

# ENVELHECER COM ARTE E A ARTE DE ENVELHECER

## LIVRO DO AGEINCONGRESS2024



### COORDENAÇÃO

SARA GORDO, SÍLVIA CLARA SILVA, RICARDO POCINHO, CRISTÓVÃO MARGARIDO, RUI SANTOS, BRUNO TRINDADE

Título - ENVELHECER COM ARTE E A ARTE DE ENVELHECER

Editor: ANGES - Associação Nacional de Gerontologia Social

ISBN: 978-989-54452-7-1

Autor: Vários

Coordenadores: Sara Gordo, Sílvia Clara Silva, Ricardo Pocinho, Cristóvão Margarido,  
Rui Santos, Bruno trindade

Suporte: Eletrónico

Lisboa - maio de 2024

# **ENVELHECER COM ARTE E A ARTE DE ENVELHECER**

LIVRO DE RESUMOS

AGEINGCONGRESS2024

---

## ÍNDICE

|  |    |
|--|----|
| A COCRIAÇÃO DA ESTRATÉGIA EUROPEIA PARA LITERACIA DIGITAL EM SAÚDE NO ÂMBITO DO PROJETO IDEAHL (MELHORAR A CAPACITAÇÃO DIGITAL PARA UMA VIDA SAUDÁVEL E ATIVA) ..... | 8  |
| A HABILIDADE EMPÁTICA DO CUIDADOR FORMAL DE UMA PESSOA IDOSA: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO .....   | 10 |
| A IMPORTÂNCIA DA LITERACIA EM SAÚDE NA POPULAÇÃO IDOSA PORTUGUESA .....  | 12 |
| A PARTICIPAÇÃO CÍVICA E SOCIAL NAS UNIVERSIDADES SENIORES: A PERCEÇÃO DOS LÍDERES E PROFESSORES .....  | 14 |
| A PRÁTICA DE PILATES NA PREVENÇÃO DE QUEDAS NO IDOSO: UMA REVISÃO BASEADA NA EVIDÊNCIA.....  | 16 |
| A QUALIDADE DE VIDA DA PESSOA DOENTE COM DEMÊNCIA: AVALIAÇÃO DO IMPACTO DO PROJETO VAMOS "SENTIR, ESTIMULAR E AUTONOMIZAR A VIDA" .....                              | 18 |
| A RELAÇÃO ENTRE SÍNDROME DE FRAGILIDADE E DEPRESSÃO: UMA REVISÃO DE REVISÕES .....   | 22 |
| A VELHICE NA PERSPETIVA DO GÉNERO: DIFERENTES OLHARES.....   | 24 |
| ACTIVABILITY: A PROMOÇÃO DE ATIVIDADES FÍSICAS NAS PESSOAS MAIS VELHAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL E DESENVOLVIMENTAL.....   | 26 |
| AGEING AND BASIC PRECAUTIONS IN THE PREVENTION AND CONTROL OF HEALTHCARE-ASSOCIATED INFECTIONS .....   | 28 |
| AGEING IN PLACE: ESTUDO EXPLORATÓRIO SOBRE A FELICIDADE E A DESESPERANÇA EM CONTEXTO COMUNITÁRIO .....   | 30 |
| AGEING IN PLACE –FATORES PREDITORES DO ENVELHECIMENTO NO DOMICÍLIO .....   | 32 |
| AGEISM AT WORK: IMPACT AND CONSEQUENCES – A REVIEW LITERATURE .....  | 34 |
| ALDEIAS SOCIAIS – UMA NOVA FORMA DE ENVELHECER EM PORTUGAL? .....  | 37 |
| ANALISAR O EFEITO DA HIDROTERAPIA NA FORÇA, EQUILÍBRIO E MEDO DE QUEDAS EM IDOSOS DE UMA INSTITUIÇÃO BRASILEIRA.....   | 39 |
| ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO E QUALIDADE DE VIDA: CONEXÃO OU ILUSÃO? .....   | 41 |
| ASSOCIAÇÃO ENTRE FAIXA ETÁRIA E AVALIAÇÃO MULTIDIMENSIONAL DO IDOSO RESIDENTE DO MUNICÍPIO DE ARARAS/SÃO PAULO/BRASIL.....   | 42 |

|   |    |
|---|----|
| ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER E PRESSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM IDOSOS .....  | 44 |
| ATRATIVIDADE NO TRABALHO DO CUIDADOR INFORMAL DE PESSOAS IDOSAS INSTITUCIONALIZADAS .....   | 46 |
| CAPACITAR E MOBILIZAR A COMUNIDADE PARA APOIAR OS CIDADÃOS MAIS VELHOS: UM PROGRAMA LOCAL PROMOTOR DO AGEING IN PLACE .....                   | 48 |
| CARACTERIZAÇÃO DAS NOTIFICAÇÕES DE VIOLÊNCIA NA POPULAÇÃO IDOSA E SEUS DIFERENCIAIS SEGUNDO SEXO. BRASIL, 2012 E 2019. ....                   | 50 |
| CARATERIZAÇÃO DAS ROTINAS DE VIDA DIÁRIA DE UM IDOSO .....  | 52 |
| COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO COMO DISCRIMINADOR PARA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM IDOSOS RESIDENTES NO INTERIOR DA BAHIA.....                | 54 |
| COMPORTAMENTOS SUICIDÁRIOS NOS IDOSOS: UM ESTUDO NO DEPARTAMENTO DE PSIQUIATRIA E SAÚDE MENTAL DA UNIDADE LOCAL DE SAÚDE DA GUARDA .....      | 56 |
| COMUNICAÇÃO EM SAÚDE DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: O CASO DO BRASIL E PORTUGAL .....   | 58 |
| COMUNIDADES URBANAS ECO SOCIAIS APOIADAS PELA TECNOLOGIA: OPORTUNIDADES PARA O ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL .....                          | 60 |
| CONCEÇÃO DO POSTO DE TRABALHO, ROTATIVIDADE E SATISFAÇÃO PROFISSIONAL NO SECTOR SOCIAL .....  | 62 |
| CUIDADO E RESPONSABILIDADE COMO FUNDAMENTOS DO AGIR ÉTICO-POLÍTICO NAS POLÍTICAS PÚBLICAS DE ACOLHIMENTO RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS..... | 64 |
| CUIDAR DA ESPIRITUALIDADE DA PESSOA IDOSA: UMA REVISÃO NARRATIVA .....  | 65 |
| CUIDADOR (IN)FORMAL NO ENVELHECIMENTO EM PORTUGAL.....  | 67 |
| CUIDADOS AO DOENTE IDOSO COM CANCRO: DESAFIOS NUMA ERA DIGITAL .....  | 69 |
| CUIDADOS DE SAÚDE ORAL EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS DEPENDENTES .....  | 72 |
| DESAFIOS DA MANIA NO IDOSO: A PROPÓSITO DE UM CASO CLÍNICO .....  | 74 |
| DESAFIOS DO TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA NA POPULAÇÃO IDOSA.....  | 76 |
| DESENVOLVIMENTO DE UM PROGRAMA EDUCATIVO NO COMBATE À FRAGILIDADE SÊNIOR .....  | 78 |
| DIREITOS DA PESSOA IDOSA: ESTUDO DE CASO EM FORTALEZA, CEARÁ. ....  | 80 |
| EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE NA ABORDAGEM DOS CUIDADOS EM FIM DE VIDA E PROCESSO DE LUTO EM ESTRUTURAS RESIDENCIAIS PARA IDOSOS .....                | 82 |

|   |     |
|---|-----|
| EFFECT OF A DUAL-TASK TRAINING PROTOCOL ON PHYSICAL AND COGNITIVE PERFORMANCE IN OLDER ADULTS IN HOMES FOR THE AGED: A RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL .....                      | 84  |
| EFFECTS OF A 20-WEEK PILATES METHOD EXERCISE PROGRAM FOR IMPROVING TRUNK STABILITY, AND BALANCE IN OLDER ADULTS.....  | 86  |
| EFFECTS OF A SIXTEEN-WEEKS HIGH-SPEED RESISTANCE TRAINING PROGRAM ON PHYSICAL FUNCTION IN COMMUNITY-DWELLING INDEPENDENT OLDER ADULTS.....                                    | 88  |
| ENDIVIDAMENTO FINANCEIRO: UM OLHAR SOBRE O LAZER DE PESSOAS IDOSAS .....  | 90  |
| ENQUÊTER AU DOMICILE D'UNE PERSONNE ÂGÉE SOUFFRANT DE DÉMENCE : ANALYSE CONVERSATIONNELLE ET MICROÉTHIQUE DES COMPÉTENCES INTERACTIONNELLES D'UNE ENQUÊTRICE DE TERRAIN ..... | 92  |
| ENVELHECIMENTO ATIVO: O PAPEL DA POLÍTICAS PÚBLICAS.....  | 94  |
| ENVELHECIMENTO, BEM-ESTAR E RELIGIOSIDADE EM PORTUGAL: UMA REVISÃO DE LITERATURA .....  | 97  |
| ENVELHECIMENTO NO BRASIL: TENDÊNCIAS E DESAFIOS A PARTIR DOS DADOS DO IBGE DE 2022.....   | 99  |
| ESTRATÉGIAS PREVENTIVAS PARA O DECLÍNIO COGNITIVO EM IDOSOS RESIDENTES EM ERPI .....  | 100 |
| ESTUDO DE CASO UM PROGRAMA INTEGRADO DE INTERVENÇÃO COGNITIVA COM RECURSO ÀS NOVAS TECNOLOGIAS NA DOENÇA DE ALZHEIMER .....   | 102 |
| + EQUILÍBRIO 65 - RISCO DE QUEDA EM IDOSOS NA COMUNIDADE DA REGIÃO DO ALGARVE .....   | 104 |
| EXPLORANDO A DIVERSIDADE DA SEXUALIDADE NA MATURIDADE: UM OLHAR MULTIFACETADO.....  | 106 |
| EXPLORING SLEEP QUALITY AND ATTITUDES IN AGEING PORTUGUESE POPULATION   | 108 |
| EXPLORING THE IMPACT OF ONLINE SOCIAL NETWORKS ON SOCIAL INCLUSION AND WELL-BEING AMONG THE ELDERLY .....   | 110 |
| GRUPO DE SAPATEADO SAPATOS AGELESS – UM JEITO GINGER ROGERS DE ENVELHECER .....   | 111 |
| ENVELHECIMENTO, PRISÃO E REINserÇÃO SOCIAL: UMA REVISÃO DA LITERATURA.  | 112 |
| HACIA UN MODELO PEDAGÓGICO DE LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES EN ESPAÑA .....   | 114 |

|   |     |
|---|-----|
| INFLUÊNCIA DAS RELAÇÕES FAMILIARES NA ESCOLHA DO CUIDADOR INFORMAL DE PESSOAS IDOSAS EM CONTEXTO RURAL E URBANO .....                           | 115 |
| IOGA E A QUALIDADE DE VIDA DAS PESSOAS IDOSAS .....   | 116 |
| MAIS VIDA – PROGRAMA DE PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NUMA COMUNIDADE RURAL: RESULTADOS PRELIMINARES .....                                   | 118 |
| NORMALIZAÇÃO DO TESTE DE MEMÓRIA DE LIGAÇÃO PARA A POPULAÇÃO IDOSA PORTUGUESA.....  | 119 |
| NOVAS E MAIS ATIVIDADES CHEGAM À ERPI ASAS TAP ATRAVÉS DA PLATAFORMA ACTIF .....  | 121 |
| O ANIMAL DOMÉSTICO E AS QUEDAS NOS IDOSOS: <i>REVISÃO DE SCOPING</i> .....  | 123 |
| O DESPORTO E A ATIVIDADE FÍSICA NA PREVENÇÃO DO ENVELHECIMENTO .....  | 124 |
| O EFEITO DE DOIS PROGRAMAS DE EXERCÍCIO FÍSICO NA FORÇA E RESISTÊNCIA MUSCULAR: UMA ANÁLISE COMPARATIVA .....                                   | 126 |
| O ENFERMEIRO DO SERVIÇO DE URGÊNCIA E OS CUIDADOS PRÉ-OPERATÓRIOS: PROPOSTA DE MELHORIA.....  | 128 |
| O IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA DOS CUIDADORES INFORMAIS DE PESSOAS COM DEMÊNCIA: O PROJETO VAMOS "SENTIR, ESTIMULAR E AUTONOMIZAR A VIDA" ..... | 130 |
| O PAPEL DO ASSISTENTE SOCIAL NAS RESPOSTAS DE SUPORTE FAMILIAR.....   | 133 |
| O POTENCIAL E OS DESAFIOS DA IMUNOTERAPIA NO TRATAMENTO DA DOENÇA DE ALZHEIMER: REVISÃO DA LITERATURA ATUAL.....                                | 135 |
| O SERVIÇO SOCIAL E O USO DE NOVAS TECNOLOGIAS DE COMUNICAÇÃO NO TRABALHO COM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS E SEUS FAMILIARES .....                 | 137 |
| O USO DA ARTE NA RUPTURA DAS BARREIRAS INTERGERACIONAIS .....   | 139 |
| PARA ALÉM DE UMAS GRADES.....   | 141 |
| PARTICIPAÇÃO E EMPODERAMENTO DAS PESSOAS MAIS VELHAS: MEMÓRIAS DO BAIRRO II – PROJETO PILOTO NAS IPSS DE ESPOSENDE .....                        | 143 |
| PERCEPÇÃO DE RISCO DE QUEDA EM AMBIENTE DOMICILIÁRIO: IMPLICAÇÕES PARA A PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO EM SAÚDE DA PESSOA IDOSA .....                     | 145 |
| PERCEPÇÃO SOBRE ETARISMO POR MULHERES IDOSAS MUSICISTAS DA CAPITAL DO BRASIL .....  | 147 |
| PERÍMETRO DE PANTURRILHA E VELOCIDADE DA CAMINHADA ENTRE IDOSOS DO NORDESTE DO BRASIL .....   | 149 |

|  |     |
|--|-----|
| PLANEAMENTO EM SAÚDE NA CAPACITAÇÃO DOS CUIDADORES FORMAIS EM ESTRUTURAS RESIDENCIAIS PARA PESSOAS IDOSAS, PARA ADEÇÃO À VACINA DA GRIPE .....         | 150 |
| POLIMEDICAÇÃO NO IDOSO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA .....  | 152 |
| POLIMEDICAÇÃO NOS IDOSOS ADMITIDOS NO SERVIÇO DE URGÊNCIA.....   | 154 |
| POTENCIALIDADES DOS MEIOS COMPLEMENTARES DE DIAGNÓSTICO NA PROMOÇÃO DA SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS.....                                       | 156 |
| PREDITORES ORGANIZACIONAIS DA TOMADA DE DECISÃO DA REFORMA EM PORTUGAL .....   | 159 |
| PREVALÊNCIA DE DESNUTRIÇÃO, FRAGILIDADE E SARCOPENIA: EXISTEM DIFERENÇAS ENTRE AS PESSOAS IDOSAS INSTITUCIONALIZADAS E NO DOMICÍLIO? .....             | 161 |
| PROFESSOR, EU VIM AVISAR QUE HOJE EU NÃO VENHO: COMPROMISSO, VÍNCULOS E RELAÇÕES DE CUIDADO ENTRE PESSOAS IDOSAS EM GRUPOS DE PRÁTICAS CORPORAIS ..... | 163 |
| PROGRAMAS DE CAPACITAÇÃO DE CUIDADORES INFORMAIS DE IDOSOS DEPENDENTES, QUE RESULTADOS? .....  | 165 |
| PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM IDOSOS: PROTOCOLO DE REVISÃO SCOPING ...   | 167 |
| PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL POSITIVA DOS FAMILIARES CUIDADORES: ADAPTAÇÃO CULTURAL DE UM PROGRAMA DE E-HEALTH .....                                       | 169 |
| PROMOÇÃO DO BEM ESTAR DA FAMÍLIA NO CUIDADO AO IDOSO DEPENDENTE.....   | 172 |
| PROMOTING TRANSVERSAL SKILLS FOR ENHANCED QUALITY OF LIFE AND INCLUSION IN INDIVIDUALS WITH COGNITIVE DEFICITS: A BIBLIOMETRIC ANALYSIS .....          | 174 |
| PROPÓSITO DE VIDA NA LONGEVIDADE .....   | 176 |
| PSYCHOMOTOR INTERVENTION IN OLDER ADULTS OF ADVANCED AGE: TWO CASE REPORTS .....   | 178 |
| RELAÇÕES SOCIODEMOGRÁFICAS E A PERCEÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA: UM ESTUDO COMPARATIVO EM ERPI'S E CENTROS DE DIA .....                                   | 180 |
| RELATIONSHIP-CENTERED NURSING CARE: CONTRIBUTIONS OF HUMANITUDE TO REDUCE CARE REFUSAL BY PEOPLE WITH DEMENTIA .....                                   | 182 |
| SEXUALIDADE, ALZHEIMER E TERCEIRA IDADE - PERSPETIVAS DOS CUIDADORES .....   | 184 |
| SILVER: PROMOÇÃO DE UMA CARREIRA NA TERCEIRA IDADE .....   | 186 |



|   |     |
|---|-----|
| SOCIAL INTERACTION AND EMPOWERMENT FOR THE ELDERLY: BETWEEN “NO NEED” AND “NO TIME” .....   | 188 |
| SOLEDADE NO DESEADA EN PERSONAS MAYORES: UNA APROXIMACIÓN DEL ALUMNADO EN TRABAJO SOCIAL A TRAVÉS DE LA METODOLOGÍA DE APRENDIZAJE SERVICIO ....  | 190 |
| SOLIDÃO E BEM-ESTAR EM ADULTOS PORTUGUESES: UMA REVISÃO DE LITERATURA .....   | 192 |
| TEMPO EM COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E PRESENÇA DE PRÉ-FRAGILIDADE FÍSICA ENTRE IDOSOS BRASILEIROS.....  | 194 |
| THE ASSOCIATION BETWEEN MODERATE TO VIGOROUS PHYSICAL ACTIVITY AND MULTIMORBIDITY: INSIGHTS FROM ELSI-BRAZIL.....   | 196 |
| THE EFFECT OF AGE ON MUSCLE FUNCTION IN THE CONTEXT OF OBESITY. ....  | 198 |
| TOMADA DE DECISÃO DA REFORMA EM PORTUGAL: A IMPORTÂNCIA DOS PREDITORES MICRO .....  | 200 |
| UMA HISTÓRIA PARA CONTAR: OS VELHOS DA UNIVERSIDADE DA MATURIDADE DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS E SEUS SUPER-HERÓIS.....   | 202 |
| UNDERSTANDING THE IMPACT OF COVID-19 ON THE RELATIONSHIPS AND FEELINGS OF LONELINESS IN PORTUGUESE OLDER ADULTS .....   | 204 |
| VIOLÊNCIA SOBRE OS IDOSOS: MAUS-TRATOS AOS IDOSOS NA ILHA DE SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE .....  | 206 |
| VARIATION IN LOWER LIMB MUSCLE POWER, BODY COMPOSITION AND PHYSICAL ACTIVITY LEVEL AMONGST OLDER ADULTS WITH DIFFERENT LEVELS OF FRAILTY FROM PRIMARY HEALTH CARE SERVICES IN SOUTH SPAIN ..... | 208 |

# **A COCRIAÇÃO DA ESTRATÉGIA EUROPEIA PARA LITERACIA DIGITAL EM SAÚDE NO ÂMBITO DO PROJETO IDEAHL (MELHORAR A CAPACITAÇÃO DIGITAL PARA UMA VIDA SAUDÁVEL E ATIVA)**

**Bruna Franceschini**

Cáritas Diocesana de Coimbra | Consórcio do Projeto IDEAHL | <https://orcid.org/0000-0002-4685-7670>

**Ângela Pinto**

Cáritas Diocesana de Coimbra | Consórcio do Projeto IDEAHL | <https://orcid.org/0009-0001-5169-5477>

**Maria Inês Lucas Santos**

Cáritas Diocesana de Coimbra | Consórcio do Projeto IDEAHL | <https://orcid.org/0009-0006-2640-7345>

**Vera Pinto**

Cáritas Diocesana de Coimbra | Consórcio do Projeto IDEAHL | <https://orcid.org/0009-0006-3168-9797>

## **Resumo**

O projeto IDEAHL (Improving Digital Empowerment for Active Healthy Living) envolveu 14 parceiros multidisciplinares (10 Estados-Membros da EU), teve como objetivo capacitar a população europeia no desenvolvimento de suas capacidades em literacia digital voltadas à saúde. Ao integrar utentes, cidadãos/ãs e o setor socioeconómico local, uma estratégia para literacia digital em saúde foi delineada a fim de promover a saúde e o bem-estar, prevenir doenças, fomentar a inovação social, sempre considerando as dimensões de género, inclusão, ética e privacidade. Na fase de cocriação foram realizadas 140 sessões e foram incluídos 1.434 participantes. Neste paper, o objetivo será demonstrar os contributos derivados destas atividades desenvolvidas na Cáritas Coimbra, parceiro português no projeto. Foram realizadas 6 sessões com pessoas mais velhas e pessoas em contextos vulneráveis. Foram, também, realizadas 22 entrevistas a cuidadores formais e informais, prestadores de serviços sociais e de saúde. No total, 73 pessoas contribuíram para esta fase do projeto. Dentre os resultados principais todos os grupos destacaram a importância dos treinamentos e formações para a preparação para a digitalização, as iniciativas para combater os

problemas de acesso e vulnerabilidades e a importância para busca de informações. Em caráter menos entusiasmante, muitos também referiram a literacia digital em saúde não ser uma necessidade iminente e os receios do uso e avanços da tecnologia tanto no âmbito pessoal, como no profissional. O projeto recebeu financiamento do programa Horizon Europe sob o contrato de subvenção nº 101057477.

*Palavras-chave:* literacia digital em saúde; literacia digital; envelhecimento; inclusão digital.

# **A HABILIDADE EMPÁTICA DO CUIDADOR FORMAL DE UMA PESSOA IDOSA: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO**

**Ana Raquel Russo Prada**

Centro de Investigação em Educação Básica I Instituto Politécnico de Bragança I raquelprada@ipb.pt I

ORCID ID: 0000-0003-2290-3692

**Rosa Maria Ramos Novo**

Instituto Politécnico de Bragança I rnov@ipb.pt I ORCID ID: 0000-0001-8388-7740

**Maria do Céu Ribeiro**

Centro de Investigação em Educação Básica I Instituto Politécnico de Bragança I ceu@ipb.pt I ORCID ID:

0000-0002-2616-2716

**Joana Eduarda Fernandes Oliveira**

Gerontóloga I joana.eduarda2@gmail.com I ORCID ID: 0009-0009-2546-6062

## **Resumo**

Adotando a perspetiva multidimensional de Davis (1996), nesta investigação a empatia é entendida como a capacidade de compreender e perceber os estados emocionais do outro e, deste modo, de responder de forma afetiva e apropriada. Neste contexto, este estudo de natureza quantitativa, descritiva e exploratória, tem como objetivo analisar a habilidade empática de cuidadores formais de pessoas idosas em função das suas características sociodemográficas e profissionais. Para a recolha de dados foi utilizado um questionário composto por itens sociodemográficos e profissionais, além da versão validada para a população portuguesa do Índice de Reatividade Interpessoal (Limpó et al., 2010). Colaboraram neste estudo 177 auxiliares de ação direta responsáveis pelo cuidado de pessoas idosas, na sua maioria mulheres (96,61%), casadas ou em união de facto (60,45%), com educação secundária completa (56,60%) e uma média etária de 46,54 anos. O tempo médio de experiência profissional foi de 10,15 anos. Os resultados indicaram que os níveis médios de empatia foram superiores à média teórica da escala, com os seguintes fatores em ordem decrescente: Preocupação Empática, Tomada de

Perspetiva, Fantasia e Desconforto Pessoal. Importa salientar que estes valores não se diferenciaram em função da idade, do estado civil e do nível de escolaridade dos participantes. Constatou-se, porém, que os cuidadores com mais experiência e maior satisfação profissional apresentaram níveis mais elevados de empatia no fator Preocupação Empática, indicador de empatia afetiva. Além disso, aqueles que assinalaram maior satisfação profissional evidenciaram maiores níveis de empatia no fator Tomada de Perspetiva, indicador de empatia cognitiva. Infere-se dos dados obtidos a necessidade da continuidade relacional e institucional por parte dos cuidadores, e do investimento em programas que fortaleçam o desenvolvimento de habilidades empáticas nestes profissionais, o que poderá ter um impacto significativo na melhoria dos serviços prestados e na qualidade de vida das pessoas idosas.

*Palavras-chave:* empatia; cuidador formal; pessoa idosa

# **A IMPORTÂNCIA DA LITERACIA EM SAÚDE NA POPULAÇÃO IDOSA**

## **PORTUGUESA**

**Catarina Rocha Lages**

Mestranda em Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública na Escola Superior de Saúde Atlântica (ESSATLA), Portugal | <https://orcid.org/0009-0001-2009-4572>.

**Daniela Nunes Costa**

Mestranda em Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública na Escola Superior de Saúde Atlântica (ESSATLA), Portugal | <https://orcid.org/0009-0007-1561-3546>.

**Guida Maria Simões da Graça**

Mestranda em Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública na Escola Superior de Saúde Atlântica (ESSATLA), Portugal | <https://orcid.org/0009-0007-2220-2286>.

**Sandrine Mendes Matias**

Mestranda em Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública na Escola Superior de Saúde Atlântica | <https://orcid.org/0009-0001-9959-6646>.

**Maria do Céu Coelho Monteiro Pires**

Professora Adjunta na Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa – Lisboa (ESSCVP - Lisboa), Portugal | <https://orcid.org/0000-0003-2840-7331>.

**Susana Cristina Nunes Valido**

Professora Adjunta na Escola Superior de Saúde Atlântica (ESSATLA), Portugal | Centro de Investigação, Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem de Lisboa (CIDNUR) | Escola Superior de Enfermagem de Lisboa. Lisboa. Portugal | <https://orcid.org/0000-0002-0637-5108>.

### **Resumo**

A literacia em saúde está intimamente ligada à capacitação e à promoção da saúde, por forma a promover uma boa saúde. Níveis inadequados de literacia em saúde podem ter consequências significativas tanto a nível individual como coletivo, contribuindo para disparidades na saúde e influenciando a gestão de recursos e ganhos em saúde (DGS, 2023; Pedro et al., 2016). No panorama português, verifica-se uma maior proporção de

inadequação de literacia em saúde entre os idosos (65 ou mais anos) dificultando o acesso, compreensão, avaliação e aplicação da informação relacionada com a saúde, o que os coloca numa posição particularmente vulneráveis, comprometendo o envelhecimento saudável. Este estudo deteve como objetivos conhecer e analisar o estado da arte, do ponto de vista teórico, dos processos de literacia entre os idosos e no impacto sobre a sua saúde, bem como refletir sobre as estratégias para aumentar a literacia em saúde neste subgrupo da população. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, de forma a realizar-se uma análise crítico-reflexiva. Para a obtenção de literatura seguiu-se uma estratégia de pesquisa que incluiu o Google Académico, bem como o acesso a sites governamentais e de sociedades científicas nacionais pertinentes. Utilizamos os termos "health literacy", "elderly" e "empowerment" para direcionar a pesquisa. Além disso, foram consultados livros técnicos sobre o tema. Existe uma relação significativa entre o nível inadequado de literacia em saúde e a mortalidade mais elevada entre os idosos. A promoção da literacia em saúde nessa faixa etária não apenas capacita os indivíduos para o autocuidado, mas também contribui para sistemas mais eficazes e comunidades mais saudáveis. Os enfermeiros desempenham um papel importante como agentes na promoção da literacia em saúde, desenvolvendo iniciativas que capacitam os cidadãos e promovem a adoção de estratégias adequadas, incluindo melhorias na comunicação e na minimização de fatores preditivos de baixo nível de literacia.

*Palavras-Chave:* literacia em saúde; idoso; saúde; capacitação

#### **Referências bibliográficas**

- Pedro, A. R., Amaral, O., & Escoval, A. (2016). Literacia em saúde, dos dados à ação: tradução, validação e aplicação do European Health Literacy Survey em Portugal. *Revista portuguesa de saúde pública*, 34(3), 259-275.
- Direção-Geral da Saúde (2023). *Plano Nacional de Literacia em Saúde e Ciências do Comportamento 2023-2030*. Plano Estratégico. Lisboa  
[https://www.researchgate.net/publication/371901961\\_Plano\\_Nacional\\_de\\_Literacia\\_em\\_Saude\\_e\\_Ciencias\\_do\\_Comportamento\\_2023-2030\\_-\\_Plano\\_Estrategico](https://www.researchgate.net/publication/371901961_Plano_Nacional_de_Literacia_em_Saude_e_Ciencias_do_Comportamento_2023-2030_-_Plano_Estrategico)

# **A PARTICIPAÇÃO CÍVICA E SOCIAL NAS UNIVERSIDADES SENIORES: A PERCEÇÃO DOS LÍDERES E PROFESSORES**

**Maria Luísa Ribeiro Cramês**

Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal | ORCID: 0000-0002-1465-7615

**Graça Margarida Medeiros Teixeira e Santos**

Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal | ORCID: 0000-0002-9938-0431

**Armando de Paulo Ferreira Loureiro**

Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Portugal | ORCID: 0000-0003-3039-3872)

## **Resumo**

Esta comunicação insere-se numa investigação desenvolvida no âmbito do doutoramento em Ciências da Educação, que tem como objetivo principal analisar criticamente a forma como as Universidades Seniores (US) do Nordeste Transmontano promovem a participação cívica e social dos adultos mais velhos. A investigação inclui dois estudos, sendo que nesta comunicação pretendemos apresentar o segundo estudo, que visa dar a conhecer como as US, através da voz dos líderes e dos professores valorizam a participação cívica e social das pessoas mais velhas, pelo que se torna necessário clarificar estes conceitos. A metodologia adotada foi de natureza qualitativa, descritiva com análise de conteúdo das respostas dos participantes (Bardin, 2015). Como instrumento de recolha de dados utilizou-se a entrevista semiestruturada, realizada com base num guião elaborado para o efeito. Na análise de conteúdo foram consideradas duas categorias definidas *a priori*: i) oferta formativa, que inclui duas subcategorias - oferta formativa (2023/2024); participação na elaboração/organização do plano de atividades; ii) participação cívica e social, que engloba seis subcategorias - perceção sobre participação cívica e social; participação; comunidade; efeitos da participação; contributos; estratégias. Neste estudo participaram duas US, selecionadas com base na aplicação de critérios específicos. Como resultados, esperamos encontrar exemplos indicados pelos líderes e professores sobre a forma como se realiza a participação cívica e social sustentada em momentos de interação intergeracional e de



divulgação da US à comunidade. Outro resultado esperado incide sobre a referência a projetos e iniciativas dos alunos das US com impacto na comunidade.

*Palavras-chave:* participação cívica e social; universidades seniores; líderes; professores.

#### **Referências bibliográficas**

Bardin, L. (2015). *Análise de conteúdo* (4.<sup>a</sup> ed.). Edições 70.

# **A PRÁTICA DE PILATES NA PREVENÇÃO DE QUEDAS NO IDOSO: UMA REVISÃO BASEADA NA EVIDÊNCIA**

**Diana Patrícia Pinto Malhão**

USF Tua Saúde, ULS Nordeste | ORCID: 0009-0006-8133-5129

**Ana Rita Ribeiro Navega**

UCSP Torre de Moncorvo, ULS Nordeste | ORCID: 0009-00011-0667-1476

**Mariana Figueiredo Pereira**

USF Tua Saúde, ULS Nordeste | ORCID: 0009-0001-3890-2144

## **Resumo**

As quedas representam uma das principais causas de morbimortalidade nos idosos, tendo um impacto negativo na sua qualidade de vida e autonomia funcional. O exercício físico que visa a melhoria do equilíbrio tem sido considerado como uma componente essencial na prevenção das mesmas. Neste contexto, a prática de Pilates surge como um método bem tolerado por idosos, focando-se na melhoria da postura, equilíbrio e mobilidade. Esta revisão sistemática pretende avaliar o efeito da prática de Pilates na prevenção de quedas nos idosos. Trata-se de uma pesquisa de meta-análises (MA), revisões sistemáticas (RS), normas de orientação clínica (NOC) e ensaios clínicos randomizados (ECR) nas bases de dados MEDLINE, The Cochrane Library, Trip Medical Database e Scopus, publicados nos últimos dez anos, sem restrição de idioma. Foram obtidos 284 artigos na totalidade, dos quais foram selecionados 5 de acordo com os critérios de inclusão: uma revisão sistemática, três ensaios clínicos aleatorizados e uma *guideline*. Apesar da evidência disponível ser ainda limitada, os estudos abordados nesta revisão demonstram que a prática de Pilates parece ser eficaz na prevenção de quedas, melhorando o equilíbrio, a postura e a mobilidade funcional. Contudo, considera-se pertinente a realização de maior número de estudos e com período temporal mais alargado de forma a ser possível estabelecer com maior clareza os benefícios desta prática a longo prazo.

*Palavras-chave:* prevenção de quedas; pilates; idoso

# **A QUALIDADE DE VIDA DA PESSOA DOENTE COM DEMÊNCIA: AVALIAÇÃO DO IMPACTO DO PROJETO VAMOS "SENTIR, ESTIMULAR E AUTONOMIZAR A VIDA"**

**Ermelinda Maria Bernardo Gonçalves Marques**

Professora Adjunta; Instituto Politécnico da Guarda-IPG, CINTESIS@RISE; Centro Académico Clínico das Beiras- CACB. emarques@ipg.pt ORCID - 0000-0003-3024-8392.

**Ricardo Jorge da Costa Guerra**

Professor Adjunto, Escola Superior de Turismo e Hotelaria do Instituto Politécnico da Guarda, TECHN&ART - Centro de Tecnologia, Restauro e Valorização das Artes, CITUR, UDI/IPG, ricardoguerra@ipg.pt ORCID - 0000-0001-8788-781

**Ana Isabel Ventura Lopes Ferreira**

Professora Adjunta, Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto do Instituto Politécnico da Guarda, CEGOT (Centro de Estudos de Geografia e Ordenamento do Território) anaventura@ipg.pt ORCID - 0000-0003-0151-1606

**Cristina Rodrigues**

Professora Assistente Convidada, Escola Superior de Turismo e Hotelaria do Instituto Politécnico da Guarda, UDI/IPG, cristinarodrigues@ipg.pt ORCID - 0000-0003-2424-4432

**Elsa Ramos**

Professora Especialista 812 - Turismo e Lazer pelo Instituto Politécnico da Guarda e Professora Adjunta Convidada na Escola Superior de Turismo e Hotelaria de Seia do Instituto Politécnico da Guarda. Mestre em Turismo de Interior Escola Superior de Turismo e Hotelaria de Seia do Instituto Politécnico da Guarda, Membro colaborador do TECHN&ART.PT e membro colaborador da UDI elsaramos@ipg.pt ORCID - 0009-0002-6017-4937

**José Alexandre Martins**

Professor Adjunto, Escola Superior de Turismo e Hotelaria do Instituto Politécnico da Guarda, UDI/IPG - Unidade para o Desenvolvimento do Interior; CITUR – Centro de Investigação, Desenvolvimento e Inovação em Turismo, jasvm@ipg.pt ORCID - 0000-0003-3921-6426

### **Vitor Manuel Gomes Roque**

Professor Adjunto, Escola Superior de Turismo e Hotelaria do Instituto Politécnico da Guarda,  
TECHN&ART - Centro de Tecnologia, Restauro e Valorização das Artes, CITUR, CI&DEI, CISED.  
vitor.roque@ipg.pt | ORCID - 0000-0001-6027-3340

### **Mariana Paixão Monteiro**

Neuropsicóloga, Coordenadora do Projeto Vamos, Santa Casa da Misericórdia de Seia,  
marianapaixao@misericordiadeseia.pt

### **Isabel Maria Ribeiro Fernandes**

Professora Adjunta, Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico da Guarda, CIDEI - Centro de  
Estudos em Educação e Inovação; UICISA:E, isabelfernandes@ipg.pt | ORCID - 0000-0001-7478-9567

### **Resumo**

Portugal é um dos países europeus com um dos índices de envelhecimento mais elevado, sendo as regiões do interior do país as que apresentam um maior envelhecimento populacional, o que acarreta importantes desafios para estes territórios. Associado ao envelhecimento surgem diversos problemas de saúde, entre os quais a demência. Estima-se que globalmente existam 47,5 milhões de pessoas afetadas, podendo chegar a 75,6 milhões em 2030 e 135,5 milhões em 2050 (World Health Organization, 2015). Atualmente não é muito comum existirem respostas sociais direcionadas para a prevenção ou cura na maioria das formas de demência, contudo, podem ser adotadas algumas estratégias para reduzir ou retardar alguns sintomas. Neste sentido, o projeto Iniciativa VAMOS surge como uma resposta transversal e abrangente, centrada nas faixas da população mais vulneráveis e carenciadas, procurando melhorar a qualidade de vida e a autonomia das pessoas com demência através de intervenções personalizadas realizadas no domicílio. O principal objetivo deste estudo passou pela avaliação do impacto do Projeto Vamos, que decorreu entre novembro de 2022 e julho de 2023, bem como a análise dos resultados alcançados e a eficácia das intervenções, nas pessoas com demência. A metodologia seguiu uma abordagem quantitativa e qualitativa dos dados obtidos através da aplicação dos questionários QOL – AD a 16 pessoas com demência, utilizando os softwares MS Excel 2021 e IBM SPSS Statistics versão 28. Este projeto permitiu alargar

a rede de respostas sociais para uma população específica, indo ao encontro da pessoa com demência, no seu contexto domiciliário, identificando as suas necessidades e diagnosticando atempadamente défices cognitivos. Esta estratégia possibilitou uma eficiente articulação com outras entidades de saúde, mobilizando os recursos adequados aos diferentes níveis de cuidados e permitindo o encaminhamento atempado.

