainda objetivo destes ateliers interagir e trabalhar a motricidade fina.

-Comemorações de datas e épocas festivas referidas no plano anual de atividades, Dia de Reis, Carnaval, Páscoa, Dia da Mulher, dia de S. José, Dia Mundial da Árvore, Dia da Espiga, Feira da Agricultura, Santos Populares, Baile das Vindimas, Dia Internacional do Idoso, Festival Internacional de Gastronomia, S. Martinho e Natal.

- Atividades interunidades e interinstituições: convívio interinstituições é estabelecido com utentes de outras instituições estabelecendo-se uma relação de convívio e amizade, as atividades são planeadas em conjunto com instituições com os mesmos objetivos de forma a proporcionar um intercâmbio de experiências, ideias e amizades em convívio permanente. Exemplo destes convívios são os torneios de cartas e dominó, quanto as atividades interunidades é de salientar, passeios, os torneios de jogos de mesa, a animação desportiva e musical e ainda sessões de cinema.

III- PARTE - APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS

1. Apresentação dos dados

Nesta parte do trabalho pretende-se fazer uma análise e discussão dos resultados obtidos no estudo, este está dividido em duas partes, a primeira parte refere-se a uma análise do tipo descritivo dos dados recolhidos na segunda parte procede-se a discussão dos resultados.

1.1 Breve caracterização sociodemográfica dos idosos que participaram no estudo

No que diz respeito á caracterização quanto ao género do total das 15 entrevistas realizadas 13 pertencem ao sexo feminino e 2 ao sexo masculino, a predominância do sexo feminino deve-se ao fato de o Centro de Dia ser frequentado na maioria por

mulheres. Sendo que em Portugal a população idosa é constituído maioritariamente por mulheres, dado que estas detêm, à nascença, uma maior esperança de vida, como refere Carvalho (2013, p.85), “No grupo da população idosa, o quantitativo das mulheres é muito superior ao dos homens (no total da população com 65e mais anos, os homens representam 42% e as mulheres 58%) - razão que se prende com a sobremortalidade masculina”.

Quadro 3-Caraterização dos idosos quanto ao género

Sexo	Idosos entrevistados
Masculino	2
Feminino	13
Total	15

Quanto à idade os entrevistados são idosos entre os 55 e 95 anos, sendo que a faixa etária entre os 81 e 85 anos é a que representa a maioria dos idosos que frequentam o centro de dia com um total de 7 idosos, podemos ainda observar que é a partir dos 80 anos de idade que o centro de dia tem maior número dos idosos entrevistados, em que entre os 86 e 90 anos temos 1 idoso e entre os 90 e 95 temos 2 idosos o que reflete a idade avançada dos idosos institucionalizados.

Quadro 4-Caraterização dos idosos por idade

Idade	Idosos entrevistados
55-60	1
61-65	0
66-70	2
71-75	1
76-80	1
81-85	7
86-90	1
91-95	2
Total	15

Relativamente ao estado civil, o estado de viuvez prevalece, registando 10 idosos, sendo que dos restantes 4 referem ser solteiros e apenas 1 refere ser casado.

Quadro 5- Caracterização dos idosos por estado civil

Estado civil	Idosos entrevistados
Solteiro	4
Casado	1
Viúvo	10
Divorciado	0
Total	15

A nível profissional podemos observar diferentes áreas de atividades profissionais desenvolvidas pelos idosos quando se encontravam ativos como ilustra o quadro seguinte:

Quadro 6- Caracterização profissional dos idosos antes da entrada no Centro Dia

Profissão	Idosos entrevistados
Domestica	3
Agricultor	1
Funcionário publico	1
Empregado balcão	1
Cozinheira	1
Costureira	2
Enfermeira	1
Comerciante	1
Auxiliar ação educativa	1
Auxiliar ação médica	1
Estafeta	1
Eletricista	1
Total	15

1.2 Institucionalização e motivos da institucionalização

Quanto a este tema pretende-se conhecer há quanto tempo os idosos entrevistados frequentam o centro de dia assim como quais os motivos que os levaram à procura desta resposta social.

Desta forma podemos observar que quanto ao tempo a maioria dos idosos frequenta o centro de entre 1 e 5 anos num total de oito idosos, sendo que dois idosos frequentam o

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

centro de dia entre os 6 e 10 anos, e dois há mais de 11 anos. De referir que um dos entrevistados não se lembra há quanto tempo frequenta o centro de dia.

Quadro 7- Tempo de institucionalização dos idosos

Anos	Idosos entrevistados
1-5 Anos	10
6-10 Anos	2
11-15 Anos	2
Não sabe/não se lembra	1
Total	15

São diversas as razões que levam o idoso ou a família do mesmo a procurar os serviços de um centro de dia, neste caso podemos verificar que os idosos entrevistados, na sua maioria, o motivo que os levou a procurar o centro de dia foi a solidão, como podemos constatar no quadro seguinte:

Quadro 8- Motivos da institucionalização

Motivos	Idosos entrevistados
Solidão	11
Razões familiares	1
Ocupar tempo livre	1
Reforma	2
Total	15

No total 11 dos idosos entrevistados refere a solidão como motivo de inserção no centro de dia como podemos verificar nos seguintes excertos:

“Para não estar sozinha” (Laura, oitenta anos)

“Eu vivo sozinha e estou muito só” (Luísa, oitenta e três anos)

“Porque fiquei sozinha” (Joana, oitenta e seis anos)

Podemos averiguar que apesar de a solidão ser o principal motivo para procurar o centro de dia não é o único, razões familiares são apontadas por um dos idosos entrevistados. Estas razões prendem-se com a indisponibilidade da família prestar cuidados ao idoso preferindo recorrer a respostas sociais como o centro de dia para que o idoso não fique em casa sem acompanhamento, o podemos verificar no seguinte exemplo:

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

“Porque morreu o meu marido, a minha filha não podia estar comigo porque está a trabalhar (...)” (Maria, oitenta e cinco anos)

Ocupar o tempo livre é outro dos motivos apontado por um dos idosos como refere uma das idosas:

“(...) para estar mais distraída” (Leonor, setenta anos)

Dois dos entrevistados referem ainda como motivo de institucionalização a entrada na reforma

“Vim para o centro de dia quando me reformei” (António, cinquenta e oito anos)

“(...) decidi vir para o centro de dia quando me reformei, como tinha muito tempo livre decidi vir para aqui” (Aurora, setenta e seis anos)

Podemos observar que a inserção do idoso no centro de dia em estudo é motivada por razões de solidão, razões familiares, assim como a entrada na reforma e necessidade de ocupar o tempo.

1.3 Centro de Dia como promotor de vida ativa

Os Centros de Dia são equipamentos sociais de utilização diurna que visa apoiar os idosos nas suas necessidades básicas e socioculturais promovendo a sua autonomia e permanência no seu meio.

Podemos observar quanto às rotinas do Centro de Dia em estudo que este funciona de segunda a sexta das 8.30 às 18.30 horas, o transporte entre a casa do idoso e a instituição é assegurado pela instituição.

O dia inicia-se com a chegada dos utentes e com o pequeno-almoço na sala de refeições, após a primeira refeição os idosos dirigem-se para as salas de convívio. O dia-a-dia dos idosos é passado na sua maioria nestas salas de convívio, onde conversam, veem televisão e onde grande parte das atividades é realizada.

O centro é composto por duas salas: uma de maior dimensão e uma mais pequena. É na sala de maior dimensão onde grande parte das atividades são realizadas e onde se

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

concentra a maior parte dos idosos. A sala mais pequena é utilizada pelos idosos que preferem ver televisão e que por algum motivo não querem participar nas atividades.

É durante o período da manhã que são realizadas a maioria das atividades. Assim uma vez por semana realiza-se a eucaristia na capela do centro de dia, duas vezes por semana aulas têm aulas de ginástica, num dos dias com um professor de educação física e no outro dia estas aulas são realizadas pela animadora sociocultural.

O almoço realiza-se por volta das 12.30 horas. Após o almoço os idosos voltam para as salas de convívio onde veem televisão ou dormem. Uma vez por semana têm aula de música com um professor que colabora com a instituição. Estas aulas são realizadas na sala de convívio de maior dimensão, e pudemos observar que estas aulas têm uma grande participação dos idosos e que estes participam com entusiasmo, pois o professor procura musicas que sejam do interesse dos idosos e muitas vezes estes têm a iniciativa de sugerir musicas que recordam os seus tempos de juventude.

Durante o período da tarde os idosos ocupam o seu tempo com atividades como jogos de mesa, trabalhos manuais, muitas vezes realizados para celebrar as épocas festivas, e por volta das 16.00 horas deslocam-se para a sala de refeições onde é servido o lanche. Após esta refeição os idosos iniciam o regresso a casa.

Da nossa observação, pudemos concluir que no dia-a-dia a rotina do centro de dia assenta em três serviços principais, o transporte entre casa e instituição, a alimentação, servindo-se três refeições, e a ocupação de tempos livres, de forma intermitente e voluntária.

Quanto à ocupação dos tempos livres, a participação dos idosos nas atividades socioculturais permite que estes tenham um papel importante na promoção de retardar o seu processo de envelhecimento neste sentido a “[...] a animação sociocultural revela-se uma ponte fundamental para potenciar a inclusão desta população nas diversas atividades do quotidiano reduzindo sentimentos de inutilidade, isolamento social e solidão.” (Galinha, 2010, p. 81).

Os Centros de Dia podem desempenhar um papel na vida de todos quantos acolhem, devendo procurar estratégias para a manutenção de um envelhecimento saudável

promovendo a autonomia, a qualidade vida dos seus clientes, e um envelhecimento ativo, que segundo Galinha (2010 p.62) se traduz num “[...] conjunto de atitudes e ações que podemos ter no sentido de prevenir ou adiar as dificuldades associadas ao envelhecimento”.

A animação sociocultural poderá constituir-se num contributo para a promoção do envelhecimento ativo uma vez que atua em todos os campos do desenvolvimento da qualidade de vida dos mais velhos, sendo um estímulo permanente da vida mental, física e afetiva da pessoa idosa.

