

Ficha Técnica

Título

A Animação Sociocultural e a Educação Intergeracional
no contexto do envelhecimento no meio rural e urbano:
atividades, técnicas, métodos e estratégias para uma vida ativa

Autores

Alexandra Mesquita Magalhães, José Dantas Lima Pereira, Marcelino de Sousa Lopes
(Coordenadores)

Capa

Ricardo Alves

Tradução de Textos

Rui Fonte

Revisão e Supervisão de Textos
Fernanda Maria Barros da Cunha

Apoio à Edição

Franclim Castro e Sousa

Apoio Gráfico e Composição

Fernando DC Ribeiro

Impressão

Gráfica Sinal - Chaves

Local e data de Edição

Chaves, outubro de 2018

Editor

INTERVENÇÃO - Associação para a Promoção e Divulgação Cultural / Chaves

ISBN

978-989-99835-2-6

Depósito Legal

446752/18

1ª Edição

Outubro, 2018

Esta publicação não pode ser reproduzida nem transmitida, no todo ou em parte,
por qualquer processo eletrónico, mecânico, fotocópia, gravação ou outras,
sem prévia autorização escrita do editor.

Juliana Pedreschi Rodrigues, Marcelo Vilela de Almeida <i>Animação sociocultural e atividades intergeracionais: o turismo social como um facilitador no acesso ao lazer e à cultura</i>	159
CAPÍTULO IV ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL E BEM-ESTAR NOS IDOSOS	
Carla Serrão <i>Mindfulness e autocompaixão na idade avançada</i>	171
Avelino Fernando Pinheiro Bento <i>Como brincam os velhos? E o que os motiva a brincar?</i>	179
Rosanna Barros <i>Estratégias intergeracionais de animação socioeducativa como contributo para um envelhecimento activo</i> ...	185
Lia Araújo, Óscar Ribeiro <i>Animação para o bem-estar aos 100 anos de vida</i>	195
Sónia Galinha, Paula Monteiro, Tânia Tavares, Ana Costa <i>Estratégia nacional para o envelhecimento ativo e Saudável 2017-25: intervenções para o bem-estar dos idosos</i>	205
Sandra Raquel Gonçalves Fernandes, Verónica Matias <i>A intervenção social e comunitária como estratégia para a melhoria da qualidade de vida da população do bairro de Santiago em Aveiro</i>	213
CAPÍTULO V A ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL, AS NOVAS TECNOLOGIAS E OS NOVOS DESAFIOS PARA A TERCEIRA IDADE	
António Guilherme Leal, Luís Miguel Pato <i>Animação socioeducativa na terceira idade: o canal tv ihsénior - um espaço web tv resultante da produção e realização televisiva na terceira idade</i>	225
Mário Viché González <i>Envelhecimento activo, identidade e empoderamento no ciberespaço</i>	235
Rui Fonte <i>O contributo do animador sociocultural para um envelhecimento com vida ativa no mundo rural</i>	243
Carlos Costa <i>Programa 'ultravioleta' – intervenções assistidas por animais em serviços de apoio a idosos</i>	251
Maria Engrácia Leando <i>No outono da vida: desafios, recursos e novas socializações intergeracionais</i>	259
CAPÍTULO VI A GESTÃO, A PROGRAMAÇÃO, A PLANIFICAÇÃO E A INTERVENÇÃO SOCIAL, CULTURAL E EDUCATIVA EM INSTITUIÇÕES PARA A TERCEIRA IDADE	
Luis Gómez Garcia <i>Hartford Espanha: experiências de animação sócio-cultural de seniores</i>	271
Marcelino de Sousa Lopes <i>Animação sociocultural, gerontodrama, educação intergeracional e práticas comunitárias</i>	279
Andréa Viude <i>A intervenção domiciliária e a valorização da participação comunitária</i>	287
Cátia Cebolo & Célia Cerqueira e Filipa Viana <i>A inteligência emocional e a arteterapia no trabalho com a população sénior</i>	295
Érica B. Teixeira, Araci Asinelli-Luz <i>A dança de salão na coreografia da qualidade de vida de idosos</i>	301
Curriculuns	309

ESTRATÉGIA NACIONAL PARA O ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL 2017-25: INTERVISÕES PARA O BEM-ESTAR DOS IDOSOS

Sónia Galinha, Paula Monteiro, Tânia Tavares, Ana Costa
Escola Superior de Educação de Santarém

Resumo

Tendo como ponto de partida dados recentes sobre o envelhecimento e o enquadramento da Estratégia Nacional Para o Envelhecimento Ativo e Saudável constitui-se como nosso objetivo central debater a importância da sua aplicação face à necessidade premente de respostas no sentido do bem-estar – medidas e práticas concretas.

Palavras-chave: Bem-estar; Envelhecimento; ENEAS; Saúde; Educação.

A expansão do envelhecer não é um problema. É sim uma das maiores conquistas da humanidade. O que é necessário é traçarem-se políticas ajustadas para envelhecer são, autónomo, ativo e plenamente integrado. A não se fazerem reformas radicais, teremos em mãos uma bomba relógio pronta a explodir em qualquer altura. Kofi Annan. Magalhães E. E. (2005) *Envelhecimento Demográfico Novos Desafios*, Workshop – UTAD, Instituto Politécnico de Bragança, Escola Superior de Saúde (p. 20).