*Palavras-chave:* idoso; demência; qualidade de vida; serviço social.

### Referências bibliográficas

- Alzheimer Europe (2019). Dementia in Europe. Yearbook 2019. Estimating the prevalence of dementia in Europe. [https://www.alzheimereurope.org/sites/default/files/alzheimer\\_europe\\_dementia\\_in\\_europe\\_yearbook\\_2019.pdf](https://www.alzheimereurope.org/sites/default/files/alzheimer_europe_dementia_in_europe_yearbook_2019.pdf)
- Bárrios, H. (2012). *Adaptação Cultural e Linguística e Validação do Instrumento QOL-AD para Portugal* [Tese de Mestrado não publicada]. Universidade de Lisboa – Faculdade de Medicina.
- Borghi, A.; Sassá, A.; Matos, P.; Decesaro & Marcon, S. (2011). Qualidade de vida de idosos com doença de Alzheimer e de seus cuidadores. *Rev Gaúcha Enferm.* 32 (4), 751-8. <https://doi.org/10.1590/S1983-14472011000400016>
- Canavarro, M. C., Simões, M. R., Vaz Serra, A., Pereira, M., Rijo, D., Quartilho, M. J., Gameiro, S., Paredes, T. & Carona, C. (2007). WHOQOL-BREF: Instrumento de Avaliação da Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde. In, M. Simões, C. Machado, M. Gonçalves, & L. Almeida (Eds.) *Avaliação psicológica. Instrumentos validados para a população Portuguesa, vol. III* (pp. 77-100). Coimbra: Quarteto Editora.
- Carraro, P.; Magalhães, C. & Carvalho, P. (2016). Qualidade de vida de cuidadores de idoso com o diagnóstico de Alzheimer e o emprego de acupuntura – Revisão de Literatura. *Mudanças – Psicologia da Saúde.* 24 (2), 66-70. <https://doi.org/10.15603/2176-1019/mud.v24n2p65-70>
- Cesário, V.; Leal, M.; Marques, A. & Claudino, K. (2017). Estresse e qualidade de vida do cuidador familiar de idoso portador da doença de Alzheimer. *Saúde Debate.* 41(112), 171-182. <https://DOI:10.1590/0103-1104201711214>
- Faria, N. (2023, Fevereiro 22). “Portugal está a envelhecer a um ritmo mais acelerado do que restantes países europeus”. Jornal Público. <https://www.publico.pt/2023/02/22/sociedade/noticia/populacao-portugal-envelhecer-ue-revela-eurostat-2039817>
- Fonseca, A. (2020). Aging in Place, Envelhecimento em Casa e na Comunidade em Portugal. *Public Sciences & Policies*, 6(2), 21–39. <https://doi.org/10.33167/2184-0644.CPP2020.VVIN2/pp.21-39>

- Inouye, K; Pedrazzani, E & Pavarini, S. (2010). Implicações da doença de Alzheimer na qualidade de vida do cuidador: um estudo comparativo. *Cad. Saúde Pública*. 26 (5), 891-899. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2010000500011>
- Marques, E.; Paulino, M., Corte, A. e Paiva T. (2021). *Doenças Neurodegenerativas na Região da Guarda. Diagnósticos ativos de Demência, Parkinsonismo e Esclerose Múltipla*. Guarda: Instituto Politécnico da Guarda.
- Marques, E., Paulino, M., Paiva, T., Corte A., Fonseca, MC (2023). Estudo epidemiológico das doenças neurodegenerativas na Região da Guarda - Portugal. *Glob Acad Nurs*. 4(1):e338. <https://dx.doi.org/10.5935/2675-5602.20200338>
- Pereira, L. & Soares, S. (2015). Fatores que influenciam a qualidade de vida do cuidador familiar do idoso com demência. *Ciência & Saúde Coletiva*. 20 (12), 3839-385. <https://doi.org/10.1590/1413-812320152012.15632014>
- Rede Social de Seia (2021). *Diagnóstico Social (DS) 2021-2023*. Município de Seia
- World Health Organization (2008). *The global burden of disease*. Geneva.

# **A RELAÇÃO ENTRE SÍNDROME DE FRAGILIDADE E DEPRESSÃO: UMA REVISÃO DE REVISÕES**

**Rita Isabel Martins Ortiga**

Médica Interna(o) de Formação Específica de Psiquiatria na Unidade Local de Saúde do Alto Ave –  
Hospital da Senhora da Oliveira - Guimarães | ORCID: 0009-0008-1442-6957

**Dinora Regina Lopes Coelho**

Médica Interna(o) de Formação Específica de Psiquiatria na Unidade Local de Saúde do Alto Ave –  
Hospital da Senhora da Oliveira - Guimarães | ORCID: 0009-0005-5819-8376

**Patrícia Santos Araújo**

Médica Interna(o) de Formação Específica de Psiquiatria na Unidade Local de Saúde do Alto Ave –  
Hospital da Senhora da Oliveira - Guimarães | ORCID: 0009-0008-6928-4466

**Maria Beatriz Azevedo Couto**

Médica Interna(o) de Formação Específica de Psiquiatria na Unidade Local de Saúde do Alto Ave –  
Hospital da Senhora da Oliveira - Guimarães | ORCID: 0000-0002-3746-9959

**Andreia Marisa Salgado Gonçalves**

Médica Interna(o) de Formação Específica de Psiquiatria na Unidade Local de Saúde do Alto Ave –  
Hospital da Senhora da Oliveira - Guimarães | ORCID: 0000-0003-4793-8904

**Francesco Monteleone**

Médico Interna(o) de Formação Específica de Psiquiatria na Unidade Local de Saúde do Alto Ave –  
Hospital da Senhora da Oliveira - Guimarães | ORCID: 0000-0001-6813-6789

**Elisa Catarina Fernandes Lopes**

Assistente Hospitalar de Psiquiatria na Unidade Local de Saúde do Alto Ave – Hospital da Senhora da  
Oliveira - Guimarães | ORCID: 0009-0000-2333-9646

## **Resumo**

A síndrome de fragilidade consiste num estado clinicamente reconhecido de maior vulnerabilidade a situações de *stress*. Segundo o fenótipo de fragilidade de Fried, define-



se como indivíduo frágil aquele que apresentar três dos cinco critérios: perda de peso não intencional, diminuição da atividade física, diminuição da velocidade de marcha, diminuição da força muscular de preensão e exaustão.

A depressão também é uma forma de “fragilidade psicossocial”, sendo muitas vezes subdiagnosticada na população geriátrica, sobretudo pela maior probabilidade de se apresentar com sintomas somáticos.

A coocorrência destas síndromes é frequente e associa-se a pior qualidade de vida, maior consumo de recursos de saúde, aumento da morbimortalidade, contribuindo para incapacidade, declínio cognitivo e até mesmo demência.

Os estudos nesta área apresentam uma ampla variabilidade metodológica, pelo que se realizou uma revisão de revisões sistemáticas para aumentar a confiabilidade dos resultados. Foram utilizadas as plataformas *PubMed*, *Directory of Open Access Journals*, *Cochrane Library* e *ScienceDirect* e os termos de pesquisa “(frailty syndrome) AND (depression) AND (elderly)”.

Esta revisão apoia a existência de uma relação bidirecional consistente entre síndrome de fragilidade e depressão nos idosos, reforçada pela partilha de fatores de risco e mecanismos fisiopatológicos, destacando-se o papel da desregulação hormonal do eixo hipotálamo-hipófise (papel do cortisol, fator de crescimento semelhante à insulina e da testosterona), doença cerebrovascular subclínica (hipótese da depressão vascular), inflamação crónica (destacando-se a interleucina 6), stress oxidativo, disfunção mitocondrial e deficiência de vitamina D.

Atendendo que os idosos frágeis apresentam uma probabilidade quatro vezes superior de desenvolver depressão, comparativamente aos controlos, e vice-versa, o investimento em intervenções destinadas a diminuir uma destas entidades pode prevenir o surgimento da outra, alertando para a necessidade de envolver equipas multidisciplinares na sua prevenção e tratamento. Discutem-se algumas destas intervenções, incluindo o potencial das estratégias não-farmacológicas e o papel controverso dos antidepressivos.

*Palavras-chave:* saúde mental; envelhecimento; depressão; idoso frágil

## **A VELHICE NA PERSPETIVA DO GÉNERO: DIFERENTES OLHARES**

**Rosa Maria Ramos Novo**

Instituto Politécnico de Bragança | [rnovo@ipb.pt](mailto:rnovo@ipb.pt) | <https://orcid.org/0000-0001-8388-7740>

**Ana Raquel Russo Prada**

Centro de Investigação em Educação Básica, Instituto Politécnico de Bragança | [raquelprada@ipb.pt](mailto:raquelprada@ipb.pt) |  
<https://orcid.org/0000-0003-2290-3692>

### **Resumo**

A adoção de uma perspetiva de género, embora essencial para uma melhor compreensão da velhice e do processo de envelhecimento, é uma temática ainda pouco investigada. O estudo desenvolvido, de natureza qualitativa e exploratória, teve como objetivos (i) analisar as semelhanças e as diferenças na autopercepção da velhice e do processo de envelhecimento em função do género e (ii) identificar as estratégias e os recursos adotados para um envelhecimento bem-sucedido. Para tal realizaram-se entrevistas semiestruturadas, administradas individualmente a cada pessoa idosa. O grupo de participantes incluiu quatro casais heterossexuais, com idades dos 70 aos 85 anos, não institucionalizados e residentes no norte de Portugal. Todos reconheceram as mudanças físicas e biológicas que surgem com a idade. Não obstante, predominaram autopercepções positivas acerca velhice nos entrevistados, e de valência negativa nas entrevistadas. Prevaleceu uma conceção da mulher idosa como protetora e cuidadora da família. Relativamente ao homem idoso emergiram características socialmente valorizadas como a paciência, a tolerância, a flexibilidade, a aceitação e o enfrentamento do processo de envelhecimento. Todos os entrevistados aludiram ao envolvimento em atividades significativas, predominando crenças positivas face ao envelhecimento e a existência de objetivos realistas e pessoais como estratégias para um envelhecimento bem-sucedido. Reportaram ainda o papel de agência da pessoa idosa e da diversidade de recursos comunitários enquanto elementos organizadores das rotinas no seu quotidiano. Os dados deste estudo apelam para a complexidade das imagens da velhice e para a necessidade de reformulação dos estereótipos etários e sexistas que perpetuam a desigualdade social entre mulheres e homens idosos. Com base nos resultados obtidos

e, dada a relevância da intervenção com a população sénior, é fundamental alargar o conhecimento teórico acerca das relações de género e o processo de envelhecimento.

*Palavras-chave:* perceções; envelhecimento; género.

# **ACTIVABILITY: A PROMOÇÃO DE ATIVIDADES FÍSICAS NAS PESSOAS MAIS VELHAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL E DESENVOLVIMENTAL**

**Jéssica Carvalho**

Aproximar, Cooperativa de Solidariedade Social | ORCID: 0009-0007-5518-7879

**Joana Portugal**

Aproximar, Cooperativa de Solidariedade Social | ORCID: 000-0001-7692-5315

**Tiago Leitão**

Aproximar, Cooperativa de Solidariedade Social | ORCID: 000-0003-3168-5949

## **Resumo**

O envelhecimento demográfico é um fenómeno real e universal. Contudo, o envelhecimento está associado a um maior risco de isolamento social e perdas de capacidade. Estes riscos são maiores quando nos referimos a pessoas com deficiência intelectual e desenvolvimental (PcDID) mais velhas. Ao longo das últimas décadas, têm-se verificado um aumento significativo da esperança média de vida dos europeus, o que tem levado à adoção de políticas públicas para protegerem os adultos mais velhos ao nível da promoção do envelhecimento bem-sucedido, em diversos países da Europa. No entanto, tais medidas não têm sido priorizadas e alargadas às PcDID mais velhas. O presente artigo apresenta os resultados já obtidos na iniciativa ActivAbility, uma iniciativa transnacional implementada em 6 países europeus (Portugal, Itália, Roménia, Irlanda e França), e que pretende promover o envelhecimento ativo nas PcDID mais velhas, através do desenvolvimento de um modelo de adaptação de atividade física para PcDID mais velhas, ferramentas de implementação e um programa de capacitação, para profissionais na área, mas também para os cuidadores informais deste grupo-alvo. Durante o ano de 2023, a parceria realizou uma pesquisa documental sobre as boas práticas, leis e políticas implementadas nos países parceiros, bem como uma investigação qualitativa, na qual foram realizadas 90 entrevistas semi-dirigidas a três grupos-alvo diferentes: 33 PcDID; 32 técnicos superiores da área da saúde, social e educação que trabalham com PcDID; e 25 profissionais da área do desporto que

trabalham com PcDID. Após a análise da informação e dados recolhidos, foi verificou-se uma crescente sensibilização e reconhecimento da importância da atividade física nas PcDID, mas não existem políticas ou boas práticas que abordem especificamente a questão do envelhecimento ativo das PcDID mais velhas.

*Palavras-chave:* pessoas com deficiência intelectual e desenvolvimental mais velhas; envelhecimento; promoção do envelhecimento ativo; atividade física adaptada

# **AGEING AND BASIC PRECAUTIONS IN THE PREVENTION AND CONTROL OF HEALTHCARE-ASSOCIATED INFECTIONS**

**Cristina Santos**

Instituto Politécnico de Coimbra, ESTeSC- Coimbra Health School, Departamento de Audiologia,  
Fisioterapia e Saúde Ambiental

**António Saraiva**

Instituto Politécnico de Coimbra, ESTeSC- Coimbra Health School, Departamento de Fisiologia Clínica e  
Imagem Médica e Radioterapia

**Esmeralda Santos**

ARS Centro, ACES Baixo Mondego, Condeixa-a-Nova, Portugal

## **Abstract**

Aging is a process that refers to multiple life trajectories and is influenced by sociocultural factors such as access to education, health care, food and leisure, and a network of stable relationships. The elderly person who is more prone to Healthcare-Associated Infections considered as a localized or systemic infection, resulting from an adverse reaction to the presence of an infectious agent or its toxin, is a public health problem, with high associated costs and high morbidity and mortality. These infections are becoming increasingly important and arise due to the lack of compliance with good infection prevention and control practices by professionals, so the adoption of the so-called basic precautions contributes to their reduction. Hand hygiene is considered one of the simplest and most effective practices in reducing healthcare-associated infection, thus contributing to the reduction of patient morbidity and mortality. The objective of this study was to evaluate the good practices of hand hygiene of professionals who worked in private institutions of social solidarity. For the elaboration of the work, a literature review was carried out on the subject and a questionnaire was applied to the professionals of a nursing home and two-day care centers.

From the application of the questionnaire to 41 professionals, it was found that all of them considered that hand hygiene is an "important" act and 97% consider that the impact of hand hygiene in the prevention of Healthcare-Associated Infections is "very

high". Also, 80% correctly mentioned the purpose of hand hygiene in the fight against Healthcare-Associated Infections and all stated that they knew the antiseptic rubbing procedure and practiced the "5 moments" of hand washing. However, only 53% got the "5 moments" of hand hygiene right.

In view of the results presented, it is essential to work towards reducing the incidence of HAIs, to improve patient outcomes, as well as to minimize the health costs inherent to these infections.

*Keywords:* elderly; diseases associated with health care; hand hygiene

# AGEING IN PLACE: ESTUDO EXPLORATÓRIO SOBRE A FELICIDADE E A DESESPERANÇA EM CONTEXTO COMUNITÁRIO

**Mónica Alexandra Vidal Teixeira**

Lusofona University, Intrepid Lab, Porto, Portugal | CETRAD, Porto, Portugal |  
monica.teixeira@ulusofona.pt | ORCID ID: 0000-0003-2625-4765

**Carolina Nogueira Fonseca**

Doutoranda PIDSS, FPCE-UC & FCH-UCP | carolina\_19fonseca@hotmail.com | ORCID ID: 0000-0002-  
4384-2537

**Ana Paula Caetano**

Lusofona University, Intrepid Lab, Porto, Portugal | CETRAD, Porto, Portugal |  
paula.caetano@ulusofona.pt | ORCID ID: 0000-0001-7759-524X

## Resumo

A felicidade é um conceito vulgarmente utilizado no dia-a-dia, mas a sua compreensão é revestida de complexidade, quando associado à idade. Na literatura os dois conceitos estão relacionados com o aumento da longevidade e consequente redução na mortalidade entre os mais velhos. A desesperança, por outro lado, é apontada na literatura como um fator psicológico-chave determinante nas questões de saúde e morte, principalmente em Pessoas Idosas (PI). Envelhecer onde sempre se viveu é uma alternativa que se fundamenta na oportunidade para as PI permanecerem na sua própria casa pelo maior tempo possível, deste modo o cuidado transfere-se da esfera institucional para a comunidade.

O objetivo deste estudo é analisar a diferença no índice de felicidade subjetiva e desesperança nas pessoas idosas em contexto comunitário (*ageing in place*) com e sem apoio institucional, através da aplicação de uma metodologia quantitativa. Foi recolhida uma amostra de conveniência, constituída por 100 PI, 53 sem apoio institucional e 43 em Centro de Dia, com idades compreendidas entre os 65 e os 97 anos ( $M = 78$ ,  $DP = 7,49$ ). Para compreender as diferenças entre as PI que não apresentam apoio institucional e as que estão integradas em Centro de Dia foram utilizados os



instrumentos Escala de Felicidade Subjetiva e Escala da Desesperança de Beck, clarificando os padrões de correlação.

Numa primeira abordagem exploratória, a percepção de felicidade apresenta-se similar nos grupos, i.e., independentemente do apoio que recebem. No entanto, espera-se que os resultados da desesperança revelem que, à semelhança de outros estudos, apesar de 8 em 10 idosos sinta desesperança, variando de níveis ligeiros a graves, que esta seja superior naquelas PI que vivem na comunidade sem apoio institucional. Revelando assim um impacto positivo das atividades de promoção da saúde física e mental inerentes aos programas dos Centros de Dia para PI.

*Palavras-chave: ageing in place; desesperança; felicidade subjetiva*

# **AGEING IN PLACE –FATORES PREDITORES DO ENVELHECIMENTO NO DOMICÍLIO**

**Sara Maria da Oliveira Gordo**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Saúde de Leiria | Center for Innovative Care and Health Technology (ciTechCare) | ORCID ID: 0000-0002-9578-9520

**Maria dos Anjos Coelho Rodrigues Dixe**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Saúde de Leiria | Center for Innovative Care and Health Technology (ciTechCare) | ORCID ID: 0000-0001-9035-8548

**Ricardo Filipe da Silva Pocinho**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais | Centro Interdisciplinar de Ciências Sociais (CICS.NOVA) | ORCID ID: 0000-0003-1307-5434

**Sara Simões Dias**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Saúde de Leiria | Center for Innovative Care and Health Technology (ciTechCare) | ORCID ID: 0000-0001-6782-7481

## **Resumo**

Dados da PORDATA, referentes ao ano de 2022 indicam que Portugal é o quarto país do mundo mais envelhecido. Paralelamente ao crescimento do número de idosos, assistimos a um aumento do número de idosos frágeis e dependentes de terceiros, aumentando consequentemente a procura pela opção de cuidados institucionais. Trata-se de uma revisão bibliográfica por pesquisa das palavras-chave “ageing in place” e “envelhecimento no domicílio”, foram identificados artigos originais em inglês e/ou português, de livre acesso.

Os resultados encontrados sugerem vários fatores de risco que contribuem para a institucionalização, nomeadamente, a fragilidade, a sobrecarga dos cuidadores, a falta de apoio sociofamiliar, o isolamento, a presença de comorbilidades clínicas a polimedicação, as quedas e hospitalizações e as alterações neurocognitivas e psicopatológicas. Neste âmbito, é necessário repensar os paradigmas associados à prestação de cuidados, elegendo a manutenção da pessoa no seu domicílio – o Ageing

In Place. Este defende que os idosos devem poder viver de forma autónoma e independente, caso disponham de condições de saúde, condições habitacionais, espaços inclusivos, meios de transporte eficazes e um suporte sociofamiliar adequados. Neste sentido, torna-se de extrema importância identificar quais são os fatores que contribuem para o envelhecimento ativo e saudável, com qualidade de vida e bem-estar de forma a desenvolver mecanismos preventivos que permitam evitar e/ou atrasar a institucionalização.

*Palavras-chave.* ageing in place; fatores preditores; envelhecimento ativo e saudável

# **AGEISM AT WORK: IMPACT AND CONSEQUENCES – A REVIEW**

## **LITERATURE**

**Sara Brás Alves**

Instituto Politécnico de Bragança, Escola Superior de Saúde de Bragança | sarabras@ipb.pt |  
<https://orcid.org/0000-0002-9149-5058>

**Carlos Magalhães**

Research Centre for Active Living and Wellbeing (LiveWell) | Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, 5300-253 Bragança, Portugal | cmagalhaes@ipb.pt | <https://orcid.org/0000-0003-0170-8062>

**Adilia Fernandes**

Research Centre for Active Living and Wellbeing (LiveWell) | Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, 5300-253 Bragança, Portugal | adilia@ipb.pt | <https://orcid.org/0000-0003-1658-4509>

**Josiana Vaz**

Centro de Investigação de Montanha (CIMO), Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, 5300-253 Bragança, Portugal | Laboratório Associado para a Sustentabilidade e Tecnologia em Regiões de Montanha (SusTEC), Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, Bragança, Portugal | Research Centre for Active Living and Wellbeing (LiveWell), Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, 5300-253 Bragança, Portugal | josiana@ipb.pt | <https://orcid.org/0000-0002-6989-1169>

**Ana Pereira**

Centro de Investigação de Montanha (CIMO), Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, 5300-253 Bragança, Portugal | Research Centre for Active Living and Wellbeing (LiveWell) | Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, 5300-253 Bragança, Portugal | amgpereira@ipb.pt | <https://orcid.org/0000-0002-8747-254X>

**Miguel Monteiro**

Research Centre for Active Living and Wellbeing (LiveWell) | Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, 5300-253 Bragança, Portugal | mmonteiro@ipb.pt | <https://orcid.org/0000-0003-4467-1722>

## **Abstract**

Ageism, characterised by discriminatory attitudes and behaviours towards older individuals based on negative stereotypes, is present in various aspects of society, including workplaces, public spaces, and healthcare settings. The detrimental effects of ageism go beyond individual perceptions, influencing the psychological well-being of the ones affected. Particularly in the workplace, ageism poses significant challenges for older workers, affecting their productivity and job satisfaction. As the workforce continues to age globally, it is becoming increasingly important to address the consequences of ageism on psychological health. A scoping review of published research to map the evidence concerning the impact of ageism on the psychological well-being of older workers. Following the JBI methodological recommendations, search was realized from March to April 2024, using PubMed, MedLine and CINAHL databases as well as grey literature to identify relevant articles. Studies in which the participants were older adults, focusing on the influence of aging on psychological well-being within occupational contexts. Inclusion criteria included quantitative, qualitative, or mixed studies as well as systematic reviews and opinion articles, published in English, Spanish and Portuguese developed in the last 10 years. From 38 citations initially retrieved, 8 articles met the inclusion criteria and were included in the review. Articles highlight prevailing stereotypes that influence treatment in the workplace, resulting in discriminatory practices and behaviour towards older workers. Workplace ageism has significant psychological consequences, leading to negative perceptions of aging and increasing aging anxiety among older workers and harmful health behaviours, stress, depressive symptoms, and long-term illness affecting job satisfaction and retirement intentions. Addressing ageism in occupational settings is crucial to promote well-being and productivity of older workers and create inclusive work environments favourable to successful aging. Findings also underscore the importance of addressing ageism as a

public health issue, given its significant impact on individual health outcomes and associated healthcare costs.

*Keywords:* aging, stereotypes, occupational health

## **ALDEIAS SOCIAIS – UMA NOVA FORMA DE ENVELHECER EM PORTUGAL?**

**Cláudia Sofia Martins Gonçalves**

Investigadora independente | ORCID: 0009-0003-2914-0509

**Maria João Barrios**

Professora no ISCSP-ULisboa | Investigadora integrada, no CAPP-ISCSP-ULisboa | ORCID: 0000-0002-4569-9770

**José Luiz Telles**

Professor convidado da Escola Nacional de Saúde Pública – NOVA | ORCID: 0000-0003-4327-8099

### **Resumo**

As mudanças demográficas estão a causar importantes alterações no modo como experienciamos a velhice. Concomitante ao incremento da esperança de vida, evidencia-se um crescimento de situações de multimorbilidade e dependência. Como consequência, há um aumento da necessidade de cuidados à pessoa idosa, dificultando o apoio efetivo que as famílias podem prestar. Em Portugal, as respostas passam sobretudo pelo recurso a instituições tradicionais para idosos, com elevadas taxas de procura e ocupação. Porém, novos paradigmas apelam à inovação das configurações de respostas sociais. Esta pesquisa teve como objetivo analisar as condições de envelhecimento proporcionadas numa aldeia social em Portugal. Questionámo-nos, assim, se esta modalidade seria uma alternativa para a promoção do envelhecimento ativo e saudável e responderia aos diferentes níveis de necessidades dos que lá residem. Estudo de abordagem qualitativa, exploratória e descritiva, com recurso à realização de entrevistas semiestruturadas, numa aldeia social localizada na região sul de Portugal. A análise de dados focou-se no método de análise de conteúdo.

Foram entrevistados 27 residentes com idades compreendidas entre os 65 e os 105 anos. As pessoas idosas reportam estar bem-adaptadas e as suas partilhas posicionam a resposta social numa abordagem envelhecimento saudável e ativo, através da promoção de saúde, segurança e participação. Constatou-se ainda que os residentes dão bastante valor ao facto de se sentirem livres, tanto pela tipologia de habitação como pelo meio envolvente.

A resposta da aldeia social aproxima-se de um modelo mais pró-ativo do ponto de vista da promoção da saúde, comparativamente às respostas mais tradicionais de institucionalização de pessoas idosas. Conclui-se ainda que, se, por um lado, o *ageing in place* é entendido como diretriz para evitar a institucionalização indesejada, por outro, configurações de institucionalização como a aldeia social, também podem ser promotoras de um envelhecimento na comunidade, com potencial de reforçar os princípios do envelhecimento ativo e saudável.

*Palavras-Chave:* aldeias sociais; ageing in place; envelhecimento ativo; envelhecimento saudável



# **ANALISAR O EFEITO DA HIDROTERAPIA NA FORÇA, EQUILÍBRIO E MEDO DE QUEDAS EM IDOSOS DE UMA INSTITUIÇÃO BRASILEIRA**

**Mariana Cervaens**

Escola Superior de Saúde Fernando Pessoa, Porto, Portugal i ORCID 0000-0003-2738-1571

**Luísa Amaral**

Escola Superior de Saúde Fernando Pessoa, Porto, Portugal i ORCID 0000-0001-9388-0059

**Norma Folhadela**

Escola Superior de Saúde Fernando Pessoa, Porto, Portugal i ORCID 0009-0001-2199-1611

## **Resumo**

Este estudo visou analisar o efeito da hidroterapia na força, equilíbrio e no medo de quedas entre idosos que praticam hidroterapia, comparativamente aos que não praticam. A amostra do presente estudo foi constituída por 36 idosas, entre os 61 e 87 anos, pertencentes ao Centro de Convivência da Família Madalena Arce Daou, instituição vinculada à Prefeitura Municipal de Manaus, Brasil.

A amostra foi dividida em dois grupos, no grupo experimental (GE) foi implementado a prática de hidroterapia e no grupo de controlo (GC) não tiveram qualquer intervenção terapêutica. Para avaliar o equilíbrio, a força do quadrante inferior e o medo de queda, foram utilizados a Escala Funcional de Equilíbrio de Berg, *Five Times Sit to Stand Test* e a Escala Internacional de Eficácia de Quedas, para que fosse quantificado e identificado o risco de quedas nos dois grupos e os efeitos da hidroterapia na vida do idoso. O período do estudo teve dois momentos de avaliação, antes do início da intervenção e após 4 meses.

A hidroterapia foi realizada duas vezes por semana, com uma duração de 45 minutos por sessão. No presente estudo, as quedas nos idosos são muito comuns, com maior frequência nas faixas etárias 65-69 e 60-64 anos, e com patologias associadas, nomeadamente artrose e hipertensão. Porém, sem associação entre a ocorrência de quedas e as faixas etárias e as patologias diagnosticadas.

Após a análise do efeito da hidroterapia verificou-se que esta técnica terapêutica contribuiu para uma manutenção das variáveis estudadas, sendo que houve uma diminuição do equilíbrio no grupo que não realizou o programa de hidroterapia. A hidroterapia contribuiu para a manutenção do equilíbrio, força e medo de quedas, sendo necessários mais estudos com uma amostra maior que desenvolvam planos de intervenção para a redução de quedas.

*Palavras-Chave:* hidroterapia; idosos; quedas; equilíbrio; força

# ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO E QUALIDADE DE VIDA: CONEXÃO OU ILUSÃO?

Cláudia Cristina Guerreiro Luísa

Universidade do Algarve | cluisa@ualg.pt | ORCID ID: 0000-0002-7250-4406

## Resumo

Na atualidade, o envelhecimento não é apenas um capítulo inevitável da vida, mas uma narrativa rica em possibilidades e desafios. Envelhecer transcende a simples passagem do tempo é uma jornada que aspira a um envelhecimento bem-sucedido. Nesse contexto, os animais de estimação emergem como parceiros valiosos, desempenhando um papel multifacetado e significativo na vida pós-reforma.

O presente estudo teve como objetivo geral investigar a conexão entre os animais de estimação e a qualidade de vida de pessoas idosas e como objetivos específicos perceber a relação entre os animais de estimação e os idosos, conhecer as motivações que levaram as pessoas a terem animais e entender as vantagens e desvantagens dessa convivência. Foi um estudo desenvolvido sob uma metodologia qualitativa, com recolha e análise de dados de natureza qualitativa, com recurso a técnica da entrevista semiestruturada. Nele participaram quinze pessoas com idade igual ou superior a 65 anos, sem demência, a residir no Algarve e cuja convivência com o seu animal de estimação fosse superior a quatro meses. Os resultados relevaram que os animais de estimação exercem um impacto abrangente e positivo na vida dos idosos, beneficiando não apenas a sua saúde física, mas também a mental e a emocional. A presença de animais de estimação contribui para a promoção da atividade física regular, redução de níveis de stresse, ansiedade e sintomas depressivos, aumenta a felicidade, a energia positiva, a responsabilidade e o propósito vida. Conclui-se assim, que os animais de estimação exercem uma influência positiva na qualidade de vida dos idosos, proporcionando benefícios holísticos na sua vida.

*Palavras-chave:* envelhecimento; relação humano-animal; animais de estimação; qualidade de vida

# **ASSOCIAÇÃO ENTRE FAIXA ETÁRIA E AVALIAÇÃO MULTIDIMENSIONAL DO IDOSO RESIDENTE DO MUNICÍPIO DE ARARAS/SÃO PAULO/BRASIL**

**Caroline Silva Pereira**

Centro Universitário da Fundação Hermínio Ometto | FHO | [orcid.org/0009-0002-6319-815X](https://orcid.org/0009-0002-6319-815X)

**Luliana Silva Corrêa Araujo**

Centro Universitário da Fundação Hermínio Ometto | FHO | [orcid.org/0009-0002-4764-2775](https://orcid.org/0009-0002-4764-2775)

**Pamela Dantylle Custódio da Silva**

Centro Universitário da Fundação Hermínio Ometto | FHO | [orcid.org/0009-0005-4419-012X](https://orcid.org/0009-0005-4419-012X)

**Lunara Aparecida Lotero Pereira**

Centro Universitário da Fundação Hermínio Ometto | FHO | [orcid.org/0009-0004-7046-1491](https://orcid.org/0009-0004-7046-1491)

**Higor Matheus de Oliveira Bueno**

Universidade Estadual de Campinas | Unicamp | [orcid.org/0000-0002-8907-6508](https://orcid.org/0000-0002-8907-6508)

**Aline Maino Pergola-Marconato**

Centro Universitário da Fundação Hermínio Ometto | FHO | [orcid.org/0000-0001-5071-865X](https://orcid.org/0000-0001-5071-865X)

## **Resumo**

Este estudo teve como objetivo avaliar o impacto da idade na avaliação multidimensional da pessoa idosa de Araras/SP/Brasil. Trata-se de um estudo multicêntrico, analítico e quantitativo realizado em Araras/ São Paulo/ Brasil com idosos de idade igual ou superior a 60 anos e com capacidade cognitiva para responder o questionário. Foram utilizadas as escalas: Mini Exame do Estado Mental (MEEM), Fragilidade de Edmonton (EFE), Lawton e Brody e Vulnerable Elders Survey -13 (VES-13) inseridas no Google Planilhas, categorizadas e analisadas no SPSS (versão 23) de forma descritiva e inferencial pelo Qui Quadrado de Pearson ( $p\text{-valor} < 0,05$ ). Aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa sob parecer n 4.393.230. Amostra de 185 idosos, sendo 97 idosos jovens (60-69 anos), 60 medianamente idosos (70-79 anos) e 28 idosos (acima de 80 anos) considerados longevos. Os resultados do MEEM mostram que do total, 126

participantes apresentam algum déficit cognitivo (68,1%) e dos 28 idosos acima de 80 anos, 24 apresentam algum déficit cognitivo (85,7%). Na escala de EFE, 115 apresentam algum nível de fragilidade (62,1%) e, 106 não são vulneráveis - VES-13 (57,3%), mas ao analisar o total de idosos acima de 80 anos, 21 são considerados vulneráveis (75,0%). Conforme a escala Lawton e Brody, 112 apresentam algum grau de dependência (60,5%). Houve associação significativa entre faixa etária e cognição, fragilidade, vulnerabilidade e dependência ( $p < 0,001$ ). Na amostra é possível observar relação significativa em relação à faixa etária e avaliação multidimensional da pessoa idosa, principalmente nos idosos acima de 80 anos. Pode-se inferir que com o avanço da idade, o indivíduo tende a estar vulnerável às condições da senescência. É importante individualizar o cuidado e com isso estabelecer condições dignas de saúde, através de estratégias para promover envelhecimento ativo, melhor qualidade de vida e bem-estar biopsicossocial.

*Palavras-chave:* envelhecimento; enfermagem; saúde do idoso.

#### Referências bibliográficas

- Araújo Júnior, FB, Machado, ITJ, Santos-Orlandi, AAD, Pergola-Marconato, AM, Pavarini, SCI, & Zazzetta, MS (2019). Fragilidade, perfil e cognição de idosos residentes em área de alta vulnerabilidade social. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24 (8), 3047–3056. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018248.26412017>.
- Barbosa, B. R., Almeida, J. M. de, Barbosa, M. R., & Rossi Barbosa, L. A. R. (2014). Avaliação da capacidade funcional dos idosos e fatores associados à incapacidade. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(8), 3317-3325, <https://doi.org/10.1590/1413-81232014198.06322013>.
- Fhon, J. R. S. Diniz, M. A., Leonardo, K. C., Kusumota, L., Haas, V. J. & Rodrigues, R. A. P. (2012) Síndrome de fragilidade relacionada à incapacidade funcional no idoso. *Acta Paulista de Enfermagem*, 25(4), 589-594. <https://doi.org/10.1590/10103-21002012005000016>.
- Lustosa, L. P., Marra, T. A., Pessanha, F. P. A. dos S., Freitas, J. de C., & Guedes, R. de C. (2013). Fragilidade e funcionalidade entre idosos frequentadores de grupos de convivência em Belo Horizonte, MG. *Revista Brasileira De Geriatria E Gerontologia*, 16(2), 347–354. <https://doi.org/10.1590/S1809-98232013000200014>.
- Miranda, L. C. V., Soares, S. M., & Silva, P. A. B. (2016). Qualidade de vida e fatores associados em idosos de um Centro de Referência à Pessoa Idosa. *Ciência & Saúde Coletiva*, 21, 3533-3544. DOI: 10.1590/1413-812320152111.21352015.

