UNIVERSIDADE da MADEIRA

Centro de Competência de Ciências Sociais
Mestrado em Ciências da Educação – Educação Sénior

Envelhecimento activo: um desafio para os idosos não institucionalizados

Estudo de caso no concelho de São Vicente

Ana Paula de Freitas Teixeira Catanho

Orientadora: Prof. Doutora Alice Maria Justa Ferreira Mendonça

Funchal 2011

Pertinência do tema

Questões sociais

- Envelhecimento demográfico;
- Aumento da longevidade;
- Aumento do volume de cidadãos seniores;
- Promoção da qualidade de vida da população sénior.

Estudo Empírico

Objetivo Geral

- Averiguar os hábitos de vida dos seniores não institucionalizados no concelho de São Vicente.

Objetivos Específicos

- Reconhecer os factores que motivam os idosos a permanecer nas suas residências;
- Conhecer os seus hábitos e expetativas relativamente à ocupação de tempos livres;
- Identificar as vantagens e/ou desvantagens da permanência dos idosos nas suas habitações;
- Saber de que modo a permanência dos idosos nas suas residências pode ser considerada “envelhecimento ativo”.

Enquadramento Teórico: Envelhecimento e idoso

Idoso

Indivíduo com idade igual ou superior a 65 anos.

(Plano Gerontológico da RAM, 2009-2013).

Senescência

"processo contínuo e irreversível [que] traz consigo a diminuição física, mental e social. Não podendo ser evitado pode ser minimizado e protelado".

(Ermida, 1999:50)

Senilidade

"degenerescência associada a doenças crónicas, a doenças e síndromes típicas da velhice e à desorganização biológica que pode acometer os idosos".

(Neri, 1993:34)

Envelhecimento ativo

O **envelhecimento ativo**

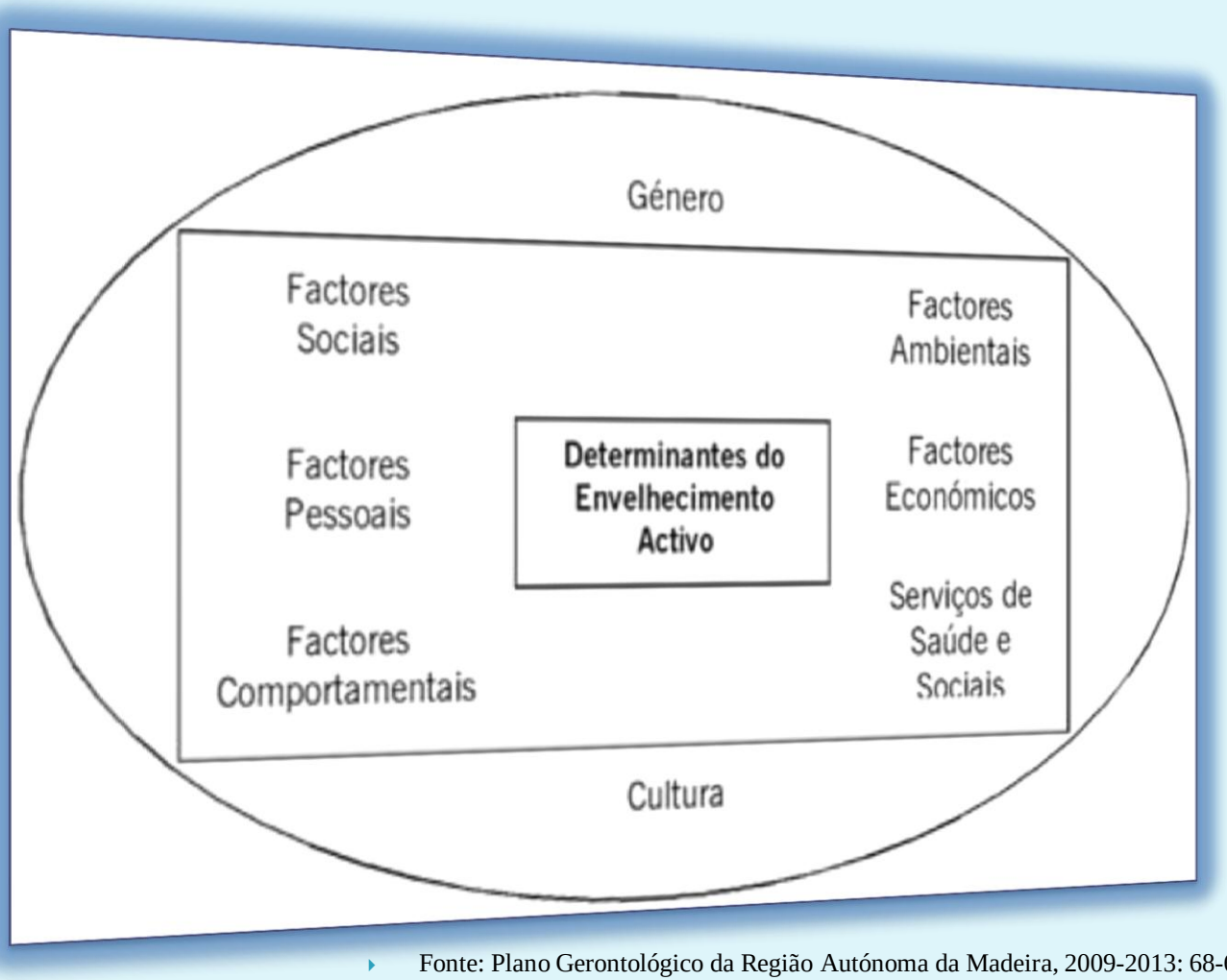
promove "o bem-estar físico, social e mental (…) e inclui a **participação activa dos seniores nas questões económicas, culturais, espirituais, cívicas e na definição das políticas sociais.**" (Jacob, 2008:20)