Ao apresentarmos a temática a que nos propomos, inserida no debate sobre o bem-estar e o envelhecimento da população mundial (com o Japão, o país mais envelhecido do mundo) e, particularmente das sociedades europeias (do velho continente envelhecido) e do caso português (como país envelhecido), a literatura aponta para um conjunto de dados que, analisados interdisciplinarmente nos remetem para um quadro novo na história da humanidade ocidental, que podemos enunciar da seguinte forma:

Enquadramento e justificação

1 – Presentemente, segundo a Pordata (2018), portal da Fundação Francisco Manuel dos Santos, estima-se que o número de pessoas em Portugal com mais de 65 anos duplicou em relação aos anos 70 sendo hoje superior a dois milhões, tendo a população com mais de 80 anos aumentado cinco vezes. A própria população idosa está a envelhecer - O grupo etário dos idosos mais velhos, a partir dos 80 anos, é o que mais rapidamente se acentua e constitui 12% do número total de pessoas com 60 ou mais anos – de acordo com a Segunda Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento (2002). O ritmo do envelhecimento da população tem sido mais acelerado nos países desenvolvidos o que significa, que estes países terão menos tempo para se ajustar às consequências desse envelhecimento. Também Chan, referida pela Organização Mundial de Saúde (2015), afirmou assistir-se “a uma tendência que podemos dar/ter como certa, que é o rápido e significativo envelhecimento da população” (p. 3) e a este fator acresce a significativa e visível redução da natalidade, não só em Portugal;

2 – Estas mudanças demográficas terão impacto direto na equidade entre as gerações, nos estilos de vida e na solidariedade familiar (Galinha, 2013b). Trata-se, de acordo com Quaresma (2008), de “uma das mudanças sociais mais importantes do século XXI” (p. 22). Continua a ser necessário que as perspetivas se traduzam em abordagens sociais. Hoje, segundo a literatura revisitada, vivemos velhos jovens (65-75 anos), velhos velhos (acima dos 75 anos), velhos muito velhos (acima dos 85 anos) e ultra velhos ou centenários (Carvalho, 1989, p. 213-214);

3 – Face ao envelhecimento da população e da evidência que as pessoas vivem mais tempo e com mais doenças crónicas é particularmente pertinente a abordagem da qualidade de vida nas pessoas idosas (Fonseca & Paúl, 2008; Galinha, 2013a);

Galinha, S. A.; Jorge, V. & Nunes, I. (2011). Inclusão e animação socioeducativa - contributos para a saúde e o bem-estar percebido. In *Atas do 2º Colóquio Envelhecimento, Saúde e Cidadania*. Escola Superior de Enfermagem de Coimbra. 28 de Outubro de 2011. Coimbra - Portugal.

Galinha, S.A. & Loureiro, M.J. (2007). Da Dimensão Social à Qualidade em Saúde. In *Atas das IX Jornadas de Sociologia da Universidade de Évora e do Centro de Investigação em Sociologia e Antropologia – Transpondo Fronteiras*. 27 - 28 de Abril. Évora - Portugal.

Galinha, S. A. & Vau, R. (2014). Maus Tratos nos Idosos e Desenvolvimento Comunitário – estudo exploratório e análise sistémica. In *IX Congresso Iberoamericano de Psicologia e 2º Congresso da Ordem dos Psicólogos Portugueses*. CCB Centro Cultural de Belém, 9 – 13 de Setembro. Lisboa – Portugal.

Global AgeWatch (2015). *Global AgeWatch2015Index*. Disponível em <http://www.helpage.org/global-agewatch/>

Heenan, H. (2011). How Local Interventions Can Build Capacity to Address Social Isolation in Dispersed Rural Communities: A Case Study from Northern Ireland. *Ageing International*, December 2011, Volume 36, Issue 4, pp 475–491 Disponível em <https://link.springer.com/article/10.1007/s12126-010-9095-7>

Irigaray, T. & Schneider, R. (2008). O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. *Estudos de Psicologia*, 25, 585-593. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2008000400013

Magalhães, E. E. (2005) *Envelhecimento Demográfico Novos Desafios*, Workshop – UTAD, Instituto Politécnico de Bragança, Escola Superior de Saúde. Portugal.

Organização Mundial de Saúde (2001). *Relatório Mundial de Saúde. Saúde Mental, nova conceção, nova esperança*. Disponível em http://www.who.int/whr/2001/en/whr01_djmessage_po.pdf

Organização Mundial de Saúde (2002). *Active Ageing - A Policy Framework*. Disponível em http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67215/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf;jsessionid=438D2249BCE089E3796421A8F0B69B18?sequence=1

Organização Mundial de Saúde (2015). *Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde*. Disponível em http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186468/WHO_FWC_ALC_15.01_por.pdf;jsessionid=03689779B1EEB2E09D11F3147E617EC7?sequence=6

Pordata (2018). *Base de Dados de Portugal Contemporâneo*. Disponível em <https://www.pordata.pt/Portugal>

Quaresma, M. D. L. (2008). Questões do envelhecimento nas sociedades contemporâneas. *Kairós Gerontologia*, 11, 21-47. Disponível em <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairós/article/view/2391>

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

Segunda Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento (2002). *Relatório das Nações Unidas, World Population Ageing: 1950-2050*. ONU: Madrid.

Teixeira, P. (2006). *Envelhecendo passo a passo*. Disponível em <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0283.pdf>

União Europeia (2016). *Linhas de Ação Estratégica Para a Saúde Mental e Bem-estar da União Europeia*. Disponível em https://ec.europa.eu/health/mental-health/framework_for_action_pt