# **ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER E PRESSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM IDOSOS**

**Mell de Castro Santos**

Universidade Estadual do Sudeste da Bahia | <https://orcid.org/0009-0003-0213-9268>

**Pablinne dos Santos Braga**

Universidade Estadual do Sudeste da Bahia | <https://orcid.org/0009-0006-2779-0892>

**Danilo Barbosa Moraes**

Universidade Estadual de Feira de Santana | <https://orcid.org/0000-0001-9875-5468>

**Thailan das Mercês Rodrigues**

Universidade Estadual do Sudeste da Bahia | <https://orcid.org/0009-0003-8169-9051>

**Sivanildo Ferreira Moreira**

Universidade Estadual do Sudeste da Bahia | <https://orcid.org/0009-0009-7274-4053>

**Lélia Renata Carneiro Vasconcelos**

Universidade Estadual do Sudeste da Bahia | <https://orcid.org/0000-0003-1209-4799>

**Clarice Alves dos Santos**

Universidade Estadual do Sudeste da Bahia | <https://orcid.org/0000-0002-2730-5117>

**Saulo Vasconcelos Rocha**

Universidade Estadual do Sudeste da Bahia | <https://orcid.org/0000-0001-8655-5151>

## **Resumo**

A prática de atividade física regular apresenta-se como uma estratégia terapêutica não medicamentosa importante para prevenção e controle de diferentes morbidades, dentre elas a hipertensão arterial sistêmica (HAS). Nesse sentido, o presente estudo teve como propósito avaliar a associação entre a atividade física no lazer e a pressão arterial elevada em idosos. Estudo transversal, com amostra de 310 idosos,  $\geq 60$  anos,

constituída por indivíduos cadastrados nas Unidades de Saúde da Família (USF). Foram investigadas informações sobre características sociodemográficas; tempo de AFL, avaliado por meio do Questionário Internacional de Atividade Física – IPAQ; aferição da pressão arterial por meio de um aparelho de pressão digital automático de braço de marca Omron®. Na análise dos dados foram utilizados procedimentos da estatística descritiva e análise de regressão linear com  $p < 0.05$ . A média de idade foi de  $71,62 \pm 8,15$  anos, e a maioria era do sexo feminino (56,5%). Os resultados mostraram que 29,4% participavam de atividades leves e 2,6% de atividades moderadas no lazer. A pressão arterial média foi de  $139,52 \pm 23,01$  e  $76,7 \pm 11,3$  para pressão arterial sistólica e diastólica, respectivamente. Foram observadas associações da atividade física leve ( $p=0.004$ ) e moderada ( $p=0.012$ ) com a Pressão Arterial Sistólica e com a Pressão Arterial Diastólica, após ajuste por idade e sexo. Entre a população investigada mesmo a atividade física leve foi capaz de reduzir a pressão arterial sistêmica, mostrando a importância do estímulo à prática regular de atividade física mesmo com baixa intensidade.

*Palavras-chave:* pressão arterial; hipertensão; idoso; exercício físico

# **ATRATIVIDADE NO TRABALHO DO CUIDADOR INFORMAL DE PESSOAS IDOSAS INSTITUCIONALIZADAS**

**Daniela João Pinto Serrano**

Escola Superior de Saúde de Leiria, Portuga

**Marcelo Rudolfo Calvete Gaspar**

Escola Superior de Tecnologia e Gestão, Portugal

**Mônica Braúna Alencar Leão da Costa**

Escola Superior de Saúde de Leiria | CiTechCare, Portugal

## **Resumo**

O envelhecimento é um processo dinâmico com grande impacto na capacidade funcional das pessoas idosas, o que exige maior demanda de cuidados. A complexidade dos cuidados prestados às pessoas idosas institucionalizadas potencializa o desgaste emocional e a insatisfação profissional dos cuidadores. O estudo deteve como objetivo explorar a atratividade da profissão de cuidador de pessoas idosas institucionalizadas. Trata-se de um estudo exploratório, desenvolvido numa Estrutura Residencial para pessoa Idosa da zona Centro de Portugal, no âmbito do Projeto *Link me Up*. Como método de recolha de dados foi utilizada entrevista semiestruturada aos cuidadores formais e a análise do conteúdo recorreu-se ao *Empathy Map*. Participaram deste estudo 8 cuidadoras. Os relatos remetem, primeiramente, à sobrecarga física e emocional associada às dificuldades sentidas no cuidar de uma pessoa idosa com dependência moderada e severa, especialmente nas tarefas da higienização, mudança da fralda e fazer a cama. Um tema transversal no discurso das cuidadoras foi a falta de reconhecimento do trabalho que fazem e a baixa remuneração, o que faz desta profissão nada atrativa. No entanto, alguns relatos indicam que as cuidadoras, em contrapartida, sentem-se gratificadas por poderem promover momentos de conforto, escuta ativa e apoio emocional aos idosos institucionalizados. É necessário tornar a profissão de cuidador mais atrativa, encontrar incentivos personalizados que permitam aumentar a produtividade, realização pessoal e felicidade no trabalho. Potenciar



soluções organizacionais de gestão e/ou engenharia que promovam bem-estar no cuidado.

*Palavras-chave:* envelhecimento; cuidador; prestação de cuidados.

# **CAPACITAR E MOBILIZAR A COMUNIDADE PARA APOIAR OS CIDADÃOS MAIS VELHOS: UM PROGRAMA LOCAL PROMOTOR DO AGEING IN PLACE**

**Bárbara Abreu Cordeiro**

Aproximar, Cooperativa de Solidariedade Social I ORCID: 0009-0007-4418-5157

**Joana Portugal**

Aproximar, Cooperativa de Solidariedade Social I ORCID: 0000-0001-7692- 5315

**Tiago Leitão**

Aproximar, Cooperativa de Solidariedade Social I ORCID: 0000-0003-3168-5949

## **Resumo**

O envelhecimento demográfico é uma realidade em todo o mundo e com ele surgem novos desafios e abordagens. Cada vez mais as pessoas querem envelhecer nos locais onde sempre viveram e com os quais se identificam – ageing in place. Importa criar mecanismos e estratégias para garantir que as pessoas e as comunidades estão capazes de abraçar esta abordagem.

O presente artigo apresenta os resultados obtidos em duas iniciativas complementares, desenvolvidas pela Aproximar, focadas num modelo de capacitação e envolvimento da comunidade local para a promoção do ageing in place e da qualidade de vida da população mais velha.

Next Door foi uma iniciativa transnacional implementada em 7 países (França, Alemanha, Itália, Portugal, Roménia, Espanha e Reino Unido) com o objetivo de cultivar ageing-friendly environments e aumentar o capital social das pessoas mais velhas nas suas comunidades. A iniciativa CorAção em Comunidade deu continuidade ao piloto do Next Door em Portugal e focou-se numa intervenção de proximidade que potenciase o envelhecimento saudável e o envolvimento dos cidadãos, para a criação de uma comunidade compassiva.

Este modelo português permitiu capacitar 100 profissionais para a importância do trabalho em rede e envolver 35 voluntários para a necessidade de fortalecer redes de contacto e criar círculos de entreajuda. Dinamizaram-se 9 ações de sensibilização que

alcançaram cerca de 130 participantes. Ao longo de três anos e meio, a Aproximar reforçou a rede de stakeholders em Aveiro, desde autoridades locais, sociedade civil, ONG e organizações de voluntariado, voluntários, pessoas mais velhas e outros cidadãos, permitindo a criação de Grupos Locais de Recursos Sociais e a ativação de círculos de entreajuda, envolvendo 42 profissionais e voluntários.

Os resultados revelaram a importância do envolvimento comunitário e das redes de contactos entre pessoas mais velhas, voluntários, profissionais e serviços para a garantia do ageing in place bem-sucedido.

*Palavras-chave:* ageing in place; envolvimento comunitário; círculos de entreajuda; capacitação; ações de sensibilização

# **CARACTERIZAÇÃO DAS NOTIFICAÇÕES DE VIOLÊNCIA NA POPULAÇÃO IDOSA E SEUS DIFERENCIAIS SEGUNDO SEXO. BRASIL, 2012 E 2019.**

**Erika Corrêa Ferrer Pinheiro**

Escola Nacional de Saúde Pública | Universidade NOVA de Lisboa (ENSP – UNL) | ORCID ID: 0009-0000-5988-2560

**Jessica Muzy**

Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) | ORCID ID: 0000-0003-2526-2317

**José Luiz Telles**

Professor convidado da Escola Nacional de Saúde Pública | Universidade NOVA de Lisboa (ENSP – UNL) | ORCID ID: 0000-0003-4327-8099

**Fernando Genovez de Avelar**

Escola Nacional de Saúde Pública | Universidade NOVA de Lisboa (ENSP – UNL); | ORCID ID: 0000-0002-5411-3970

## **Resumo**

Este estudo teve como objetivo caracterizar e analisar as notificações de violência do Sistema de Informação de Agravos de Notificação (Sinan) contra pessoas idosas no Brasil e seus diferenciais segundo sexo em 2012 e 2019. Trata-se de um estudo transversal, retrospectivo, descritivo e analítico a partir dos dados do Sinan com análise das variáveis sociodemográficas, de caracterização da violência e do autor da agressão. Do total de 112.355 notificações no período, 7.956 eram referentes ao ano de 2012 e 19.932 ao ano de 2019. Na análise descritiva, predominaram pessoas idosas de 60 a 69 anos, do sexo feminino, de cor branca, casadas, da região Sudeste, com nível fundamental incompleto, cujo local da violência foi a residência e filho ou cônjuge do sexo masculino como agressor. As taxas de notificação de violência foram maiores para pessoas idosas com 80 anos ou mais, raça/cor indígena, separadas, da região Centro-Oeste e com nível médio incompleto. As mulheres tiveram 45% menos chances de notificar violência física em relação aos homens e maiores chances de notificar as violências não-físicas (psicológica/moral, negligência/abandono e violência financeira/econômica). Apesar da

necessidade de melhorar sua completude para algumas variáveis e seu alcance, o Sinan mostrou-se uma fonte de dados com potencial para investigação da violência contra as pessoas idosas no Brasil, segundo sexo. A dimensão do Brasil e sua diversidade geográfica e cultural devem ser consideradas na elaboração das abordagens em Saúde Pública no que diz respeito a prevenção, cuidado e acompanhamento dos eventos de violência em todas as faixas etárias, e em especial contra a população idosa. Recomenda-se maior sensibilização e capacitação dos profissionais quanto ao preenchimento adequado da ficha de notificação de violência do Sinan e investimento em literacia em saúde sobre violência, em especial contra as pessoas idosas e do sexo feminino.

*Palavras-chave:* violência; notificação; pessoa idosa

## **CARATERIZAÇÃO DAS ROTINAS DE VIDA DIÁRIA DE UM IDOSO**

**Faustino, A.**

Polytechnic Institute of Castelo Branco | SHERU – Sport, Health and Exercise Research Unit (Portugal) |

<https://orcid.org/0000-0001-9674-3949>

**Andrade, M.**

Polytechnic Institute of Castelo Branco

**Leal, N.**

Polytechnic Institute of Castelo Branco

**Fernandes, R.**

Polytechnic Institute of Castelo Branco

### **Resumo**

Foi objetivo da investigação caraterizar a rotina diária de um idoso, durante uma semana. O estudo baseou-se na realização de entrevistas narrativas e semi-estruturadas com registo audiovisual, elaboração de mapas diários de ocupação temporal, registos fotográficos, execução de mapas subjetivos da habitação e locais que frequenta e entrevista de inventário dos objetos pessoais. Efetuou-se ainda o acompanhamento nas tarefas quotidianas, pelos locais que habitualmente frequenta. Os dados obtidos foram categorizados em função das atividades realizadas, seguindo-se uma análise ao tempo dedicado a cada.

Da análise do plano diário de ocupação temporal verificamos que: o idoso costuma comprar um jornal todas as manhãs e fica por casa a tomar o pequeno-almoço. Diariamente permanece cerca de 8h em casa, a ler o jornal, ver notícias, refeições, ler livros e utiliza o computador para aceder à internet. Convive quase diariamente com amigos, nas idas ao café ou nos passeios pela região, à quarta-feira costuma ter um almoço com amigos e família e ao sábado tem reuniões com familiares. O fim de semana é semelhante à semana, iniciando o dia com a higiene pessoal, as horas de almoço permanecem as mesmas, e a diferença é que convive muito mais com os familiares e também realiza uma caminhada mais longa do que costuma realizar durante a semana.

Através da sua análise pode-se concluir que o idoso em estudo, é autónomo, ainda que tenha uma empregada para lhe realizar tarefas domésticas. Devido à sua idade (87 anos), não realiza qualquer tipo de atividade que exija esforço regular (“já há poucas atividades físicas que posso praticar” sendo este o motivo pelo qual quase não pratica atividade física), embora esteja consciente que a prática de atividade física seja importante para manter um estilo de vida saudável. Residente em meio urbano, passa a maior parte do tempo em casa, com horários estabelecidos para as refeições.

*Palavras-chave:* idoso; rotinas de vida; plano de ocupação temporal semanal; entrevista do decurso do dia; mapa subjetivo; entrevista do inventário.

# **COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO COMO DISCRIMINADOR PARA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM IDOSOS RESIDENTES NO INTERIOR DA BAHIA.**

**Thailan das Mercês Rodrigues**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0009-0003-8169-9051>

**Danilo Barbosa Moraes**

Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS), Feira de Santana, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0000-0001-9875-5468>

**Mell de Castro Santos**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0009-0003-0213-9268>

**Pablinne dos Santos Braga**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0009-0006-2779-0892>

**Sivanildo Ferreira Moreira**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0009-0009-7274-4053>

**Clarice Alves dos Santos**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0000-0002-2730-5117>

**Lélia Renata Carneiro Vasconcelos**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0000-0003-1209-4799>

**Saulo Vasconcelos Rocha**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0000-0001-8655-5151>



## Resumo

O comportamento sedentário (CS) refere-se a atividades de baixo esforço físico, o dispêndio excessivo de tempo nessas atividades pode aumentar o risco de hipertensão arterial sistêmica (HAS), principalmente em pessoas mais velhas. Objetivou-se no estudo identificar qual tempo gasto sentado no final de semana melhor discrimina a hipertensão arterial entre idosos residentes em municípios de pequeno porte. Estudo transversal, com 310 idosos (idade  $\geq 60$  anos), de ambos os sexos, residentes no município de pequeno porte da Bahia. Foram verificadas informações sobre características sociodemográficas; CS, avaliado por meio do Questionário Internacional de Atividade Física – IPAQ; aferição da pressão arterial por meio de um aparelho digital da marca Omron®. Para identificação do CS (total/dia) em finais de semana como discriminador de HAS, foi utilizada a análise da curva de (ROC) com IC95%. A média de idade dos sujeitos do estudo foi de  $71,62 \pm 8,15$  anos. O tempo médio de CS nos finais de semana foi de  $283,03 (\pm 240,00)$  min/dia e a prevalência de hipertensão arterial sistêmica foi de 64,2%. A área sob a curva ROC entre CS e a HAS foi de 0,59 (IC95%: 0,50-0,61) para ambos os sexos. O ponto de corte para discriminar a presença de HAS foi de 190 min/dia ou mais de CS nos fins de semana. Os resultados mostraram que o CS nos fins de semana é um indicador razoável para identificar a presença de HAS. Apesar disso, o tempo em CS deve ser monitorado, pois é reconhecidamente um indicador de risco importante. Recomenda-se o maior investimento em oferta de atividades de lazer ativo no intuito de desestimular o dispêndio de tempo em CS, principalmente nos finais de semana.

*Palavras-chave:* comportamento sedentário; hipertensão; idosos.

# **COMPORTAMENTOS SUICIDÁRIOS NOS IDOSOS: UM ESTUDO NO DEPARTAMENTO DE PSIQUIATRIA E SAÚDE MENTAL DA UNIDADE LOCAL DE SAÚDE DA GUARDA**

**Miguel Oliveira Camposana Pires**

Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental da Unidade Local de Saúde da Guarda | ORCID 0009-0006-  
0637-2720

**Mariana Barroso Fonseca**

Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental da Unidade Local de Saúde da Guarda

**Ana Salomé da Costa Pires**

Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental da Unidade Local de Saúde da Guarda

**Salomé Mouta**

Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental da Unidade Local de Saúde da Guarda | ORCID 0000-0002-  
0480-0262

**Mafalda Isabel da Fonseca Marinho Vaz Soares**

Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental da Unidade Local de Saúde da Guarda

**Juliana da Silva Nunes**

Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental da Unidade Local de Saúde da Guarda

## **Resumo**

Os idosos tentam o suicídio menos frequentemente que a população mais jovem, mas são mais bem-sucedidos na sua execução. Ademais, a maioria destes doentes apresenta o primeiro episódio depressivo aquando da tentativa e visitam o seu médico assistente no mês anterior à mesma. Assim, deve ser dada particular atenção aos idosos que apresentem sentimento de desesperança, agitação, sintomas psicóticos, isolamento, tentativas de suicídio prévias, entre outros. Procurou-se compreender o perfil dos doentes idosos com ideação suicida internados no Departamento de Psiquiatria e Saúde

Mental (DPSM) da Unidade Local de Saúde da Guarda (ULSG), com enfoque nos fatores sociodemográficos e clínicos.

Trata-se de um estudo observacional e retrospectivo com recolha de dados sociodemográficos e clínicos referentes aos doentes com idade  $\geq 65$  anos internados no DPSM da ULSG nos anos de 2022 e 2023 com manifestação de ideação suicida à admissão.

Dos 26 doentes identificados, 15 eram do sexo feminino (57,69%) e 11 do sexo masculino (42,31%). 76,92% apresentava sintomatologia depressiva e 34,62% ideação suicida estruturada aquando da admissão. Destaca-se que 8 foram admitidos após tentativa de suicídio, sendo a maioria destes do sexo feminino. A média da duração do internamento foi de 28,65 dias ( $DP=32.858$ ), e apenas 2 doentes assinaram alta contra parecer. 61,54% apresentava bom suporte social e 23,08% dos internamentos tratavam-se de casos sociais. No que concerne aos diagnósticos à data de alta, a maioria apresentava uma perturbação comportamental ou psicológica no contexto de demência (26,92%).

Este estudo destaca a importância de uma abordagem específica para idosos com ideação suicida, revelando a alta prevalência de sintomas depressivos e de tentativas prévias. Os dados sobressaem a necessidade de intervenções precoces e personalizadas para esta população, visando minimizar o risco suicidário e melhorar a sua qualidade de vida.

*Palavras-chave:* suicídio; envelhecimento; internamento

# **COMUNICAÇÃO EM SAÚDE DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: O CASO DO BRASIL E PORTUGAL**

**Mariana de Paula Oliveira**

Universidade Federal de Viçosa, Departamento de Serviço Social, Programa de Pós-graduação em Economia Doméstica. I ORCID: 0000-0001-6883-8553

**Carla Marina da Cunha Ribeirinho**

Universidade de Lisboa- Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas I ORCID: 0000-0003-2631-2347

**Simone Caldas Tavares Mafra**

Universidade Federal de Viçosa, Departamento de Serviço Social, Programa de Pós-graduação em Economia Doméstica I ORCID: 0000-0003-2247-2327

## **Resumo**

Nesta comunicação pretende-se destacar a relevância do envelhecimento populacional como um fenómeno demográfico consolidado, enfatizando a importância da saúde nesse contexto, juntamente com as mudanças sociais. Indaga-se sobre a influência da institucionalização de idosos na comunicação em saúde, abordando aspectos como participação, acesso e promoção da saúde. O objetivo deste estudo que está na base desta comunicação é compreender como se efetiva a comunicação em saúde com idosos institucionalizados no cenário brasileiro e português, na perspectiva do envelhecimento ativo. No delineamento metodológico se propõe a realização de uma revisão integrativa sobre a comunicação em saúde no contexto da institucionalização de idosos referente aos meios e atores envolvidos. Serão utilizadas as seguintes bases de dados para as buscas de artigos científicos: BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), SciELO, Lilacs, Sciencedirect, RCAAP (Repositório Científico de Acesso Aberto de Portugal). Os dados serão coletados e anexados no software StArt (State of the Art through Systematic Review) criado pelo Laboratório de Pesquisa em Engenharia de Software (LAPES), do Departamento de Ciência da Computação da Universidade Federal de São Carlos. A análise de dados qualitativos será realizada através da Análise de Conteúdo com auxílio do software livre IRaMuTeQ. Os resultados esperados deste estudo possibilitarão uma

compreensão profunda da comunicação em saúde entre idosos institucionalizados, situada no âmbito das estratégias de saúde. Espera-se identificar obstáculos e oportunidades nessa comunicação, abordando aspectos como engajamento, acessibilidade e promoção da saúde. Também se procura entender como a institucionalização afeta essa comunicação, contribuindo para a formulação de estratégias de saúde mais adequadas. Uma análise abrangente consolidará o conhecimento existente, orientando futuras pesquisas e intervenções. Diretrizes para melhorar a comunicação de idosos institucionalizados serão propostas, destacando métodos e atores envolvidos. Os resultados poderão beneficiar a qualidade dos serviços de saúde para esse grupo, promovendo um envelhecimento cada vez mais ativo e saudável.

*Palavras-chave:* comunicação em saúde; idosos institucionalizados; envelhecimento ativo; revisão integrativa.

# **COMUNIDADES URBANAS ECO SOCIAIS APOIADAS PELA TECNOLOGIA: OPORTUNIDADES PARA O ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL**

**Elisabete Raquel Simão Pitarma**

Universidade de Coimbra (UC), Mestranda em Intervenção Social, Inovação e Empreendedorismo  
(MISIE) | ORCID ID: 0000-0001-7042-7366

**Maria Helena Gomes dos Reis Amaro da Luz**

Universidade de Coimbra (UC), Centro de Estudos Interdisciplinares da Universidade de Coimbra  
(CEIS20), Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação (FPCE/UC) | Observatório de Cidadania e  
Intervenção Social (OCIS) | ORCID ID: 0000-0003-1592-0953

**Cristina Vanessa Coimbra Nunes**

Universidade de Coimbra (UC), Centro de Estudos Interdisciplinares da Universidade de Coimbra  
(CEIS20), Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação (FPCE/UC) | Observatório de Cidadania e  
Intervenção Social (OCIS) | ORCID ID: 0000-0002-4153-547X

## **Resumo**

O envelhecimento populacional e a urbanização constituem desafios do presente que convocam as comunidades urbanas a integrar ações responsivas promotoras do envelhecimento ativo e saudável (EAS), beneficiando da natureza e da tecnologia.

Este estudo deteve como objetivo aprofundar a conceção do EAS equacionando a diversidade de elementos ecológicos urbanos contextuais e digitais necessários para apoiar a saúde e o bem-estar das pessoas idosas. Em termos específicos pretende-se: discutir as abordagens que centralizam os ambientes urbanos saudáveis e inteligentes como determinantes do EAS; elencar as vertentes ecológicas (contextos naturais) que nas comunidades urbanas influenciam a capacidade de se envelhecer de forma saudável; destacar o potencial da tecnologia em áreas urbanas públicas na sua relação com a promoção de estilos de vida ativos e saudáveis. Foi desenvolvida uma reflexão teórica assente numa revisão da literatura e análise documental sobre a evidência científica da influência da natureza e tecnologia para o EAS.

Destacam-se as oportunidades oriundas da natureza para promover o EAS em ambientes urbanos saudáveis e inteligentes. Tal inclui a presença de espaços verdes com

integridade ecológica, acessíveis, infraestruturas apropriadas, entre outras e a integração de tecnologias digitais para promoção do EAS.

Como conclusão destacamos a importância de apoiar estratégias para beneficiar de ambientes naturais em áreas urbanas tendo as tecnologias digitais como suporte, traduz um imperativo que pontua a favor do EAS.

*Palavras-chave:* comunidades urbanas; intervenção eco social; tecnologia; envelhecimento ativo e saudável (EAS)

# CONCEÇÃO DO POSTO DE TRABALHO, ROTATIVIDADE E SATISFAÇÃO PROFISSIONAL NO SECTOR SOCIAL

**Liliana Faria**

Universidade do Algarve | <https://orcid.org/0000-0001-8510-552X>

**Luís Andrade**

Universidade Europeia | <https://orcid.org/0000-0001-8615-5473>

**Maria Pilar Faustino**

Universidade Europeia

## **Resumo**

As organizações procuram abordagens inovadoras para lidar com as mudanças nos vários ambientes de trabalho, especialmente em relação à saúde mental dos trabalhadores. É fundamental que as organizações bem-sucedidas tenham colaboradores satisfeitos, pois a satisfação profissional desempenha um papel significativo na saúde mental.

No setor social, as organizações enfrentam responsabilidades adicionais. Embora os trabalhadores possam estar satisfeitos com os seus empregos, a natureza do trabalho pode levá-los a considerar a possibilidade de deixar o emprego, afetando a sua permanência e motivação. Realizou-se um estudo para analisar as relações entre a conceção do posto de trabalho, a satisfação no trabalho e a intenção de rotatividade entre os trabalhadores do setor social.

A hipótese de que a conceção do trabalho influenciaria a intenção de rotatividade, mediada pela satisfação no trabalho, foi testada com 105 trabalhadores do setor social, a maioria mulheres (87,6%) e com habilitações correspondentes ao Ensino Secundário (33,3%). A análise mostrou que a satisfação no trabalho é um mediador significativo entre a conceção do trabalho e a intenção de rotatividade.

Estes resultados destacam a importância de as organizações adotarem uma visão ampla das características do local de trabalho, visando melhorar o bem-estar dos colaboradores e promover um ambiente de trabalho saudável e produtivo, com especial



atenção à saúde mental dos trabalhadores. É crucial que os gestores de recursos humanos desenvolvam ações para fortalecer a percepção das características do trabalho, adaptadas às necessidades específicas da organização.

*Palavras-chave:* trabalhadores do setor social; concepção do posto de trabalho; satisfação no trabalho; intenções de rotatividade; saúde mental

# **CUIDADO E RESPONSABILIDADE COMO FUNDAMENTOS DO AGIR ÉTICO-POLÍTICO NAS POLÍTICAS PÚBLICAS DE ACOLHIMENTO RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS**

**Joana Filipa Garcia Figueiredo Carrera**

Centro Lusíada de Investigação em Serviço Social e Intervenção Social | ORCID ID: 0000-0003-1022-0077

## **Resumo**

É num contexto atual acentuadas vulnerabilidade sociais que os Assistentes Sociais desenvolvem a sua intervenção com as pessoas idosas. Este artigo parte dos conceitos de Ética da Responsabilidade e do Cuidado, visando apresentar uma reflexão crítica do Serviço Social sobre as políticas públicas de acolhimento residencial para pessoas idosas, concretamente a resposta social Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.

Esta reflexão teórico-conceptual suporta-se na revisão de literatura sobre as noções da Ética da responsabilidade e do cuidado como resposta, particularmente articulada com a intervenção dos assistentes sociais e as políticas de acolhimento residencial. Recorreu-se ainda a documentos legais que permitissem estabelecer um quadro evolutivo dos normativos no âmbito da resposta social, Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.

Salienta-se a importância da Responsabilidade e do Cuidado como possibilidade de construção de um novo paradigma ético na formulação e adequação da política pública de acolhimento residencial para pessoas idosas, resgatando a centralidade da Pessoa e do respeito pela dignidade Humana.

*Palavras-chave:* cuidado; dignidade humana; estrutura residencial para pessoas idosas; pessoas idosas; políticas públicas

# **CUIDAR DA ESPIRITUALIDADE DA PESSOA IDOSA: UMA REVISÃO NARRATIVA**

**Vera Filipa da Silva Bizarro**

ULS Coimbra – UCC Coimbra Saúde | ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6595-0507>

**Cristina Isabel Gaspar Santos**

ULS Leiria – USP Leiria | ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5248-8779>

**Júlia Maria Avelar Santos**

ULS Coimbra – UCSP de Ansião | ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-7300-6743>

## **Resumo**

O envelhecimento é um processo natural da vida dos humanos. Inclui diferentes dimensões que incluem: física, psicológica, social e espiritual. Nesta fase da sua vivência é normal que a Pessoa se questione, tenha dúvidas em situações de conflitos, sofrimento ou solidão sobre o sentido da sua vida, pelo que, o cuidar da dimensão espiritual é crucial. Este estudo pretendeu demonstrar a importância da espiritualidade para a Pessoa Idosa, partindo da questão de investigação: Qual a importância da espiritualidade para a Pessoa Idosa?

Recorreu-se a uma pesquisa via B-ON, com os descritores “Idoso” e “Enfermagem” e “Espiritualidade” e via EBSCOhost (CINAHL Complete, MEDLINE Complete, MedicLatina) com os descritores “older or aged”; “spirituality” e “nursing”.

Na perspetiva da Pessoa Idosa, a espiritualidade ajuda a superar as dificuldades, principalmente quando se trata dos problemas de saúde, pois proporcionam esperança e aceitação (Costa et al., 2020).

A leitura do livro sagrado, rezar o terço e a oração são estratégias de resiliência utilizadas para enfrentar de situações desfavoráveis, a recuperação da saúde, a proteção Pessoal e familiar e, a vivência de uma velhice satisfatória (Reis & Menezes, 2017).

Importa referir que da análise dos achados, os enfermeiros não estão envolvidos no cuidado espiritual (Costa et al., 2020), o que é corroborado pelo estudo de Castañeda

Flores & Guerrero Castañeda (2019) no qual as Pessoas Idosas consideram que não recebem apoio espiritual pela equipa de enfermagem durante o internamento.

A espiritualidade é uma dimensão íntima e fundamental para a qualidade de vida e bem-estar da Pessoa Idosa, principalmente no caso de doenças graves e solidão. O Enfermeiro deve estar capacitado para entender e cuidar da dimensão espiritual da Pessoa, indo ao encontro das suas crenças, conhecendo as diferenças culturais e implementando intervenções que promovam o bem-estar e o conforto espiritual.

*Palavras-chave:* enfermagem; pessoa idosa; espiritualidade.

# **CUIDADOR (IN)FORMAL NO ENVELHECIMENTO EM PORTUGAL**

**Sofia Pinto Bernardino**

Unidade Local de Saúde de Trás-os-Montes e Alto Douro | ORCID ID: 0000-0002-9612-7182

**Cátia Sofia Rodrigues**

Unidade Local de Saúde de Trás-os-Montes e Alto Douro ORCID ID: 0009-0008-7127-9551

## **Resumo**

As alterações sociodemográficas atuais e o aumento crescente do número de pessoas dependentes no domicílio, implicam mudanças nas políticas de saúde, onde os Cuidadores Informais (CI) assumem um importante papel como aliados da equipa de saúde (Martins & Santos, 2020). Portugal é um dos países mais envelhecidos da Europa e do Mundo, em que as pessoas idosas, apresentam elevada carga de doença e dependência. Necessitando de apoio de um CI, sendo na sua globalidade familiares, que não estão preparados para prestarem este tipo de cuidados (Godinho, Canais e Saruga, 2022). Objetivo: Identificar vulnerabilidades e fragilidades do cuidador informal no envelhecimento em Portugal, após aprovação do novo estatuto de cuidador informal O método utilizado, com base numa análise reflexiva a partir de publicações sobre a temática.

Com recurso à técnica Rapid Review apresentada pelo Cochrane em 2020 (Garritty, et al., 2021) como “uma forma de síntese de conhecimento que acelera o processo de condução de uma revisão sistemática tradicional por meio da simplificação ou omissão de métodos específicos para produzir evidências” (p. 1).

Os estudos foram identificados pela pesquisa realizada no dia 10 de setembro de 2023 nas bases de dados utilizando a combinação de vários termos MeSH. Os resultados mais destacados são a alteração da rotina; ser cuidador idoso sem conhecimentos; e desequilíbrio emocional e físico. Portanto, é possível identificar a permanência domiciliar, isolamento social, deixando o vulnerável a população com dependência psicológica e física associada à própria condição fisiológica do envelhecimento. Os Cuidadores Informais têm sobrecarga elevada e necessitam dos profissionais de saúde, nomeadamente por apresentarem défices de conhecimento e competências práticas

que lhe permita satisfazer as necessidades da pessoa dependente, principalmente quando esse cuidador também é idoso, com características e necessidades semelhantes às dos idosos dependentes. Resumidamente há necessidade de investimento na capacitação da pessoa e do cuidador para a realização das atividades da vida diárias, e acima de tudo, apoiar o cuidador informal.

*Palavras-chave:* cuidadores informais; envelhecimento; saúde; sobrecarga do cuidador

#### **Referências Bibliográficas**

- Garritty, C., Gartlehner, G., Nussbaumer-streit, B., King, V., Hamel, C., Kamel, C., Affengruber, L., & Stevens, A. (2021). Cochrane Rapid Reviews Methods Group offers evidence-informed guidance to conduct rapid reviews. *Journal of clinical epidemiology*, 130, 13 – 22. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2020.10.007>
- Martins R, Santos C. (2020). Capacitação do cuidador informal: o papel dos enfermeiros no processo de gestão da doença. *Gestão e Desenvolvimento*, 31(28) 117-37. <https://doi.org/10.34632/gestaoedesenvolvimento.2020.9468>
- Santos W, Freitas F, Sousa V, Oliveira A, Santos J. Sobrecarga de cuidadores idosos que cuidam de idosos dependentes. *Revista Cuidarte*. 2019;10(2):564-8. <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.v10i2.607>

# **CUIDADOS AO DOENTE IDOSO COM CANCRO: DESAFIOS NUMA ERA DIGITAL**

**Magda Ramos**

Escola Superior de Saúde da Universidade do Algarve – Área Departamental de Radiologia/Imagem  
Médica e Radioterapia I Clínica de Radioncologia do Algarve, Joaquim Chaves Saúde, Faro, Portugal I  
<https://orcid.org/0000-0002-2795-2920>

**Nélia Gaudêncio**

Escola Superior de Saúde da Universidade do Algarve – Área Departamental de Radiologia/Imagem  
Médica e Radioterapia I <https://orcid.org/0000-0003-4545-5722>

**Ana Bárbara**

Escola Superior de Saúde da Universidade do Algarve – Área Departamental de Radiologia/Imagem  
Médica e Radioterapia I Unidade Local de Saúde do *Algarve-Hospital de Faro*, Portugal I  
<https://orcid.org/0000-0001-7465-7724>

**Rui Almeida**

Escola Superior de Saúde da Universidade do Algarve – Área Departamental de Radiologia/Imagem  
Médica e Radioterapia I Comprehensive Health Research Centre (CHRC) I <https://orcid.org/0000-0001-7524-9669>

**António Abrantes**

Escola Superior de Saúde da Universidade do Algarve – Área Departamental de Radiologia/Imagem  
Médica e Radioterapia I Centro Interdisciplinar de Ciências Sociais (CICS.NOVA-UÉvora) I  
<https://orcid.org/0000-0002-7792-678X>

## **Resumo**

O envelhecimento crescente da população portuguesa, o aumento da prevalência de doenças crónicas, tal como o cancro emerge a necessidade de melhorar a informação e prevenção dado que pelo menos 40% de todos os casos de cancro poderiam ser evitados dessa forma (Bray et al., 2024; Moreira, 2020; Carvalho, 2021; Pimentel et al., 2021). As disparidades de género e as desigualdades socioculturais devem ser consideradas ao elaborar políticas de envelhecimento. O acesso restrito à internet e a falta de

conhecimento sobre novas tecnologias são obstáculos importantes para os idosos, tornando-os mais propensos à exclusão digital e, por extensão, à exclusão social. Nesse contexto, a adoção de tecnologias simples e acessíveis é vista como um processo de mitigar esses desafios, melhorar o acesso à informação e promover uma maior capacidade de interação com os cuidados de saúde, numa população com ainda baixo nível de escolaridade, em que a probabilidade de morrer com cancro é mais elevada no interior de Portugal (Parlamento Europeu, 2021; PORDATA, 2022; Costa, 2020).

Este estudo deteve como objetivo analisar as estratégias e os desafios dos profissionais de saúde na promoção da literacia em saúde numa sociedade digital em grupos mais idosos e com doença oncológica. Através da revisão de literatura, foram identificados artigos originais em inglês e/ou português, de livre acesso, publicados entre 2019 e 2024. Foram encontradas iniciativas para melhorar a literacia em saúde entre idosos com cancro, incluindo intervenções educacionais para capacitar idosos na gestão de recursos digitais tornando-os mais eficientes na gestão da sua saúde e doença.

Os profissionais de saúde desempenham um papel na promoção da literacia em saúde entre os idosos com cancro na era digital. Contudo, os avanços tecnológicos e inovações digitais apresentam desafios na acessibilidade e equidade no acesso a esses recursos, os quais são essenciais para melhorar os resultados em saúde.

*Palavras-chave:* envelhecimento; saúde; cancro; tecnologia; literacia

#### **Referências bibliográficas**

- Bray, F., Laversanne, M., Sung, H., Ferlay, J., Siegel, R. L., Soerjomataram, I., & Jemal, A. (2024). Global cancer statistics 2022: GLOBOCAN estimates of incidence and mortality worldwide for 36 cancers in 185 countries. *CA: A Cancer Journal for Clinician*. <https://doi.org/10.3322/caac.21834>
- Carvalho, S. (2021) *Envelhecimento e cancro: Revisão sistemática*. Repositório Científico do Instituto Politécnico do Porto <http://hdl.handle.net/10400.22/19690>
- Costa, F. L. D. (2020). *Como adoecem os portugueses*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Moreira, M. J. G. (2020). *Como envelhecem os portugueses: Envelhecimento, saúde, idadismo*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Parlamento Europeu. (2021, junho 4). *Um Velho Continente a Envelhecer - Possibilidades e Desafios Relacionados com a Política de Envelhecimento após 2020* (PE657.302v02-00). Relatório Documento de Sessão sobre um Velho Continente a Envelhecer - Possibilidades e Desafios



Relacionados com a Política de Envelhecimento após 2020 (2020/2008(INI)). Comissão do Emprego e dos Assuntos Sociais.