Tendo como objetivo a valorização das suas capacidades, competência, saberes e cultura dos séniores, aumentando a sua autoestima e confiança e desenvolver a sua autonomia pessoal. Jacob (2007, p.11) refere que a essência da Animação Sociocultural da terceira idade “[...] é facilitar a sua inserção na sociedade, a sua participação na vida social e, sobretudo, permitir-lhes desempenhar um papel, inclusive, reactivar papéis sociais.”

Neste sentido a realização de atividades com idosos poderá proporcionar vantagens em diferentes áreas das suas vidas, fortalece as relações sociais, a autonomia e independência assim como a promoção da saúde e autoestima.

Mas nem sempre nas instituições são desenvolvidas atividades que melhorem o bem-estar dos idosos, muitas vezes por limitações financeiras ou de recursos humanos estas instituições limitam-se à satisfação das necessidades básicas e à planificação de atividades com o objetivo de ocupar o tempo livre dos idosos.

Como já foi referido envelhecer ativamente implica a intervenção do idoso no seu processo de envelhecimento sendo o protagonista do seu desenvolvimento pessoal, do cuidado com a sua saúde, da sua participação e da sua segurança.

No entanto envelhecer de forma ativa e saudável não depende apenas do próprio individuo, depende também da sociedade dos seus sistemas de proteção e saúde, ou seja, a promoção de um envelhecimento ativo não depende apenas do individuo é também da responsabilidade da sociedade e das instituições que prestam serviços a esta população. Promover o envelhecimento ativo é promover segundo (Galinha,2010, p.62) um “[...] conjunto de atitudes e ações que podemos ter no sentido de prevenir ou adiar as dificuldades associadas ao envelhecimento”, desta forma o mesmo autor defende que o

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

“[...] *objectivo primordial do envelhecimento activo é aumentar a expectativa de uma vida saudável e qualidade de vida.*” O envelhecimento ativo surge como uma imposição das sociedades modernas. Envelhecer ativamente significa uma maior participação na sua própria vida e na vida social esta participação contribui para uma maior integração, menor exclusão e isolamento dos idosos.

Neste ponto podemos observar no quadro seguinte as oportunidades ou dificuldades do centro de dia em estudo quanto promotor de uma vida ativa.

Quadro 9- Centro de Dia como promotor de vida ativa oportunidades/dificuldades

Oportunidades/dificuldades	Idosos entrevistados
Oportunidades	Participar em atividades 2
	Socialização 2
	Novas aprendizagens 3
Dificuldades	Falta motivação 3
Limitações físicas	2

Quanto a este tema podemos referir que existem idosos a mencionar que a sua vida se tornou mais ativa desde que frequentam o centro de dia e vêem o centro de dia como uma oportunidade de participar em atividades que não teriam acesso se continuassem no seu domicílio.

“(…) aqui faço outras coisas que não fazia em casa” (Gabriela, sessenta e oito anos)

“(…) converso e fazemos coisas que não fazia em casa sozinha” (Fátima, noventa anos)

“Estou melhor aqui, sempre passo o tempo, e faço coisas diferentes, que não fazia se tivesse em casa” (Aurora, setenta e seis anos)

Podemos também observar que alguns idosos encontram no centro de dia uma forma de socialização como é o caso dos exemplos seguintes:

“Gosto muito de estar aqui, fez-me bem porque tenho convívio com outras pessoas”

(António, cinquenta e oito anos)

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

“Aqui estou mais acompanhada” (Natália, noventa e cinco anos)

Podemos ainda registar que os idosos se referem ao centro de dia como promotor de novas aprendizagens:

“(…) aprendi a fazer várias coisas de trabalhos manuais, flores de papel” (Carolina, oitenta e dois anos)

Se por um lado temos idosos que se referem ao Centro de Dia como promotor de novas aprendizagem, socialização e participação em atividades, por outro temos idosos que não sentem grande mudança na sua vida com a vinda para o centro dia mencionando as limitações físicas e a falta de motivação para participar nas atividades como podemos verificar nos seguintes exemplos:

“As vezes participo, quando tenho coragem” (Natália, noventa e cinco anos)

“As vezes participo, outras não” (Margarida, setenta e um ano)

“(…) gosto muito, mas há um tempo para cá não posso porque estive doente.” (Rosa, oitenta e dois anos)

“(…) Agora participo menos porque as pernas não me deixam” (Maria, oitenta e cinco anos)

Em entrevista a animadora sociocultural esta refere que existem vários fatores que interferem com a motivação dos idosos para participar nas atividades referindo que:

“(…) depende de vários fatores internos e externos e até da estação do ano ou hora do dia em que nos encontramos”

Com base nas respostas dos idosos e da animadora sociocultural pudemos concluir que o Centro de Dia é promotor de vida ativa facilitando a oportunidade de novas aprendizagens e realização de atividades, no entanto é de referir que as limitações físicas surgem como um elemento desmotivador para a participação dos idosos nas mesmas.

1.4 Motivação e participação voluntária nas atividades

A motivação é um fator determinante na vida de um indivíduo, independentemente da idade. Segundo Jacob (2007 p.7) *“A motivação é aquilo que leva os indivíduos a fazer qualquer coisa com esforço, dedicação, energia e prazer. A sua intensidade e natureza são diferentes em cada um de nós de acordo com diversas influências em cada momento”*. Podemos definir motivação como algo que leva o indivíduo a fazer alguma coisa desta forma todo o comportamento humano depende da motivação.

É importante para a sociedade manter os idosos ativos o mais tempo possível, a animação pode ser vista como um instrumento de motivação e autorrealização, pois pode satisfazer necessidades pessoais e de grupo, a animação de idosos para (Galinha, 2010, p. 87) *“[...] necessita de um ajustamento da intervenção a realizar, por exemplo em relação à duração da atividade, ao local onde se desenvolve e às características dos indivíduos; a intervenção gera-se num determinado espaço de tempo e local e tem em conta o modo de aprendizagem do idoso, por vezes dificultado pela falta de motivação, resistência à mudança, entre outros.”*

Quanto à motivação para participar nas atividades por parte dos idosos surgem situações diferentes. Como refere a animadora sociocultural:

“Dentro do grupo há heterogeneidade. Há utentes mais disponíveis e cuja motivação é intrínseca e outros que precisam de ser “mimados”.

Com a intenção de fomentar a participação dos idosos nas atividades a animadora sociocultural refere que:

“Todos os dias há uma atividade de animação no período da manhã e outra no período da tarde (diferentes).”

Relativamente à participação e motivação para participar nas atividades podemos registar diferentes situações. Existem idosos que se referem à sua participação com gosto e entusiasmo, existem idosos que se referem a sua participação nas atividades como uma forma de ocupar o tempo livre, passar o tempo e estar distraído, como podemos analisar no quadro seguinte:

Quadro 10- Motivos participação dos idosos nas atividades

Motivos	Idosos entrevistados
Estar ocupado/distraído	9
Passar o tempo	4
Sentir-se útil	2
Total	15

Podemos constatar que nove dos entrevistados mencionam que participam nas atividades para estar ocupado ou distraído, e quatro referem que a sua participação nas atividades é para passar o tempo como podemos verificar nos exemplos seguintes:

“(…) estou distraída e o tempo passa mais depressa.” (Gabriela, sessenta e oito anos)

“É uma maneira de matar o tempo” (Margarida, setenta e um anos)

“Ajuda a passar o tempo” (Manuela, oitenta e um anos/Aurora, setenta e seis anos)

É de referir que apenas dois dos entrevistados referiram como motivação para participar nas atividades um sentimento de realização.

“Sinto-me mais útil” (José, oitenta e três anos)

Quanto à participação voluntária nas atividades a animadora sociocultural refere que, em seu entender, os idosos participam de forma espontânea e voluntária nas mesmas:

“(…) disponibilizando-se livremente para participarem nas mesmas. Normalmente participam livremente, não há imposições, o que revela à partida algum entusiasmo em participar.”

Pudemos verificar nas respostas dos idosos que a sua participação nas atividades é voluntária, mas o facto de participarem livremente não implica que se sintam envolvidos ou motivados com as atividades. “Às vezes conforme gosto ou não (…) só participo quando me apetece.” (Gabriela, sessenta e oito anos)

“(…) aqui fazemos o que nos apetece” (António, cinquenta e oito anos)

“Quase sempre (…) às vezes participo, outras não” (Margarida, setenta e um anos)

“Sim, costumo participar, às vezes, depende do que é para fazer” (Manuela, oitenta e um anos)

Dos quinze idosos entrevistados treze afirmam que a motivação que sentem para participar nas atividades é “passar o tempo” e “estar distraído”, não sentindo um envolvimento e muitas vezes mostrando alguma apatia na realização das mesmas o que se confirma com a nossa observação durante a realização das atividades.

1.5 Atividades realizadas no Centro de Dia

Como foi referido no enquadramento teórico deste trabalho o processo de envelhecimento é caracterizado por limitações físicas e cognitivas, as atividades socioculturais permitem atenuar essas limitações desempenhando um papel fundamental na qualidade de vida dos idosos na medida em que permite ocupar os tempos livres potenciando as capacidades físicas e cognitivas e fomentando os contactos sociais dos mesmos.

Ao realizar atividades com idosos deve-se levar em conta que o equilíbrio entre as limitações e as potencialidades da pessoa idosa respeitando sempre a individualidade de cada um, ajuda a lidar com as inevitáveis perdas decorrentes do envelhecimento.

Quanto ao desenvolvimento de atividades físicas na instituição em estudo uma vez por semana um professor de ginástica realiza atividades físicas com os idosos e igualmente uma vez por semana a animadora sociocultural também desenvolve este tipo de atividades com os idosos.