OBJETIVO

Aumentar a expetativa de vida saudável e de qualidade de vida.

(Jacob, 2008).

Determinantes do envelhecimento ativo



- Fonte: Plano Gerontológico da Região Autónoma da Madeira, 2009-2013: 68-69

Estudo Empírico – Metodologia

Estudo de caso

- 12 idosos, de ambos os sexos (6 masculinos e 6 femininos). ⟹ um conjunto de indivíduos que contemplam as características intrínsecas ao tema de investigação.

Qualitativa

- as **entrevistas** e a **pesquisa documental** centram-se principalmente na compreensão e na relação de dados teóricos (Bell, 2010);
- a **entrevista** possibilita a obtenção de dados de forma descritiva;
- o **inquérito por questionário,** através das questões abertas, possui características qualitativas.

Quantitativa

- análise estatística;
- conclusões quantificadas.

Resultados
Fatores que motivam os idosos a permanecerem na sua residência

67% vivem acompanhados:

- marido/ esposa;
- filhos, genro e netos.

33% vivem sós:

- o seu estado civil;
- os descendentes casaram e/ou adquiriram habitação própria;
- os filhos encontram-se ausentes.

Razões para permanecer na própria residência

- Querer paz
- Maior satisfação
- Querer ser livre e independente
- Querer manter as suas rotinas
- Gostar de viver na sua casa

Resultados:
Vantagens em viver na sua própria casa

Vantagens em residir na própria casa	Valor absoluto	Percentagem
Sentir-se mais à vontade	**2**	**13%**
Gostar de estar na própria casa	**2**	**13%**

Resultados
Ocupação de tempos livres: atividades de lazer

Masculino

- ver televisão (16%)
- conversar com os vizinhos (15%)
- cuidar de plantas e dos animais (12%)
- ler, passear, fazer a lida doméstica e gostar de ouvir a rádio com 9% cada.
- a agricultura e o cuidar dos netos (6%)
- actividades manuais (3%).