Pimentel, F. L., Veríssimo, M., Oliveira, C., Soares, J., Sousa, G., Martinho Da Silva, P., Vilaverde Cabral, M., & Lopes Ferreira, P. (2021). Cancer Network for Welfare Aging (NEWAYS): Estratégias para Otimizar os Cuidados ao Doente Idoso com Cancro. *Medicina Interna*, 334-336 Páginas. <https://doi.org/10.24950/PV/6/19/4/2020>

Pordata (2022). *Índice de Envelhecimento*. [consultado 03/04/2024] acesso em <https://www.pordata.pt/publicacoes/infografias/como+envelhecem+os+portugueses+-195>

# **CUIDADOS DE SAÚDE ORAL EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS DEPENDENTES**

**Patrícia Sofia Soares Couto**

Centro de Investigação Interdisciplinar em Saúde (CIIS), Universidade Católica Portuguesa, 3504-505  
Viseu, Portugal | Orcid - 0000-0002-0512-9757

**Ana Filipa Prata Gouveia Monteiro**

Faculdade de Medicina Dentária, Universidade Católica Portuguesa, 3504-505 Viseu, Portugal

**Nélio Jorge Veiga**

Centro de Investigação Interdisciplinar em Saúde (CIIS), Universidade Católica Portuguesa, 3504-505  
Viseu, Portugal | Orcid - 0000-0001-6288-0435

## **Resumo**

Segundo a Organização Mundial de Saúde a população mundial está progressivamente mais envelhecida sendo, por isso, o processo de envelhecimento um novo desafio para a saúde pública contemporânea. Em idosos dependentes, a higiene e saúde oral é da responsabilidade dos cuidadores, sendo necessário que estes possuam conhecimentos sobre as alterações fisiológicas decorrentes do envelhecimento e ainda sobre as condições patológicas e seus fatores predisponentes. Este estudo pretendeu avaliar os conhecimentos sobre saúde oral dos cuidadores e auxiliares de ação médica, de idosos institucionalizados dependentes. Materiais e métodos: Para tal, foi realizado um estudo observacional transversal, a uma amostra de 54 cuidadores de três lares do distrito de Viseu. A recolha de dados foi realizada através da aplicação de um questionário aos cuidadores de idosos institucionalizados. A análise estatística foi efetuada através do programa estatístico IBM SPSS Statistics 23<sup>®</sup>. A grande maioria dos cuidadores sabe o que é uma cárie dentária (32,6%) e entende o conceito de placa bacteriana (83,3%). Relativamente à higiene oral de idosos com poucos ou nenhuns dentes, 68,5% dos cuidadores higienizam a gengiva com compressas. Verificou-se que 92,6% fazem o descanso noturno da prótese dos idosos a seu cargo. 38,9% realiza 1 vez por dia a higiene oral dos idosos dependentes; 51,9% utiliza escova e pasta dentífrica; 42,6% não utiliza

nenhum complemento de higiene oral; 77,8% hidrata a cavidade oral uma vez por turno e 63% dos cuidadores refere não existirem protocolos de higiene oral nas suas instituições. Os lares de idosos não apresentam protocolos específicos para a higiene oral, no entanto os cuidadores possuem alguns conhecimentos de saúde e higiene oral, mas que não são específicos para idosos dependentes.

*Palavras-chave:* idosos dependentes; saúde oral; cuidadores.

## **DESAFIOS DA MANIA NO IDOSO: A PROPÓSITO DE UM CASO CLÍNICO**

**Carlos Eduardo Miguelote de Pinho Monteiro**

Unidade Local de Saúde de Braga I <https://orcid.org/0000-0001-5144-0717>

**Ana Matilde Silva Gomes**

Unidade Local de Saúde de Braga I <https://orcid.org/0000-0002-4514-461X>

**Rita Sofia Lopes de Dios**

Unidade Local de Saúde de Braga I <https://orcid.org/0009-0002-8453-3914>

**Sónia Soraia Dias Azenha**

Unidade Local de Saúde de Braga I <https://orcid.org/0009-0008-4516-7193>

### **Resumo**

Este estudo pretendeu descrever um caso clínico de primeiro episódio de mania em idade geriátrica e discutir os desafios destes episódios, com recurso a um relato de caso e revisão de literatura na PubMed. Homem de 70 anos, sem antecedentes psiquiátricos, levado ao Serviço de Urgência por familiares por quadro de elação do humor, aumento do débito do discurso e da atividade dirigida a objetivos e insónia com 10 dias de evolução. Iniciara nos últimos meses terapêutica com sertralina e prednisolona. Foi internado no Serviço de Psiquiatria onde fez estudo para pesquisa de causas secundárias de mania, suspendeu sertralina e prednisolona e iniciou tratamento com risperidona e lorazepam. Teve alta após 13 dias, com melhoria dos sintomas, admitindo-se episódio de mania iatrogénico. À reavaliação em consulta, após 20 dias, apresentava-se psicopatologicamente estável. A menor reserva cognitiva e comorbilidades que aumentam a fragilidade e implicam muitas vezes polimedicação e alterações metabólicas, tornam os idosos mais suscetíveis a mania secundária e aos seus efeitos deletérios. A mania em idade geriátrica tem uma apresentação atípica o que, juntamente com situações mais frequentes de vulnerabilidade e isolamento social, torna mais difícil a sua deteção precoce, atrasa a intervenção e piora o prognóstico. Nesta população, o diagnóstico diferencial é mais extenso, incluindo doença bipolar de

surgimento tardio, delirium, mania secundária a iatrogenia, demências e outras patologias não psiquiátricas.

Com o envelhecimento da população, os casos de mania em idade geriátrica são mais frequentes. Vários fatores contribuem para uma maior suscetibilidade da população idosa a episódios de mania, para a sua detecção tardia e para efeitos deletérios mais acentuados a nível pessoal e sociofamiliar. O papel de cuidadores, familiares e conviventes na detecção e acompanhamento destes doentes é determinante pelo que a intervenção deve incluir, para além de farmacoterapia, estratégias de psicoeducação, intervenção psicossocial, familiar e farmacológica.

*Palavras-chave:* doença bipolar, envelhecimento, geriatria, mania, vulnerabilidade.

# **DESAFIOS DO TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA NA POPULAÇÃO IDOSA**

**Angela Thayssa Durans Amaral**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte | ORCID 0009-0001-3144-8532

**Angelo Maximo Soares de Araujo Filho**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte | ORCID 0000-0002-1742-2205

**Ana Elza de Oliveira Mendonça**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte | ORCID 0000-0001-9015-211X

**Clemer Mateus Gomes Teixeira**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte | ORCID 0009-0005-8065-1771

**Ítalo Henrique Martins Correa**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte | ORCID 009-0007-2610-1669

**Jessica Roberts Fonseca**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte | ORCID 0009-0004-6381-6055

**João Carlos Romano Rodrigheiro Junior**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte | ORCID 0009-0008-4694-0272

**Josiane Pereira dos Santos**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte | ORCID 0009-0001-2668-2535

**Júlia Danielle de Medeiros Leão**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte | ORCID 0009-0008-3235-3739

**Leila Medeiros de Azevedo**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte | ORCID 0009-0004-8679-0978

**Rita de Cássia Azevedo Constantino**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte | ORCID 0000-0002-5210-726X

## **Resumo**

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é frequentemente associado a crianças e jovens, mas não obstante, tem se falado do adulto autista. Contudo, nesse mesmo aspecto, o idoso autista ainda é negligenciado quando se fala em diagnóstico tardio, tratamento, reabilitação psicossocial e apoio familiar e social. Nesse ínterim, o processo de envelhecer de pessoas com deficiência têm sido um assunto cada vez mais debatido na sociedade. Faz-se necessário entender as particularidades inerentes a essa condição e investigar de que maneira essa população tem enfrentado com o processo do envelhecimento. Este estudo teve como objetivo identificar os desafios enfrentados pela população idosa com TEA no processo de envelhecer. Trata-se de uma revisão bibliográfica, do tipo revisão narrativa da literatura. As bases de dados empregadas foram PUBMED e MEDLINE. As buscas incluíram as palavras “transtorno do espectro autista”, “autismo” e “envelhecimento”, além de seus termos em inglês “autism spectrum disorder”, “autism” and “aging”. Encontrados 114 artigos na PUBMED e 55 na MEDLINE, no período entre 2019 e 2024. Para esse estudo foram selecionados 26 artigos. Os idosos autistas enfrentam desafios específicos relacionados ao processo de envelhecer, como o declínio cognitivo e as mudanças na saúde física. Nas pessoas idosas, os sintomas do TEA podem ser diferentes, dificultando o diagnóstico precoce que permite a possibilidade de terapias com medicamentos, para diminuir os sintomas. Além disso, o diagnóstico tardio implicará na diminuição da autonomia e da convivência com os demais. É essencial que haja uma maior conscientização sobre o idoso autista e criadas estratégias de apoio para essa população, a fim de compreender suas necessidades, uma vez que o TEA tem sido negligenciado em adultos mais velhos. Torna-se importante reconhecer essas diferenças e oferecer suporte adequado para ajudá-los a lidar com essas dificuldades e assim melhorar sua qualidade de vida.

*Palavras-chave:* autismo; envelhecimento; pessoa idosa.

# **DESENVOLVIMENTO DE UM PROGRAMA EDUCATIVO NO COMBATE À FRAGILIDADE SÉNIOR**

**Ricardo Filipe da Silva Pocinho**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais I Centro Interdisciplinar de  
Ciências Sociais (CICS.NOVA) I ORCID ID: 0000-0003-1307-5434

**Sílvia Clara Laurido Silva**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais I ORCID ID: 0000-0002-  
4215-2999

**Rui Miguel Duarte Santos**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais I Centro Interdisciplinar de  
Ciências Sociais (CICS.NOVA) I ORCID ID: 0000-0002-0473-8497

**Cristóvão Adelino Fonseca Franco Ribeiro Margarido**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais I Centro Interdisciplinar de  
Ciências Sociais (CICS.NOVA) I ORCID ID: 0000-0002-2479-5114

**Sara Maria de Oliveira Gordo**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Saúde de Leiria I Center for Innovative Care and  
Health Technology (ciTechCare) I ORCID ID: 0000-0002-9578-9520

## **Resumo**

A fragilidade refere-se a um estado de maior vulnerabilidade que aumenta o risco de alterações de saúde, como dependência, quedas, perda de memória, hospitalização, institucionalização e morte. Este estudo detém como objetivos desenvolver um programa educativo de atividades estímulo numa amostra de 100 idosos não-institucionalizados e por isso residentes no seu domicílio e avaliar o seu efeito na fragilidade global, psicológica e social. O presente estudo encontra-se dividido em três etapas: avaliação multidimensional inicial T0 já efetuada no início de 2024, avaliação intermédia T1 e reavaliação T2, após 12 meses de intervenção, através do TFI – Índice de Fragilidade de Tilburg validado para a população portuguesa e de um questionário



sociodemográfico e clínico. Todos os participantes encontram-se a usufruir de um conjunto de atividades nomeadamente de i) estimulação físico-motora através ginástica, aulas de movimento, yoga e Zumba sénior; ii) estimulação cognitiva com treino de memória, atenção/concentração, orientação e funções executivas); iii) estimulação multissensorial através de música, trabalhos manuais, escrita, fotografia e teatro); iv) alfabetização digital, e v) saúde e bem-estar através de testes de deteção e ações de sensibilização sobre prevenção de quedas, como agir em caso de SOS...)

Esperamos que os resultados obtidos, venham a indicar a importância do desenvolvimento de programas de prevenção que sejam capazes de combater a fragilidade para que os idosos mantenham a qualidade de vida no domicílio pelo maior tempo possível, evitando e/ou retardando a institucionalização.

*Palavras-chave:* fragilidade; programa educativo; envelhecimento no domicílio

# **DIREITOS DA PESSOA IDOSA: ESTUDO DE CASO EM FORTALEZA, CEARÁ.**

**Mônica Braúna Leão da Costa**

Escola Superior de Saúde de Leiria | CitechCare

**Patrícia de Abreu Viana**

Ordem dos Advogados do Brasil, CE

**José Oscélio Forte Ramos Júnior**

Ordem dos Advogados do Brasil, CE

**Ana Rita Braúna Alencar**

Ordem dos Advogados do Brasil, CE

## **Resumo**

O envelhecimento demográfico no Brasil é uma realidade que tem configurado desafios no contexto da saúde, a nível político-social e domínio económico, onde emergem maiores necessidades de cunho jurídico e legal. A Comissão dos Direitos da Pessoa Idosa (CDPI), sediada na Ordem dos Advogados do Brasil- Secção Ceará (OAB-CE), tem como missão propiciar, por meio de suas deliberações coletivas, condições propícias à formulação, implementação, avaliação e fiscalização da Política Pública de Atendimento, e defesa dos Direitos da Pessoa Idosa, em conformidade com o Estatuto do Idoso (Lei nº 10 741 de 1 º de outubro de 2003) e a Política Nacional do Idoso (Lei nº 8 842 de 04 de janeiro de 1994). Este trabalho tem como objetivo divulgar as atividades implementadas pela CDPI no mandato de 2022-2024. Adotou-se a metodologia participativa e observacional como ferramenta diagnóstica, no período de janeiro a dezembro de 2023 no município de Fortaleza. Os resultados indicam a importância da proximidade da CDPI à comunidade local como Associações, Ministério Público, Lares e Centros de Convívio, Núcleos Comunitários, Secretarias Regionais e a população idosa na disseminação de informação e implementação de ações acerca dos direitos das pessoas idosas no cumprimento da lei. Foi possível realizar 3 campanhas de sensibilização e conscientização sobre a demência de Alzheimer e combate à violência contra a pessoa idosa, além de 15 participações de carácter científico e organizacional. O uso de

metodologias participativas no planeamento e avaliação de ações comunitárias constituíram um processo efetivo na proximidade da CDPI com a população idosa e entidades de caráter pública e privada.

*Palavras-chave:* idoso; direito; sociedade

# **EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE NA ABORDAGEM DOS CUIDADOS EM FIM DE VIDA E PROCESSO DE LUTO EM ESTRUTURAS RESIDENCIAIS PARA IDOSOS**

**Maria Helena Rodrigues de Magalhães**

Enfermeira, Especialidade Médico-cirúrgica I ORCID: 0009- 0003-4845-110X

**Andreia Sofia Cruz Coutinho**

Médica Especialidade Medicina Geral e Familiar I ORCID: 0009-0008- 0060-832X

**Beatriz Carreira Figueiredo**

Aluna de estágio curricular de Gerontologia Social da ESEC I ORCID: 0009- 0002-9684-922X

**João Pedro Cruz Batata**

Osteopata I ORCID: 0009-0003-7152-4469

**Luísa de Jesus Empis**

Psicóloga Clínica I ORCID: 0009-0004-6489-5445

**Mónica Margarida Gonçalves Guardado**

Diretora Técnica, Farmacêutica, Especialidade Farmácia Hospitalar I ORCID: 0009-0009-5017-8345

## **Resumo**

Este estudo retrata a implementação e avaliação de um programa de educação para a saúde direcionado à equipa de uma estrutura residencial para idosos (ERPI), abordado os cuidados em fim de vida e o processo de luto. Tem como objetivo capacitar os profissionais para lidar de forma mais eficaz e humanizada com esses aspetos sensíveis do acto de cuidar nestes contextos. Este trabalho incluiu sessões educativas teóricas e práticas, sobre cuidados em fim de vida. Foram realizadas palestras, estudos de caso e simulações de situações reais para promover a compreensão da equipa sobre a comunicação empática, a avaliação e controle sintomático da dor e outros sintomas, o planeamento dos cuidados e a importância do conforto e posteriormente suporte ao processo de luto. Foi aplicado um questionário de avaliação.

Resultados:

Os resultados revelaram uma melhoria significativa na compreensão e na habilidade da equipa em lidar com questões relacionadas ao fim de vida e com o luto. Os participantes demonstraram maior empatia e sensibilidade ao lidar com os residentes em situações de fim de vida, refletindo-se numa melhoria na qualidade dos cuidados e do suporte emocional oferecido tanto aos residentes quanto às suas famílias. Além disso, observou-se uma redução no stress da equipa no que concerne o fim de vida.

Ressalta-se a importância de investir na educação contínua das equipas das ERPI, conforme realçado por autores Bernacki et al. (2015) e Selman et al. (2018). A capacitação em cuidados em fim de vida e suporte ao luto melhora a qualidade dos cuidados, fortalece o bem-estar dos profissionais e a cultura organizacional. Ao integrar esses aspetos na prática diária, é possível cuidar de forma mais humana e digna os residentes nos seus momentos finais, assim como suporte adequado aos seus familiares.

*Palavras-chave:* educação; qualidade; fim-de-vida.

# **EFFECT OF A DUAL-TASK TRAINING PROTOCOL ON PHYSICAL AND COGNITIVE PERFORMANCE IN OLDER ADULTS IN HOMES FOR THE AGED: A RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL**

**Bruno Miguel Teixeira Queirós**

Unidade Local de Saúde do Alentejo Central | Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa,  
Instituto Politécnico de Lisboa | brunomqueiros@gmail.com | ORCID: 0000-0002-1519-4958

**Luísa Maria dos Reis Pedro**

Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa, Instituto Politécnico de Lisboa |  
luisa.pedro@estesl.ipl.pt | ORCID: 0000-0002-4956-7388

**Elisabete Teresa da Malta Almeida Carolino**

Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa, Instituto Politécnico de Lisboa |  
etcarolino@estesl.ipl.pt | ORCID: 0000-0003-4165-7052

## **Abstract**

The main objective was to determine the effect of an intervention protocol with dual-task training integration siosLIFE™ in homes for the aged in older adults with cognitive impairment on physical performance and cognitive function. The experimental study with older adults (n=84) that met the inclusion criteria (n=37) were randomly allocated into two groups, control (n=21) and experimental (n=16). The experimental group was subjected to an intervention protocol with dual-task training (with six weeks of physical exercise plus six with the integration of siosLIFE™) for 12 weeks, three times a week, on non-consecutive days, 60 minutes per session. Patients in the control group received usual services. Three evaluation moments were carried out: 1<sup>st</sup>, 6<sup>th</sup> and 12<sup>th</sup> weeks. The assessment instruments that were used were: Montreal Cognitive Assessment and Physical Performance Test. The study was undertaken in homes for the aged in Alentejo, Portugal. The intervention protocol showed a positive effect on cognitive functions (p=0.002), visuospatial ability (p=0.011), language (p=0.041) and physical performance. Physical exercise seems to improve cognitive functions (p=0.022), physical performance (p=0.000), language (p=0.035) and orientation (p=0.047). The inclusion of siosLIFE™ potentiated these improvements. This is one of the first studies that uses siosLIFE™ in a physiotherapy intervention protocol for dual-task training. The intervention protocol

was shown to have a positive effect on older adults in homes for the aged in cognitive and physical functions, potentiated with siosLIFE™ integration.

*Keywords:* dual-task; older adults; cognitive impairment; physical performance; siosLIFE™.

# **EFFECTS OF A 20-WEEK PILATES METHOD EXERCISE PROGRAM FOR IMPROVING TRUNK STABILITY, AND BALANCE IN OLDER ADULTS**

**Geremia, S.**

Research Center in Physical Activity, Health and Leisure (CIAFEL)- Faculty of Sports-University of Porto (FADEUP); University of Porto (UPORTO), Porto. Rua Dr Plácido da Costa 91, 4200-450, Portugal | ORCID 0000-0002-7256-5620

**Carvalho, J**

Research Center in Physical Activity, Health and Leisure (CIAFEL)- Faculty of Sports-University of Porto (FADEUP); University of Porto (UPORTO), Porto. Rua Dr Plácido da Costa 91, 4200-450, Portugal | Laboratory for Integrative and Translational Research in Population Health (ITR), University of Porto. Rua das Taipas, 135, 4050-600, Portugal | ORCID 0000-0001-6500-754

**Pizarro, A.**

Research Center in Physical Activity, Health and Leisure (CIAFEL)- Faculty of Sports-University of Porto (FADEUP); University of Porto (UPORTO), Porto. Rua Dr Plácido da Costa 91, 4200-450, Portugal | Laboratory for Integrative and Translational Research in Population Health (ITR), University of Porto. Rua das Taipas, 135, 4050-600, Portugal | ORCID 0000-0001-6518-5569

## **Abstract**

Aging is accompanied by physiological changes that lead to physical decline and affect postural control and balance, with an increased risk of falls. Falls have been associated with trunk muscles strength with evidence showing motor control deficits in older adults' trunk muscle (Granacher et al., 2013; Volpato et al., 2012). The Pilates method seeks to correct posture by strengthening the CORE, activating respiratory and trunk deep muscles to stabilize and control it, allowing to move safely and effectively, and respond better to external disturbances that may occur (Andrade et al., 2015). The main objective was to explore if a 20-week Pilates intervention, easy to apply, low cost and well accepted by older adults could improve their balance and trunk strength/stability. Participants aged 72 ( $\pm 5,26$ ) years were allocated to a control (CG) (n=24) and experimental group (EG) (n=42). EG was submitted to a 20-week Pilates program (Polestar® and Standing-Pilates-Physicalmind®) with adaptations for the age



group, in two 60-minute of moderate-intensity sessions per week. Balance and stability were assessed with one-leg-stance test and with stabilizer-biopressure-feedback, respectively. GLM was used to analyze differences between groups over time. Data was processed and analyzed using SPSS(v26).

For the stability, a significant main effect of time  $F(1,62) = 13,8$ ,  $p < 0,01$  was found, however, no main effect for group ( $F(1, 62)=3,21$   $p=0,78$ ). Our results also show a significant interaction between time and group  $F(1,62)=24.04$ ,  $p < 0,01$ . Planned comparisons revealed that EG improved significantly their stability after the intervention  $t(42) = 6,79$ ,  $p < 0,01$ .

For the one leg stance, no main effect was found for group  $F(1,62) = 1,18$ ;  $p=0.28$  but there was a significant time effect  $F(1,62) = 6,24$ ;  $p=0,015$ . No significant time x group interaction was found  $F(1,62) = 12,48$ ;  $p=0,273$ . Time performing on-leg-stance significantly improved  $T(42) = -2,60$   $p=0,13$  in EG.

A 20-week Pilates exercise program was effective in increasing balance and trunk stability emerging as a potential key strategy in public health campaigns to reduce falls and to maintain skills for older adults 'independence and autonomy.

**Keywords:** aging; falls; stabilizer; core

#### **Bibliographic references**

- Andrade, L. S., Mochizuki, L., Pires, F. O., da Silva, R. A. S., & Mota, Y. L. (2015). Application of Pilates principles increases paraspinal muscle activation. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 19(1), 62-66. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2014.11.011>
- Granacher, U., Gollhofer, A., Hortobágyi, T., Kressig, R. W., & Muehlbauer, T. (2013). The importance of trunk muscle strength for balance, functional performance, and fall prevention in seniors: a systematic review. *Sports Med*, 43(7), 627-641. <https://doi.org/10.1007/s40279-013-0041-1>
- Volpato, C. P., Fernandes, S.W., Carvalho, N.A., Freitas, D.G. (2012). The effectiveness of lumbar segmental stabilizing exercises in low back pain: a systematic review. *Arq Med Hosp Fac Cienc Med Santa Casa*, 57(1), 35-40.

# **EFFECTS OF A SIXTEEN-WEEKS HIGH-SPEED RESISTANCE TRAINING PROGRAM ON PHYSICAL FUNCTION IN COMMUNITY-DWELLING INDEPENDENT OLDER ADULTS**

**Alexandre António Ferreira Duarte Martins**

Comprehensive Health Research Centre (CHRC), Departamento de Desporto e Saúde, Escola de Saúde e Desenvolvimento Humano, Universidade de Évora, Largo dos Colegiais, 7000 Évora, Portugal | Life Quality Research Center (CIEQV), Santarém Polytechnic University, Complexo Andaluz, Apartado 279, 2001-904 Santarém, Portugal | Santarém Polytechnic University, School of Sport, Rio Maior, Av. Dr. Mário Soares, 2040-413 Rio Maior, Portugal | ORCID: 0000-0003-1524-5601

**Orlando de Jesus Semedo Mendes Fernandes**

Comprehensive Health Research Centre (CHRC), Departamento de Desporto e Saúde, Escola de Saúde e Desenvolvimento Humano, Universidade de Évora, Largo dos Colegiais, 7000 Évora, Portugal | ORCID: 0000-0001-7273-8774

**João Paulo Reis Gonçalves Moreira de Brito**

Life Quality Research Center (CIEQV), Santarém Polytechnic University, Complexo Andaluz, Apartado 279, 2001-904 Santarém, Portugal | Santarém Polytechnic University, School of Sport, Rio Maior, Av. Dr. Mário Soares, 2040-413 Rio Maior, Portugal | Research Center in Sport Sciences, Health Sciences and Human Development (CIDESD), 2040-413 Rio Maior, Portugal | ORCID: 0000-0003-4357-4269

**Rafael Franco Soares Oliveira**

Life Quality Research Center (CIEQV), Santarém Polytechnic University, Complexo Andaluz, Apartado 279, 2001-904 Santarém, Portugal | Santarém Polytechnic University, School of Sport, Rio Maior, Av. Dr. Mário Soares, 2040-413 Rio Maior, Portugal | Research Center in Sport Sciences, Health Sciences and Human Development (CIDESD), 2040-413 Rio Maior, Portugal | ORCID: 0000-0001-6671-6229

**Nuno Miguel Prazeres Batalha**

Comprehensive Health Research Centre (CHRC), Departamento de Desporto e Saúde, Escola de Saúde e Desenvolvimento Humano, Universidade de Évora, Largo dos Colegiais, 7000 Évora, Portugal | ORCID: 0000-0001-8533-7144

## **Abstract**

This study examined the effects of a sixteen-week high-speed resistance training (HSRT) on physical function in community-dwelling independent older adults. Seventy-four

independent older adults (age,  $69.17 \pm 4.53$  y; body mass index,  $28.10 \pm 4.66$  kg/m<sup>2</sup>) voluntarily participated in the study. Participants were divided into two groups, intervention group (IG) [N=37] and control group (CG) [N=37]. The IG performed the HSRT with three sessions per week, each session of 50-60 min being comprised of five-six exercises, two-three sets, and six-ten reps/exercise. The intensity was gradually increased after each session in accordance with the concentric movement velocity ( $>1.3$  to  $0.75$  m/s) representing approximately 20% to 60% of one repetition maximum. IG executed the exercises as quickly as possible in the concentric phase while the eccentric phase was controlled to last between 2 to 3sec. The velocity was monitored through a BEAST™ sensor. CG maintained activities of daily living controlled by the application of the International Physical Activity Questionnaire. Outcomes were assessed through the handgrip test (both sides) and functional fitness tests (30s chair-stand; timed-up & go [TUG] test; seated medicine ball throw test [SMBTT]; and 6 min-walking test [6MWT]. After the intervention period, IG showed improvements on 30s chair-stand ( $p < 0.001$ ; Effect Size (ES)=2.58 [1.96, 3.29]); TUG test ( $p < 0.001$ ; ES=-1.71 [-2.20, -1.28]); SMBTT ( $p < 0.001$ ; ES=0.76 [0.53, 1.00]); 6MWT ( $p < 0.001$ ; ES=0.89 [0.59, 1.23]); handgrip test on the dominant ( $p < 0.001$ ; ES=0.66 [0.45, 0.89]); and non-dominant side ( $p < 0.001$ ; ES=0.66 [0.44, 0.84]). While the CG exhibited a significant decrease in performance across all outcomes, except for SMBTT and handgrip test on the non-dominant side, where no significant differences were observed. The results suggest that the HSRT is an effective and safe exercise approach to improve physical function in older adults.

**Keywords:** elderly; resistance training; velocity-based training; physical function.

*Funding:* This research was funded by the Portuguese Foundation for Science and Technology (FCT), I.P., Grant/Award Number 2021.04598.BD (<https://doi.org/10.54499/2021.04598.BD>) and UIDP/04748/2020. JPB and RO are research members of the Research Centre in Sports Sciences, Health and Human Development which was funded by National Funds by FCT under the following project UIDB/04045/2020 (<https://doi.org/10.54499/UIDB/04045/2020>). The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses, or interpretation of data; in the writing of the manuscript; or in the decision to publish the results.

# **ENDIVIDAMENTO FINANCEIRO: UM OLHAR SOBRE O LAZER DE PESSOAS IDOSAS**

**Tássia Priscila Fagundes Grande**

Universidade Federal do Rio Grande do Sul | <https://orcid.org/0000-0002-8962-5466>

**Bruna Kin Slodkowski**

Universidade Federal do Rio Grande do Sul | <https://orcid.org/0000-0002-9028-366X>

**Iara de Almeida**

Universidade Federal do Rio Grande do Sul | <https://orcid.org/0009-0000-3679-0727>

**Johannes Doll**

Universidade Federal do Rio Grande do Sul | <https://orcid.org/0000-0002-6699-0460>

**Letícia Sophia Rocha Machado**

Universidade Federal do Rio Grande do Sul | <https://orcid.org/0000-0003-4102-2225>

**Patricia Alejandra Behar**

Universidade Federal do Rio Grande do Sul | <https://orcid.org/0000-0001-6939-5678>

## **Resumo**

O presente estudo objetiva identificar as possíveis causas do endividamento financeiro no lazer por pessoas idosas. Essa necessidade surgiu a partir do panorama atual na qual ocorre o aumento de possibilidades de acesso ao lazer para as pessoas com 60 anos ou mais, assim como a facilitação aos empréstimos, créditos consignados e os crescentes casos de endividamento. Assim, a metodologia adotada na pesquisa foi do tipo qualitativa de caráter exploratório junto a dois grupos de sêniores. Os dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas e interpretados a partir da análise de conteúdo. O público-alvo foram 14 sêniores, com média de 66 anos de idade, residentes em quatro cidades do estado do Rio Grande do Sul no Brasil. O perfil dos participantes, quanto à escolaridade, observa-se que a maioria possui Ensino Superior e Médio completo, ambos com 28,6% (n=4). Desse modo, a predominância de motivos

apontados para o endividamento foram os empréstimos, sendo com finalidades diferentes: dentro da categoria lazer: consumo individual, lazer para viagem individual e com amigos ou familiares 64,3%; dívidas de acidente de carro 7,1%; auxiliar terceiros 14,6%; e saúde com 28,6%. Por fim, o artigo atingiu o objetivo destacando as relações entre lazer e endividamento apontadas pelos participantes. Logo, concluiu-se que há uma facilidade de acesso ao crédito que propicia a obtenção de dívidas, ao passo que pouco se investe na área da educação financeira para esse público, tendo uma carência de oferta de cursos ou atividades voltadas para essa conscientização.

*Palavras-chave:* endividamento. lazer. pessoas idosas. educação financeira.

# **ENQUÊTER AU DOMICILE D'UNE PERSONNE ÂGÉE SOUFFRANT DE DÉMENCE : ANALYSE CONVERSATIONNELLE ET MICROÉTHIQUE DES COMPÉTENCES INTERACTIONNELLES D'UNE ENQUÊTRICE DE TERRAIN**

**Maria Rosália Caeiro Alas Medinas Guerra**

Centro de Investigação para a Valorização de Recursos Endógenos | Instituto Politécnico de Portalegre |

ORCID ID: 0000-0002-3463-0663

**Michel Gustave Joseph Binet**

Centro Lusíada de Investigação em Serviço Social e Intervenção Social (CLISSIS) | Instituto Superior de

Serviço Social de Lisboa da Universidade Lusíada (ISSSL-UL) | ORCID ID: 0000-0001-7233-0445

## **Résumé**

Les « données » d'enquête sont des artefacts interactionnels, quelque soit la méthodologie retenue : questionnaire, entretien, observation de terrain, etc. Il est donc impérieux, d'un point de vue épistémologique et méthodologique, que les dispositifs de recherche soient dotés des moyens d'une enquête sur les interactions d'enquête, car les compétences méthodologiques des enquêteurs sont, pour une part importante, des compétences interactionnelles.

La recherche gérontologique accorde une place importante aux études des personnes vieillissantes atteintes de démence. La mise en abyme des pratiques d'enquête revêt alors une particulière importance, car la démence affecte les capacités cognitives et altère les comportements d'interaction, ce qui constitue autant de défis qui mettent à l'épreuve les compétences interactionnelles des enquêteurs. Comment saisir et constituer en objets de recherche les micro-adaptations qu'opèrent les enquêteurs au niveau de leurs propres comportements d'interaction, pour relever les défis, toujours singuliers à plusieurs égards, des interactions dites atypiques, avec des personnes souffrant de démence ?

L'enregistrement sonore d'une enquête de terrain, réalisée au Portugal en 2024, dans le cadre interactionnel d'une visite au domicile d'une personne âgée atteint de démence par une travailleuse sociale, enrichi de données d'observation, est un document de grande valeur scientifique, du point de vue de l'Analyse Conversationnelle. La

description méthodographique de la trame de l'interaction, verbale et corporelle, permet, tout en contribuant à la production de connaissances sur le vécu au domicile et du domicile, d'approfondir la connaissance des compétences interactionnelles mobilisées par une enquêtrice dont le terrain est un territoire de microterritoires du moi, habités et investis par une personne en situation de vulnérabilité. La dimension microéthique de la relation d'enquête émergera, au fil de l'analyse conversationnelle, comme question centrale, aux yeux d'une approche qui ne réduit pas l'éthique de la recherche à une seule procédure routinisée de lecture et signature d'un formulaire écrit.

*Mots-clés* : gérontologie sociale ; démence ; enquête de terrain ; ethnographie du domicile ; analyse conversationnelle

## ENVELHECIMENTO ATIVO: O PAPEL DAS POLÍTICAS PÚBLICAS

**Ana Bárbara**

Escola Superior de Saúde da Universidade do Algarve – Área Departamental de Radiologia/Imagem Médica e Radioterapia I Unidade Local de Saúde do Algarve-Hospital de Faro, Portugal I ORCID ID: 0000-0001-7465-7724

**Magda Ramos**

Escola Superior de Saúde da Universidade do Algarve – Área Departamental de Radiologia/Imagem Médica e Radioterapia I Clínica de Radioncologia do Algarve, Joaquim Chaves Saúde, Faro, Portugal I ORCID ID: 0000-0002-2795-2920

**Nélia Gaudêncio**

Escola Superior de Saúde da Universidade do Algarve – Área Departamental de Radiologia/Imagem Médica e Radioterapia I ORCID ID: 0000-0003-4545-5722

**Rui Almeida**

Escola Superior de Saúde da Universidade do Algarve – Área Departamental de Radiologia/Imagem Médica e Radioterapia I Comprehensive Health Research Centre (CHRC) I ORCID ID: 0000-0001-7524-9669

**António Abrantes**

Escola Superior de Saúde da Universidade do Algarve – Área Departamental de Radiologia/Imagem Médica e Radioterapia I Centro Interdisciplinar de Ciências Sociais (CICS.NOVA-UÉvora) I ORCID ID: 0000-0002-7792-678X

### Resumo

O envelhecimento da população é uma realidade no nosso país, com tendência a incrementar nas próximas décadas. Segundo os dados dos censos 2021, 23,4% da população portuguesa era idosa, um acréscimo de 7% quando comparados com os dados dos censos de 2001. É fundamental desenvolver estratégias que consigam dar resposta aos desafios que se apresentam face a esta realidade, aproveitando as oportunidades que surgem desta situação demográfica. O desenvolvimento de políticas públicas que promovam o envelhecimento ativo e saudável deste setor da população, que se reveste de características muito diversificadas e difíceis de padronizar, torna-se



prioritário e tema de agenda política. Detém como objetivo identificar na literatura quais os principais desafios e as principais oportunidades para o desenvolvimento de políticas públicas orientadas para o envelhecimento ativo e prevenção do idadismo. Foi realizada uma revisão da literatura baseada em artigos científicos publicados em bases de dados científicas (Web of Science e Scopus), com termos relevantes como “ageing policies”, “ageing programmes”, “healthy ageing”, “successful aging”. Os principais desafios identificados passam pela necessidade crescente de utilizar serviços de saúde, desigualdades em relação ao acesso, combater o idadismo, falta de acesso a serviços e espaços lúdicos/recreativos adaptados e adequados aos idosos. As principais oportunidades passam pela promoção da saúde, reduzindo custos com cuidados de saúde. Facilitar a participação ativa na comunidade, aproveitando conhecimentos e capacidades dos idosos para colaborar em atividades laborais, acrescentando valor ao papel que desempenham. O crescente envelhecimento da população é alvo de debate em relação às medidas que devem ser adotadas para o desenvolvimento de políticas públicas estratégicas, direcionadas para incrementar a capacidade funcional das pessoas idosas. O envelhecimento ativo potencia a melhoria da saúde física e mental, a inclusão social e a independência do indivíduo. Estas vantagens individuais repercutem-se e afetam a sociedade, pois levam a diminuição de custos em cuidados de saúde, aumento de produtividade e melhor utilização dos recursos disponíveis.