“É através da prática deste tipo de exercícios que pode manter-se a força e a resistência muscular, uma melhoria na coordenação motora e do equilíbrio, e também flexibilidade. Para além destes benefícios a nível físico, a prática de exercícios psicomotores também traz vantagens a nível psicológico e social, visto que, promove uma vida mais independente, melhora a saúde mental, melhora a qualidade de vida, aumenta a auto-estima, diminui o stress e promove o relacionamento e a interação.” (Galinha, 2010, p. 82)

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Como referido, são ainda efetuadas uma vez por semana aulas de música e celebração eucarística são ainda desenvolvidas atividades interinstitucionais, comemorações de datas e épocas, sessões de leitura, sessões de cinema, torneios de dominó e bingo e atividades de expressão plástica, permitindo aos idosos exercitar não só as suas capacidades físicas e sociais como exercitar as suas capacidades cognitivas.

“A animação cognitiva tem por objectivo lidar com as demências e superar as perdas das capacidades cognitivas, provocadas pelo processo do envelhecimento. Através deste tipo de animação os idosos exercem as suas capacidades a nível de percepção, atenção, observação e comunicação, melhorando assim a sua qualidade de vida. Neste tipo de animação inclui-se a animação através de jogos de memória, recordação e expressão plástica [...]” este tipo de atividades são desenvolvidas na instituição proporcionando aos idosos, “[...] a oportunidade de se expressarem através da oralidade, leitura e escrita, artes plásticas e os trabalhos manuais, desenvolvendo a sua criatividade e imaginação, resolução de problemas e estratégia” (Galinha, 2010, p. 82).

Neste âmbito e tendo como base os discursos dos idosos e da animadora sociocultural e análise do plano de atividades podemos registar que na instituição em estudo são desenvolvidas diferentes atividades socioculturais, citando a animadora sociocultural:

“Existem inúmeras atividades: passeios; torneios; ateliers de trabalhos manuais (pintura e recorte); animação desportiva; celebrações eucarísticas; visualização de filmes; animação da leitura; comemoração de efemérides; dinâmicas de grupo; teatro; entre outros.”

Quando entrevistados os idosos referem que participam efetivamente em diferentes atividades como passeios, pintura, musica, ginástica, ver televisão, ir à missa, jogos de mesa, ler e trabalhos manuais como podemos verificar no quadro seguinte:

Quadro 11- Atividades realizadas no Centro de Dia e identificadas pelos idosos

Atividades	Idosos entrevistados
Passeios	7
Pintura	3
Musica	2
Ginástica	4

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Televisão	5
Missa	3
Jogos de mesa	3
Ler	1
Recortes/trabalhos manuais	5
Costura	2

Podemos constatar com base no quadro acima que a atividade mencionada pela maioria dos entrevistados são as saídas ao exterior o que se confirma nos seguintes exemplos:

“Ir a passeios” (Rosa, oitenta e dois anos /Luísa, oitenta e três anos /Joana, oitenta e seis anos /Margarida, setenta e um anos)

“Tenho ido a muitos passeios” (Aurora, setenta e seis anos)

Os trabalhos manuais e recortes também são referidos como atividades preferidas dos idosos que quando questionados quanto às atividades em que participam no centro de dia, cinco idosos mencionam estas atividades.

“Trabalhos manuais” (Laura, oitenta anos /Carolina, oitenta e dois anos /Joana, oitenta e seis anos)

A ginástica e ver televisão também são das atividades mais referidas pelos idosos, observámos que os idosos no centro de dia passam a maior parte do seu tempo na sala de convívio a ver televisão. Quanto à ginástica estas aulas são realizadas no ginásio do centro dia, sendo que este se localiza numa sala na cave do centro de dia. É um espaço amplo, mas sem janelas e frio o que se torna pouco acolhedor. Observámos que as atividades desenvolvidas são rotineiras, são realizadas sempre nos mesmos locais com os mesmos idosos a participar, o que se torna repetitivo e potencialmente desmotivante. Sendo a atividade física tão importante, deveria ser um âmbito de intervenção prioritário.

Pudemos ainda observar que o centro de dia dispõe de uma pequena biblioteca, que é constituída por um móvel localizado entre as duas salas de convívio, onde os idosos têm alguns livros à disposição. No entanto podemos constatar que são muito poucos os idosos que usufruem deste espaço leitura.

É de salientar que apenas um dos idosos refere a leitura como atividade realizada no centro de dia, como podemos confirmar pela afirmação da idosa entrevistada

“Gosto muito de ler” (Laura, oitenta anos).

Neste ponto é ainda de referir que segundo a abordagem teórica a participação social constitui um papel importante no processo de envelhecimento neste sentido podemos constatar que apesar da instituição em estudo promover o intercâmbio entre as unidades da instituição e entre outras instituições, não são desenvolvidas atividades que envolvam a participação da família, amigos e a comunidade local

A participação do idoso na comunidade é uma forma de integração social promovendo a partilha de experiências onde se pretende que o idoso não seja visto apenas como um educando, mas também como um educador, onde as suas experiências de vida podem ser valorizadas e devem ser um contributo para a participação nas comunidades onde pertencem. Os Princípios da ONU para as Pessoas Idosas referem quanto à Participação que *“Os idosos devem permanecer integrados na sociedade, participar activamente na formulação e execução de políticas que afectem directamente o seu bem-estar e partilhar os seus conhecimentos e aptidões com as gerações mais jovens.”*

Podemos concluir que as atividades desenvolvidas no Centro de Dia não correspondem a uma verdadeira participação por parte dos idosos. Ainda que a maior parte destas atividades sejam realizadas em grupo não existe uma ligação com a comunidade limitando as relações interpessoais aos idosos que frequentam o centro de dia. É ainda de referir que o princípio da participação defendido pela ONU menciona atividades intergeracionais e estas não são desenvolvidas no Centro de Dia em estudo.

1.6 Avaliação das atividades

A avaliação das atividades é uma ferramenta fundamental uma vez que permite verificar a sua adequação, *“A avaliação é um processo de reflexão que permite explicar e avaliar*

os resultados das acções realizadas. A avaliação permite-nos reconhecer os erros e os sucessos da nossa prática, a fim de corrigir aqueles no futuro.” (Serrano 2008, p.81).

Tendo em conta o que foi anteriormente mencionado, a avaliação não é uma etapa final de um processo, por isso é necessário que o seu conceito esteja presente do início ao fim, para que seja possível controlar a forma como se alcançam os resultados, lacunas, aspetos não previstos e adequação ou inadequação das atividades.

Quando questionada quanto à avaliação das atividades a animadora refere que são utilizadas diferentes técnicas para proceder a avaliação das atividades, algumas referidas pela mesma, nomeadamente o debriefing que é uma técnica de avaliação, que ocorre no momento em que se recapitula no grupo os factos, pensamentos, sentimentos de forma a refletir na experiência da atividade. Quanto a esta questão a animadora sociocultural refere que:

“Todas as atividades são avaliadas em documento próprio (...) As atividades internas são avaliadas por observação direta e “debriefing” com os utentes. As atividades interunidades são avaliadas com “smiles” ou avaliação semáforo (considerando que alguns utentes não sabem ler ou manifestam dificuldades visuais).”

Os idosos quando questionados sobre a sua participação na avaliação das atividades referem na sua totalidade que “sim” participam na avaliação das atividades como é exemplo as seguintes citações

“Sim” (Rosa)

“A menina Cláudia costuma perguntar” (Margarida, setenta e um anos)

“A menina Cláudia costuma perguntar, agora quando fomos ao passeio a Alpiarça ela perguntou se tínhamos gostado” (Aurora, setenta e seis anos)

No entanto pudemos observar que apesar de a animadora referir diferentes técnicas de avaliação estas não avaliam outros parâmetros como a eficácia ou a adequação e pertinência, limitando-se a uma avaliação referente a satisfação e participação dos idosos nas atividades executadas.

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Relativamente à satisfação na participação das atividades, na sua maioria os idosos gostam e referem estar satisfeitos como podemos ver nas respostas dos seguintes entrevistados:

“Gosto de participar em tudo o que posso” (Maria, oitenta e cinco anos)

“Gosto muito de ajudar a menina Cláudia com os trabalhos de mãos” (Fátima, noventa anos)

“Gosto muito, participo quase sempre em tudo” (Carolina, oitenta e dois anos)

No sentido de as atividades corresponderem aos gostos, interesses e necessidades dos idosos é importante a sua participação na avaliação e planificação das mesmas,

“[...] existe a necessidade de realizar uma avaliação psicológica, social e física de cada um dos indivíduos de modo a identificar as capacidades e motivações reais de cada um, em relação às atividades propostas, deve também existir a possibilidade dos idosos apresentarem outras actividades que queiram realizar.” (Galinha, 2010, p. 87).

A sugestão de atividades por parte dos idosos torna-se bastante importante de forma a conhecer as motivações pessoais do público-alvo em primeiro lugar, para posteriormente analisar as condições físicas e psíquicas, assim como os recursos para implementar a atividade com a finalidade de ser bem-sucedida.

Pudemos constatar que alguns dos idosos não sugerem atividades que gostassem de realizar como podemos ver nos seguintes exemplos:

“Para mim está tudo bem assim (...) aquilo que vou podendo, vou fazendo” (Maria, oitenta e cinco anos)

“Não costumo sugerir nenhuma atividade” (António, cinquenta e oito anos)

Sendo que alguns dos idosos quando questionados relativamente a sugestão de atividades referem que já existem atividades definidas no centro dia como são exemplo os seguintes excertos mostrando uma participação passiva nas mesmas.

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

“Aqui já temos atividades para fazer (...) é o que houver para fazer eu faço” (Carolina, oitenta e dois anos)

“Por vezes temos tarefas definidas” (Leonor, setenta anos)

“(...) faço aquilo que me dão” (Margarida, setenta e um anos)

Uma grande parte não sugere atividades ou assumindo que as atividades no centro de dia já estão definidas, no entanto quando questionados ao tipo de atividades que gostariam de fazer existem, idosos que referem atividades que gostariam de fazer no centro dia como podemos verificar no quadro seguinte.