Feminino

- ver televisão (21%)
- conversar com os vizinhos (21%)
- fazer a lida da casa (16%)
- cuidar de plantas (11%)
- cuidar de animais e ouvir a rádio obtiveram (5%)
- 5% declara que não pratica nenhuma actividade de lazer. No entanto, é de salientar que o indivíduo em questão encontra-se com 90 anos de idade.

Resultados
Ocupação de tempos livres: atividades sociais

Masculino

- conversar com amigos e vizinhos (30%)
- cuidar dos netos e ir à missa com 21% cada.
- participar em arraiais e festas da freguesia e do concelho (14%)
- participar em sessões culturais e no convívio realizado no Centro Cívico (7%)

Feminino

- cuidar dos netos (26%)
- conversar com amigos e vizinhos (26%)
- ir à missa (20%)
- participar em arraiais e festas da freguesia e do concelho. (11%)
- cuidar de um familiar doente e participar em festas familiares (7%).

Resultados
Ocupação de tempos livres: atividades culturais

83% dos idosos afirmaram que **não participam** em actividades culturais

40% não indicaram o porquê da não participação em actividades culturais

20% justificou a sua não participação:

-falta de paciência e de vontade;

- a doença;

- a falta de interesse e de hábito;

- a falta de actividades culturais.

17% dos inquiridos **não responderam** à questão

Resultados
Expetativas de ocupação de tempos livres

Masculino/Feminino	Homens	Mulheres
• 42% mencionou que existem que gostariam de realizar actividades; • 33% afirmou não existirem actividades que gostassem de praticar; • 25% dos inquiridos não respondeu a esta questão.	• Viajar • Trabalhar mais na horta • Ir à serra	• Trabalhar mais na horta • Bordar • Aprender inglês

Resultados
Atividades básicas e instrumentais da vida diária

Masculino

- **Atividades básicas da vida diária**
- 61% dos idosos encontram dificuldade em cortar as unhas
- 5% em escovar os dentes.
- ***mas***
- conseguem fazer a barba sem ajuda , por isso escovar os dentes não é uma dificuldade mas uma falta de hábito. Além disso, quando questionados sobre as actividades básicas da vida diária para as quais precisam de ajuda apenas foi assinalada a resposta cortar as unhas.

Masculino

- **Atividades instrumentais da vida diária**
- gerir o seu dinheiro e usar os meios de transporte são as únicas actividades que 17% dos inquiridos afirmam conseguir realizar sem ajuda.
- preparar as refeições e fazer a lida da casa são actividades praticadas apenas por 12% dos homens.

Feminino

- **Atividades básicas da vida diária**

Existe autonomia em todas as tarefas à excepção de 10% que afirma encontrar dificuldade em cortar as unhas.

Atividades instrumentais da vida diária

21% declara que consegue subir escadas sem ajuda

17% é capaz de confeccionar as suas refeições bem como tomar os medicamentos

Apenas 8% das idosas afirmam que conseguem fazer compras sem necessitar de ajuda.

Resultados
Para os idosos, envelhecimento ativo pressupõe:

Masculino	Feminino
• gozar de saúde; • poder passear/ ir à rua; • viver perto da família.	•gozar de saúde; •ter autonomia física; •ter autonomia financeira .

Conclusões

Os seniores são **autónomos** e **conseguem realizar as actividades básicas e instrumentais da vida diária**.

Mas...

"activo refere-se à participação contínua, nas questões sociais, económicas, culturais e cívicas, e não somente à capacidade de estar fisicamente activo ou de fazer parte da força de trabalho" (Plano Gerontológico da RAM, 2009-2013: 66-67).

UNIVERSIDADE da MADEIRA

Centro de Competência de Ciências Sociais
Mestrado em Ciências da Educação – Educação Sénior

Envelhecimento activo: um desafio para os idosos não institucionalizados

Estudo de caso no concelho de São Vicente

Ana Paula de Freitas Teixeira Catanho

Orientadora: Prof. Doutora Alice Maria Justa Ferreira Mendonça

Funchal 2011