*Palavras-chave:* envelhecimento, envelhecimento ativo, resiliência.

#### **Referências bibliográficas**

- Bárrios, M., Fernandes, A., & Fonseca, A. (2018). Identifying Priorities for Aging Policies in Two Portuguese Communities. *Journal of aging & social policy*, 30, 458-477.
- Cosco, T., Howse, K., & Brayne, C. (2017). Healthy ageing, resilience and wellbeing. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 26, 579-583.
- Cosco, T., Kaushal, A., Hardy, R., Richards, M., & Kuh, D. (2017). Operationalising resilience in longitudinal studies: a systematic review of methodological approaches. *Journal of Epidemiology Community Health*, 78, 91-104.
- Hank, K. (2010). How “Successful” Do Older Europeans Age? *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 2, 230-236.

- Henrique Gil. (2020). *A gerontecnologia num contexto de multivalências: reflexões para um envelhecimento mais info-incluído numa sociedade digital*. Em V. Carioca, *Envelhecer em tempos de Matrix*, 70-90. Castelo Branco: RVJ- Editores, Lda.
- Moreira, M. (2020). *Como envelhecem os portugueses*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Rudnickaa, E., Napierała, P., Podfigurna, A., Męczekalski, B., Smolarczyk, R., & Grymowicz, M. (2020). The World Health Organization (WHO) approach to healthy ageing. *Maturitas*, 139, 6-11.
- Sowa, A., Tobiasz-Adamczyk, B., Topór-Mądry, R., Poscia, A., & Ignazio la Milia, D. (2016). Predictors of healthy ageing: public health policy targets. *BMC health service research*, 5, 442-479.

# **ENVELHECIMENTO, BEM-ESTAR E RELIGIOSIDADE EM PORTUGAL: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

**Catarina Paulino**

Universidade de Évora, Escola de Ciências Sociais, Departamento de Psicologia, Portugal |  
catarina.paulino.17@gmail.com

**Maria João Carapeto**

Comprehensive Health Research Center (CHRC), Universidade de Évora, Portugal  
Universidade de Évora, Escola de Ciências Sociais, Departamento de Psicologia,  
Portugal | mjarapeto@uevora.pt | Orcid ID - 0000-0001-8912-9916

**Luísa Grácio**

Centro de Investigação em Educação e Psicologia (CIEP), Universidade de Évora, Portugal  
Universidade de Évora, Escola de Ciências Sociais, Departamento de Psicologia, Portugal |  
mlg@uevora.pt | Orcid ID - 0000-0001-9805-3378

## **Resumo**

Investigações internacionais sugerem que um maior envolvimento na religiosidade está positivamente associado a melhor saúde física e mental e a uma maior sensação de bem-estar subjetivo ao longo da vida bem como negativamente associada ao medo e evitação da morte, bem como a menor risco de depressão. A religiosidade refere-se a uma característica psicossocial do indivíduo incluindo um conjunto de crenças, rituais e práticas religiosas na procura de uma conexão com o transcendente. Os estudos portugueses sobre o contributo da religiosidade para o bem-estar no envelhecimento são, ainda, escassos. A presente revisão de literatura tem como objetivo compreender a relação entre a vivência da religiosidade e o bem-estar ao longo do envelhecimento de adultos portugueses de meia-idade e mais velhos. Recorreu-se às bases de dados B-On, SCOPUS, RCAAP e Web of Science. Foram analisadas publicações entre 2014 e 2024 e as palavras-chave foram, em português e inglês, “meia-idade/ idoso/ envelhecimento; bem-estar; religiosidade/espiritualidade e Portugal”. Para limitar a pesquisa, só se utilizaram artigos e dissertações completos, de acesso livre, com amostra portuguesa, excluindo-se todas as que não se debruçavam sobre religiosidade. Entre as 123

publicações iniciais passaram para a fase de análise nove, todas de investigação empírica, das quais um artigo, uma tese de doutoramento e sete dissertações de mestrado. Da análise destas publicações, ressalta a religiosidade enquanto estratégia de *coping* que permite enfrentar com maior resiliência as perdas e adversidades do processo de envelhecimento proporcionando também sentimentos de maior satisfação com a vida, segurança e socialização. Verificam-se relações positivas entre religiosidade e bem-estar subjetivo e entre participação em celebrações religiosas e melhor funcionamento mental. No entanto, um estudo sugere também que a relação entre religiosidade e bem-estar psicológico pode ser negativa. Estes dados trazem para primeiro plano a complexidade da relação entre religiosidade e bem-estar que necessita de mais investigação.

*Palavras-chave:* religiosidade; envelhecimento; bem-estar; portugueses

“Este trabalho é financiado por fundos nacionais através da FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., no âmbito do projeto UIDB/04312/2020”

# ENVELHECIMENTO NO BRASIL: TENDÊNCIAS E DESAFIOS A PARTIR DOS DADOS DO IBGE DE 2022

**Claudia Lima Monteiro**

Assistente Social aposentada da Prefeitura do Município de Diadema | ORCID 0000-0001-6637

## **Resumo**

O cenário demográfico mundial mudou e o envelhecimento da população emerge como um fenômeno relevante, gerando a necessidade de realização de estudos e análises sobre essa temática. Este estudo teve como objetivo analisar os dados de 2022 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) sobre o envelhecimento no Brasil. Trata-se de uma pesquisa documental, baseada nos dados sobre o envelhecimento no país, a partir do último censo nacional realizado pelo IBGE, em 2022. O parâmetro de idade utilizado pelo referido Instituto foi de 65 anos ou mais. Em 2022 haviam 22.169.101 idosos no Brasil, significando em 10,9% da população total e em aumento de 57,4% dessa faixa etária em relação ao último censo realizado em 2010. O índice de envelhecimento no país é de 55,2 em 2022, ou seja, existem 55,2 pessoas idosas para cada 100 crianças de 0 a 14 anos. Em relação ao sexo, a relação é de 94,25 homens idosos para cada 100 idosas. Percebe-se uma ligeira heterogeneidade do índice de envelhecimento em relação às regiões do país. A região norte apresenta maior índice de população jovem (de 0 a 14 anos), com percentual de 25,2% da população, seguida da região nordeste, com 21,1%. As regiões sudeste e sul apresentam números menores de população jovem (18% e 18,2% respectivamente) e maior índice de pessoas idosas (12,2% e 12,1% respectivamente). Já a região centro-oeste apresenta uma distribuição etária mais próxima da média do país. Seguindo a tendência mundial, o Brasil apresenta aumento dos índices de envelhecimento no país, com repercussões no sistema de seguridade social. Os dados apresentados pelo IBGE reforçam a necessidade de aumento de políticas públicas para os idosos, bem como a compreensão das diferenças regionais, culturais e econômicas existentes em um país tão vasto como o Brasil.

*Palavras-chave:* envelhecimento; políticas públicas; seguridade social.

# **ESTRATÉGIAS PREVENTIVAS PARA O DECLÍNIO COGNITIVO EM IDOSOS RESIDENTES EM ERPI**

**Monica Margarida Gonçalves Guardado**

Diretora Técnica, Farmacêutica, Especialidade Farmácia Hospitalar | ORCID: 0009-0009-5017-8345

**Maria Helena Rodrigues de Magalhães**

Enfermeira, Especialidade Médico-cirúrgica | ORCID: 0009- 0003-4845-110X

**Andreia Sofia Cruz Coutinho**

Médica, Especialidade Medicina Geral e Familiar | ORCID: 0009-0008- 0060-832X

**Luísa de Jesus Empis**

Psicóloga Clínica | ORCID: 0009-0004-6489-5445

**Beatriz Carreira Figueiredo**

Aluna de estágio curricular de Gerontologia Social da ESEC | ORCID: 0009- 0002-9684-922X

**João Pedro Cruz Batata**

Osteopata | ORCID: 0009-0003-7152-4469

## **Resumo**

O declínio cognitivo é um aspeto intrínseco ao envelhecimento, afetando diversas áreas da vida. Segundo Sperling (2013), fatores de risco como doenças crónicas, sedentarismo, baixa escolaridade e isolamento social contribuem para esse processo. Este estudo visa avaliar o impacto das intervenções diárias, na qualidade de vida dos residentes da Estrutura Residencial Para Idosos (ERPI) Lar das Margaridas, incluindo estimulação cognitiva, atividade física, meditação e dieta saudável. Método: Após avaliação multidisciplinar no primeiro mês de admissão, um plano individualizado é elaborado, considerando as fragilidades e necessidades de cada residente (Rowe & Kahn, 1998), permitindo acompanhamento e ajustes ao longo do tempo. Considerando os diferentes diagnósticos clínicos, é posteriormente elaborado um plano personalizado e ajustado a cada residente, permitindo um acompanhamento e avaliação do mesmo. Resultados: Uma dieta equilibrada e saudável, 30 minutos diários de exercício físico mostraram

melhorias sintomáticas nalgumas doenças crónicas como diabetes, hipertensão arterial e alterações da função intestinal (Loprinzi et al., 2013). As sessões de treino cognitivo e relaxamento permitem vivenciar diferentes experiências, que contribuem para a aquisição de outras competências e ajudam a enfrentar o stress de forma positiva, tranquila e saudável (Ngandu et al., 2015). O declínio cognitivo no envelhecimento é um fenómeno complexo, influenciado por fatores biológicos, psicológicos e sociais. Compreender e desenvolver estratégias de prevenção e intervenção são essenciais para promover um envelhecimento saudável e preservar a qualidade de vida (Alzheimer's Association, 2018). As intervenções implementadas na ERPI Lar das Margaridas demonstram o potencial de abordagens multifacetadas para melhorar o bem-estar cognitivo e físico dos residentes. Destaca-se a importância de ações preventivas e personalizadas para promover um envelhecimento ativo e saudável.

*Palavras-chave:* declínio cognitivo; envelhecimento

# **ESTUDO DE CASO UM PROGRAMA INTEGRADO DE INTERVENÇÃO COGNITIVA COM RECURSO ÀS NOVAS TECNOLOGIAS NA DOENÇA DE ALZHEIMER**

**Joana Lopes**

Universidade Lusófona - Centro Universitário de Lisboa

**Beatriz Lopes**

Unidade de Saúde da Idanha | Irmãs Hospitaleiras

**Cátia Gameiro**

Unidade de Saúde da Idanha | Irmãs Hospitaleiras

**Jorge Oliveira**

HEI-Lab/Universidade Lusófona - Centro Universitário de Lisboa | ORCID: 0000-0002-3467-4981

**Pedro Gamito**

HEI-Lab/Universidade Lusófona - Centro Universitário de Lisboa | ORCID: 0000-0003-0585-8447

## **Resumo**

A Doença de Alzheimer (DA) é a forma mais comum de demência, uma patologia neurodegenerativa caracterizada por um comprometimento progressivo e irreversível nos domínios cognitivo, comportamental e funcional, que atinge principalmente pessoas com idades mais avançadas. O número de casos de DA tem vindo a aumentar nos últimos anos, sobretudo nos países mais desenvolvidos, que apresentam uma população cada vez mais envelhecida, prevendo-se que esta tendência se mantenha. Assim, é premente implementar intervenções terapêuticas que respondam às necessidades das pessoas com DA, sendo as terapias não farmacológicas consideradas uma intervenção de primeira linha. O recurso às novas tecnologias e *serious games* na intervenção cognitiva apresenta diversas vantagens terapêuticas com resultados comprovados para pessoas com DA. O presente estudo integra-se num projeto mais abrangente da Área de Envelhecimento e Demências da Unidade de Saúde da Idanha |



Irmãs Hospitaleiras e tem o objetivo de, através de um estudo de caso, analisar o efeito de um programa de intervenção cognitiva que integra técnicas clássicas (exercícios de papel e lápis) com abordagens inovadoras (treino cognitivo computadorizado, estimulação cognitiva com realidade aumentada e realidade virtual), aplicado a um indivíduo com DA leve a moderada em regime de médio internamento. Quanto à utilização de ferramentas tecnológicas, este programa de intervenção engloba a plataforma CogWeb, Exercogs® e Systemic Lisbon Battery. Os resultados do estudo de caso revelam ganhos em saúde, com uma melhoria nos valores das provas pós intervenção, que avaliam o funcionamento cognitivo geral e a qualidade de vida, sugerindo a eficácia deste programa de intervenção cognitiva em pessoas com DA.

*Palavras-chave:* demência; *serious games*; intervenção cognitiva; qualidade de vida; envelhecimento.

## **+ EQUILÍBRIO 65 - RISCO DE QUEDA EM IDOSOS NA COMUNIDADE DA REGIÃO DO ALGARVE**

**Ana Maria Conceição Tomé**

Faculdade de Medicina e Ciência Biomédicas e Escola Superior de Saúde – Universidade do Algarve; I  
CiteChare - Centro de Inovação em Tecnologias e Cuidados de Saúde I ORCID:0000-0003-0122-8579

**Marlene Cristina Neves Rosa**

Escola Superior de Saúde - Instituto Politécnico de Leiria I CiteChare, Centro de Inovação em Tecnologias  
e Cuidados de Saúde - Instituto Politécnico de Leiria

**Sandra Cristina Cozinheiro Fidalgo Rafael Gamboa Pais**

Universidade de Évora - Comprehensive Health Research Centre I ORCID:0000-0001-8276-655X

**Maria Teresa Barreiros Caetano Tomás**

H&TRC- Health & Technology Research Center, ESTeSL- Escola Superior de Tecnologia da Saúde I  
Instituto Politécnico de Lisboa, Lisbon, Portugal I ORCID:0000-0003-0491-8903

**Ana Paula de Almeida Fontes**

Escola Superior de Saúde – Universidade do Algarve, Centro Interdisciplinar de Ciências Sociais –  
Universidade Nova de Lisboa I ORCID:0000-0002-4431-5229

### **Resumo**

As quedas constituem uma das principais causas de morbilidade entre a população sénior. São conhecidos fatores causais intrínsecos e extrínsecos ao indivíduo que interessam identificar e caracterizar para se definirem intervenções concertadas. Este estudo deteve como objetivo caracterizar a população de indivíduos idosos com 65 anos ou mais de idade, da comunidade, da região do Algarve, do ponto de vista sociodemográfico e dos fatores de risco para queda e risco de queda.

Este estudo foi implementado em Universidades Sénior da Região do Algarve. Cada indivíduo, fez a sua inscrição e validou o consentimento no estudo. A recolha de dados consistiu no preenchimento de questionário e instrumentos de avaliação de fatores de risco para queda, avaliação do risco de queda, capacidade funcional, cognitiva e

equilíbrio: Falls Efficacy Scale-International, Timed Up and Go-Cognitivo, Functional Reach Test e Bateria de Avaliação Frontal.

Foram avaliados até ao momento 73 indivíduos: 89% mulheres (entre os 66 e os 89 anos de idade- média  $74,9 \pm 5,6$ ). De destacar 50,7% dos indivíduos refere desequilíbrio, 38,4% história de queda no último ano, 75,3% tomam mais de um medicamento por dia, 74% tem problemas de visão, 42,5% tem doença reumática, 83% levanta-se de noite para urinar, 54,8% tem hipertensão arterial, 82,2% tem dor sempre ou algumas vezes, 37% e 30,1% apresenta respetivamente um TUG e o Functional Reach Test compatíveis com risco de queda.

Tendo em conta os fatores de risco identificados, é possível o desenho de estratégias de intervenção futuras, num processo de ajuste, personalização, colaboração e codesenvolvimento de um jogo analógico a utilizar na intervenção.

O desenvolvimento deste estudo vai permitir obter dados mais consistentes sobre a problemática do equilíbrio e risco de queda, na população em estudo. Uma intervenção futura, deverá alicerçar-se nas dimensões físicas e cognitivas relacionadas com o risco de queda e equilíbrio.

*Palavras-chave:* idosos; equilíbrio; risco de queda; queda

# **EXPLORANDO A DIVERSIDADE DA SEXUALIDADE NA MATURIDADE: UM OLHAR MULTIFACETADO**

**Silvanis dos Reis Borges Pereira**

Doutoranda em Educação, Mestre em educação, pedagoga com especialização em psicopedagogia e Educação Religiosa professora/pesquisadora da Universidade Estadual do Tocantins – Unitins (campus Araguatins). Bolsista CAPES doutorado sanduiche em Portugal. <https://orcid.org/0000-0003-4580-5681>

**Maria da Conceição de Oliveira Carvalho Nogueira**

Universidade do Porto I Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação I <http://orcid.org/0000-0002-9152-754X>

**Luiz Sinésio Silva Neto**

Doutor pela Universidade Federal do Tocantins, Doutorado em Ciências e Tecnologia em Saúde-UNBDF, Mestrado em Gerontologia-UCB-DF, Especialização em Gerontologia- UFT-TO, Especialização em Fisiologia do Exercício Aplicada a Clínica-UNIFESP, graduação em Educação Física. <https://orcid.org/0000-0002-3182-772>

**Neila Barbosa Osório**

Pós Doutora Professora Associada do Curso de Pedagogia da Universidade Federal do Tocantins – UFT. Coordenadora Nacional da Universidade da Maturidade. Pesquisadora membro dos Grupos de Pesquisa Pro-gero e História, historiografia e fontes de pesquisa em educação. <https://orcid.org/0000-0002-6346-0288>

## **Resumo**

A velhice transcende meros números. Ela é um processo dinâmico que engloba não apenas mudanças biológicas, mas também aspectos sociais, psicológicos e de saúde. A conexão entre envelhecimento e sexualidade é uma questão complexa e multifacetada. A sexualidade é uma dimensão intrínseca da experiência humana, desafiando estereótipos e passando por mudanças ao longo das diferentes fases da vida. Com essa concepção, neste artigo, apresenta-se parte de uma pesquisa de doutorado, que tem como objetivo: compreender a representação dos idosos da Universidade da Maturidade do Tocantins sobre as vivências sexuais na maturidade e a relação direta da

sexualidade com o bem-estar e coma satisfação com a vida. É pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa, e quanto ao objetivo descritiva, tem-se por objetivo principal apresentar uma discussão sobre a sexualidade a expressão sexual em indivíduos na fase madura da vida. Conclui-se que a sexualidade deve ser compreendida como um componente essencial para o ser humano, além da simples ideia de atividade sexual e idade. A sexualidade humana é extremamente complexa, não se limitando apenas à atividade física. Ressalta-se a importância do afeto, da intimidade emocional e da conexão pessoal, destacando seus papéis essenciais na experiência sexual e no bem-estar geral das pessoas idosas.

*Palavras-chave:* velhice; vivências sexuais; sexualidade humana; mitos

# **EXPLORING SLEEP QUALITY AND ATTITUDES IN AGEING PORTUGUESE POPULATION**

**Adelinda Maria Araújo Candeias**

Department of Medical Sciences and Health – School of Health and Human Development; CHRC -  
University of Évora; ORCID: 0000-0002-9489-8880

**Tomás Cunha**

University of Évora

**Beatriz Carrilho**

University of Évora

**Mariana Caiadas**

University of Évora

**Beatriz de Lourenço**

University of Évora

**Adriana Simões Félix**

CHRC - University of Évora; ORCID: 0009-0001-8377-214X

## **Abstract**

This study evaluates the interplay between sleep quality and lifelong sleep patterns in Portuguese individuals, aiming to pinpoint beliefs conducive to fostering healthy sleep habits. Sleep is described as a reversible conscious state marked by a temporary decrease in motor activity. For the ageing population, maintaining sleep health is increasingly acknowledged as vital for overall well-being.

We employed the Pittsburgh Sleep Quality Index, which comprises 19 items assessing subjective sleep quality and sleep disturbances. The Dysfunctional Beliefs and Attitudes about Sleep scale, with its 16 items, evaluates various sleep-related issues and the corresponding beliefs and attitudes. Additionally, the Health Questionnaire was used to

gauge participants' health perceptions. These tools were digitally formatted and administered to a cohort of 104 Portuguese participants.

Findings reveal that more negative sleep-related beliefs correlate with poorer sleep quality (.316\*\*). There is a positive and significant association between more severe health problems and increasingly negative sleep beliefs (-.459\*\*), which in turn correlate with lower sleep quality (.408\*\*). Furthermore, an increase in age is associated with deteriorating sleep quality (.259\*).

From a psychological perspective, it is crucial to develop educational programs focused on sleep quality to counteract negative beliefs and attitudes toward sleep. These initiatives should particularly target individuals with significant health issues to enhance sleep hygiene literacy. Such interventions gain heightened importance for supporting healthy ageing by fostering better sleep quality and cultivating positive sleep-related beliefs.

*Keywords:* attitudes; beliefs; aging; quality of life; sleep

# EXPLORING THE IMPACT OF ONLINE SOCIAL NETWORKS ON SOCIAL INCLUSION AND WELL-BEING AMONG THE ELDERLY

Sandra Marisa Lopes Miranda

ORCID: 0000-0002-5544-5942

## Abstract

By considering online social networks as facilitators of new forms of socialization, the present study aims to investigate their potential in addressing the challenges of social inclusion among the elderly, as well as to assess their effects on well-being, reduction of loneliness, and increase in information literacy.

The methodology involved mixed methods, including 250 questionnaires and 4 focus groups.

The results confirmed that online social networks positively contribute to increasing the social capital of the elderly, with new forms of participation being perceived as beneficial to their well-being and representing new ways of communicating and accessing information.

*Keywords:* elderly; online social networks; inclusion; well-being



# **GRUPO DE SAPATEADO SAPATOS AGELESS – UM JEITO GINGER ROGERS DE ENVELHECER**

**Rafaeli Mattos de Oliveira Bastos**

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (Unirio) i ORCID: 0000-0002-4167-2458

## **Resumo**

A investigação em pauta propõe-se a ser um estudo sobre a estética cênica do corpo envelhecido no sapateado, tendo como mote as diversas ações realizadas com o grupo Sapatos Ageless, autointitulado Gingers, uma vez que escolheram envelhecer com o glamour de uma grande estrela de Hollywood, tornando o sapateado um projeto de vida de velhice. O grupo surge de ações de sapateado realizadas desde 2013 na cidade do Rio de Janeiro ao público idoso, suas coreografias retratam um contexto de realização de sonhos, onde elas, mulheres idosas entre 53 a 89 anos, são as protagonistas. São musas inspiradoras, não somente da coreógrafa, mas do público que, ao dar conta da longa idade de cada integrante, comove-se ao presenciar a obra de arte da vida.

O grupo é o reflexo de um fenômeno que vem crescendo nos últimos anos no Brasil, quando indivíduos ditos idosos passaram a buscar as aulas de sapateado, e, conseqüentemente, criaram um lugar no contexto dessa arte. Assim, lança-se a questão: como trabalhar com corpos tão inusuais, quase impensáveis, no contexto dessa arte? Metodologicamente, para disponibilizar o sapateado para este público, fez-se necessário a abordagem do sapateado como um gesto, de onde afloram as questões subjetivas do envelhecimento. Enfatizando mais efetivamente a temática do sapateado e o envelhecimento, utiliza-se do conceito de ageless, ou indivíduos sem idade, nome dado aos idosos de hoje, oriundos da geração baby boomers, a fim de sugerir a emergência do sapateado ageless. Fundamentando este olhar sobre a prática foram utilizados como suporte teórico GOLDENBERG ( 2011, 2016 e 2017), GODARD ( 2002, 2004, 2006 e 2010), SMITH, J. Walker e CLURMAN ( 2007) e BEAUVOIR ( 1976 e 1990).

*Palavras-chave:* sapateados; corpo; dança; gesto; envelhecimento.

# **ENVELHECIMENTO, PRISÃO E REINserÇÃO SOCIAL: UMA REVISÃO DA LITERATURA**

**Sara Isabel Sousa Seixo**

Mestrado em Serviço Social do ISMT

**Maria Rosa Ferreira Clemente Morais Tomé**

Instituto Superior Miguel Torga I ORCID ID: 0000-0002-1287-3146

**Sónia Mafalda Pereira Ribeiro**

Instituto Superior Miguel Torga I TRIE - Transdisciplinary Research Center for Innovation I ORCID ID:

0000-0003-3404-467X

## **Resumo**

Na contemporaneidade, um dos maiores desafios que se colocam é o elevado envelhecimento da população mundial. Este elevado envelhecimento reflete-se na população reclusa, também ela, cada vez mais, envelhecida. Nos últimos anos, a literatura científica tem vindo a demonstrar a complexidade desta problemática. Este estudo pretende refletir sobre o envelhecimento da população em reclusão, mais especificamente sobre os desafios que traz ao sistema prisional e à reinserção social desta população. As perguntas de partida são: como é que se enfrenta o fenómeno do envelhecimento dentro da prisão? Como se organiza a reinserção social da pessoa idosa? Foi realizado um estudo de Revisão de Literatura do tipo Revisão Sistemática. Foram analisados estatísticas internacionais, dissertações, relatórios estrangeiros e documentos oficiais do sistema prisional português. Há uma incompatibilidade entre as necessidades concretas da população mais velha e os sistemas prisionais, designadamente nas infraestruturas, regulamentação, condições de habitabilidade, serviços e programas dos estabelecimentos prisionais. Estes são adversos à condição física ou mental dos mais velhos, particularmente se sofrerem de doenças que lhes retirem autonomia ou de demências, geradoras de estados de confusão. As pessoas idosas poderão ter dificuldade em desenvolver estratégias de sobrevivência e adotar comportamentos adequados às normas e regras, formais e

informais. A saída da prisão de um idoso corresponde, na maioria das vezes, à transferência para outra instituição, não regressando mais à comunidade. Uma sentença de prisão pode tornar-se numa sentença de asilamento perpétuo.

Conclui-se que os estudos relativos ao envelhecimento em contexto prisional são diminutos e que existe a necessidade de aprofundar a discussão, bem como a necessidade de criar uma estratégia nacional para a reinserção social da população idosa detida, face ao contexto demográfico e do neoliberalismo. O encarceramento é uma situação particularmente inadequada para certas pessoas vulneráveis, como idosos, sendo necessário desenvolver uma abordagem específica adequada.

*Palavras-chave:* envelhecimento; reclusão; neoliberalismo

# HACIA UN MODELO PEDAGÓGICO DE LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES EN ESPAÑA

**Juan Lirio Castro,**

Facultad de Ciencias Sociales y Tecnologías de la Información de Talavera de la Reina, Departamento de Pedagogía, Universidad de Castilla La Mancha, España | Grupo de Investigación en Gerontología Social y Educativa (GESED) | Miembro Afiliado AIUTA (Asociación Internacional de Universidades de la Tercera Edad) | Juan.Lirio@uclm.es | <https://orcid.org/0000-0002-1467-2233>

**Esther Portal Martínez,**

Facultad de Ciencias Sociales y Tecnologías de la Información de Talavera de la Reina | Departamento de Pedagogía, Universidad de Castilla La Mancha; España | Grupo de Investigación en Gerontología Social y Educativa (GESED) | Esther.Portal@uclm.es | [https://orcid.org/0000-0002-0958-](https://orcid.org/0000-0002-0958-4095)

4095

## **Resumen**

El artículo presenta una propuesta de modelo pedagógico para las universidades de mayores españolas sustentando sobre las particularidades del aprendizaje de los adultos mayores. Así, tras un recorrido general sobre dichas particularidades, se analizan aspectos cognitivos del aprendizaje, las motivaciones que les movilizan, la metodología, profesorado, así como la evaluación que prefieren los adultos mayores en su aprendizaje. A continuación, se presentan algunas de las corrientes pedagógicas que fundamentan la educación de este colectivo para, por último, presentar una propuesta de modelo pedagógico basado en los enfoques constructivista y crítico que incluye las estrategias metodológicas a desplegar en la práctica educativa con adultos mayores.

*Palabras-clave:* programas universitarios para mayores; modelo pedagógico; aprendizaje; adultos mayores; estrategias metodológicas.

# INFLUÊNCIA DAS RELAÇÕES FAMILIARES NA ESCOLHA DO CUIDADOR INFORMAL DE PESSOAS IDOSAS EM CONTEXTO RURAL E URBANO

Maria Francisca Ferreira e Cláudia Andrade

Escola Superior de Educação, Politécnico de Coimbra | ORCID ID: 0009-0001-3405-1135; 0000-0001-6601-9220

## Resumo

Dado que não se vive de forma isolada, torna-se importante observar a pessoa idosa, a sua família e pessoas ao seu redor, e o contexto social onde estão inseridos. É objetivo deste estudo, exploratório e descritivo, contribuir para uma melhor compreensão da influência das relações familiares na escolha do cuidador informal de pessoas idosas em contexto rural e urbano, em tríades. A recolha de dados foi efetuada através de questionário sociodemográfico, genograma, ecomapa e entrevista semiestruturada. A amostra é constituída por 21 tríades (14 em contexto rural e 7 em contexto urbano). Foi realizada uma análise temática tendo como referência a análise de Braun e Clarke (2006). Os resultados indicam que a escolha do cuidador familiar é influenciada através de fatores externos ao laço de parentesco (coabitação, proximidade geográfica, disponibilidade, condições habitacionais, acessibilidade, saída tardia de casa dos pais e género), condições familiares (não ter filhos, ser cônjuge, filho mais velho, filho único, obrigação e predisposição para o cuidado) e afetação da díade por relações familiares externas (relações conflituosas, relação de proximidade e disponibilidade apenas do cuidador atual para assumir a prestação de cuidados). Os resultados encontrados no presente estudo permitem contribuir para uma melhor compreensão dos fatores associados à escolha do cuidador informal ampliando o conhecimento das famílias com idosos.

*Palavras-chave:* pessoa idosa; cuidador informal; potenciais cuidadores; relações familiares; família

# **IOGA E A QUALIDADE DE VIDA DAS PESSOAS IDOSAS**

**Elena Shiliaeva**

Mestrado em Gerontologia Social - Escola Superior de Educação e Comunicação, Universidade do  
Algarve, Faro, Portugal

**Nídia Maria Dias Azinheira Rebelo Braz**

Universidade do Algarve, Escola Superior de Saúde, Faro, Portugal | ABC-RI, Algarve Biomedical Center  
Research Institute, Portugal | ORCID: 0000-0002-1451-6417

**Ezequiel António Marques Pinto**

Universidade do Algarve, Escola Superior de Saúde, Faro, Portugal  
ABC-RI, Algarve Biomedical Center Research Institute, Portugal | ORCID: 0000-0001-9322-2937

## **Resumo**

A prática regular de atividade física promove saúde ao longo do ciclo de vida, pois está associada a melhor autonomia e qualidade de vida. O ioga é uma atividade física que se pode adaptar a diferentes níveis de capacidade e que melhora a autonomia funcional, a flexibilidade e o estado mental.

Considerando que a investigação sobre esta temática é escassa, realizou-se um estudo analítico transversal com o objetivo de descrever o impacto da prática do ioga na qualidade de vida de indivíduos com mais de 55 anos. Inquiriu-se uma amostra não-aleatória de participantes recrutados através de amostragem por bola de neve e por divulgação do estudo em associações, instituições, ou grupos formais e informais que dinamizam atividades dedicadas a pessoas com mais de 55 anos. A amostra final foi constituída por vinte praticantes de ioga e vinte não praticantes, de ambos os sexos, com idades entre os 55 e os 80 anos, com vida autónoma, residentes no distrito de Faro. Aplicou-se um questionário sociodemográfico, o Questionário de Qualidade de Vida WHOQOL-BREF, a Escala de Depressão Geriátrica de Yesavage, e o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ versão curta).

Não se encontraram diferenças estatisticamente significativas ( $p > 0,05$ ) entre praticantes de ioga e não praticantes. Independentemente de experiência previa com ioga, os participantes entendem que viver com Qualidade de Vida satisfatória significa

estar saudável, fisicamente ativo, ser autónomo, ter bom suporte social, oportunidade para participar ativamente na vida social e manter o bem-estar psicológico. Todos os participantes reconhecem que o ioga pode ajudar durante o envelhecimento.

Sugere-se a condução de investigação adicional, com um maior número de participantes e com idade mais avançada, para esclarecer com mais detalhe as mudanças na qualidade de vida relacionadas com a prática de ioga.

*Palavras-chave:* ioga; envelhecimento; qualidade de vida.

# **MAIS VIDA – PROGRAMA DE PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NUMA COMUNIDADE RURAL: RESULTADOS PRELIMINARES**

**Ana Patrícia Gomes Arede da Cruz**

Enfermeira Especialista em Enfermagem de Reabilitação; Unidade de Cuidados na Comunidade de Albergaria-a-Velha, ULS Região de Aveiro, apcruz@ulsra.min-saude.pt | ORCID ID: 0009-0006-7520-1263

**Maria João Sousa Rodrigues**

Enfermeira, Mestranda em Enfermagem de Reabilitação na Escola Superior de Saúde Norte da Cruz Vermelha Portuguesa; Unidade de Cuidados na Comunidade de Albergaria-a-Velha, ULS Região de Aveiro, mjrodrigues@ulsra.min-saude.pt | ORCID ID: 0009-0005-6678-9571

**Vítor Manuel Fontes Ferreira**

Fisioterapeuta, Doutoramento em Fisioterapia; Unidade de Recursos Assistenciais Partilhados, ULS Região de Aveiro, vmferreira2@ulsra.min-saude.pt | ORCID ID: 0009-0005-6678-9571

## **Resumo**

Os programas de envelhecimento ativo são fundamentais para melhorar a qualidade de vida das pessoas à medida que envelhecem. O exercício físico tem um impacto significativo na manutenção da capacidade funcional dos idosos, permitindo-lhes manter a independência nas suas atividades da vida diária. Este trabalho pretendeu avaliar a evolução da aptidão física funcional dos participantes do Projeto “Mais Vida”, após seis meses de sessões semanais de exercício físico adaptado à faixa etária. Aos participantes foram aplicados 5 testes, adaptados da Bateria de Testes *Senior Fitness Test* e da Escala de Equilíbrio de Tinetti. A amostra é constituída por 8 participantes, 2 homens e 6 mulheres, com idades entre os 57 e 88 anos ( $76,5 \pm 8,9$  anos). Verificou-se uma melhoria no teste Levantar e Sentar de 57,1%, na Flexão do Antebraço de 66,4%, no Time Up and Go de 11,1%, no Equilíbrio num Apoio de 4,6% e na Volta de 360° de 14,3%. A promoção do envelhecimento ativo numa comunidade rural, produziu efeitos benéficos na aptidão funcional dos participantes, o que pode resultar numa melhoria do desempenho físico e com isso, a independência nas atividades da vida diária, traduzindo-se numa melhor qualidade de vida.

*Palavras-chave:* envelhecimento; exercício físico; aptidão física; promoção da saúde



# **NORMALIZAÇÃO DO TESTE DE MEMÓRIA DE LIGAÇÃO PARA A POPULAÇÃO IDOSA PORTUGUESA**

**Carolina Miranda**

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra  
(FPCEUC) | ORCID ID: 0009-0006-8424-2497

**Maria Salomé Pinho**

Center for Research in Neuropsychology and Cognitive and Behavioral Intervention  
(CINEICC), PsyAssessmentLab da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da  
Universidade de Coimbra (FPCEUC) | ORCID ID: 0000-0001-9786-2819

## **Resumo**

O objetivo deste projeto consiste na normalização do Teste de Memória de Ligação (TML; *Memory Binding Test*; Buschke, 2014) para a população idosa portuguesa.

Este teste visa distinguir o declínio normativo daquele que comporta o início de um quadro demencial e contribuir para o rigor na deteção precoce do défice mnésico do tipo hipocampal (e.g., Markova et al., 2023). Buschke propôs também o Teste de Recordação Seletiva Livre e Guiada, que, diferentemente do TML, não inclui a aprendizagem de itens com duas palavras associadas à mesma pista categorial (Buschke et al., 2017).

A amostra abrange 300 indivíduos voluntários que cumpram os seguintes critérios de inclusão: (i) idade a partir dos 65; (ii) escolaridade a partir do 1º ano; (iii) sem deterioração cognitiva não normativa, sem défices objetivos de memória, podendo apresentar queixas subjetivas de memória; (iv) capacidade funcional preservada; e (v) resultado de inteligência pré-mórbida adequado ao grupo etário e escolaridade. Como critérios de exclusão consideram-se a sintomatologia depressiva e/ou ansiedade grave/severa; história médica, psiquiátrica e neurológica ou medicação actual que afecte a cognição; défices sensoriais não corrigidos ou graves na visão e/ou audição.

Serão aplicados 8 testes: Exame Cognitivo de Addenbrooke (versão revista); Memória Lógica I e II – História A, da Escala de Memória de Wechsler-3ª edição; Evocação

imediata da Figura Complexa de Rey; Escala de Deterioração Global; Inventário de Avaliação Funcional de Adultos e Idosos; Teste de Leitura de Palavras Irregulares; Escala de Depressão Geriátrica-15; e Inventário de Ansiedade Geriátrica.

O anonimato e a confidencialidade dos dados dos participantes serão garantidos e cumpridos os preceitos éticos da conduta de investigação (designadamente, a obtenção do Consentimento livre e informado dos participantes e autorizações de comissões de ética das instituições envolvidas).