Quadro 12- Atividades sugeridas pelos idosos

Atividades	Idosos entrevistados
Cozinhar	1
Teatro	1
Pintura	2
Jogos	1
Trabalhos manuais	1
Informática	1
Não sabe/ não responde	2
Total	15

Neste domínio podemos observar que quanto ao tipo de atividades que os idosos gostavam de realizar alguns referem atividades que não realizam no centro de dia como podemos ver nos seguintes exemplos:

“Gostava de cozinhar” (Rosa, oitenta e dois anos)

“Gostava de fazer teatro” (António, cinquenta e oito anos)

“Gostava de ter um computador e aprender a trabalhar com ele” (Joana, oitenta e seis anos)

Por outro lado, existem idosos que referem atividades que se realizam no centro de dia como são exemplo os seguintes excertos:

“Gostava muito de fazer mais trabalhos manuais” (Luísa, oitenta e três anos)

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

“Gostava muito de pintar, às vezes pintamos aqui no centro de dia” (Margarida, setenta e um anos)

“Gostava de fazer pintura” (Laura, oitenta anos)

No entanto a animadora sociocultural quando questionada sobre a planificação das atividades e a participação dos idosos nas mesmas refere que:

“Quando planifico as atividades de animação tenho em consideração os gostos dos idosos (resulta do conhecimento adquirido pelos anos de convivência e do diagnóstico que efetuo quando se juntam novos elementos ao grupo), a mobilidade de cada um, as suas necessidades cognitivas, o espaço físico, os recursos humanos, materiais e financeiros (que precisarei envolver), as condições atmosféricas, entre outros.”

No entanto, a planificação é orientada para o grupo e não para o indivíduo, o que pode resultar na incapacidade de os idosos expressarem as suas vontades gostos ou desejos.

Pudemos constatar que o princípio da participação não é levado em conta uma vez que: *“Participar implica tomar parte em todas as decisões que dizem respeito ou incidem na vida pessoal, grupal ou colectiva das pessoas”* (Peres & lopes, 2006, p. 168).

No entanto a animadora se mostra-se recetiva à opinião dos idosos quanto às atividades, como refere a própria:

“Muitas vezes participam. Os próprios sugerem locais que gostariam de visitar, por exemplo! Se estiverem reunidas condições, as atividades propostas são planificadas e executadas.”

Contrariamente ao discurso da animadora apuramos que opinião dos mesmo não é levada totalmente em consideração, nem os idosos são estimulados ou incentivados a participar na planificação das atividades. É fundamental efetuar uma análise da realidade de modo a detetar as necessidades da população com que se vai intervir para que essa mesma intervenção possa ser válida e pertinente.

Segundo (Peres & Lopes, 2006, p. 168) *“[...] a participação nunca é – ou nunca deve ser- imposição, daí que se devam respeitar as diferenças individuais, étnicas ou de*

nacionalidades, assumindo o pluralismo político, ideológico, religioso e cultural que existe na convivência quotidiana”.

A participação dos idosos deve ser incentivada para que isto aconteça é importante uma relação de proximidade entre técnico e idoso, só desta forma se consegue uma intervenção ajustada às verdadeiras necessidades do idoso respeitando a sua individualidade.

2. Interpretação dos resultados

Após uma descrição dos dados recolhidos vamos proceder à interpretação e reflexão dos mesmos.

Verificamos que os idosos em estudo representam um grupo bastante heterogéneo, quanto à idade, temos idosos entre os 55 e 95 anos em que dos 15 entrevistados 10 têm mais de 80 anos, sendo que na sua maioria são do sexo feminino. Quanto ao perfil profissional temos profissões bastante diversificadas.

Os dados apontam para a solidão e o isolamento social como as principais causas da frequência do Centro de Dia. *“O isolamento social está muito ligado à solidão e para ele contribuem sentimentos associados a acontecimentos da vida [...]”*. (Galinha, 2010, p. 60) O Centro de Dia surge, portanto como uma alternativa ao isolamento social e solidão do idoso na medida em que lhes permite fomentar as relações sociais. No entanto no Centro de Dia em estudo pudemos apurar que não são promovidas atividades que envolvam o idoso e a comunidade assim como também não são incluídas no plano anual de atividades, atividades em que se envolva a própria família do idoso. Ficando estas relações sociais limitadas aos utentes do Centro de Dia ou de outros Centros de Dia uma vez que se promovem encontros entre instituições.

Outro dos motivos são as razões de ordem familiar que se prende com a indisponibilidade da família na prestação de cuidados os filhos precisam de trabalhar,

têm a sua vida e não podem estar com eles o Centro de Dia surge então como resposta para apoio à família e ao idoso, verificamos que são diversos os motivos que levam os idosos à procura desta resposta social e que esta surge para responder a um número de necessidades que se justificam com as próprias limitações da idade.

No enquadramento teórico deste estudo enumeramos as várias respostas sociais assim como as principais políticas para esta população não podemos deixar de referir que estas se mostram insuficientes para uma população que se apresenta cada vez em maior número e com necessidades cada vez mais específicas. A reforçar esta ideia Carvalho (2013, p.100) diz que:

“Apesar de existirem várias medidas/respostas sociais na velhice, consideramos que não existe uma Política de Envelhecimento em Portugal.” segundo o autor existem “políticas de velhice” estas políticas pretendem dar resposta as necessidades sentidas por esta população e materializam-se em “estratégias, programas, medidas e equipamentos e serviços [...]”

Após a análise dos motivos que levaram os idosos a frequentar o Centro de Dia, passamos ao ponto seguinte em que se pretende analisar de que forma a frequência do Centro de Dia surge como promotor de vida ativa, apurámos que existem idosos para quem a frequência do Centro de Dia melhorou o seu dia-a-dia e outros que não manifestam grande mudança, o que podemos concluir que existe um grupo de idosos para os quais a frequência do Centro de Dia surge como uma oportunidade de promover uma vida mais ativa, no entanto existem alguns idosos que referem não sentir muita diferença no seu dia-a-dia com o facto de frequentarem o Centro de Dia.

Verificámos, de facto, que os idosos para quem a frequência do Centro de Dia não contribuiu para melhorar a sua vida, no sentido de se tornar mais ativa, apontam razões como limitações físicas e falta de motivação para participar em atividades. Segundo Oliveira (2008, p.87),

“ [...] quanto à motivação das pessoas idosas pode dizer-se que em geral ela vai diminuindo com a idade, atendendo, por um lado, aos obstáculos que vão surgindo, cada vez mais difíceis de ultrapassar (como a doença), e, por outro, à

consciência de que o fim está mais próximo e de que por isso não vale a pena investir demasiado”

Neste trabalho procurou perceber-se se o princípio da participação dos idosos nas atividades é uma realidade ou se se trata apenas de uma participação retórica. Observou-se que de acordo com a animadora do Centro de Dia a intervenção junto dos idosos decorre de uma avaliação diagnóstica das necessidades, gostos e condições físicas e psicológicas de cada idoso, sendo que a planificação das atividades tem como base este diagnóstico o que segundo Jacob (2007, p. 33)

“[...] num plano de actividades a por em prática, há que realizar uma avaliação psicológica, social e física de cada um dos indivíduos, no sentido de perceber quais as capacidades e motivações reais de cada idoso em relação a cada uma das actividades propostas.”

Apesar de a animadora referir uma avaliação diagnóstica aos idosos e que a planificação das atividades é feita com base nessa avaliação pudemos observar que, do ponto de vista do idoso, apesar de participarem nas atividades de forma voluntária, alguns vêm as atividades como uma imposição ou como tarefas definidas revelando uma atitude passiva em que não se sentem envolvidos “ [...] o idoso institucionalizado deve ser sensibilizado a realizar actividades que aumentem a sua actividade física e mental; caso contrário pode adquirir uma atitude passiva [...] ” (Galinha, 2010, p. 60).

Esta sensibilização, para a realização de atividades, que a autora refere deve ser individualizada, é um espaço crucial para a intervenção do técnico. Estes têm um papel fundamental, uma vez que este deve procurar ir ao encontro das verdadeiras necessidades, interesses e motivações de cada um dos idosos para que estes sintam que a sua individualidade é respeitada e valorizada. Ainda que exista apenas um idoso que mostra interesse em determinada atividade esta deve ser realizada uma vez que um dos objetivos da intervenção junto desta população é respeitar a sua individualidade.

Este ponto é essencial para o nosso estudo uma vez que este se baseia na participação e envolvimento dos idosos nas atividades realizadas em Centro de Dia. Pudemos observar que, quanto a participação nas atividades, o principal impedimento, é a falta de

motivação por parte dos idosos, o que nos leva a questionar, as estratégias a utilizar, uma vez que a prática de atividades por si só, ainda que estas sejam diversificadas, não se mostrou suficiente para que os idosos se sintam motivados e envolvidos na sua participação.

Desta forma é essencial que o técnico desenvolva a sua intervenção promovendo junto do idoso o reconhecimento das suas capacidades para que este se sinta útil e motivado a ter uma participação ativa Galinha (2010, p. 73) refere que “*O objectivo da intervenção social é transformar a inactividade, que se apodera de uma grande parte dos idosos, em espaço de realização de actividades [...]*.” As atividades devem ser planificadas no sentido de criar oportunidades de todos os idosos se sentirem motivados ainda que tenha de existir atividades exclusivas a cada um dos idosos.

Através da observação concluímos que o espaço físico onde se realizam as atividades poderia ser reorganizado uma vez que as atividades se realizam na sala onde maior parte dos utentes passa o seu dia não existindo espaços em que cada um dos idosos possa realizar atividades de acordo com os seus próprios interesses. Observámos que neste espaço quando existem atividades que não agradam a alguns dos idosos, estes não participam e algumas vezes saem da sala dirigindo-se para uma outra sala de convívio de menores dimensões, onde ficam a ver televisão. Parece-nos que a reorganização do espaço poderia ser melhorada criando zonas de lazer onde cada utente tivesse a liberdade de escolher a sua própria atividade respeitando a sua vontade e o seu próprio tempo.

Quanto à dinâmica das atividades observamos que esta se mostrou repetitiva e monótona, podendo ser dinamizada utilizando diferentes espaços para as mesmas atividades ou procurando diversificar as tarefas das atividades realizadas o que vai ao encontro da proposta de Guedes (2012) que refere que “*Quanto à implementação das atividades seria interessante diversificar os locais e os materiais adequados às mesmas*” (p.172) Na intervenção com idosos é fundamental que a escolha de atividades valorize os interesses, motivações, gostos, experiências de vida, disponibilidade e motivação dos idosos desta forma o técnico deve fomentar a motivação dos idosos

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

desenvolvendo uma relação de empatia com os mesmos de forma a compreender o idoso ao ponto de se colocar no lugar dele.

Pudemos verificar que o Centro de Dia em estudo tem uma preocupação quanto as atividades socioculturais desenvolvidas, prestando este serviço com recursos humanos capacitados, nomeadamente uma animadora sociocultural que desenvolve diferentes tipos de atividades, como animação desportiva, sessões de cinema, torneios de dominó e bingo, sessões de leitura, aulas de música, atividades religiosas e ateliers de costura, passeios, assim como atividades relacionadas com as comemorações de datas e épocas festivas.

Estas atividades constam do plano anual de atividades do Centro de Dia e foram identificadas pelos idosos quando questionados relativamente quanto ao tipo de atividades que realizavam, no entanto, estas atividades parecem insuficientes para motivar parte dos idosos na sua participação.

Podemos concluir que quanto à recetividade e motivação para a participação nas atividades socioculturais por parte dos idosos não se define um padrão comum, se por um lado existem idosos que participam nas atividades com alguma motivação e gosto, por outro existem idosos que não participam nas atividades mostrando falta de motivação e vontade, podemos ainda registar idosos que participam, mas sem motivação, com a justificação de “matar o tempo”.

Quanto à avaliação das atividades observamos que esta é feita a cada atividade e registada pela animadora sociocultural, no entanto esta avaliação limita-se a registar o grau de satisfação dos idosos quanto à atividade realizada, assim como avaliar o grau de adesão e participação dos idosos. Segundo Guerra (2002, p.186) “A avaliação não é uma simples medição de resultados finais; é um processo contínuo articulado com a ação, e os resultados finais são uma parte da avaliação”.

Os idosos que participam nas atividades, também participam na avaliação das mesmas, e na sua maioria os que participam fazem uma avaliação positiva. Aqui podemos questionar se esta avaliação positiva por parte do idoso corresponde à sua satisfação com as atividades realizadas ou se é feita de forma positiva por simpatia e por querer

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

agradar, uma vez que avaliação se baseia apenas no grau de participação e satisfação é difícil apurar se as atividades vão ao encontro das verdadeiras necessidades gostos e interesses dos idosos, não é feita uma avaliação que permita avaliar o desempenho dos idosos positivamente.

Relativamente a sugestão de atividades por parte dos idosos na sua totalidade não sugerem atividades que gostassem de fazer. Existindo idosos que não demonstram motivação quanto a sugestão de novas atividades ou atividades que gostariam de fazer, revelando alguma resistência a prática das atividades e alguma apatia em relação às mesmas.

Quando questionados se existem algumas atividades que gostariam de realizar parte dos idosos identificam atividades que já fizeram, de forma esporádica no Centro de Dia, ou atividades que nunca realizaram, apesar de identificarem algumas atividades que gostariam de realizar, nenhum destes idosos sugeriu ao propôs a animadora sociocultural a sua realização.

Neste sentido é importante que o técnico arranje estratégias para motivar os idosos a participar nas atividades e que leve em consideração as sugestões dadas pelos mesmos, deve-se “ [...] dar oportunidade aos idosos para que eles próprios possam propor outras actividades que sejam do seu agrado [...] ” (Jacob, 2007, p. 33) seguindo este pensamento a participação do idoso na elaboração do plano de atividades pode ser gerador de motivação e participação que ao “[...] defendermos que o sujeito pode tomar parte das decisões, assim como pode participar simbolicamente. Mediante a responsabilidade podemos chegar aos sentimentos e motivações que fazem com que o sujeito se comprometa no seu próprio processo pessoal.” (Galinha 2010, cit. Maños 2009 p.57)

A motivação é um fator determinante na vida de um indivíduo, independentemente da idade. Conhecer as motivações pessoais do público-alvo em primeiro lugar, para posteriormente analisar as condições físicas e psíquicas, assim como os recursos para implementar a atividade que se pretende eficaz e eficiente, a fim de ser bem-sucedida e que vá ao encontro de colmatar necessidades diagnosticadas pelos próprios. Um bom diagnóstico de necessidades ou um diagnóstico participativo, onde se faça uma

planificação da intervenção a todos os níveis assim como a planificação da avaliação da atividade levando em consideração que os idosos constituem um grupo heterogéneo,

“[...] os idosos não constituem um grupo homogéneo, nem do ponto de vista das práticas sociais e das representações simbólicas, nem do ponto de vista das expectativas face à vida e ao futuro. Esta é uma questão central para romper com análises tendencialmente generalistas, como se os idosos fossem um grupo social uniforme.” (Paúl & Ribeiro, 2012, p. 186).

Partindo deste princípio é essencial que os idosos sejam respeitados na sua individualidade com objetivo de valorizar as suas capacidades, competência, saberes e cultura, desta forma a animação sociocultural através dos diferentes âmbitos de intervenção torna-se um método que ajuda as pessoas a desenvolverem-se a nível individual e comunitário, promovendo a capacidade de o indivíduo ser responsável pelo seu processo de se relacionar com a comunidade e de bem-estar individual.

Para (Capul & Lemay, 2003, p. 85) um profissional ao fazer a sua intervenção junto de um grupo pretende

“[...] a melhoria da qualidade de vida das pessoas em todas as suas dimensões, favorecimento da sua integração na comunidade e da coesão social desenvolvendo ao máximo todas as suas capacidades pessoais e sociais, antecipação e minimização de possíveis processos de marginalização ou inadaptação social, e promoção, em última instância, do bem-estar de toda a comunidade, construído sobre o bem-estar de cada indivíduo e o respeito à sua dignidade e direitos fundamentais [...]”

Ao longo deste capítulo apresentamos e interpretamos as informações recolhidas no nosso estudo, no ponto seguinte vamos proceder à apresentação das conclusões.

3. Conclusão

Reconhece-se que o envelhecimento demográfico se traduz em consequência e desafios para a sociedade, sendo que os principais problemas associados a esta população estão

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

relacionados com perdas quer a nível biológico, psicológico e social. Envelhecer está associado a perda de autonomia, a situações de dependência, de solidão e isolamento social e falta de apoio familiar.

O envelhecimento da população e as características que a população idosa representa obriga a que as políticas e respostas sociais encontrem soluções para esta população, das respostas existentes para esta população escolhemos para este estudo a resposta social Centro de Dia.

Tentámos perceber com esta pesquisa em que medida o centro de dia em estudo vai ao encontro da satisfação das necessidades sentidas pelos idosos relativamente à ocupação dos seus tempos livres. Com base nas entrevistas aplicadas a 15 idosos do Centro de Dia apuramos que a população é na sua maioria do sexo feminino, com idades superiores a oitenta anos e que os idosos são maioritariamente viúvos e solteiros. A totalidade dos idosos entrevistados frequenta o Centro de Dia há mais de um ano e quanto às profissões exercidas pelos mesmos são bastante diversificadas, tornando um grupo neste ponto bastante heterogéneo.

Quanto aos motivos que levam à frequência do Centro de Dia concluímos que as principais causas são a solidão e a falta de apoio familiar.

Na perspetiva de o Centro de Dia promover uma vida ativa e do ponto de vista dos idosos entrevistados obtivemos dois tipos de respostas: para alguns o Centro de Dia representa uma oportunidade de se tornarem mais ativos ao socializarem, e ao desenvolverem atividades e novas aprendizagens. Para outros idosos as limitações físicas e a falta de motivação representam algumas dificuldades para que estes se sintam mais ativos, também porque não se oferecem atividades adequadas à sua condição.

Quanto aos motivos que levam os idosos a participarem nas atividades estes referem que o fazem para se distrair e passar o tempo. Como principais atividades realizadas os idosos apontam atividades como os trabalhos manuais, ver televisão e saídas ao exterior. No que se refere à avaliação das atividades concluímos que os indicadores para avaliar as atividades se baseiam apenas no número de participantes nas atividades e com a

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

avaliação dos mesmos quanto ao grau de satisfação face à atividade realizada, o que nos parece limitado.

Apesar de ser feita uma avaliação diagnóstica junto dos idosos no sentido de se planificar as atividades, não se verificou que os idosos sugerissem atividades que gostassem de realizar ou que estes fossem estimulados ou incentivados a participar na planificação das mesmas, levando-nos a concluir que os seus gostos preferências e interesses nem sempre são levados em conta na realização das atividades realizadas no Centro de Dia.

Com a frequência de uma Centro de Dia o idoso tem a possibilidade de realizar atividades e favorecer relações sociais uma vez que estas instituições devem criar pontes de ligação entre os idosos e a sociedade na medida que estes estão inseridos nela e contribuíram ao logo da sua vida para o seu desenvolvimento é neste aspeto que o Educador Social pode exercer a sua intervenção uma vez que é um técnico capacitado para estabelecer pontes entre os idosos e a comunidade onde esta inserido.

Os idosos devem continuar a participar em atividades sociais, educativas e culturais e as mesmas devem estar adequadas às suas necessidades e anseios, estimulando a participação dos idosos nos diversos domínios socioculturais. Para que isto aconteça é importante a interação entre o técnico e o idoso só a partir desta interação o profissional consegue conhecer os idosos com quem trabalha e fazer uma planificação da sua intervenção o mais adequada possível.

É importante que o idoso seja ouvido para que o técnico possa perceber os seus gostos, preferências, cultura e ideais e a partir daí desenvolver atividades que possibilitem aos idosos fazer a ligação com a comunidade. O Educador Social neste contexto deve procurar desenvolver na população alvo (idosos) competências que lhes permitam a sua integração social, tanto a nível institucional como na própria comunidade, assim como o seu desenvolvimento pessoal, sustentado em atitudes de respeito, iniciativa, sensibilidade, autonomia, confiança e autoestima.