Serão obtidas normas (i) atendendo conjuntamente às variáveis idade e escolaridade, e (ii) normas baseadas no cálculo da regressão.

*Palavras-chave:* Teste de Memória de Ligação; envelhecimento; declínio cognitivo; demência

# **NOVAS E MAIS ATIVIDADES CHEGAM À ERPI ASAS TAP ATRAVÉS DA PLATAFORMA ACTIF**

**Ana Margarida Matos**

Actif Age Lda | ana.matos@actif.online | ORCID: 0000-0002-0160-256X

**Inês Pereira**

ASAS TAP

**João Doroana**

Actif Age Lda

**Sandra Silva**

ASAS TAP

**Sara Gonçalves**

Actif Age Lda | sara@actif.online

## **Resumo**

A escassez de pessoal em instituições de saúde tem sido uma preocupação crescente, refletida na elevada percentagem de dias sedentários entre adultos mais velhos, chegando a 97%. Conhecendo os benefícios da atividade física e cognitiva para a saúde e qualidade de vida, a plataforma Actif surge como uma solução inovadora para enfrentar esse desafio. Assim, propusemos avaliar a implementação da plataforma Actif na ERPI ASAS TAP durante um mês, comparando-o com o mês anterior, e analisando os seus benefícios.

A análise comparativa entre os dois períodos de estudo revelou um aumento de 26% no número total de atividades realizadas durante o segundo mês. Embora as atividades desportivas tenham aumentado em 21% no segundo mês, o maior crescimento foi observado nas sessões de estimulação cognitiva. Estas sessões apresentaram um notável crescimento relativo percentual de 953%, sendo a plataforma Actif responsável por 95% dessa tipologia.

Os resultados positivos foram corroborados pelo feedback dos participantes, com a maioria descrevendo a sessão como "fantástica". Além disso, observou-se que as atividades propostas pela Actif se mostraram mais alinhadas com os interesses dos residentes, tendo conseguido envolver pessoas que normalmente não participam nas atividades dinamizadas na instituição.

A plataforma Actif emerge assim como uma ferramenta valiosa na promoção da saúde e qualidade de vida dos adultos mais velhos institucionalizados, contribuindo para um ambiente mais estimulante e sustentável nas instituições de saúde.

*Palavras-chave:* envelhecimento ativo, envelhecimento saudável, Actif, inovação, treino cognitivo

# O ANIMAL DOMÉSTICO E AS QUEDAS NOS IDOSOS: *REVISÃO DE SCOPING*

**Susana Dias**

Enfermeira Especialista em Enfermagem Comunitária | <https://orcid.org/0000-0003-4315-449>

**Laura Viegas**

Professora adjunta na Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, doutorada em Enfermagem |

[lviegas@esel.pt](mailto:lviegas@esel.pt) | <https://orcid.org/0000-0003-1411-7245>

## **Resumo**

Na literatura encontra-se o papel do animal doméstico como um excelente promotor de companhia social não humana e de atividade física. No entanto, os mesmos podem desencadear acidentes domésticos como quedas. As quedas são uma problemática cada vez mais acentuada em países envelhecidos, como é o caso de Portugal.

Este estudo deteve como objetivo examinar evidência científica sobre os animais domésticos como fator de risco na ocorrência de quedas nos idosos.

Trata-se de uma revisão da literatura do tipo *scoping*, com pesquisa realizada nas bases de dados PUBMED, Scopus, MEDLINE e CINAHL, sustentada em palavras-chave e termos de pesquisa segundo o crómio PCC (População – idosos; Conceitos – quedas e animais domésticos; e, Contexto – comunidade). Estudos selecionados entre 2020 a 2024.

Considerando que a pesquisa realizada obteve apenas um artigo cujo resultado, alinhado com o objetivo do estudo, revela que o animal doméstico é um fator de risco de queda nos idosos. Tal facto reflete a necessidade do desenvolvimento de mais estudos sobre a temática.

O animal de estimação tem um papel importante na vida social e afetiva dos mais velhos, porém a consciencialização que os mesmos podem transformar-se num dos fatores de risco de queda é fundamental para a prevenção das mesmas na otimização do processo de envelhecimento.

*Palavras-chave:* pet; accidental falls; older adult.

# **O DESPORTO E A ATIVIDADE FÍSICA NA PREVENÇÃO DO ENVELHECIMENTO**

**Madalena Pereira**

Escola Superior de Educação de Viseu

**Mariana Silva**

Escola Superior de Educação de Viseu

**Tiago Branquinho**

Escola Superior de Educação de Viseu

**Vasco Martins**

Escola Superior de Educação de Viseu

**Mariana Fernandes**

Escola Superior de Educação de Viseu

**Sara Marques**

Escola Superior de Educação de Viseu

**Carla Cristina Vieira Lourenço**

Escola Superior de Educação de Viseu | Centro de Estudos em Educação e Inovação

## **Resumo**

Um dos grandes problemas e preocupações do século XXI é o envelhecimento, no entanto, este surge como um desafio e um conjunto de oportunidades na sociedade (Dias, 2018). A prática regular de atividade física, ao longo do processo de envelhecimento, contribui para a prevenção da capacidade funcional e diminuição do comprometimento cognitivo (Arruda, 2021). Pelo que através da promoção de um envelhecimento ativo e saudável pretende-se mitigar os efeitos colaterais do processo de envelhecimento, visando uma melhoria na qualidade de vida e bem-estar do indivíduo. Com este trabalho pretende-se dar a conhecer alguns programas de

intervenção estruturados para idosos e baseados em atividades físicas e/ou desportivas, os benefícios, tipo de exercícios e materiais utilizados. Foi realizada uma pesquisa de estudos realizados entre 2016 e 2022, explorando a conexão entre atividade física e envelhecimento. Os resultados obtidos revelam melhorias em diferentes aspectos, desde o equilíbrio cognitivo até a capacidade cardiorrespiratória e cardiovascular, além de evidenciar e aprimorar a capacidade funcional nas atividades diárias. Conclui-se que a prática regular de atividade física desempenha um papel crucial na promoção de um envelhecimento ativo e saudável. Em suma, a pesquisa sublinha a essencialidade do desporto e da atividade física na prevenção do envelhecimento, sugerindo caminhos promissores para a promoção de um envelhecimento ativo e saudável em indivíduos idosos.

*Palavras-chave:* desporto; atividade física; idosos, envelhecimento; prevenção.

# **O EFEITO DE DOIS PROGRAMAS DE EXERCÍCIO FÍSICO NA FORÇA E RESISTÊNCIA MUSCULAR: UMA ANÁLISE COMPARATIVA**

**Filipe Rodrigues**

ESECS - Instituto Politécnico de Leiria, 2411-901 Leiria, Portugal | Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, 6201-001 Covilhã, Portugal | ORCID: 0000-0003-1327-8872

**Rui Matos**

ESECS - Instituto Politécnico de Leiria, 2411-901 Leiria, Portugal | Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, 6201-001 Covilhã, Portugal | ORCID: 0000-0002-2034-0585

**Miguel Jacinto**

ESECS - Instituto Politécnico de Leiria, 2411-901 Leiria, Portugal | Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, 6201-001 Covilhã, Portugal | ORCID: 0000-0002-1727-3537

**Raul Antunes**

ESECS - Instituto Politécnico de Leiria, 2411-901 Leiria, Portugal | Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, 6201-001 Covilhã, Portugal | ORCID: 0000-0002-5485-9430

**Diogo Monteiro**

ESECS - Instituto Politécnico de Leiria, 2411-901 Leiria, Portugal | Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, 6201-001 Covilhã, Portugal | ORCID: 0000-0002-7179-6814

**Nuno Amaro**

ESECS - Instituto Politécnico de Leiria, 2411-901 Leiria, Portugal | Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, 6201-001 Covilhã, Portugal | ORCID: 0000-0001-8160-8007

## **Resumo**

O objetivo deste estudo consistiu em analisar o impacto de dois programas de exercício físico durante 20 semanas na força e na resistência muscular em idosos que vivem na comunidade. De forma não randomizada, os participantes foram alocados, a um programa de treino multicomponente (n = 19) ou concorrente (n = 16). Os participantes realizaram três sessões por semana, com uma duração entre 45-60 minutos seguindo os princípios FITT-VP e realizaram testes validados para a população em questão, tais como



o levantar caminhar e voltar a sentar, sentar e levantar, flexão do braço e força de preensão manual. Os resultados demonstraram efeitos significativos para o fator grupo ( $F[1,15] = 66,59$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta^2 = .81$ ) e o fator grupo\*tempo ( $F[1,15] = 16,95$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta^2 = .53$ ) em relação ao teste de sentar e levantar. Para o teste de flexão do braço, foram observados efeitos significativos para o fator grupo ( $F[1,15] = 19,28$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta^2 = .56$ ). O teste de levantar e caminhar revelou efeitos significativos para o fator grupo ( $F[1,15] = 35,56$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta^2 = .70$ ) e o fator grupo\*tempo ( $F[1,15] = 11,68$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta^2 = .43$ ). Por último, o fator grupo\*tempo mostrou efeitos significativos para a força de preensão manual ( $F[1,15] = 5,19$ ,  $p = 0,038$ ,  $\eta^2 = .25$ ). Embora ambos os programas de treino tenham mostrado serem eficazes na melhoria significativa da força e a resistência muscular em idosos que vivem na comunidade, o grupo de que realizou um programa de treino multicomponente apresentou resultados superiores em diversas medidas de aptidão física em comparação com o grupo que realizou um programa de treino concorrente.

*Palavras-chave:* envelhecimento; exercício físico; multicomponente; concorrente.

# **O ENFERMEIRO DO SERVIÇO DE URGÊNCIA E OS CUIDADOS PRÉ-OPERATÓRIOS: PROPOSTA DE MELHORIA**

**Andreia Sofia Carreira Domingues**

Unidade Local de Saúde de Leiria, Leiria; Instituto Politécnico de Leiria, Leiria, Portugal;  
5220167@my.ipleiria.pt | ORCID 0009-0008-0965-9545

**Cátia Alexandra Suzano dos Santos**

Center for Innovative Care and Health Technology (ciTechCare), Instituto Politécnico de Leiria, Leiria,  
Portugal; catia.santos@ipleiria.pt | ORCID 0000-0002-6101-9560.

## **Resumo**

Os cuidados de enfermagem pré-operatórios são um alicerce de todo o processo de cuidados peri operatórios e a sua importância reflete-se em termos de segurança e de melhoria da qualidade de vida da pessoa submetida a uma cirurgia.

O estudo em questão visa uniformizar os cuidados de enfermagem à pessoa com necessidade de cirurgia urgente/emergente, para melhorar a eficácia da preparação pré-operatória.

Trata-se de um estudo de investigação/ação e observacional, que envolveu os enfermeiros do serviço de urgência e os doentes com necessidade de cirurgia urgente/emergente.

O projeto foi realizado em quatro fases, primeiramente foi aplicado um questionário com o objetivo de identificar as dificuldades sentidas pelos enfermeiros na preparação pré-operatória, posteriormente foi realizada uma formação à equipa e aplicado novo questionário para validar a eficácia da formação, e por último foi avaliada a incidência de registo em SClínico® do protocolo de verificação pré-operatória.

Os resultados obtidos indicam que as principais dificuldades identificadas pelos enfermeiros na realização dos cuidados pré-operatórios foram a gestão do tempo para a realização dos cuidados pré-operatórios, a falta de privacidade e a falta de espaço adequado. E que houve um aumento do número de registos em SClínico® do protocolo de verificação pré-operatória, posteriormente à formação.

As evidências obtidas permitem afirmar que a formação contínua é de vital importância para a segurança do doente e para uma prestação de cuidados de enfermagem de qualidade.

*Palavras-chave:* cuidados de enfermagem pré-operatórios; cirurgia urgente; enfermeiros; serviço de urgência; segurança do doente.

# **O IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA DOS CUIDADORES INFORMAIS DE PESSOAS COM DEMÊNCIA: O PROJETO VAMOS "SENTIR, ESTIMULAR E AUTONOMIZAR A VIDA"**

## **Isabel Maria Ribeiro Fernandes**

Professora Adjunta Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico da Guarda I CIDEI - Centro de Estudos em Educação e Inovação I UICISA:E I isabelfernandes@ipg.pt I ORCID ID: 0000-0001-7478-9567

## **Ricardo Jorge da Costa Guerra**

Professor Adjunto Escola Superior de Turismo e Hotelaria do Instituto Politécnico da Guarda I  
TECHN&ART - Centro de Tecnologia, Restauro e Valorização das Artes I CITUR I UDI/IPG I I  
ricardoguerra@ipg.pt ORCID ID: 0000-0001-8788-781

## **Ana Isabel Ventura Lopes Ferreira**

Professora Adjunta Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto do Instituto Politécnico da Guarda I CEGOT (Centro de Estudos de Geografia e Ordenamento do Território) I anaventura@ipg.pt I  
ORCID ID: 0000-0003-0151-1606

## **Cristina Rodrigues**

Professora Adjunta Escola Superior de Turismo e Hotelaria do Instituto Politécnico da Guarda I UDI/IPG I  
cristinarodrigues@ipg.pt I ORCID ID: 0000-0003-2424-4432

## **Elsa Ramos**

Professora Especialista 812 - Turismo e Lazer pelo Instituto Politécnico da Guarda I Professora Adjunta  
Convidada na Escola Superior de Turismo e Hotelaria de Seia do Instituto Politécnico da Guarda I  
TECHN&ART.PT I UDI I elsaramos@ipg.pt I ORCID ID: 0009-0002-6017-4937

## **José Alexandre Martins**

Professor Adjunto, Escola Superior de Turismo e Hotelaria do Instituto Politécnico da Guarda I UDI/IPG I  
CITUR – Centro de Investigação, Desenvolvimento e Inovação em Turismo I jasvm@ipg.pt I ORCID ID:  
0000-0003-3921-6426

### **Vítor Manuel Gomes Roque**

Professor Adjunto, Escola Superior de Turismo e Hotelaria do Instituto Politécnico da Guarda I  
TECHN&ART - Centro de Tecnologia, Restauro e Valorização das Artes I CITUR I CI&DEI I CISED I  
vitor.roque@ipg.pt I ORCID ID: 0000-0001-6027-3340

### **Mariana Paixão Monteiro**

Neuropiscóloga I Coordenadora do Projeto Vamos I Santa Casa da Misericórdia de Seia I  
marianapaixao@misericordiadeseia.pt

### **Ermelinda Maria Bernardo Gonçalves Marques**

Professora Adjunta Instituto Politécnico da Guarda-IPG I CINTESIS@RISE I Centro Académico Clínico das  
Beiras- CACB. I emarques@ipg.pt I ORCID ID: 0000-0003-3024-8392.

## **Resumo**

Portugal é um dos países com a taxa de envelhecimento mais elevada, sendo evidente a nível do interior de Portugal, onde o declínio populacional e o envelhecimento são desafios prementes. O aumento da taxa de incidência das doenças neurológicas, nomeadamente as demências e as diversas comorbilidades associadas condicionam estados de dependência bastante significativos o que exige muito da parte do cuidador informal. Estes necessitam de ajuda e apoio da parte dos profissionais de saúde, no sentido de facilitar a assunção do seu papel, com a menor consequência possível para o seu estado de saúde e qualidade de vida. O projeto VAMOS centra-se nas faixas da população mais vulneráveis e carenciadas, procurando melhorar a qualidade de vida e a autonomia das pessoas com demência e oferece apoio aos cuidadores informais, reconhecendo a importância do seu papel, proporcionando-lhes o Kit do Cuidador Informal e desenvolvendo ações de capacitação. O principal objetivo deste estudo passou pela avaliação do impacto do Projeto Vamos, que decorreu entre novembro de 2022 e julho de 2023, bem como a análise dos resultados alcançados e a eficácia das intervenções, nos cuidadores informais das pessoas com demência. A metodologia seguiu uma abordagem quantitativa com aplicação do questionário WHOQOL – Bref a 15 cuidadores informais, utilizando os softwares MS Excel 2021 e IBM *SPSS Statistics* versão 28. Este projeto permitiu concluir que os cuidadores informais beneficiaram das ações resultantes das intervenções delineadas com o projeto, verificando-se melhorias

na percepção que têm da qualidade de vida, gerando impactos positivos e significativos. Possibilitou a partilha do Plano Individual de Cuidados com o cuidador, permitindo uma maior capacitação e integração no processo de prestação de cuidados e, consequente, satisfação das necessidades identificadas.

*Palavras-chave:* idoso; demência; qualidade de vida; cuidador informal; serviço social

### Referências Bibliográficas

- Borghini, A.; Sassá, A.; Matos, P.; Decesaro & Marcon, S. (2011). Qualidade de vida de idosos com doença de Alzheimer e de seus cuidadores. *Revista Gaúcha Enfermagem*. 32 (4), 751-8. <https://doi.org/10.1590/S1983-14472011000400016>
- Canavarro, M. C., Simões, M. R., Vaz Serra, A., Pereira, M., Rijo, D., Quartilho, M. J., Gameiro, S., Paredes, T., & Carona, C. (2007). WHOQOL-BREF: Instrumento de Avaliação da Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde. In, M. Simões, C. Machado, M. Gonçalves, & L. Almeida (Eds.) *Avaliação psicológica. Instrumentos validados para a população Portuguesa, vol. III* (pp. 77-100). Coimbra: Quarteto Editora.
- Carraro, P.; Magalhães, C. & Carvalho, P. (2016). Qualidade de vida de cuidadores de idoso com o diagnóstico de Alzheimer e o emprego de acupuntura – Revisão de Literatura. *Mudanças – Psicologia da Saúde*. 24 (2), 66-70. <https://doi.org/10.15603/2176-1019/mud.v24n2p65-70>
- Cesário, V.; Leal, M.; Marques, A. & Claudino, K. (2017). Estresse e qualidade de vida do cuidador familiar de idoso portador da doença de Alzheimer. *Saúde Debate*. 41(112), 171-182. <https://DOI:10.1590/0103-1104201711214>
- Fonseca, A. (2020). Aging in Place, Envelhecimento em Casa e na Comunidade em Portugal. *Public Sciences & Policies*, 6(2), 21–39. <https://doi.org/10.33167/2184-0644.CPP2020.VVIN2/pp.21-39>
- Inouye, K; Pedrazzani, E & Pavarini, S. (2010). Implicações da doença de Alzheimer na qualidade de vida do cuidador: um estudo comparativo. *Cadernos Saúde Pública*. 26 (5), 891-899. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2010000500011>
- Marques, E.; Paulino, M., Corte, A. e Paiva T. (2021). *Doenças Neurodegenerativas na Região da Guarda. Diagnósticos ativos de Demência, Parkinsonismo e Esclerose Múltipla*. Guarda: Instituto Politécnico da Guarda.
- Marques, E., Paulino, M., Paiva, T., Corte A., Fonseca, MC (2023). Estudo epidemiológico das doenças neurodegenerativas na Região da Guarda - Portugal. *Glob Acad Nurs*. 4(1) 338. <https://dx.doi.org/10.5935/2675-5602.20200338>
- Pereira, L. & Soares, S. (2015). Fatores que influenciam a qualidade de vida do cuidador familiar do idoso com demência. *Ciência & Saúde Coletiva*. 20 (12), 3839-385. <https://doi.org/10.1590/1413-812320152012.15632014>
- Rede Social de Seia (2021). *Diagnóstico Social (DS) 2021-2023*. Município de Seia

## **O PAPEL DO ASSISTENTE SOCIAL NAS RESPOSTAS DE SUPORTE FAMILIAR**

**Sílvia Clara Laurido Silva**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais I ORCID

ID: 0000-0002-4215-2999

**Sara Maria da Oliveira Gordo**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Saúde de Leiria I Center for Innovative Care and Health Technology (ciTechCare) I ORCID ID: 0000-0002-9578-9520

**Rui Miguel Duarte Santos**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais I Centro Interdisciplinar de Ciências Sociais (CICS.NOVA) I ORCID ID: 0000-0002-0473-8497

**Cristóvão Adelino Fonseca Franco Ribeiro Margarido**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais I I Centro Interdisciplinar de Ciências Sociais (CICS.NOVA) I ORCID ID: 0000-0002-2479-5114

**Ricardo Filipe da Silva Pocinho**

Instituto Politécnico de Leiria - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais I Centro Interdisciplinar de Ciências Sociais (CICS.NOVA) I ORCID ID: 0000-0003-1307-5434

### **Resumo**

A rede sociofamiliar inclui um conjunto de relações interpessoais que o indivíduo estabelece com o seu meio sociofamiliar. No entanto, a ausência destas relações pode conduzir ao isolamento pela falta de contacto social ou familiar, pela falta de participação na comunidade ou com o mundo exterior e/ou a falta ou dificuldade de acesso aos serviços. Queixas frequentes de solidão e isolamento têm sido observadas na população idosa. Em Portugal no de 2021, foram identificadas 446,9 mil pessoas que viviam sozinhas e passavam oito ou mais horas por dia sozinho. O Assistente Social adquire aqui um papel fundamental, na medida em que de acordo com a sua identidade,

detém um propósito maior de compromisso com as populações que precisam de apoio na vida quotidiana, pautam a sua intervenção ao serviço dos mais vulneráveis.

Este estudo detém como objetivo avaliar a importância de projetos educativos no combate o isolamento e á solidão. Serão avaliados 30 participantes em situação de fragilidade social ao longo de 12 meses, através da Escala de Gijón, Escala de Lubben e a Escala UCLA, validados para a população portuguesa. Todos os participantes usufruirão de um programa de intervenção com atividades de estimulação física, cognitiva, emocional e social. Decorridos 12 meses todos os participantes serão reavaliados com o intuito de testar o impacto e desenvolver programas de formação e capacitação de cuidadores para que perpetuem as estratégias no domicílio.

*Palavras-chave:* projetos educativos; suporte familiar, assistente social



# **O POTENCIAL E OS DESAFIOS DA IMUNOTERAPIA NO TRATAMENTO DA DOENÇA DE ALZHEIMER: REVISÃO DA LITERATURA ATUAL**

**Ana Salomé da Costa Pires**

Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental da Unidade Local de Saúde da Guarda

**Miguel Oliveira Camposana Pires**

Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental da Unidade Local de Saúde da Guarda

**Maria Barroso Fonseca**

Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental da Unidade Local de Saúde da Guarda

**Diana Mendonça Cruz e Sousa**

Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental da Unidade Local de Saúde da Guarda

## **Resumo**

A Doença de Alzheimer (DA) é a doença neurodegenerativa mais comum em idosos mundialmente. Devido à sua complexidade, o desenvolvimento de métodos preventivos e de tratamento eficazes é desafiante e as opções terapêuticas disponíveis atualmente conferem benefícios modestos na evolução da doença.

Estratégias com alvos imunológicos como a proteína  $\beta$ -amiloide ( $A\beta$ ), tau e microglia estão a ser investigadas.

Objetivo: investigação da segurança clínica e eficácia de estratégias de imunoterapia ativa e passiva na DA. Metodologia: Revisão não sistemática da literatura existente.

Resultados: Estratégias de imunoterapia dirigidas às proteínas  $A\beta$  e tau demonstraram resultados pré-clínicos promissores. Recentemente, o aducanumab and lecanemab, anticorpos monoclonais anti- $A\beta$  foram aprovados pela US Food and Drug Administration (FDA), devido ao potencial efeito terapêutico da remoção de placas de amiloide, avaliado em imagem por PET amiloide, e no caso do lecanemab, um atraso no declínio cognitivo. No entanto, os ensaios clínicos de vacinas e anticorpos monoclonais humanizados anti- $A\beta$  e anti-tau têm apresentado resultados desanimadores, não só no impacto na função cognitiva e progressão da doença, mas também na frequência e gravidade de efeitos adversos. Apesar da imunoterapia com anticorpo monoclonal anti-

A $\beta$  potencialmente promover a eliminação de placas amiloides em pacientes com DA, foi associada a efeitos adversos severos, que incluem inflamação, hemorragias mediadas por angiopatia amiloide e não se traduziu em melhorias cognitivas significativas. Uma explicação poderá ser a aplicação tardia da imunoterapia, estão em curso novos ensaios em fases prodrômicas e pré-clínicas da doença.

Conclusão: Em termos de eficácia esta revisão demonstrou melhoria estatisticamente significativa, mas não clinicamente relevante da imunoterapia comparativamente ao placebo. No entanto são necessários mais estudos que avaliem os benefícios cognitivos e os riscos da aplicação de imunoterapia na DA.

*Palavras-chave:* Doença de Alzheimer; imunoterapia; anticorpos monoclonais; tau;  $\beta$ -amiloide.

# **O SERVIÇO SOCIAL E O USO DE NOVAS TECNOLOGIAS DE COMUNICAÇÃO NO TRABALHO COM IDOSOS INSTITUCIOALIZADOS E SEUS FAMILIARES**

**Alex Fabiano de Toledo**

Professor na Licenciatura em Serviço Social na Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Lamego – IPV,  
Portugal | <https://orcid.org/0000-0002-9078-7198>

**Nuno Miguel da Silva Lapa Monteiro**

Mestrando em Gestão de Organizações Sociais na Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Lamego –  
IPV, Portugal | <https://orcid.org/0009-0004-7903-1498>.

## **Resumo**

A queda na taxa de fecundidade e mortalidade bem como o aumento da expectativa de vida tem impactado no envelhecimento populacional em diferentes países. Este é o caso de países do continente europeu, com destaque para Portugal que segundo dados do censo de 2021, possui 23,4% da sua população com 65 anos ou mais. O país ocupa o segundo lugar atrás apenas da Itália, no conjunto dos países que apresentam maiores índices de envelhecimento da União Europeia. Para além dos cuidados prestados a nível de saúde nas Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas - IRPI, as questões relacionadas a manutenção dos vínculos familiares se tornam um desafio para a intervenção de assistentes sociais que atuam nestes serviços em Portugal. A partir da realização do estágio supervisionado em Serviço Social no Lar de idosos do Centro Social e Cultural da Paróquia de Ferreirim de Lamego, este trabalho reflete sobre o trabalho profissional e o incentivo ao uso de novas tecnologias com o objetivo de promover a manutenção e fortalecimento dos vínculos familiares de idosos acolhidos no Lar de Ferreirim. De natureza qualitativa, lançamos mão da pesquisa bibliográfica, documental e realização de entrevistas semiestruturadas aplicadas a idosos institucionalizados, seus familiares e profissional do Serviço Social que atua na instituição, visando: compreender a importância dos vínculos familiares para idosos acolhidos; apreender o trabalho do assistente social na promoção e manutenção dos vínculos familiares e analisar a contribuição do uso de novas tecnologias para a manutenção e fortalecimento dos vínculos familiares de acolhidos no Lar de idosos de Ferreirim. Os resultados realçam a

importância do trabalho do Serviço Social como mediador e facilitador das relações familiares, bem como da importância e do impacto positivo do uso de novas tecnologias para a manutenção e fortalecimento dos vínculos entre os idosos acolhidos e suas famílias.

*Palavras-chave:* envelhecimento; acolhimento; vínculos familiares; novas tecnologias; Serviço Social

## **O USO DA ARTE NA RUPTURA DAS BARREIRAS INTERGERACIONAIS**

**Ana Carolina Chenci de Melo**

Faculdade de Ciências Humanas e Sociais-Unesp, Franca/Brasil

**Josiani Julião Alves de Oliveira**

Faculdade de Ciências Humanas e Sociais-Unesp, Franca/Brasil | ORCID ID: 0000-0003-4300-4485

**Maria Eduarda Moreira de Almeida**

Faculdade de Ciências Humanas e Sociais-Unesp, Franca/Brasil

### **Resumo**

Constata-se que a problemática do envelhecimento, ao longo das últimas décadas, requer uma responsabilidade para a sociedade e obrigatoriamente passa a ter, cada vez mais, um lugar no plano político. O envelhecimento é agora uma problemática evidente à escala mundial e existe, cada vez mais, uma preocupação em promover, integrar e apoiar as pessoas mais velhas, provendo a sua autonomia, bem-estar e participação, permitido partilhar tanto dos seus conhecimentos como adquirir novas aprendizagens e conviver com outras gerações.

O objetivo geral do presente projeto foi ampliar e desenvolver atividades educacionais infantis, por meio da arte, no Centro de Convivência Infantil (CCIs) “Pintando o Sete” da Faculdade de Ciências Humanas e Sociais da Unesp, campus de Franca no Brasil, sobre temáticas intergeracionais. Por vários motivos, a distância crescente entre avós e netos e a consequente diminuição deste contato prejudica a transmissão de herança cultural (Oliveira, 2018). Cabral e Marcuch (2016) defendem que a própria economia produtiva afeta as políticas sociais e, consequentemente, dificulta a solidariedade intergeracional. Além disso, o estudo buscou explicitar o conceito, as causas e consequências do envelhecimento à luz de diversas perspectivas, com particular ênfase no ritmo de envelhecimento do nosso país. Foram abordadas questões relacionadas à afetividade, cultura, raça, idade, entre outras por meio de intervenções artísticas.

Para a operacionalização deste projeto foi aplicada uma estratégia metodológica qualitativa com base na observação, registros em diário de campo e atividades em grupo. Destaca-se que o projeto foi desenvolvido em consonância com 3 (três) dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS), a saber: ODS 3 – Saúde e bem-estar, ODS 04 – Educação de qualidade e ODS 16 – Paz, justiça e instituições eficazes.

*Palavras-chave:* intergeracionalidade; arte; gerações; educação

## **PARA ALÉM DE UMAS GRADES**

**Maria João de Almeida Nunes**

Professora adjunta, Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico da Guarda | Unidade de Investigação para o Desenvolvimento do Interior do IPG | titijoao@ipg.pt | ORCID ID: 0000-0001-6407-

4787

**Agostinha Esteves de Melo Corte**

Professora adjunta, Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico da Guarda | Centro de Investigação em Tecnologias e Serviços de Saúde – CINTESIS | acorte@ipg.pt | ORCID ID: 0000-0002-3079-8370

**Isabel Maria Ribeiro Fernandes**

Professora adjunta da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico da Guarda | CIDEI - Centro de Estudos em Educação e Inovação | UICISA: E | isabelfernandes@ipg.pt | ORCID ID: 0000-0001-7478-9567

### **Resumo**

Enquadramento: A nova Lei de Saúde Mental, procede à revogação do n.º 3 do artigo 92.º do Código Penal, que, até agora, permitia, em certos casos, a prorrogação sucessiva das medidas de segurança de internamento de cidadãos inimputáveis. Assim, com a entrada em vigor da nova lei, cessarão as medidas de segurança de internamento que, à data, já tenham ultrapassado a duração máxima da pena prevista para o tipo de crime. Esta lei acentua uma visão humanista, enquanto vertente indispensável de cuidados de saúde de excelência, conferindo centralidade aos conceitos de autonomia, dignidade, participação, oportunidade e recuperação. Objetivo: refletir sobre a conscientização pública dos efeitos da nova Lei em indivíduos idosos inimputáveis e partilhar de que forma é promovida a reinserção social desses idosos. Métodos: Revisão da literatura com pesquisa na PubMed usando as seguintes palavras-chave com diferentes combinações: idosos; transtornos psicóticos; saúde mental; desafios em saúde. Conclusão: Procura-se definir quais as respostas mais adequadas às capacidades e necessidades de cada um dos cidadãos. Estas podem passar pela reinserção em meio familiar, pelo encaminhamento para estruturas residenciais, seja para pessoas idosas, seja para pessoas com deficiência, diferentes tipologias de respostas habitacionais, pela colocação em instituições de saúde ou em unidades da rede de cuidados continuados

integrados de saúde mental. Esta Lei aumentará a exigência para os serviços de apoio, já de si bastante sobrecarregados e estruturalmente deficitários, o que pode tornar, de facto, muito difícil, mas não impossível ou inexecutável a sua execução. Os enfermeiros especialistas em enfermagem comunitária e de saúde mental exercem um papel essencial neste processo de orientação, sendo facilitadores da reinserção social e familiar destes utentes.

*Palavras-chave:* idosos; saúde mental; desafios; enfermagem comunitária; enfermagem de saúde mental



# **PARTICIPAÇÃO E EMPODERAMENTO DAS PESSOAS MAIS VELHAS: MEMÓRIAS DO BAIRRO II – PROJETO PILOTO NAS IPSS DE ESPOSENDE**

**Patrícia Sofia Esteves de Sousa**

Universidade de Vigo | ORCID ID: 0009-0001-6567-3711 | HOPE! Respostas Sociais

**Luís Carlos Pires Durães**

HOPE! Respostas Sociais

**Ana Catarina Miranda Costa**

HOPE! Respostas Sociais

**José Maria Cancela Carral**

Universidade de Vigo | ORCID ID: 0000-0003-2903-3829

## **Resumo**

Alicerçado na participação como um pilar do envelhecimento ativo e saudável (OMS), alinhado com os princípios da Declaração dos Direitos Humanos e os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, este estudo explora a experiência do projeto comunitário Memórias do Bairro, desenvolvido em Esposende, com o objetivo de promover a participação e o empoderamento das pessoas mais velhas e/ou com demência em respostas sociais na área do envelhecimento. Centrado na reflexão em torno dos direitos e deveres, foram elaboradas Cartas de Direitos em conjunto com as pessoas mais velhas e promovida a sensibilização para a importância do planeamento antecipado de cuidados abordando-se questões legais pertinentes. O projeto enfatizou a abordagem centrada na pessoa através da valorização das histórias de vida como condição para uma melhor prestação de cuidados. O projeto envolveu 11 IPSS's, 175 pessoas mais velhas (68,18% mulheres e 31,81% homens), incluindo 46 com diagnóstico de demência. Foram realizadas 66 sessões de reflexão para a elaboração de Cartas de Direitos com recurso a metodologias participativas, e recolhidas 105 Histórias de Vida. A análise qualitativa dos dados, com base nas percepções das pessoas participantes e das equipas técnicas envolvidas, indica que o projeto contribuiu para o empoderamento das

peessoas mais velhas através do reconhecimento das suas vivências, para o aumento do conhecimento dos seus direitos e deveres, bem como para uma maior participação nos processos de tomada de decisão.

Os resultados obtidos suscitam reflexões sobre a necessidade de transição de modelos de cuidados baseados na perspectiva biomédica para uma abordagem mais humanizada e personalizada. Reforçam a importância de considerar as experiências de vida individuais como um recurso valioso para a promoção da participação e do empoderamento das pessoas mais velhas, o que pode ter implicações significativas para a prática e políticas de cuidados de longo prazo.

*Palavras-chave:* pessoas mais velhas; direitos; participação; empoderamento

# PERCEPÇÃO DE RISCO DE QUEDA EM AMBIENTE DOMICILIÁRIO: IMPLICAÇÕES PARA A PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO EM SAÚDE DA PESSOA IDOSA

**Angela Maria Pereira da Luz**

Ergonomista | <https://orcid.org/0009-0003-3876-2350>

**José Luiz Telles**

Professor convidado da Escola Nacional de Saúde Pública-NOVA | [https://orcid.org/0000-0003-4327-](https://orcid.org/0000-0003-4327-8099)

8099

## Resumo

Um dos principais eventos que acometem os idosos é a queda. Os julgamentos e avaliações das pessoas sobre os perigos a que estão ou podem estar expostas no seu ambiente são designados por percepção do risco. As percepções de risco orientam as decisões sobre a aceitabilidade do risco e representa influência central nos comportamentos antes, durante e depois de uma queda. O objetivo do trabalho foi analisar as percepções e práticas das pessoas idosas relativamente à saúde e aos riscos de quedas em seu ambiente domiciliar. Estudo de abordagem qualitativa, exploratória e descritiva, com recurso à realização de entrevistas-semiestruturadas e aplicação de vinhetas numa amostra de conveniência. A análise de dados focou-se no método de análise de conteúdo, triangulada com os dados da entrevista e identificação dos riscos, tendo por base as situações nas vinhetas. O protocolo aprovado pela Comissão de Ética. A amostra contou com 10 idosos com idade média de 75,4 anos, sendo a maioria do sexo feminino e todos com histórico de quedas, à exceção de um participante. Vivem em habitações de carácter social em bairros da área metropolitana de Lisboa. Estabeleceu-se três categorias temáticas: *“Um Corpo (In) Capaz de Ser Saudável”*; *“A Queda, Percepção do Risco e a Vulnerabilidade no Espaço de Vida”* e *“Ser Capaz de Agir no Espaço de Vida”*.

No geral, a saúde assume o valor de ser capaz de desempenhar atividades cotidianas num determinado ambiente. O risco percebido de queda é constituído ao longo do tempo e num espaço a partir das experiências e vivências de cada um. Destacou-se a

importância da abordagem educativa para a promoção da saúde e prevenção de quedas estar centrada na pessoa e no contexto social vivido. A construção do conhecimento deveria basear-se nas significações da pessoa idosa atribuídos aos fatores de risco.

*Palavras-chave:* percepção de risco; queda da pessoa idosa; promoção e educação da saúde; prevenção de quedas.