“O Educador Social enquanto animador de idosos deve ter a capacidade de tomar decisões, capacidade de improvisação, não desistir, lutar e procurar soluções para as adversidades quotidianas, mediar conflitos, promover o dialogo, com o intuito de

proporcionar assessoria técnica para que o grupo ou colectivo encontre respostas às suas necessidades e problemas, e se capacite para organizar e conduzir as suas próprias atividades.” (Galinha, 2010, p. 81). Indo ao encontro dos objetivos deste trabalho podemos concluir que quanto a adequação das atividades com as necessidades, gostos e preferência dos idosos, estas não são totalmente desadequadas, uma vez que alguns idosos participam nas mesmas mostrando entusiasmo e envolvimento, no entanto podemos apurar que existem idosos que não participam nas atividades ou participam de forma passiva, pois normalmente no centro de dia em estudo dá-se prioridade a atividades coletivas e estas nem sempre agradam a todos os idosos, nem todos mostram igual gosto em participar o que nos leva a concluir que as atividades desenvolvidas não proporcionam enriquecimento ou divertimento de forma verdadeiramente inclusiva.

Há que ter em atenção a história de vida de cada idoso, porque a idade não condiciona a sua origem nem a sua cultura, por isso os idosos não têm características coesas que justifiquem que sejam tratados de forma homogénea. Sob o ponto de vista das necessidades e dos gostos, deverá haver um olhar particular, onde o técnico faça um estudo caso a caso e crie oportunidades de participação a cada um dos idosos. É neste aspeto que é importante o técnico ter uma relação de proximidade, numa lógica face a face, ou seja, num diálogo direcionado à pessoa, para que esta possa expor as suas necessidades, as suas dificuldades e os seus gostos, quanto às atividades que a instituição propõe oferecer.

Esta interação entre técnico e idoso permite ao idoso sugerir atividades que gostasse de realizar e permite ao técnico planificar atividades que sejam significativas para todos os idosos, para que se sintam motivados, estimulados e valorizados de forma a adquirirem novas aprendizagens ou até mesmo ajudar os outros idosos a realizar alguma atividade de que gostassem e soubessem ensinar.

Neste sentido o Educador Social deve procurar realizar atividades que valorizem os idosos na opinião de Galinha (2010, p. 88) *“Esta valorização dos idosos é muito importante, tendo em conta que os mesmos são uma grande fonte de sabedoria e conhecimento, adquiridos pelas suas vivências e trabalho ao longo das suas vidas, sendo necessário promover competências pessoais e sociais como o aumento da auto-*

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

estima e motivação nos mesmos, apelando à partilha de experiências vividas entre os idosos.”

Quanto à participação dos idosos nas atividades podemos referir que na sua maioria participam de forma voluntária fazendo uma avaliação positiva das atividades, pelo que observámos, esta avaliação positiva é mais por simpatia do que por convicção.

Assim, se por um lado temos idosos satisfeitos com as atividades realizadas, por outro temos idosos que não se sentem motivados a participar nas atividades desenvolvidas, no entanto nas duas situações os idosos não são motivados a sugerir atividades que gostassem de realizar, quando questionados se sugerem algum tipo de atividade que gostassem de fazer referem que não sabem ou não querem dizer.

Um dos objetivos deste trabalho era o proporcionar uma reflexão sobre as atividades desenvolvidas em Centro de Dia perspetivando novas abordagens. Neste ponto essa reflexão surge como conclusão deste trabalho, concluindo que cada idoso envelhece à sua maneira e que esta individualidade deve ser respeitada na planificação das atividades para que cada individuo possa usufruir dos serviços prestados pela animação sociocultural da mesma forma, e que cada um seja respeitado nas suas necessidades, preferências, gostos e motivações.

Nesta medida, a intervenção deve ser perspetivada para além do grupo e pensada individualmente para que as atividades desenvolvidas cheguem a cada um dos idosos, é importante que o idoso tenha a liberdade de realizar a atividade quando quer, assim como a possibilidade de escolher a atividade que quer realizar.

Os idosos são constrangidos perante o seu estado físico e mental e muitas vezes as atividades desenvolvidas, não estão de acordo com as suas capacidades, é importante que consigam realizar as tarefas que lhes são atribuídas para sentirem que o seu esforço é valorizado. É essencial respeitar toda a complexidade que envolve o idoso e adotar métodos e estratégias sobre a maneira como se vai atuar para que as atividades promovam a autonomia e a independência do idoso. Este objetivo é conseguido através de um conjunto de técnicas que, baseadas numa metodologia participativa, tem como

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

finalidade promover práticas e atividades voluntárias que com a participação ativa dos indivíduos, procura o desenvolvimento da qualidade de vida dos mesmos.

Pudemos ainda apurar, e tentando perspetivar novas abordagens de intervenção, que na instituição em estudo que não são desenvolvidas atividades intergeracionais que proporcione ao idoso o contacto com novas gerações.

É ainda de referir que os idosos não participam em atividades da vida diária do Centro de Dia, ajudando desta forma em algumas tarefas diárias devolvendo-lhes a imagem de que são pessoas com iniciativa e responsabilidades. Segundo Jacob (2007) deve-se permitir que os idosos “[...] participem nas actividades diárias da Instituição, por exemplo, fazendo as suas camas, limpando o pó dos seus quartos, colaborando na elaboração e confecção de ementas, regando as plantas, etc., desde que tal seja do agrado deles.” (p.11)

Do mesmo modo, não são realizadas atividades que envolvam a comunidade ou a família dos idosos.

Para concluir há que referir as limitações deste estudo que se prendem com a ausência de estudos dentro da mesma temática em centros de dia, sendo que os centros de dia são uma resposta social pouco estudada, será pertinente desenvolver um estudo com os mesmos objetivos, mas abrangendo vários centros de dia, de forma a avaliar e comparar diferentes propostas de dinamização sociocultural.

Outra limitação com que nos deparamos durante o estudo prende-se com a dificuldade de os idosos entrevistados manifestarem a sua opinião. Pelo que observámos não conseguimos apurar uma razão concreta, no entanto podemos apontar as causas possíveis que se prendem com o facto de os idosos terem alguma desconfiança em relação ao estudo ou com o facto de quererem ser simpáticos para com a instituição e com a Animadora com a qual, pelo que conseguimos observar, têm uma relação de carinho e confiança.

Durante o desenvolvimento deste trabalho algumas questões se foram levantado, e que se podem apresentar como questões para futuras investigações. Parece claro que a

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

homogeneização das atividades socioculturais pode não ser o caminho adequado para incentivar os idosos a participar nas mesmas, uma vez que se torna desmotivador para alguns dos idosos porventura por isso representar um «desrespeito» pela sua singularidade. É evidente que um programa de animação correspondente aos interesses e gostos diferenciados dos idosos se revela mais adequado enquanto intervenção junto desta população, no entanto levanta-se a questão de como proporcionar uma intervenção mais individualizada a cada idoso, sendo limitados os recursos? Importa desta forma apurar de forma mais sistemática as causas possíveis da desmotivação dos idosos quanto à participação das atividades e os significados da participação em Centros de Dia.

Com a conclusão deste trabalho podemos referir que os idosos hoje em dia vivem mais e com mais saúde e com um nível de educação a aumentar de geração para geração, a velhice de hoje não pode ser vista como a velhice de gerações anteriores. Aparecendo novas necessidades junto desta população e novos desafios de intervenção.

BIBLIOGRAFIA

- Assembleia da República. (2005). *Constituição da República Portuguesa VII revisão constitucional*.
- Batista, I., & Carvalho, A. D. (2004). *Educação Social- Fundamentos e Estratégias*. Porto: Porto Editora.
- Capul, M., & Lemay, M. (2003). *Da Educação à Intervenção Social II volume*. Porto: Porto Editora.
- Cardão, S. (2009). *O Idoso Institucionalizado*. Lisboa: Coisas de Ler.
- Carmo, H., & Ferreira, M. M. (2008). *Metodologias da Investigação, Guia para Autoaprendizagem (2ª ed.)*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Carvalho, M. I. (2013). *Serviço social no envelhecimento*. Lisboa: Pactor.
- Correia, J. F. (2003). *Introdução à Gerontologia*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Decreto-lei 30/89. *Disciplina o licenciamento, funcionamento e fiscalização dos estabelecimentos de apoio social com fins lucrativos*. Diário da República nº20. I Série. Disponível em <http://publicos.pt/documento> consultado a 8 de novembro 2015
- Decreto-lei nº 119/83. *Aprova o estatuto das Instituições Particulares de Solidariedade Social*. Diário da República nº46.I Série. Disponível em <http://publicos.pt/documento> consultado a 8 de novembro 2015
- Fernandes, P. (2000). *A Depressão no Idoso*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Fonseca, A. M. (2006). *O Envelhecimento- Uma abordagem psicológica (2ª ed.)*. Lisboa: Universidade Católica Editora.
- Fontaine, R. (2000). *Psicologia do Envelhecimento*. Lisboa: Climepsi.

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Galinha, S. A. (2010). *Criar-Comunicar-Participar com Adultos e Idosos Para Uma Pedagogia dos Afetos*. Santarém: Copyright.

Guedes, J. (2012). *Viver num Lar de Idosos*. Lisboa: Coisas de Ler.

Guerra, I. C. (2002). *Fundamentos e Processos de Uma Sociologia de Acção*. Estoril: Príncípa Editora, Lda.

Guerra, I. C. (2006). *Pesquisa Qualitativa e Análise de Conteúdo*. Cascais: Príncípa Editora, Lda.

INE, (2012). *Censos 2011 Resultados Definitivos - Portugal*. Lisboa: Instituto Nacional Estatística. Disponível em <https://www.ine.pt> consultado em 28 de novembro 2015

INE, (2017). *Destaque- Projeções da população residente 2015-2080: Instituto Nacional Estatística*. Disponível em <https://www.ine.pt> consultado em 14 março 2017

INE, (2014). *Dia Mundial da População*. Instituto Nacional Estatística Portugal. Lisboa: Instituto Nacional Estatística. Disponível em <https://www.ine.pt> consultado em 28 de novembro 2015

ISS, (2015). *Guia Prático- Apoios Sociais- Pessoas Idosas*. Lisboa: Direção-Geral da Segurança Social. Disponível em <http://www.seg-social.pt>, consultado em 8 novembro 2015

ISS, (2016). *Guia Prático- Proteção Social- Pessoas Idosas*. Lisboa: Direção-Geral da Segurança Social. Disponível em <http://www.seg-social.pt>, consultado em 8 novembro 2015

Jacob, L. (2007). *Animação de Idosos - Actividades (2ª ed.)*. Porto: Ambar.

José, J. D. & Teixeira, A. R. (2014). *Envelhecimento Ativo: contributo para uma discussão crítica*. Lisboa: Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa.

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

- Lima, M. P. (2010). *Envelhecimento(s) Estado da Arte*. Coimbra: Universidade de Coimbra.
- Lopes, M. S. (2006). *Animação Sociocultural em Portugal*. Chaves: Intervenção.
- Monteiro, H., & Neto, F. (2008). *Universidades da Terceira Idade- Da solidão aos motivos para a sua frequência*. Porto: LEGIS.
- Oliveira, J. H. (2008). *Psicologia do Envelhecimento e do Idoso*. Porto: Legis.
- Oliveira, J. H. (2012). *Psicologia do Idoso- Temas Complementares, Sexualidade- Espiritualidade Educabilidade-Sociabilidade-Morte*. Porto: Livpsic.
- ONU, (1991). Resolução46/91 da Assembleia Geral das Nações Unidas de 16 dezembro 1191.*Principios das Nações Unidas para as Pessoas Idosas*. Disponível em <http://direitoshumanos.gddc.pt>, consultado em 8 novembro 2015
- Osório, A. R., & Pinto, F. C. (2007). *As Pessoas Idosas, Contexto Social e Intervenção Educativa*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Paúl, C., & Ribeiro, O. (2012). *Manual de Gerontologia*. Porto: Lidel.
- Pereira, J. D., & Lopes, M. S. (2009). *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Intervenção.
- Peres, A. N., & Lopes, M. S. (2006). *Animação, Cidadania e Participação*. Chaves: APAP- Associação Portuguesa de Animação e Pedagogia.
- Pimentel, L. (2001). *O lugar do idoso na família, contextos e trajetórias*. Coimbra: Quarteto.
- Salselas, T. (2007). *Política Social da Velhice, texto complementar ao manual Introdução à Gerontologia*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Serrano, G. P. (2008). *Elaboração de Projectos Sociais*. Porto: Porto Editora, LDA.
- Trilla, J. (2004). *Animação Sociocultural, Teorias, Programas e Âmbitos*. Lisboa: Instituto Piaget.

ANEXOS

Anexo I- Pedido de consentimento Informado

Exmo. Sr. Presidente da Direção

Assunto: Pedido de autorização para realização de investigação

Eu, Ana Cristina de Jesus Dinis, encontro-me a desenvolver um trabalho de investigação no âmbito do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária na Escola Superior Educação de Santarém, com o tema “Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso” no qual vou estudar a temática das atividades desenvolvidas com idosos institucionalizados examinando a relação destas com as suas necessidades, gostos e preferências.

Venho por este meio solicitar a v. exc. autorização para aplicar os instrumentos de recolha de dados na vossa instituição. A aplicação destes instrumentos consiste em entrevistas tanto aos idosos como a técnicos de uso restrito ao trabalho que me proponho desenvolver que só será possível de realizar com a vossa colaboração.

Sem outro assunto, agradeço a vossa atenção, colaboração e disponibilidade.

Santarém, 20 de abril 2015

Anexo II- Guião de Entrevista semiestruturada a idosos

Blocos	Objetivos	Questões	Observações
Legitimação da entrevista	<p>Informar o entrevistado</p> <p>Motivar</p> <p>Garantir a confidencialidade e pedir autorização para a entrevista</p>		
Institucionalização	<p>Enquadramento do idoso na instituição</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Há quanto tempo esta na instituição? ✓ Qual o motivo da institucionalização? ✓ Sente que a sua vida se tornou mais ativa com a institucionalização? Porquê? 	
Atividades	<p>Participação dos idosos nas atividades</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Considera importante ocupar o seu tempo livre com atividades de que gosta? ✓ Costuma participar nas atividades? ✓ Participa nas atividades de forma voluntaria? ✓ Que tipo de atividades pratica? 	

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Atividades	Satisfação dos idosos com as atividades	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Gosta de participar nas atividades? Quais? ✓ Que atividades gostaria de fazer? ✓ Costuma sugerir alguma atividade que gostasse de realizar? ✓ É questionado quanto ao 	
		<ul style="list-style-type: none"> tipo de atividade gostaria de fazer? ✓ É questionado se gostou ou não de realizar as atividades propostas pelo lar? 	
Dados pessoais	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Idade ✓ Sexo ✓ Estado civil ✓ Nível escolar ✓ Profissão que desempenhava 		

Anexo III-Guião de Entrevista semiestruturada à animadora sociocultural

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Blocos	Objetivos	Questões	Observações
Legitimação da entrevista	<p>Informar o entrevistado</p> <p>Motivar</p> <p>Garantir a confidencialidade de pedir autorização para a entrevista</p>		
Planificação das atividades	Como são planificadas as atividades	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Que critério utiliza para planificar as atividades? ✓ Os idosos participam na planificação das atividades? ✓ Como são avaliadas as atividades? ✓ Os idosos participam na avaliação das atividades? 	Como são planeadas as atividades (consulta internet, livros, outras instituições ...)
Conhecer o tipo de atividades desenvolvidas	Caracterizar o tipo de atividades	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Que tipo de atividades são desenvolvidas na instituição e fora da instituição? ✓ Quem as promove ou executa? ✓ Com que frequência são desenvolvidas as atividades? ✓ As atividades são feitas individualmente ou em grupo? ✓ Os idosos sugerem 	Quais os técnicos Diária, semanal...

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

		atividades?	
Conhecer o interesse dos idosos pelas atividades	Analisar a participação e satisfação dos idosos nas atividades	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Os idosos mostram interesse em participar nas atividades? De que forma? ✓ Quais as atividades que mostram mais e menos interesse em participar? ✓ A participação dos idosos nas atividades é espontânea ou tem de ser motivados? ✓ Quando participam mostram entusiasmo? 	Número de participantes nas atividades
Dados pessoais		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Idade ✓ Formação ✓ Atividade desenvolvida na instituição ✓ A quanto tempo trabalha na instituição ✓ Gosta de trabalhar com idosos 	Como perspetivam o trabalho com idosos

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Anexo IV- Análise conteúdo das entrevistas aplicadas aos idosos

Dimensão	Sub- dimensão	Excertos
Institucionalização	Há quanto tempo frequenta centro dia	<p>“8 Anos” (Rosa)</p> <p>“12anos” (Maria, Carolina)</p> <p>“Há muito tempo já não me lembro” (Gabriela)</p> <p>“5 Anos” (António, Margarida)</p> <p>“4 Meses” (Laura)</p> <p>“2 Anos” (José, Manuela)</p> <p>“1 Ano” (Natália, Fátima, Leonor, Luísa, Joana)</p> <p>“9 Anos” (Aurora)</p>
Motivos da utilização Centro Dia	Solidão	<p>“Por estar sozinha, aqui estou mais acompanhada” (Rosa)</p> <p>“Para me distrair, estava em casa sozinha” (Gabriela)</p> <p>“Para não estar sozinha” (Laura)</p> <p>“Porque estava sozinha aqui estou mais distraída e acompanhada” (José)</p> <p>“Para não estar sozinha vim para ao pé da minha comadre, assim tenho companhia” (Natália)</p> <p>“Não gosto de estar sozinha, aqui tenho companhia” (Fátima)</p>

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

		<p>“Porque fiquei viúva e estava muito só” (Carolina)</p> <p>“Eu vivo sozinha e estou muito só” (Luísa)</p> <p>“Porque fiquei sozinha” (Joana)</p> <p>“Porque estava sozinha” (Margarida)</p> <p>“(…) para não estar sozinha” (Manuela)</p>
	Reforma	<p>“Vim para o centro de dia quando me reformei” (António)</p> <p>“(…) decidi vir para o centro de dia quando me reformei, como tinha muito tempo livre decidi vir para aqui” (Aurora)</p>
	Razões familiares	<p>“Porque morreu o meu marido, a minha filha não podia estar comigo porque está a trabalhar (...)” (Maria)</p>
	Ocupação tempo livre	<p>“(…) para estar mais distraída” (Leonor)</p>

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

<p>Centro Dia como oportunidade de tornar a vida mais ativa</p>	<p>Oportunidades</p>	<p>“Em casa estava sozinha e não tinha vontade de fazer nada” (Rosa)</p> <p>“(…) aqui faço outras coisas que não fazia em casa” (Gabriela)</p> <p>“(…) aqui sinto-me mais útil, gosto de ajudar no que é preciso, as vezes ajudo na cozinha” (José)</p> <p>- (…) converso e fazemos coisas que</p>
		<p>não fazia em casa sozinha (Fátima)</p> <p>“Aprendi a fazer várias coisas de trabalhos manuais” (Carolina)</p> <p>“Ganhei mais ânimo e quando vou daqui ainda me sinto com vontade de fazer as coisas em casa” (Joana)</p> <p>“Estou melhor aqui sempre passo o tempo e faço coisas diferentes, que não fazia se tivesse em casa” (Aurora)</p>