# **PERCEPÇÃO SOBRE ETARISMO POR MULHERES IDOSAS MUSICISTAS DA CAPITAL DO BRASIL**

**Paula Leite Antunes de Macedo**

Universidade Católica de Brasília – UCB | ORCID ID: 0009-0003-1146-9357

**Gislane Ferreira de Melo**

Universidade Católica de Brasília – UCB | ORCID 0000-0003-3551-5963

## **Resumo**

O objetivo deste estudo foi avaliar a percepção sobre a discriminação de idade por mulheres idosas musicistas do Distrito Federal. Para tanto, foram realizadas cinco entrevistas com mulheres de renome no cenário da música popular da cidade e que fizeram parte da construção da sua identidade cultural, cuja média de idade é igual  $64,8 \pm 2,95$  anos. A pesquisa, qualitativa, do tipo exploratória e descritiva, utiliza o método de histórias de vida. Entre os principais achados, todas afirmaram haver etarismo na música, sendo essa uma prática que contribui para a segregação e a perpetuação de estereótipos. Para elas, as mulheres sofrem preconceito ainda maior em função do gênero. A falta de oportunidades de trabalho e de parcerias e a desvalorização dos musicistas em função dos declínios fisiológicos naturais são exemplos do etarismo nessa área. Em contraponto, há indícios de transformação, com pessoas empenhadas em resgatar as contribuições dos mais velhos e de reverenciá-las. A experiência entre os pares é valorizada, mas, externamente, não. Essa situação é acentuada pela mídia e sociedade que enaltecem a performance energética, dando maior visibilidade àqueles que geram maior lucro, tornando grandes mestres simples desconhecidos. Portanto, mesmo essas mulheres reconhecendo o declínio fisiológico, continuam atuantes e acreditam que a história de vida que construíram deve ser valorizada. O preconceito que sofrem é infundado, visto que a preparação e dedicação de tempo ao ofício musical é extremamente presente nessa fase. Seu desejo é de serem reconhecidas pelo que são, e não por sua idade e sexo. Assim, conclui-se que o etarismo está presente no meio musical e é incentivado pela mídia e sociedade. Esse é um assunto pouco explorado,

sendo o reconhecimento de sua existência de suma importância para a formulação de políticas de combate à sua prática na busca de um mundo mais justo e inclusivo.

*Palavras-chave:* envelhecimento; preconceito; artista; gênero; sociedade

# PERÍMETRO DE PANTURRILHA E VELOCIDADE DA CAMINHADA ENTRE IDOSOS DO NORDESTE DO BRASIL

**Danilo Barbosa Morais**

Discente de doutorado em saúde coletiva da Universidade Estadual de Feira de Santana – UEFS, Feira de Santana – BA, Brasil | <https://orcid.org/0000-0001-9875-5468>

**Saulo Vasconcelos Rocha**

Docente da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – UESB, Jequié – BA, Brasil | <https://orcid.org/0000-0001-8655-5151>

## Resumo

Alterações na composição corporal são eventos intensificados com o processo de envelhecimento humano. Dentre essas, as mais importantes estão associadas a perda de massa muscular, que repercute diretamente na força e função do sistema musculoesquelético. Nesse sentido, o propósito do presente estudo foi investigar a correlação entre o perímetro da panturrilha e a velocidade da caminhada em idosos. Estudo transversal, com 310 idosos (idade  $\geq 60$  anos), de ambos os sexos, residentes no município de Ibicuí-Bahia, Brasil. Foram verificadas informações sobre características sociodemográficas; medida de perímetro de panturrilha (PP) e teste de velocidade da caminhada (TC) de 2,44 m. Na análise dos dados foram utilizados procedimentos da estatística descritiva e o teste de Pearson com  $p < 0,05\%$  utilizado o software estatístico IBM® SPSS 22. A média de idade foi de  $71,62 \pm 8,15$  anos para ambos os sexos e do PP e TC foram de  $33,85 \pm 3,46$  e  $9,00 \pm 3,68$  respectivamente. Não houve correlação entre a MCP e o TC, em ambos os sexos ( $p = -0,015$ ;  $p = 0,792$ ). Com base nesses resultados podemos observar que na amostra avaliada o PP não se mostrou um indicador de risco para a redução da velocidade de caminhada. No entanto, faz-se importante avançar nas investigações sobre o PP que já se mostrou uma medida importante para rastrear as perdas de massa e força muscular entre a população idosa.

*Palavras-chave:* envelhecimento; velocidade de caminhada; idoso.

# **PLANEAMENTO EM SAÚDE NA CAPACITAÇÃO DOS CUIDADORES FORMAIS EM ESTRUTURAS RESIDENCIAIS PARA PESSOAS IDOSAS, PARA ADESÃO À VACINA DA GRIPE**

**Beatriz Correia Nobre**

Mestranda do Curso de Mestrado em Enfermagem na Área de Especialização em Enfermagem  
Comunitária e Saúde Pública, Escola Superior de Enfermagem de Lisboa | ORCID ID: 0009-0004-5597-  
7238

**Ana Teresa Vieira**

ULS Santa Maria - Unidade de Saúde Pública Francisco George | ORCID ID: 0000-0002-6759-091X

**Maria de Fátima Mendes Carvalho Fernandes**

ULS Santa Maria - Unidade de cuidados na Comunidade | ORCID ID: 0000-0003-4791-5569

**José Edmundo Sousa**

Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, Centro de Investigação, Inovação e Desenvolvimento em  
Enfermagem de Lisboa (CIDNUR) | ORCID ID: 0000-0003-2136-4471

## **Resumo**

O vírus da gripe circula pelo mundo inteiro e nas várias faixas etárias, no entanto existem grupos com um maior risco de adquirir doença grave. A vacinação da gripe é recomendada a todos os profissionais que trabalhem em contextos de maior vulnerabilidade, como as Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI), no entanto, mantém-se baixa a taxa de cobertura vacinal contra a gripe nesta comunidade.

Este estudo teve como objetivo capacitar os cuidadores formais (CF) para a adesão à vacinação da gripe, em ERPI, numa região de Lisboa. Foi utilizada a metodologia do planeamento em saúde. Realizou-se um estudo transversal, com uma amostra constituída pelos cuidadores formais das ERPI's da área geográfica de uma Unidade de Cuidados na Comunidade, em Lisboa. Tratou-se de uma amostra não probabilística, por conveniência (n= 131). Foi aplicado o questionário HLS19-Q12 e HLS19-VAC.

A maioria da amostra é constituída pelo sexo feminino, com uma média de idade de 43 anos. São na sua maioria auxiliares de ação direta, seguido dos enfermeiros. Relativamente ao nível de Literacia em Saúde (LS), 70% da amostra apresenta um nível



“suficiente” ou “excelente” e o restante um nível “inadequado” ou “problemático”. Ao nível das dimensões da LS, as maiores dificuldades centram-se na prevenção da doença. Constatou-se ainda a importância dos mitos e crenças acerca da vacinação, com 35% dos profissionais a considerarem que as vacinas frequentemente originam efeitos adversos graves. Como estratégias de intervenção, utilizaram-se a Educação para a Saúde e Comunicação em Saúde.

Após a avaliação das intervenções realizadas comprovou-se a aquisição de ganhos em saúde diretamente nos CF e indiretamente na comunidade da ERPI, através do aumento do conhecimento face ao efeito da imunização e à compreensão da informação no âmbito da prevenção da doença.

*Palavras-chave:* cuidador formal; vacinação da gripe; estruturas residenciais para pessoas idosas; adesão à vacinação.

# **POLIMEDICAÇÃO NO IDOSO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**Júlia Maria Avelar Santos**

ULS Coimbra – UCSP de Ansião I <https://orcid.org/0009-0000-7300-6743>

**Cristina Isabel Gaspar Santos**

ULS Leiria – USP Leiria I <https://orcid.org/0000-0002-5248-8779>

**Vera Filipa da Silva Bizarro**

ULS Coimbra – UCC Coimbra Saúde I <https://orcid.org/0000-0001-6595-0507>

## **Resumo**

A ocorrência simultânea de diferentes patologias num mesmo indivíduo é mais comum na população com 65 ou mais anos, conduzindo a maior risco de polimedicação. Esta condição, definida por muitos autores como a toma concomitante de cinco ou mais medicamentos constitui uma realidade preocupante quer em Portugal quer na Europa pelos riscos associados. Com a questão de pesquisa: Quais os riscos da polimedicação nos idosos, e qual o papel da enfermagem na prevenção desses riscos?, foi definido como objetivo identificar os principais riscos associados à polimedicação dos idosos e identificar intervenções preventivas de enfermagem.

Trata-se de uma pesquisa na BVS, com os descritores “Polimedicação no idoso”, “riscos e “enfermagem”. Após leitura do título e resumo foram selecionados 3 artigos para esta revisão.

Os resultados confirmam a prevalência da polimedicação entre os idosos, com a toma de 5 ou mais medicamentos, prescritos por vários prescritores ou de venda livre. Os principais fatores relacionados com a polimedicação são a idade, sexo feminino, nível de escolaridade, prevalência de múltiplas patologias crónicas e viver sozinho.

As visitas domiciliárias preventivas realizadas pelos enfermeiros podem constituir uma oportunidade para identificar esses fatores e minimizar os seus efeitos o mais precocemente possível (Lagerin et al., 2014). Ações de educação para a saúde e formação são as principais intervenções implementadas pelos enfermeiros, para diminuir os riscos da polimedicação nos idosos.

São vários os riscos associados à polimedicação, e os enfermeiros desempenham um papel muito importante na identificação destes riscos, considerando a realização de visitas domiciliárias preventivas muito importantes. O enfermeiro de família, pode ter um papel ativo, através da implementação de estratégias promotoras da adesão ao regime medicamentoso na pessoa idosa polimedicada em contexto comunitário, revelando a educação para a saúde como a que apresenta maior eficácia, obtendo assim ganhos em saúde.

*Palavras-chave:* polimedicação no idoso; riscos; enfermagem

# POLIMEDICAÇÃO NOS IDOSOS ADMITIDOS NO SERVIÇO DE URGÊNCIA

**Ângela Sofia Lopes Simões**

Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias | Instituto Politécnico de Castelo Branco | ORCID: 0000-0003-1535-9350

## **Resumo**

A polimedicação é definida pela OMS como o uso simultâneo de um número excessivo de medicamentos, assumindo-se uma situação de polimedicação major a toma de cinco ou mais princípios ativos diferentes por dia. Este estudo detém como finalidade apresentar os resultados relativos à polimedicação de idosos admitidos em Serviço de Urgência (SU). Apresentamos o resultado de dois estudos observacionais, retrospectivos e descritivos que incidiram sobre a fragilidade e agressividade nos cuidados de fim de vida em idosos admitidos em SU. No primeiro estudo analisamos 8082 episódios de urgência, de pessoas com 65 ou mais anos, em 2019, e no segundo estudo, 2555 episódios de urgência, de idosos residentes em ERPI, em 2019. Foram recolhidos dados de variáveis sociodemográficas e clínicas. Análise estatística com nível de significância de 0,05.

No primeiro estudo “Fragilidade e cuidados em fim de vida - Prevalência da Fragilidade e Agressividade dos Cuidados em Fim de Vida nos idosos admitidos num SU” cerca de 66% dos idosos que são admitidos no SU apresentam polimedicação major. No segundo estudo “Nursing home residents in the emergency department: Characteristics; Fragility and Aggressiveness in care” cerca de 92% dos idosos residentes em ERPI que recorrem ao SU estão polimedicados, com média de 9 princípios ativos diários, com um máximo de 22 princípios diários, 83,4% apresenta polimedicação major.

A polimedicação aumenta o risco de interações e reacções adversas. Além disso, na pessoa idosa potencia o risco de morbimortalidade, para além de diminuir a adesão ao regime terapêutico. Os resultados destes estudos são muito preocupantes e é por isso fundamental a sensibilização e formação para a desprescrição adequada, redefinindo os objetivos terapêuticos, ajustando a medicação às reais necessidades da pessoa.

Além disso, levanta problemas éticos importantes relacionados com a obstinação terapêutica, quando se insiste na prescrição de medicação excessiva e desadequada. Em idosos residentes em ERPI com elevados níveis de fragilidade a situação ganha contornos alarmantes.

*Palavras-chave:* idoso; fragilidade; polimedicação; estruturas residenciais para pessoas idosas; serviço de urgência

# POTENCIALIDADES DOS MEIOS COMPLEMENTARES DE DIAGNÓSTICO NA PROMOÇÃO DA SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS

**Nélia Gaudêncio**

Universidade do Algarve – Departamento de Radiologia/Imagem Médica e Radioterapia I Unidade Local  
de Saúde do Algarve-Hospital de Faro, Portugal I <https://orcid.org/0000-0003-4545-5722>

**Magda Ramos**

Universidade do Algarve – Departamento de Radiologia/Imagem Médica e Radioterapia I Clínica de  
Radioncologia do Algarve, Joaquim Chaves Saúde, Faro, Portugal I <https://orcid.org/0000-0002-2795-2920>

**Ana Bárbara**

Universidade do Algarve – Departamento de Radiologia/Imagem Médica e Radioterapia I Unidade Local  
de Saúde do Algarve-Hospital de Faro, Portugal I <https://orcid.org/0000-0001-7465-7724>

**António Abrantes**

Universidade do Algarve – Departamento de Radiologia/Imagem Médica e Radioterapia I Centro  
Interdisciplinar de Ciências Sociais (CICS.NOVA-UÉvora) I <https://orcid.org/0000-0002-7792-678X>

**Rui Almeida**

Universidade do Algarve – Departamento de Radiologia/Imagem Médica e Radioterapia I  
Comprehensive Health Research Centre (CHRC) I <https://orcid.org/0000-0001-7524-9669>

## **Resumo**

Portugal é o terceiro país da Europa com maior percentagem de idosos, 64 % da população em 2022 tinha mais de 65 anos. Este envelhecimento da população leva ao aumento das doenças crónicas, que devem tendencialmente ser diagnosticadas, tratadas e seguidas nos Cuidados de Saúde Primários (CSP). Nos hospitais portugueses em 2022 foram realizados 207,0 milhões de atos complementares de diagnóstico e/ou terapêutica, 14,0 milhões são de radiologia, um acréscimo de 14,9 milhões de atos em relação a 2021. Os hospitais públicos asseguraram 85,3 % destes exames.

Este estudo teve como objetivo analisar a implementação de cuidados de saúde de proximidade, baseados em meios complementares de diagnóstico, que proporcionem melhores resultados de saúde, qualidade de vida e sustentabilidade.

Com base numa revisão da literatura identificou-se artigos científicos e orientações publicados entre 2019 e 2024, incluindo na pesquisa as palavras: “saúde”; “idosos”; “meios complementares de diagnóstico”; “acessibilidade”; e “qualidade de vida”. Sistemas de saúde com uma maior orientação para os CSP demonstram melhores resultados de saúde e satisfação das populações. Investimentos direcionados para esses níveis de cuidados têm sido recomendados, promovendo a equidade no acesso à saúde e reduzindo os custos efetivos associados ao tratamento de doenças diagnosticadas em estágios avançados. A disponibilidade de meios complementares de diagnóstico, como análises clínicas, imagiologia, fisioterapia e cardiopneumologia, desempenha um papel crucial nesse processo. O novo modelo de reforma do Sistema Nacional de Saúde, com a criação de unidades locais de saúde, atribui uma importância central aos meios complementares de diagnóstico, não só equipando os CSP com esses recursos, mas também levando-os até aos domicílios dos pacientes, proporcionando maior comodidade. A acessibilidade aos meios complementares de diagnóstico é uma oportunidade para redefinir o futuro dos cuidados de saúde. Torná-los mais acessíveis, eficientes e centrados no utente é essencial para enfrentar os desafios do envelhecimento da população e garantir uma melhor qualidade de vida para todos.

*Palavras-chave:* envelhecimento; saúde; meios complementares de diagnóstico; qualidade de vida

#### **Referências bibliográficas**

- Costa, F. L. D. (2020). *Como adoecem os portugueses*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Duque, E. (2021). *Diferentes abordagens do envelhecimento*. Editorial Cáritas: p. 159-187. ISBN:978-972-9008-86-3
- Garcia, M. B. & Almeida, R.P. (2024). *Transformative Approaches to Patient Literacy and Healthcare Innovation*. IGI Global. ISBN: 979-8369336618
- Instituto Nacional de Estatística (2024). *Estatísticas da Saúde, 2022*. Lisboa : INE. Consultado a 09 de abril de 2024, acesso em [www: <url:https://www.ine.pt/xurl/pub/439489924>](http://www.ine.pt/xurl/pub/439489924). ISSN 2183-1637. ISBN 978-989-25-0685-2

- Moreira, M. J. G. (2020). *Como envelhecem os portugueses: Envelhecimento, saúde, idadismo*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Nações Unidas. (2019). *Orientações para a Proteção dos Direitos Humanos dos Idosos*. Nova Iorque, EUA: Nações Unidas.
- Nações Unidas (2019). *Department of Economic and Social Affairs, Population Division World Population Prospects 2019, Volume II: Demographic Profiles*. Acesso em <https://population.un.org/wpp/Graphs/DemographicProfiles/Line/900>
- Nunes, L. & Menezes, O. (2014). *O bem-estar, a qualidade de vida e a saúde dos idosos*. Editorial Caminho. ISBN: 9789722126717
- Organização Mundial da Saúde. (2020). *Envelhecimento Ativo: Uma Política de Saúde*. Genebra, Suíça: Organização Mundial da Saúde.
- Pimentel, F. L., Veríssimo, M., Oliveira, C., Soares, J., Sousa, G., Martinho Da Silva, P., Vilaverde Cabral, M., & Lopes Ferreira, P. (2021). Cancer Network for Welfare Aging (NEWAYS): Estratégias para Otimizar os Cuidados ao Doente Idoso com Cancro. *Medicina Interna*, 334-336 Páginas. <https://doi.org/10.24950/PV/6/19/4/2020>
- PORDATA (2024). *Índice de Envelhecimento (2022)*. [consultado 03/04/2024] acesso em <https://www.pordata.pt/publicacoes/infografias/como+envelhecem+os+portugueses+-195>, .
- Tesch-Römer, C. & Wahl, H. (2017). Toward a more comprehensive concept of successful aging: Disability and care needs. *The Journals of Gerontology*, 72(2), 310-318.



# **PREDITORES ORGANIZACIONAIS DA TOMADA DE DECISÃO DA REFORMA EM PORTUGAL**

**Margarida Pedroso de Lima**

Professora Associada com Agregação na Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da  
Universidade de Coimbra, Portugal (FPCE-UC) | ORCID ID:0000-0002-6239-1137

**José Joaquim Costa**

Professor Auxiliar na Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra,  
Portugal (FPCE-UC) | ORCID ID: 0000-0001-8159-088X

**Helena Maria Almeida Macedo Loureiro**

Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro, Portugal (ESS-UA) | ORCID ID: 0000-0003-1826-  
5923

**Lucia Helena de Freitas Pinho França**

Programa de Pós-Graduação em Psicologia | Laboratório de Envelhecimento no Contexto Organizacional  
e Social | LECOS FAPERJ –Universidade Salgado de Oliveira – UNIVERSO | ORCID ID: 0000-0003-0676-  
3757

## **Resumo**

Muitos são os fatores que influenciam a tomada de decisão de um trabalhador mais velho no que concerne a se reformar. Dentre estes, encontram-se os preditores meso que dizem respeito às variáveis organizacionais que afetam a referida decisão. Variáveis como o controlo no trabalho, a satisfação com o mesmo, a partilha entre colegas podem afetar a decisão de sair definitivamente, ou continuar, ou envolver-se noutra trabalho formal ou optar pelo emprego de ponte.

Por conseguinte objetivo deste estudo, inserido num projeto envolvendo vários países, é investigar no cenário português os preditores organizacionais na tomada desta decisão tão relevante para os trabalhadores mais velhos.

Neste sentido, através de um protocolo de avaliação construído para o efeito, recolheu-se Numa amostra de 600 portugueses recolheu-se informação referente aos preditores meso da reforma.

Resultados apontam para a importância das variáveis organizacionais. Conclui-se que estas variáveis devem, dado o seu impacto no bem-estar dos trabalhadores, ser tidas mais em consideração tanto ao nível pessoal como organizacional.

*Palavras-chave:* reforma; preditores meso; preditores organizacionais; tomada de decisão; Portugal.

O presente estudo foi aprovado no Brasil, pelo Comitê de Ética em pesquisa da Universidade Salgado de Oliveira (CAAE:19575219.2.0000.5289) e em Portugal, pela Comissão de Ética da UICISA:E (ofício nº 12\_05\_2022- P880\_05\_2022).

# **PREVALÊNCIA DE DESNUTRIÇÃO, FRAGILIDADE E SARCOPENIA: EXISTEM DIFERENÇAS ENTRE AS PESSOAS IDOSAS INSTITUCIONALIZADAS E NO DOMICÍLIO?**

**Vânia Portela**

Instituto Formação Avançada da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Avenida Professor Egas Moniz, 1649-028 Lisboa, Portugal | Dietética e Nutrição, ESTeSL - Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa do Instituto Politécnico de Lisboa, Av. D. João II, Lote 4.69.01, 1990-096 Lisboa, Portugal. ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-0148-4644>

**Elisabete Carolino**

H&TRC - Health & Technology Research Centre, ESTeSL - Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa do Instituto Politécnico de Lisboa, Av. D. João II, Lote 4.69.01, 1990-096 Lisboa, Portugal. ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-4165-7052>

**Marisa Cebola**

Dietética e Nutrição, H&TRC - Health & Technology Research Centre, ESTeSL - Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa do Instituto Politécnico de Lisboa, Av. D. João II, Lote 4.69.01, 1990-096 Lisboa, Portugal. ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-4436-7504>

## **Resumo**

Atualmente a elevada procura de respostas sociais dirigidas a pessoas idosas, deve-se em parte, à perda de autonomia e o apoio domiciliário (SAD) tem sido apontado como uma alternativa para retardar o ingresso em Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI). Sabendo do impacto da diminuição da autonomia no estado nutricional, nomeadamente no aparecimento/agravamento de situação de fragilidade e de sarcopenia, um maior conhecimento destas condições é fundamental. Pretendeu-se avaliar, comparar e caracterizar a prevalência de desnutrição, fragilidade e sarcopenia em pessoas idosas portuguesas ( $\geq 65$  anos) institucionalizados e no domicílio. Tratou-se de um estudo multicêntrico em pessoas idosas ( $\geq 65$  anos) em ERPI ( $n=64$ ), centro de dia ( $n=41$ ), SAD ( $n=42$ ) e programas para pessoas idosas na comunidade ( $n=40$ ). Recolheram-se medidas antropométricas e funcionais. Avaliou-se o estado mental (MMSE), a ingestão alimentar (24h *Recall*), o estado nutricional (MNA<sup>®</sup>), a fragilidade

(Fenótipo *Fried*) e a sarcopenia (*EWGSOP2*). Dos 187 participantes, as pessoas idosas em ERPI apresentaram uma maior prevalência de desnutrição (23,4%), fragilidade (84,4%) e sarcopenia (71,9%), seguidos dos participantes de SAD. No total da amostra verificou-se relação estatisticamente significativa entre o tipo de apoio e: desnutrição ( $p=0,000$ ); fragilidade ( $p=0,000$ ) e sarcopenia ( $p=0,000$ ). O sexo feminino, a idade mais avançada, a presença de déficit cognitivo e uma menor ingestão alimentar foram associados a um pior estado nutricional e à presença de sarcopenia na totalidade da amostra ( $p<0,005$ ). Houve uma correlação fraca entre a idade e a presença de fragilidade ( $r_s=0,279$ ;  $p=0,000$ ). A coexistência de desnutrição, fragilidade e sarcopenia na amostra total foi de 27,5% ( $n=19$ ). Os resultados sugerem que a desnutrição, a fragilidade e a sarcopenia podem contribuir para uma maior necessidade de serviços de apoio a idosos, reforçando a necessidade de serem consideradas em todos os cuidados de apoio a idosos de forma a serem identificadas e intervencionadas o mais precocemente possível.

*Palavras-chave:* pessoas idosas; desnutrição; fragilidade; sarcopenia.

**PROFESSOR, EU VIM AVISAR QUE HOJE EU NÃO VENHO:  
COMPROMISSO, VÍNCULOS E RELAÇÕES DE CUIDADO ENTRE PESSOAS  
IDOSAS EM GRUPOS DE PRÁTICAS CORPORAIS**

**Alessandro Demel Lotti**

Profissional de Educação Física, Secretaria de Assistência Social: Praia Grande, São Paulo, Brasil. I  
Doutorando no Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Ciências da Saúde, Universidade Federal  
de São Paulo: Santos, São Paulo, Brasil | ORCID ID: 0000-0002-4805-3633

**Eunice Nakamura**

Docente do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Ciências da Saúde, Universidade Federal de  
São Paulo: Santos, São Paulo, Brasil | ORCID ID: 0000-0001-8786-5207

**Resumo**

No Brasil, a Política Nacional de Assistência Social (PNAS) tem como uma de suas premissas garantir a “segurança de convívio” aos cidadãos, reestabelecendo vínculos comunitários e familiares, por meio de ações, cuidados e serviços, que proporcionem grupos de atividades educativas, lúdicas e socioculturais organizados por etapas do ciclo de vida. Como forma de prevenir o isolamento e a solidão de pessoas idosas, o município de Praia Grande – SP mantém, há mais de 30 anos, o “Programa Conviver” (tipificado pela PNAS como um Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos), oferecendo grupos de atividades culturais e de práticas corporais. O objetivo deste estudo é analisar as relações de cuidado construídas cotidianamente no serviço. Desenvolvemos uma pesquisa etnográfica utilizando a observação participante de vivências do profissional de educação física, responsável por grupos de práticas corporais no Conviver da unidade São Jorge, região periférica e de vulnerabilidade social. O estudo revelou que as pessoas buscam o Conviver geralmente por recomendação médica para cuidar da saúde, mas são as relações de cuidado que surgem no cotidiano e o sentimento de “fazer parte” de um grupo que instigam a continuidade no serviço. Os grupos de práticas corporais possibilitam encontros, desenvolvendo um compromisso coletivo com o serviço e com as amizades. Esse compromisso pôde ser verificado em dois contextos principais: 1) quando os encontros são cancelados (chuvas, reuniões de planejamento ou atividades

externas), algumas pessoas esperam haver atividades, para interagir com as colegas e poderem “sair de suas casas” e 2) quando as pessoas necessitam se ausentar, entram em contato ou vão ao Conviver comunicar, inclusive às colegas, que se preocupam com elas. À medida que se distanciam do Convier, a equipe de profissionais ou as próprias colegas espontaneamente vão procurar reestabelecer contato com as pessoas. Essa é a nossa rede de compromissos, vínculos e cuidados.

*Palavras-chave:* pessoas idosas; cuidado; vínculos sociais; grupos de práticas corporais; pesquisa etnográfica

# PROGRAMAS DE CAPACITAÇÃO DE CUIDADORES INFORMAIS DE IDOSOS DEPEDENTES, QUE RESULTADOS?

**Cristina Isabel Gaspar Santos**

ULS Leiria – USP Leira I ORCID ID: 0000-0002-5248-8779

**Júlia Maria Avelar Santos**

ULS Coimbra – UCSP de Ansião I ORCID ID: 0009-0000-7300-6743

**Vera Filipa da Silva Bizarro**

ULS Coimbra – UCC Coimbra Saúde I ORCID ID: 0000-0001-6595-0507

## Resumo

A necessidade de prestar cuidados às pessoas idosas, cada vez mais complexos e prolongados, requer a identificação de um Cuidador Informal (CI), enquanto parceiro reconhecido na manutenção do seu estado de saúde, nomeadamente, na prevenção de complicações (Souza, L.; Araújo, O. & Sequeira, C., 2024). Deteve como objetivo analisar os efeitos dos programas de capacitação de cuidadores informais de idosos dependentes, com a seguinte questão de pesquisa: *Quais os resultados dos programas de capacitação dos Cuidadores Informais de idosos dependentes no domicílio?*. Utilizou-se uma metodologia com recurso a pesquisa nas bases de dados SCIELO, MEDLINE e CiNAHL, em Português, Espanhol e Inglês. Estudos dos últimos cinco anos. Descritores: *older people; dependent; results; effects; program; empowerment; informal caregiver*. Foram selecionados 4 artigos a revisão. O estudo desenvolvido por Slatyer, S. et al., (2019), evidencia que, apesar dos benefícios para os CI e destinatários de cuidados, as exigências que estas tarefas têm, podem precipitar problemas de saúde física e mental com impacto no papel social para quem cuida.

Os programas com foco no papel desempenhado pelo CI na prestação de cuidados, ajudam a reduzir a carga no cuidado a idosos com doenças crónicas conforme mencionado por Akgun-Citak E. et al. (2020).

Nos resultados apontados por Guijarro-Requena, M. et al. (2022), estes programas de intervenção para CI, são eficazes na melhoria do estado de saúde dos CI. Esta evidência

que vai ao encontro dos resultados demonstrados por Brito C, Figueiredo M & Tyrrell M. (2022), em que a adesão a programas que estimulem comportamentos de saúde desenvolvidos pelos CI de pessoas idosas.

É necessário entender o papel do CI e as implicações que dizem respeito ao ato de cuidar de um idoso dependente, através do reconhecimento legal com a criação do Estatuto do Cuidador Informal (Lei nº 100/2019).

*Palavras-chave:* pessoas mais velhas; resultados; programa; empowerment; cuidadores informais



# **PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM IDOSOS: PROTOCOLO DE REVISÃO SCOPING**

**Tânia Correia**

CINTESIS@RISE – NursId; Escola Superior de Saúde de Viseu – Instituto Politécnico de Viseu | ORCID:  
0000-0002-8160-5698

**Amadeu Gonçalves**

CINTESIS@RISE – NursId; Escola Superior de Saúde de Viseu – Instituto Politécnico de Viseu | ORCID:  
0000-0001-5591-9610

**Sofia Campos**

UICISA: E - Unidade de Investigação em Ciências da Saúde: Enfermagem; Escola Superior de Saúde de  
Viseu – Instituto Politécnico de Viseu | ORCID: 0000-0002-4696-3537

**Sónia Patrícia Alves**

CINTESIS@RISE – NursId; Escola Superior de Saúde de Viseu – Instituto Politécnico de Viseu | ORCID:  
0000-0002-9302-2000

## **Resumo**

Este estudo teve como objetivo mapear as evidências sobre intervenções/programas de promoção da saúde mental de idosos, identificando especificidades e resultados. A saúde mental desempenha um papel crucial no envelhecimento saudável e na qualidade de vida das pessoas idosas. Com o aumento da esperança média de vida, é necessário um maior investimento na promoção da saúde mental dos idosos. Critérios de inclusão: Utilizando o referencial do PCC: P (pessoas) - Pessoas com mais de 60 anos; C (conceito) - Intervenções/programas de promoção da saúde mental; C (Contexto) - essencialmente o contexto comunitário, os centros de dia ou residências de idosos/lares de idosos e o hospital.

Esta revisão seguirá as recomendações do Joanna Briggs Institute e do PRISMA-ScR. A pesquisa será realizada no MEDLINE (PubMed), CINAHL (EBSCO), Scopus, Web of Science Core Collection. Serão incluídos estudos publicados e não publicados, escritos em inglês,

português ou espanhol. Iniciado o registo do protocolo em Open Science Framework (OSF).

Como resultado desta revisão, pretendemos contribuir para o conhecimento sobre o tema, identificar diretrizes para a prática baseada em evidências, bem como perceber potenciais diretrizes para futuras investigações.

Com a elaboração deste protocolo pretendemos garantir o rigor, clareza e qualidade do processo para que seja sistemático.

*Palavras-chave:* idoso; promoção de saúde; saúde mental; programa; intervenção psicossocial

# **PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL POSITIVA DOS FAMILIARES CUIDADORES: ADAPTAÇÃO CULTURAL DE UM PROGRAMA DE E-HEALTH**

**Sandra Carreira**

Health Sciences Research Unit: Nursing (UICISA: E), Nursing School of Coimbra (ESEnfC), 3045-043  
Coimbra, Portugal | ICBAS, University of Porto, 4050-313 Porto, Portugal | CINTESIS@RISE | Nursing  
School of Porto (ESEP), 4200-450 Porto, Portugal | sandracarreira30@gmail.com | ORCID ID: 0009-0000-  
7046-3404

**Cláudia Rodrigues**

School of Nursing, University of Minho, 4710-057 Braga, Portugal

**Eduarda Oliveira**

School of Nursing, University of Minho, 4710-057 Braga, Portugal

**Carlos Sequeira**

CINTESIS@RISE, Nursing School of Porto (ESEP), 4200-450 Porto, Portugal | Nursing School of Porto,  
4200-072 Porto, Portugal

**Carmen Andrade**

CINTESIS@RISE | Department of Nursing, Family and Community Health, School of Health, University of  
the Azores, 9500-321 Ponta Delgada, Portugal

**Odete Araújo**

Health Sciences Research Unit: Nursing (UICISA: E), Nursing School of Coimbra (ESEnfC), 3045-043  
Coimbra, Portugal | School of Nursing, University of Minho, 4710-057 Braga, Portugal | Nursing Research  
Centre, University of Minho, 4710-057 Braga, Portugal

## **Resumo**

A evidência sugere que os familiares cuidadores com níveis mais elevados de Literacia em Saúde Mental Positiva (SM+) estão mais comprometidos/envolvidos nos processos de autocuidado e de gestão de recursos sociais e de saúde para cuidar de pessoas com doença crónica (Carvalho et al., 2022). Existem programas de promoção de saúde

mental para cuidadores que procuram mitigar a sobrecarga, ansiedade e depressão, contribuindo para a qualidade dos cuidados prestados. O recurso a programas de e-health contribuem para a democratização no acesso, superar as limitações geográficas, de tempo de forma a promover a saúde física e mental dos familiares cuidadores (Wen et al., 2023). Este estudo deteve como objetivo adaptar culturalmente o programa “Fomentar la Salud Mental Positiva mediante la app - Cuidadoras crónicas” para promover a SM+ dos familiares cuidadores. Trata-se de um estudo metodológico de adaptação transcultural de um programa de E-health incluiu, na primeira etapa, a tradução do programa/manual original (castelhano) para português (europeu) e, na segunda etapa, a realização de um *Focus Group* (8-10 participantes), com *expertise* na temática em estudo, com o objetivo de obter consenso sobre a adaptação cultural. Os dados serão transcritos e a análise temática obedecerá os pressupostos de Braun & Clarke (2006). Parecer da Comissão de Ética: CEASPESM\_4/2023. Os processos de tradução e retroversão foram realizados de acordo com os Padrões para Testes Educacionais e Psicológicos (Frey, 2018). Com a tradução e com a realização do grupo focal pretendemos obter um programa de E-health adaptado culturalmente para a população portuguesa. Todas as adaptações linguísticas e culturais propostas serão sistematicamente documentadas e justificadas. O produto desta pesquisa será a primeira versão do programa E-health em Portugal. O conteúdo oferecido por este programa será uma importante ferramenta online para promover a SM+ dos familiares cuidadores de pessoas com doença crónica.

**Palavras-chave:** familiares cuidadores; programa e-health; saúde mental positiva; adaptação cultural.

#### **Referências Bibliográficas**

- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Carvalho, D., Sequeira, C., Querido, A., Tomas, C., Morgado, T., Valentim, O., Moutinho, L., Gomes, J., & Laranjeira, C. (2022). Positive Mental Health Literacy: A Concept Analysis. *Frontiers in Psychology*, 13, 877611. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.877611>
- Frey, B. B. (2018). *The Sage of Encyclopedia of Educational Research, Measurement, and Evaluation*. (Vol. 1 edição ). SAGE Publications, Inc.

- Krieger, T., Feron, F., & Dorant, E. (2017). Developing a complex intervention programme for informal caregivers of stroke survivors: The Caregivers' Guide. *Scandinavian Journal Caring Science*, 31(1), 146-156. <https://doi.org/10.1111/scs.12344>
- Wen, Y., Xing, Y., Ding, Y., Xu, W., & Wang, X. (2023). Challenges of conducting of online educational programs for family caregivers of people with dementia living at home: An integrative review. *International Journal of Nursing Sciences*, 10(1), 121-128. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2022.12.017>

# **PROMOÇÃO DO BEM ESTAR DA FAMÍLIA NO CUIDADO AO IDOSO DEPENDENTE**

**Maria Cristina Pereira Morgado Fonseca**

ULS Guarda E.P.E., Enfermeira Especialista, cristina.fonseca@ulsguarda,min-saude.pt | ORCID 0000-0002-0318-0161

**Sandra Marina Monteiro Coito**

ULS Guarda E.P.E., Enfermeira Especialista, sandra.coito@ulsguarda.min-saude.pt | ORCID 0009-0006-0069-3849

**Sofia Manuela Condesso Quelhas**

ULS Guarda E.P.E., Enfermeira Especialista, sofia.quelhas@ulsguarda.min-saude.pt | ORCID 0009-0001-8169-6489

**Ana Raquel da Costa Gouveia**

ULS Guarda E.P.E., Enfermeira, ana.gouveia@ulsguarda.min-saude.pt | ORCID 0000-0004-9947-1423

**Ermelinda Maria Bernardo Gonçalves Marques**

Instituto Politécnico da Guarda, CINTESIS@RISE; CACB, professora Adjunta, emarques@ipg.pt | ORCID 0000-0003-3024-8392

## **Resumo**

A Família desempenha um papel fundamental no cuidado à pessoa idosa dependente. A Saúde Familiar constituiu um estado dinâmico de relativo bem-estar físico, psicológico, sociológico e cultural do sistema familiar. A Enfermagem de família destaca-se pelo seu contributo na melhoria do bem-estar das famílias, nomeadamente no papel de prestadora de cuidados durante o processo de envelhecimento/doença.