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

	<p>Dificuldades</p>	<p>“(...) gosto muito, mas há um tempo para cá não posso porque estive doente.” (Rosa)</p> <p>“(...) Agora participo menos porque as pernas não me deixam” (Maria)</p> <p>“As vezes conforme gosto ou não” (Gabriela)</p> <p>“As vezes participo quando tenho coragem” (Natália)</p> <p>“Algumas sim” (Laura)</p> <p>“Só a ginástica é que não posso fazer” (Fátima)</p>
<p>Participação nas atividades</p>	<p>Motivos da participação dos idosos nas atividades</p>	<p>“É sempre bom estar ocupada.” (Rosa)</p> <p>“(...) vamos sempre melhorando aquilo que já sabemos fazer.” (Maria)</p> <p>“(...) Estou distraída e o tempo passa mais depressa”. (Gabriela)</p> <p>“(...) gosto muito de jogar e aqui jogamos dominó e cartas.” (António)</p> <p>“Estou mais distraída e ocupada”</p>

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

		<p>(Laura)</p> <p>“Sinto-me mais útil” (José)</p> <p>“Estou mais distraída” (Natália)</p> <p>“Estamos mais distraídas (...).” (Fátima)</p> <p>“Ajuda a passar o tempo” (Carolina)</p> <p>“Estou mais distraída” (Leonor)</p> <p>“Quando estou ocupada estou distraída e não penso nas coisas da vida” (Luísa)</p> <p>“(…) ganhamos animo para fazer outras coisas” (Joana)</p> <p>“É uma maneira de matar o tempo” (Margarida)</p> <p>“Ajuda a passar o tempo” (Manuela, Aurora)</p>
--	--	--

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

	Participação voluntaria	<p>(...) a menina Cláudia Vem sempre à sala perguntar quem quer participar na atividade.” (Maria)</p> <p>“Às vezes conforme gosto ou não (...) só participo quando me apetece.” (Gabriela)</p> <p>“(...) aqui fazemos o que nos apetece” (António)</p> <p>“Algumas vezes sim participo.” (Laura)</p> <p>“Gosto muito” (José)</p> <p>“Às vezes participo quando tenho</p>
--	-------------------------	--

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

		<p>coragem” (Natália)</p> <p>“Só a ginástica é que não posso fazer, mas costumo ajudar a menina Cláudia com os trabalhos de mãos” (Fátima)</p> <p>“Só se não poder.” (Carolina)</p> <p>“Ainda hoje fui à missa.” (Leonor)</p> <p>“Participo sempre que posso”. (Luísa)</p> <p>“Gosto de fazer tudo” (Joana)</p> <p>“Quase sempre (...) às vezes participo, outras não” (Margarida)</p> <p>“Sim, costumo participar, às vezes, depende do que é para fazer” (Manuela)</p> <p>“A menina Cláudia costuma sempre perguntar se quero participar (...) quase sempre participo” (Aurora)</p>
Atividades realizadas no Centro Dia	Passeios	<p>“Ir a passeios” (Rosa, Luísa, Joana, Margarida)</p> <p>“Tem havido muitas saídas para fora” (António)</p> <p>“Tenho ido a muitos passeios” (Manuela, Aurora)</p>
	Pintura	<p>“Pintura” (Rosa, José e Luísa)</p>

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

	Musica	<p>“(...) musica” (Natália)</p> <p>“(...) aulas de música” (Leonor)</p>
--	--------	---

	Ginástica	<p>“Nunca fiz ginástica porque nunca fui habituada a isso” (Maria)</p> <p>“Ginástica” (Natália e Carolina)</p> <p>“Só ginástica é que não posso fazer” (Fátima)</p> <p>“Também costumo fazer ginástica” (Joana)</p>
	Televisão	<p>“(...) ver a telenovela” (Gabriela e António)</p> <p>“(...) ver televisão” (Laura, Manuela e Aurora)</p>
	Missa	<p>“(...) as vezes vou a missa” (António)</p> <p>“Missa” (Carolina)</p> <p>“Gosto muito de ir à missa” (Leonor)</p>
	Jogos mesa	<p>“Fazer jogos dominó e cartas” (António)</p> <p>“Também gosto muito de jogar ao bingo e domino” (Leonor)</p> <p>“Costumo jogar dominó e bingo” (Luísa)</p>

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

	Ler	<p>“Gosto muito de ler” (Laura)</p> <p>“Biblioteca” (Leonor)</p>
	Recortes, trabalhos manuais	<p>“Recortar” (Rosa)</p> <p>“Recortes” (Natália)</p> <p>“Trabalhos manuais” (Laura, Carolina, Joana)</p>
	Costura, renda, bordados	<p>“Gosto muito de fazer bordados e trabalhos de costura” (Maria)</p> <p>“Fazer renda” (José)</p>

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

<p>Avaliação das atividades</p>	<p>Satisfação com as atividades</p>	<p>“Gosto muito de cantar nas aulas de música” (Rosa)</p> <p>“Gosto de participar em tudo o que posso” (Maria)</p> <p>“Sim, gosto de participar nas atividades, mas gosto muito de estar no meu canto a ver televisão” (Gabriela)</p> <p>“(…) às vezes há bailes este ano mascaramos e fizemos um baile de carnaval e há um ano fizemos um teatro que também gostei muito” (António)</p> <p>“Gosto de participar em tudo” (Laura)</p> <p>“Gosto de ajudar no que é preciso, às vezes ajudo na cozinha” (José)</p> <p>“Aqui gosto muito de ajudar a menina Cláudia no que ela precisa” (Natália)</p> <p>“Gosto muito de ajudar a menina Cláudia com os trabalhos de mãos” (Fátima)</p> <p>“Gosto muito participo quase sempre em tudo” (Carolina)</p> <p>“Gosto de participar em todas” (Leonor)</p> <p>“Gosto de jogar” (Luísa)</p> <p>“Gosto muito de fazer ginástica” (Joana)</p>
---------------------------------	-------------------------------------	---

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

		<p>“Gosto de ir a passeios” (Margarida)</p> <p>“Gosto muito de fazer tudo” (Manuela)</p> <p>“Sim, gosto de ir a passeios, há pouco tempo fomos a barragem de Alpiarça, foi um passeio muito bonito” (Aurora)</p>
--	--	--

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

	<p>Atividades que gostaria de realizar</p>	<p>“Gostava de cozinhar” (Rosa)</p> <p>“Gostava de fazer teatro” (António)</p> <p>“Gostava de fazer pintura” (Laura)</p> <p>“Não há assim nada que eu gostasse muito de fazer” (José)</p> <p>“Já fazemos tanta coisa!” (Natália)</p> <p>“Eu gostava de fazer tudo, mas não posso” (Fátima)</p> <p>“Gostava muito de fazer mais trabalhos manuais” (Luísa)</p> <p>“Gostava de ter um computador e aprender a trabalhar com ele” (Joana)</p> <p>“Gostava muito de pintar, às vezes pintamos aqui no centro de dia” (Margarida)</p> <p>“Gosto de fazer tudo o que há para fazer aqui” (Manuela)</p>
		<p>“Gosto de fazer tudo não me lembro de nada que gostasse muito de fazer” (Aurora)</p>

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

<p>Iniciativa de sugerir atividades</p>	<p>“Para mim esta tudo bem assim (...) aquilo que vou podendo, vou fazendo” (Maria)</p> <p>“Não costumo sugerir nenhuma atividade” (António)</p> <p>“Aqui já temos atividades para fazer (...) é o que houver para fazer eu faço” (Carolina)</p> <p>“Por vezes temos tarefas definidas” (Leonor)</p> <p>“Temos as atividades definidas” (Joana)</p> <p>“(...) faço aquilo que me dão” (Margarida)</p>
<p>Participação na avaliação de atividades</p>	<p>“Sim” (Rosa, Maria, Gabriela, António, Laura, José, Natália, Fátima, Carolina, Leonor, Luísa, Joana, Manuela)</p> <p>“A menina Cláudia costuma perguntar” (Margarida)</p> <p>“A menina Cláudia costuma perguntar, agora quando fomos ao passeio a Alpiarça ele perguntou se tínhamos gostado” (Aurora)</p>

Anexo V- Análise conteúdo da entrevista aplicada à animadora sociocultural

Dimensões	Sub- dimensões	Excertos
Planificação das atividades	Estratégias de planificação das atividades	<p>“Quando planifico as atividades de animação tenho em consideração os gostos dos idosos (resulta do conhecimento adquirido pelos anos de convivência e do diagnóstico que efetuo quando se juntam novos elementos ao grupo), a mobilidade de cada um, as suas necessidades cognitivas, o espaço físico, os recursos humanos, materiais e financeiros (que precisarei envolver), as condições atmosféricas, entre outros.”</p>
	Participação dos idosos na planificação das atividades e avaliação das mesmas	<p>“Muitas vezes participam. Os próprios sugerem locais que gostariam de visitar, por exemplo! Se estiverem reunidas condições, as atividades propostas são planificadas e executadas.</p> <p>Todas as atividades são avaliadas em documento próprio (...) As atividades internas são avaliadas por observação direta e “diebrinfing” com os utentes. As atividades interunidades são avaliadas com “smiles” ou avaliação semáforo (considerando que alguns utentes não</p>

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

		sabem ler ou manifestam dificuldades visuais).”
Atividades	Identificar atividades realizadas	“Existem inúmeras atividades: passeios; torneios; ateliers de trabalhos manuais (pintura e recorte); animação desportiva; celebrações eucarísticas; visualização de filmes; animação da leitura; comemoração de efemérides; dinâmicas de grupo; teatro; entre outros.”
	Estratégias para participação dos idosos nas atividades	“Todos os dias há uma atividade de animação no período da manhã e outra no período da tarde (diferentes).”
	Obstáculos à participação dos idosos nas atividades	“(…) depende de vários fatores internos e externos e até da estação do ano ou hora do dia em que nos encontramos. Dentro do grupo há heterogeneidade. Há utentes mais disponíveis e cuja a motivação é intrínseca e outros que precisam de ser “mimados”.”

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso

Participação dos idosos nas atividades	Adequação das atividades as necessidades dos idosos	“(…) disponibilizando-se livremente para participarem nas mesmas. Normalmente participam livremente, não há imposições, o que revela à
		partida algum entusiasmo em participar.”

Desafios de Intervenção quanto à Participação dos Idosos nas Atividades Desenvolvidas em Centro de Dia - Um Estudo de Caso