Este estudo pretendeu dar resposta às necessidades da família no cuidado ao idoso dependente. Demonstrar o impacto da intervenção de enfermagem na saúde da família cuidadora.

Trata-se de um estudo de caso qualitativo, descritivo exploratório. Centrado no processo de intervenção familiar no âmbito dos Cuidados de Saúde Personalizados,

utilizando como referencial teórico o Modelo Dinâmico de Avaliação e Intervenção Familiar. Dados colhidos pelo método de entrevista no domicílio e análise dos registros no Sistema de Informação.

Como resultados observámos família alargada, classe média baixa, coabita em habitação grau III, baixa probabilidade de incidência de doença, muito ligada e flexível, equilibrada e altamente funcional. Diagnosticado rendimento insuficiente, edifício residencial não seguro, precaução de segurança não demonstrada, saturação do papel de prestador de cuidados. Realizada referenciação para cuidados continuados integrados, motivação para implementação de estratégias de adaptação às barreiras arquitetónicas, articulação com poder local, redefinição de papéis, promoção do requerimento do estatuto de cuidador informal, ensinos de atividades de lazer, socialização familiar, estimulação da memória e motricidade fina. Obtiveram-se ganhos com diminuição da saturação do prestador e na saúde da família.

A abordagem diferenciadora da Enfermagem de Família numa perspetiva de proximidade, focando-se nas áreas de atenção familiar alteradas e nos diagnósticos de Enfermagem, tem um impacto significativo na melhoria da saúde das famílias no cuidado ao idoso, pois promove mudanças, apoia a família na resolução de problemas e otimiza o funcionamento familiar, resultando em ganhos em saúde familiares e individuais para o idoso.

*Palavras-chave:* enfermagem de família; avaliação de enfermagem; saúde da família; idoso; cuidadores

# **PROMOTING TRANSVERSAL SKILLS FOR ENHANCED QUALITY OF LIFE AND INCLUSION IN INDIVIDUALS WITH COGNITIVE DEFICITS: A BIBLIOMETRIC ANALYSIS**

**Adriana Félix**

CHRC - University of Évora | ORCID: 0009-0001-8377-214X

**Gabriela Almeida**

Departement of Sports and Health – School of Health and Human Development; CHRC - University of  
Évora | ORCID: 0000-0002-6716-2114

**Catarina Pereira**

Departement of Sports and Health – School of Health and Human Development; CHRC - University of  
Évora | ORCID: 0000-0001-8111-1455

**Adelinda Candeias**

Department of Medical Sciences and Health – School of Health and Human Development; CHRC -  
University of Évora | ORCID: 0000-0002-9489-8880

## **Abstract**

This study aims to understand the importance of promoting transversal skills to improve quality of life, well-being, and inclusion in people with cognitive deficits. Through a systematic mapping of existing literature, the research identifies effective interventions and gaps in current research, focusing on informing intervention policies. Utilizing advanced bibliometric techniques such as citation analysis and keyword mapping, academic publications were examined across databases including the Online Knowledge Library (b-on), Web of Science (WoS), and PubMed. Selection criteria encompassed publications in English or Portuguese, addressing programs developing transversal skills for individuals with cognitive deficits, and focusing on health, well-being, and inclusion. Despite growing interest in the area, there is a scarcity of publications, with literature on problem-solving and cognitive flexibility being more abundant compared to skills like self-directedness and creativity. Most studies concentrate on individual interventions rather than comprehensive, multi-skill strategies or integration into broader cognitive



support programs. The findings offer quantitative and qualitative insights into research trends, highlighting the need for evidence-based guidelines to inform policymakers, practitioners, and educators. The study advocates for a cohesive, interdisciplinary approach to research, emphasizing increased collaboration and funding to explore under-researched skills and their impact on cognitive health. Ultimately, this research contributes to enhancing the quality of life and autonomy for individuals facing cognitive challenges, particularly the aging population.

*Keywords:* bibliometric analysis; transversal skills; cognitive needs; elderly

*Funding:* This study was funded by TETRA-S - TRAINING OF EDUCATORS FOR TRANSFER OF TRANSVERSAL SKILLS - improving competences for real Social Inclusion of people with cognitive disabilities - KA220-ADU-00F5DF61. The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

## PROPÓSITO DE VIDA NA LONGEVIDADE

**Gabriela Saraiva**

Instituto Politécnico de Beja, Portugal | Observatório das Dinâmicas do Envelhecimento no Alentejo-

IPBeja | ORCID ID: 0009-0008-3037

**Maria Cristina Faria**

Instituto Politécnico de Beja, Portugal | Observatório das Dinâmicas do Envelhecimento no Alentejo-

IPBeja | CinTurs – Research Centre for Tourism, Sustainability and Well-being, UALg, Portugal | ORCID ID:

0000-0003-0839-8036

**Diana Moraes**

Instituto Politécnico de Beja, Portugal | Observatório das Dinâmicas do Envelhecimento no Alentejo-

IPBeja | ORCID ID: 0000-0003-2756-7288

### Resumo

A busca permanente por significado na vida, através de um propósito, é uma questão inerente à condição humana. Estas incertezas existenciais procuram dar resposta ao “porquê da nossa existência” no mundo. Viktor Frankl, pai da logoterapia, foi um dos primeiros a abordar este tema dentro do campo da Psicologia. Mais tarde, nos anos 80, a Psicologia Positiva, introduzida por Seligman, propõe um novo paradigma, visando o florescimento humano e o aumento do bem-estar. O Propósito de Vida (PV), fundamental para essa abordagem, pode ser definido como o sentido e a intencionalidade que guiam as metas e decisões pessoais.

Este estudo tem como objetivo compreender de que forma o propósito de vida em adultos mais velhos contribui para alcançar uma longevidade com saúde. A metodologia assenta na realização de uma revisão sistemática da literatura, que seguiu os princípios do PRISMA, com pesquisa em base de dados de publicações científicas (APA PsycNET, PubMed, Scielo, EBSCO Host – *research database*). Para filtros de investigação foram definidos os seguintes termos de pesquisa/descriptores em inglês para maior abrangência: *life purpose; sense of life; eudaimonic well-being*.

Os estudos científicos sobre PV, em adultos e idosos, consideram que o PV opera como factor protetor e está associado a estados psicológicos benéficos e a comportamentos

saudáveis, enquanto também se relaciona com uma redução de comportamentos de risco. Além disso, o PV atua como um fator de proteção significativo contra a mortalidade, doenças cardiovasculares, declínio cognitivo, limitações funcionais, hospitalizações e outros desfechos negativos de saúde. A falta de propósito pode levar ao vazio existencial, enquanto alinhar as intenções com o propósito de vida conduz a uma vida mais autêntica, mais significativa e promotora de saúde física e mental. Este artigo explora a importância do propósito de vida na longevidade, destacando o seu papel no bem-estar eudaimônico e na promoção de uma vida mais saudável e gratificante.

*Palavras-chave:* pessoas mais velhas; envelhecimento saudável; propósito de vida; satisfação com a vida; bem-estar eudaimônico

# **PSYCHOMOTOR INTERVENTION IN OLDER ADULTS OF ADVANCED AGE: TWO CASE REPORTS**

**Daniela Moreira Parente**

Instituto Politécnico de Castelo Branco, Portugal | ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-6648-8400>

**João Manuel Patrício Duarte Petrica**

Instituto Politécnico de Castelo Branco, Portugal; SPRINT Sport Physical Activity and Health Research & Innovation Center | ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0752-2093>

**Rui Miguel Duarte Paulo**

Instituto Politécnico de Castelo Branco, Portugal; SPRINT Sport Physical Activity and Health Research & Innovation Center, Portugal | ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2949-4564>

**Pedro Alexandre Duarte Mendes**

Instituto Politécnico de Castelo Branco, Portugal; SPRINT Sport Physical Activity and Health Research & Innovation Center | ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5055-2696>

**João Júlio de Matos Serrano**

Instituto Politécnico de Castelo Branco, Portugal; SPRINT Sport Physical Activity and Health Research & Innovation Center | ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5112-4984>

**André Leonardo Gonçalves Ramalho**

Instituto Politécnico de Castelo Branco, Portugal; SPRINT Sport Physical Activity and Health Research & Innovation Center | ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-1159-4513>

## **Abstract**

The main goal of this intervention case study is to improve psychomotor factors in two nursing home residents' older adults of advanced age (95 and 96 years). The participants included one woman and one man. The female participant (95 years old) has heart disease, vision problems and diabetes. The male participant (96) has hypertension, diabetes and a bone fracture in his right shoulder. In order to assess the effect of psychomotor activities, we conducted an initial study using the Geronto-Psychomotor Examination. At the project's end, a re-evaluation was conducted to measure the

intervention's effectiveness. The intervention consisted of weekly sessions lasting 45 minutes over a three-month period. The sessions focused on psychomotor stimulation through specific exercises tailored to maintain and improve participants' skills. The analysis included a comprehensive psychomotor assessment and observation method in which both quantitative and qualitative scores were assigned. The psychomotor profile of the two participants improved from the first to the last assessment, highlighting the importance of psychomotor intervention, which includes cognitive, social, and motor aspects. This intervention project shows promise for impacting older people in residential care, particularly in improving psychomotor skills. It can be seamlessly integrated into aging response programs.

*Keywords:* ageing, intervention, psychomotricity, functionality

# RELAÇÕES SOCIODEMOGRÁFICAS E A PERCEÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA: UM ESTUDO COMPARATIVO EM ERPI'S E CENTROS DE DIA

**Susana Patrícia Oliveira da Silva**

Universidade Fernando Pessoa

**Ana Rodrigues da Costa**

Universidade Fernando Pessoa | ORCID ID: 0000-0003-4428-2989

## Resumo

O fenómeno do envelhecimento populacional é uma tendência global que desafia as sociedades a adaptarem-se às crescentes necessidades da sua população idosa.

A qualidade de vida (QV) é uma dimensão fundamental na avaliação do bem-estar humano e pode variar consoante fatores sociodemográficos como idade, sexo, escolaridade e estado civil. Compreender estas variações torna-se relevante em contextos como as ERPI's e os Centros de Dia, onde a perceção de qualidade de vida pode influenciar significativamente a saúde e o bem-estar dos idosos. Este estudo tem como objetivo verificar as relações entre as variáveis sociodemográficas e a perceção de qualidade de vida (domínios físico, psicológico, relações sociais e ambiente). Esta investigação recorre a uma metodologia quantitativa, descritiva, transversal e comparativo. Foram utilizados um questionário Sociodemográfico e o Whoqol-Bref.

O número de participantes é de 87 ( $n=42$  para ERPI's e  $n=45$  para os Centros de dia) sendo na sua maioria mulheres, viúvas e com baixa escolaridade, com idades compreendidas entre os 65 e 99 ( $M= 82,90$ ;  $Dp= 7,50$ ). Os resultados obtidos no estudo demonstram que existem relações positivas de magnitude média entre o estado civil e a QV nas ERPI's. Já no que respeita aos utentes de Centros de dia encontramos relações negativas moderadas entre o estado civil e a QV e o sexo e as relações sociais. Por fim, foram encontradas relações positivas moderadas a fortes entre a escolaridade e a qualidade de vida e os seus domínios, destacando-se a relação estatisticamente significativa entre a escolaridade e o domínio ambiente. Em suma, o estudo reforça a compreensão das relações sociodemográficas e a QV e a sua complexidade em ambas

as respostas sociais, que implicam a necessidade de práticas e estratégias que respondam a necessidades específicas da população promovendo QV.

*Palavras-chave:* idosos; qualidade de vida; ERPI; Centros de Dia, relações sociodemográficas

# **RELATIONSHIP-CENTERED NURSING CARE: CONTRIBUTIONS OF HUMANITUDE TO REDUCE CARE REFUSAL BY PEOPLE WITH DEMENTIA**

**João Partel Araújo**

Via Hominis, CRL I ORCID: 0000-0003-0037-9383

**Helena Luz**

Centro de Estudos Interdisciplinares - CEIS20 - Universidade de Coimbra; Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra; I ORCID: 0000-0003-1592-0953

**Rosa Melo**

Escola Superior de Enfermagem de Coimbra I ORCID: 0000-0002-0941-407X

**Catherine Van Son**

Washington State University-Vancouver I ORCID ID: 0000-0002-0491-5748

## **Abstract**

As the population ages, the prevalence of people living with dementia (PLWD) is increasing. PLWD with neuropsychiatric symptoms can refuse care in up to 60% of cases, compromising the quality and effectiveness of nursing care. Humanitude is a care methodology comprising a care philosophy and techniques to improve caregiver relational skills. Relationship-centered nursing care leverages interpersonal processes to promote therapeutic effects. Integrating Humanitude into nursing practice may enhance nursing care outcomes. This review aims to analyze and synthesize current evidence on care refusal by PLWD, the role of relationship-centered approaches in nursing care, how Humanitude techniques may promote nurses' relational skills and reduce care refusal by PLWD receiving care. Literature review on care refusal by PLWD and Humanitude care methodology. Literature reveals care refusal by PLWD is complex and poorly understood, with varying terminology and prevalence. Relational skills of care professionals are a determinant of care refusal by PLWD, thus Improving nurses' relational skills may reduce care refusal and improve quality of care for PLWD. Humanitude's techniques to professionalize gaze, speech, touch and verticality, and show potential to enhance care relationships and care outcomes for PLWD. However,



limited research translates Humanitude into nursing practice. Nursing science advocates humane, dignified care using the therapeutic relationship and interpersonal processes to promote PLWD's wellbeing. Nurses have the opportunity and duty to integrate relationship-centered approaches, like Humanitude.

Relationship-centered practices are an ethical imperative in nursing care in line with nursing core values. Humanitude offers evidence-based techniques to promote relationship intentionality and potentially reduce care refusal by PLWD. Adopting Humanitude enhances relationship skills and nursing care outcomes.

*Keywords:* dementia; humanization of care; nursing; therapeutic relationship, humanitude

# **SEXUALIDADE, ALZHEIMER E TERCEIRA IDADE - PERSPETIVAS DOS CUIDADORES**

**Cátia Emanuela Augusto Vaz**

CI-ISCE, Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro, Portugal / Instituto Politécnico de Bragança,  
Portugal catia.vaz@iscedouro.pt, catia.vaz@ipb.pt | ORCID ID: 0000- 0001-5771-7510

**Helena M. Carvalho**

CI-ISCE, Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro, Portugal helena.carvalho@iscedouro.pt |  
ORCID ORCID ID: 0000-0002-5068-0281

**Amélia da Glória Barbosa de Freitas**

Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro, Portugal I agfreitas@gmail.com

**Elsa Marisa Ribeiro da Silva**

Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro, Portugal I elsitamarisa@gmail.com

**Maria de Lurdes Vieira Gomes**

Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro, Portugal lurdes\_baltar@hotmail.com

**Filipa Raquel Vieira Pinto**

Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro, Portugal I filioutubro5@gmail.com

**Paula Mariana Ribeiro Moreira**

Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro, Portugal I paulamoreira1893@gmail.com

## **Resumo**

O presente estudo teve como foco a investigação sobre a Sexualidade e Alzheimer na Terceira Idade. O objetivo principal consistiu em reconhecer e comparar as perspetivas dos cuidadores formais e informais de pessoas diagnosticadas com doença de Alzheimer em relação à sexualidade e o impacto na família e comunidade. Esta investigação, recorreu à metodologia quantitativa e qualitativa, através de inquéritos por questionário procedendo a uma análise comparativa dos mesmos. A amostra foi

composta por 344 cuidadores (172 formais/172 informais) de ambos os géneros. A idade variou entre os 18 e os 73 anos. Como principais resultados salienta-se que os cuidadores estão conscientes da necessidade da sexualidade na terceira idade; contudo consideram que por falta de informação sobre a doença de Alzheimer os contactos afetivos possam ser considerados sexuais, podendo assim ser facilitadora do assédio ou abuso sexual. A doença de Alzheimer justifica maior vigilância, sentimento de insegurança da comunidade e/ou a institucionalização e administração de fármacos. A amostra confirma que a hipersexualidade ou o receio de abuso pode condicionar a permanência da vida familiar e social da pessoa diagnosticada com a doença de Alzheimer. Contudo, não consideram legítimo que a fase final da vida seja impedida de contactos afetivos. Leva-nos a concluir que existe um ponto forte e motivador para que sejam criadas respostas de informação e formação permanente tanto para os cuidadores como para a comunidade permitindo assim desmitificar o preconceito e evitar várias consequências nefastas. Acreditamos que os resultados encontrados no presente estudo, podem constituir pontos de partida para futuras investigações e justifica a necessidade de implementar novas estratégias de informação e formação como força de defesa dos direitos humanos na terceira idade, em específico na problemática: doença de Alzheimer.

*Palavras-chave:* sexualidade; Alzheimer; cuidadores; impacto nas famílias

## **SILVER: PROMOÇÃO DE UMA CARREIRA NA TERCEIRA IDADE**

**Maria Gonçalves**

Aproximar, Cooperativa de Solidariedade Social | ORCID ID: 0009-0006-9251-4907

**Joana Portugal**

Aproximar, Cooperativa de Solidariedade Social | ORCID ID 0000-0001-7692-5315

**Tiago Leitão**

Aproximar, Cooperativa de Solidariedade Social | ORCID ID: 0000-0003-3168-5949

### **Resumo**

A iniciativa SILVER teve como principal objetivo criar uma resposta para promoção da carreira na terceira idade, integrando as necessidades dos empregadores e trabalhadores mais velhos. A iniciativa envolveu quatro fases, uma primeira de auscultação de pessoas reformadas e de entidades empregadoras sobre a transição para a reforma. Uma segunda fase, de construção e aplicação de um questionário de autoavaliação bidirecional (organizações e trabalhadores) avaliando a preparação para a reforma. Com base nas necessidades identificadas foi construído um curso de formação com o objetivo de capacitar os recursos humanos para a valorização dos trabalhadores mais velhos e tornarem os locais de trabalho amigos da idade. Paralelamente, como resposta para os trabalhadores foi desenvolvido um programa psicoeducativo para proporcionar conhecimento, sensibilização e mudança, reforçando a capacidade dos trabalhadores mais velhos para se envolverem num envelhecimento ativo no local de trabalho. De um modo geral, os resultados da autoavaliação demonstraram que as empresas não têm um orçamento dedicado nem uma política proativa para tornar os locais de trabalho amigos da idade, aliado a um desconhecimento do processo de reforma e alternativas de ambas as partes. No mesmo sentido, os trabalhadores sentem falta de oportunidades e que os ambientes de trabalho não satisfazem as suas necessidades. A formação realizada permitiu um aumento das competências de 121 gestores de RH (2,7% para 3,5%) face aos objetivos

da formação. Paralelamente 88% dos participantes na caixa de ferramentas adquiriu conhecimentos sobre a transição na carreira e considerou as ferramentas utilizadas adequadas para desenvolver competências relacionadas as suas escolhas profissionais. A nível europeu, tanto as empresas como os trabalhadores mais velhos estão pouco preparados para a transição para a reforma. Contudo, a iniciativa Silver demonstrou resultados positivos para contrariar esta tendência, impactando positivamente as competências dos gestores de RH, bem como nos trabalhadores mais velhos.

*Palavras-chave:* envelhecimento saudável; transição para a reforma; transnacional; pessoas reformadas; diversidade etária

# **SOCIAL INTERACTION AND EMPOWERMENT FOR THE ELDERLY: BETWEEN “NO NEED” AND “NO TIME”**

**Ana Rita Pimenta Batista**

Center for Psychology at University of Porto | Faculty of Psychology and Educational Sciences,  
Psychology Department | University of Porto, Rua Alfredo Allen, s/n, 4200-135 Porto, Portugal | ORCID  
ID: 0000-0002-6433-3731

**Vasiliki Folia**

Lab of Cognitive Neuroscience, School of Psychology | Aristotle University of Thessaloniki, University  
Campus, 54124 Thessaloniki, Greece, ORCID ID: 0000-0002-2159-7032

**Maria Raquel Camarinha da Silva dos Santos Barbosa**

Center for Psychology at University of Porto | Faculty of Psychology and Educational Sciences,  
Psychology Department | University of Porto, Rua Alfredo Allen, s/n, 4200-135 Porto, Portugal,

**Margarida Darnela Prata Alves**

Center for Psychology at University of Porto, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Psychology  
Department, University of Porto, Rua Alfredo Allen, s/n, 4200-135 Porto, Portugal

**Susana Maria de Sousa Martins da Silva**

Center for Psychology at University of Porto | Faculty of Psychology and Educational Sciences,  
Psychology Department, University of Porto, Rua Alfredo Allen, s/n, 4200-135 Porto, Portugal | ORCID  
ID: 0000-0003-2240-1828

## **Abstract**

Cognitive decline, poor social networks, and limited social engagement (empowerment) are often cited as major challenges faced by elderly individuals residing in urban communities. Addressing these challenges is part of the mission of day centres, nursing homes and, at a different level, senior universities. With that in mind, we initiated the development of two online platforms offering free-from-charge cognitive stimulation activities over the past 3 years. The first platform, “CerUp”, consisted of a series of interactive exercises designed for users to solve. The second platform, “Question Club” (Clube das questões), introduced two additional features: (1) a user-friendly interface

facilitating the creation of exercises by users themselves (promote social participation) and (2) a small-social network enabling users to register and meet other users based on common interests, (foster social interaction). For “Cerup”, 112 institutions were informed and invited to use it with no costs or obligations. After 3 years, less than 10 opted to utilise it. Regarding “Question Club”, more than 50 institutions were contacted in the last 6 months. However, even with a system of incentives based on participation prizes, only five institutions are currently actively engaged with the platform. To better understand the reasons for this low adherence rate, we conducted non-systematic observations of feedback comments from elderly users and held interviews with the technical personnel. Data from both elderly users’ feedback and technicians’ input suggest that elderly users may harbour reservations about meeting new people and may not prioritise the aspect of empowerment. On the technicians’ side, the primary reason for limited engagement is associated with their heavy workload, institutional routines, and the competition with ongoing activities. Our findings highlight potential imbalances between strategy and activity in institutions and raise questions on how strategies are, could, or should be designed.

*Keywords:* empowerment; social interaction; institutional practices

# **SOLEDAD NO DESEADA EN PERSONAS MAYORES: UNA APROXIMACIÓN DEL ALUMNADO EN TRABAJO SOCIAL A TRAVÉS DE LA METODOLOGÍA DE APRENDIZAJE SERVICIO**

**Álvaro Elices Acero**

Universidad de Valladolid I ORCID ID: 0000-0001-6650-0225

**Javier García García**

Universidad de Valladolid I ORCID ID: 0000-0002-2417-9557

**Juan María Prieto Lobato**

Universidad de Valladolid I ORCID ID: 0000-0002-3922-9756

## **Resumen**

La soledad no deseada, entendida como la discrepancia existente entre las relaciones interpersonales que una persona desearía tener y las que realmente tiene, constituye una cuestión social cada vez más presente en la agenda mediática, política e investigadora, lo que ha permitido visibilizar una realidad oculta. Su trascendencia a nivel de redes sociales, apoyo social y bienestar personal la convierten en un determinante social de la salud física y mental, ante el que las personas mayores son especialmente vulnerables. Si bien la literatura científica es cada vez más amplia y los programas o proyectos de intervención social más numerosos, la soledad no deseada constituye una realidad difícil de trasladar en las aulas a los futuros profesionales del Trabajo Social. Por ello, un equipo de profesores de la Universidad de Valladolid (España), diseñaron y gestionaron el proyecto *“Aprendizaje Servicio con Personas Mayores: redes sociales, apoyo social y soledad percibida”*, que contó con el apoyo de la convocatoria de proyectos de innovación docente 2021-2022 del Centro VirtUVa. Con la misión de aproximar al alumnado a la realidad social, este proyecto incorporó entre sus objetivos el de realizar un estudio para analizar la situación relacional, el apoyo informal y la soledad percibida de las personas mayores que participan en la dinámica de los Centros de Vida Activa del Ayuntamiento de Valladolid. Los estudiantes desarrollaron 139 entrevistas en profundidad y aplicaron el mismo número de escalas UCLA y LSNS-R,



que permitieron generar un aprendizaje significativo sobre la realidad situacional de las personas mayores y las variables con mayor incidencia en la soledad no deseada. Esta comunicación presenta los resultados más relevantes del estudio, significándose entre el resto la importancia de las actividades comunitarias de envejecimiento activo y saludable que desarrollan los Centros de Vida Activa como factor protector frente a la soledad no deseada.

*Palabras-clave:* soledad no deseada; personas mayores; trabajo social; aprendizaje servicio; centros de vida activa

# **SOLIDÃO E BEM-ESTAR EM ADULTOS PORTUGUESES: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

**Inês Agostinho**

Universidade de Évora, Escola de Ciências Sociais, Departamento de Psicologia, Portugal I

inesragostinho@gmail.com

**Luísa Grácio**

Centro de Investigação em Educação e Psicologia (CIEP), Universidade de Évora, Portugal

Universidade de Évora, Escola de Ciências Sociais, Departamento de Psicologia, Portugal I

mlg@uevora.pt I ORCID: 0000-0001-9805-3378

**Maria João Carapeto**

Comprehensive Health Research Center (CHRC), Universidade de Évora, Portugal

Universidade de Évora, Escola de Ciências Sociais, Departamento de Psicologia

Portugal I emailto:mjcarapeto@uevora.pt ORCID: 0000-0001-8912-9916

## **Resumo**

A solidão tem sido associada à diminuição qualidade da saúde, incluindo mental, e do bem-estar ao longo do ciclo de vida. O presente estudo é uma revisão de literatura cujo objetivo é o de analisar a investigação já realizada com adultos de meia-idade e idosos portugueses sobre a relação entre solidão e bem-estar. Foram pesquisadas publicações nas bases de dados RCAAP, Scopus e Web of Science. As palavras-chave, em português e inglês, foram: meia-idade ou idosos ou envelhecimento, bem-estar, solidão, Portugal ou portugueses. A pesquisa foi limitada para estudos com participantes portugueses, entre 2024 e 2014, com disponibilidade online do texto completo, em português ou inglês. Os critérios de inclusão foram: incluir medidas de solidão e de bem-estar, e abordar a relação entre ambos os construtos. Foram excluídas as publicações relativas a projetos, relatórios de estágio, dissertações e teses, e estudos específicos do contexto da pandemia COVID-19. Foi obtido um total de 271 resultados, dos quais seis foram selecionados para análise. A maior parte destas publicações relatam a adaptação de instrumentos para a população portuguesa, especialmente para medir a solidão, e usam

medidas de bem-estar subjetivo, entre outras, para a sua validação. Sugerem que a solidão está relacionada a menor satisfação com a vida; com a relação com família, amigos e apoio social; felicidade; e afetos positivos. Está também relacionada a mais afetos negativos. Alguns estudos abordam a relação da solidão com alguns elementos do bem-estar psicológico, como por exemplo menor ajustamento ao envelhecimento, autoestima e sentido de pertença. Conclui-se da necessidade de mais estudos sobre a solidão e o bem-estar em adultos mais velhos portugueses, especialmente estudos que considerem também o modelo do bem-estar psicológico e a complexidade dos fenómenos da solidão.

*Palavras-chave:* psicogerontologia; envelhecimento; saúde; meia-idade; idosos.

“Este trabalho é financiado por fundos nacionais através da FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., no âmbito do projeto UIDB/04312/2020”

# **TEMPO EM COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E PRESENÇA DE PRÉ-FRAGILIDADE FÍSICA ENTRE IDOSOS BRASILEIROS**

**Pablinne dos Santos Braga**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0009-0006-2779-0892>

**Danilo Barbosa Moraes**

Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS), Feira de Santana, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0000-0001-9875-5468>

**Thailan das Mercês Rodrigues**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0009-0003-8169-9051>

**Mell de Castro Santos**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0009-0003-0213-9268>

**Sivanildo Ferreira Moreira**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0009-0009-7274-4053>

**Lélia Renata Carneiro Vasconcelos**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0000-0003-1209-4799>

**Clarice Alves dos Santos**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0000-0002-2730-5117>

**Saulo Vasconcelos Rocha**

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil | <https://orcid.org/0000-0001-8655-5151>

## Resumo

Com o avançar da idade, idosos têm aumentado o tempo gasto em comportamento sedentário (CS) aumentando a vulnerabilidade a desfechos negativos em saúde, dentre eles, a fragilidade física. Nesse sentido, o presente estudo tem como propósito identificar quanto tempo em CS é capaz de aumentar o risco de pré-fragilidade em idosos. Trata-se de um estudo transversal realizado com indivíduos com 60 anos ou mais de idade, residentes na cidade de Ibicuí, Bahia, Brasil. Foram investigadas informações sobre características sociodemográficas e pessoais, presença de fragilidade física (por meio do fenótipo de Fried) e o comportamento sedentário (avaliado através do Questionário Internacional de Atividade Física - IPAQ). Para análise dos dados foram utilizados procedimentos da estatística descritiva e as curvas Receiver Operating Characteristic (ROC) com IC95%. A amostra contou com 310 idosos e média de idade de  $71,62 \pm 8,15$  anos, maioria do sexo feminino (56,5%). A prevalência de pré-fragilidade foi de 59,7% e média de tempo sentado em um dia de 272,63 minutos. As áreas sob a curva ROC foram 0,51 (IC 95%: 0,45-0,57), mostrando que o CS tem um razoável potencial para discriminar a pré-fragilidade. O tempo de 180 ou mais minutos por dia em CS é o que melhor discrimina a presença de pré-fragilidade em idosos. Os resultados evidenciaram que um tempo  $\geq 180$  min por dia em CS está associado a presença de pré-fragilidade em idosos. O tempo gasto em comportamento sedentário é um importante indicador de saúde e pode ser utilizado no rastreamento de diversas condições de saúde, principalmente no âmbito da atenção primária à saúde.

*Palavras-chave:* curva ROC; envelhecimento; fragilidade física; comportamento sedentário; fatores de risco.

# THE ASSOCIATION BETWEEN MODERATE TO VIGOROUS PHYSICAL ACTIVITY AND MULTIMORBIDITY: INSIGHTS FROM ELSI-BRAZIL

**Dalmo Roberto Lopes Machado**

University of Algarve; <sup>2</sup>University of Sao Paulo; <sup>3</sup>CIAFEL-University of Porto | ORCID 0000-0001-7327-0800

**Jéssica Fernanda Corrêa Cordeiro**

University of Sao Paulo; <sup>3</sup>CIAFEL-University of Porto | ORCID 0000-0003-0034-560X

**André Pereira dos Santos**

University of Sao Paulo; <sup>3</sup>CIAFEL-University of Porto | ORCID 0000-0002-0055-4682

**Lucimere Bohn**

CIAFEL-University of Porto; <sup>4</sup>Lusofona University – Centro Universitário do Porto; <sup>5</sup> CIDEFES - Centro de Investigação em Desporto, Educação Física, Exercício e Saúde | ORCID 0000-0001-7988-968X

**Emerson Sebastião**

University of Illinois Urbana-Champaign | ORCID 0000-0002-6320-7784

**Alex Antonio Florindo**

University of Sao Paulo | ORCID 0000-0002-4429-0826

**Jose Castro-Piñero**

University of Cadiz | ORCID 0000-0002-7353-0382

**Jorge Mota**

University of Sao Paulo; <sup>3</sup>CIAFEL-University of Porto | ORCID 0000-0001-7571-9181

## Abstract

This study examined the influence of adherence to moderate to vigorous physical activity (MVPA) at recommended levels on the escalation of multimorbidity among middle-aged and older adults in Brazil. Data from the first wave (2015-2016) of the Brazilian Longitudinal Study of Aging (ELSI-Brazil) were analyzed. Ordinary regression

analysis (i.e., odds ratio) was conducted to assess the association between individuals not meeting MVPA recommendations and the proportional increase in multimorbidity cases, adjusting for age, sex, and smoking status (covariates). 8,974 individuals between 50–105 years (mean age:  $63.6 \pm 10.2$  years; women: 56.6%) were included in the analysis. The most common occurrence of multimorbidity was 2 conditions (1864/20.8%). Non-compliance with MVPA (OR: 1.147; 95% IC [1.062 to 1.239]) recommendations significantly increased the odds of experiencing an escalation in the total number of multimorbidity cases by 14.7% even controlling for the covariates. Individuals not meeting current MVPA guidelines were more likely to experience an escalation in the total number of multimorbidity. This underscores the potential role of physical activity in mitigating multimorbidity risk among middle-aged and older adults. These findings highlight the potential for targeted interventions promoting MVPA to reduce the burden of multimorbidity programs in aging populations.

*Keywords:* older adults; ageing; physical activity; multimorbidity

# THE EFFECT OF AGE ON MUSCLE FUNCTION IN THE CONTEXT OF OBESITY.

**Ana Luísa De Sousa-Coelho**

Escola Superior de Saúde, Universidade do Algarve (ESSUAlg), Faro, Portugal | Algarve Biomedical Center  
Research Institute (ABC-RI), Faro, Portugal | ORCID iD: 0000-0002-8451-4302

**Laura Veríssimo**

Faculdade de Medicina e Ciências Biomédicas, Universidade do Algarve (ESSUAlg), Faro, Portugal

**Carina Dias**

Escola Superior de Saúde, Universidade do Algarve (ESSUAlg), Faro, Portugal

**Joana Dias**

Escola Superior de Saúde, Universidade do Algarve (ESSUAlg), Faro, Portugal

**Céu Laranjo**

Unidade Local de Saúde do Algarve, EPE (ULSALG), Faro, Portugal

**Paulo Cardoso**

Faculdade de Medicina e Ciências Biomédicas, Universidade do Algarve (ESSUAlg), Faro, Portugal |  
Unidade Local de Saúde do Algarve, EPE (ULSALG), Faro, Portugal

**Mercedes Sanchez**

Unidade Local de Saúde do Algarve, EPE (ULSALG), Faro, Portugal

**João Maia-Teixeira**

Unidade Local de Saúde do Algarve, EPE (ULSALG), Faro, Portugal

## **Abstract**

Obesity, characterized by the excessive accumulation of abnormal fat in adipose tissue, is a persistent health condition that poses a risk factor for various non-communicable diseases. Sarcopenia, characterized by the decline in skeletal muscle mass and strength leading to reduced physical performance, is typically attributed to the natural aging



process. However, it can also be associated with obesity at any stage of life, a condition known as sarcopenic obesity. Undetected sarcopenia could potentially hinder the resolution of other health conditions after obesity treatment.

To examine the muscle mass, strength and function in obesity, a pilot study with 18 individuals, candidates to metabolic surgery, was conducted. Several functional tests were used, namely the 30-Second Chair Stand test (30''SST), Time to Up and Go (TUG), Gait Speed (GS) and the Handgrip Strength (HGS). Patients were 83% female (n=15), on average 49 years old (yo) (ranging from 35 to 62 yo) and with a mean body mass index (BMI) of 41,6 Kg/m<sup>2</sup> (31,4 - 52,2). Age was negatively correlated with the results of 30''SST (Pearson  $r=-0.4825$ ;  $p=0.04$ ) and positively associated with TUG ( $r=0.3994$ ;  $p=0.10$ ). Maximal HGS was strongly associated the skeletal muscle mass ( $r=0.7367$ ;  $p=0.0005$ ), evaluated by bioimpedance analysis (BIA), partially with the body weight ( $r=0.4017$ ;  $p=0.098$ ), but definitively not with age ( $r=0.0152$ ;  $p=0.952$ ). Only 1 patient (58 yo, female, BMI=44) was below the threshold for the sarcopenia diagnostic criteria for low physical performance (GS < 0.8 m/s), according to the European Working Group on Sarcopenia in Older People (EWGSOP2).

In this study, we identified age-specific muscle-related factors in the context of obesity. Nevertheless, there is a need for further research to assess muscle functionality in a larger population of individuals with obesity.

**Keywords:** obesity; sarcopenia; skeletal muscle; ageing.

This research was funded by the Agency for Clinical Research and Biomedical Innovation (AICIB) with the support of the solidarity account "Todos Por Quem Cuida (TPQC)", within the scope of the awarded project IMPPACTO.

# **TOMADA DE DECISÃO DA REFORMA EM PORTUGAL: A IMPORTÂNCIA DOS PREDITORES MICRO**

**José Joaquim Costa**

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Portugal (FPCE-UC) |

ORCID ID: 0000-0001-8159-088X

**Margarida Pedroso de Lima**

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Portugal (FPCE-UC) |

ORCID ID: 0000-0002-6239-1137

**Helena Maria Almeida Macedo Loureiro**

Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro, Portugal (ESS-UA) | ORCID ID: 0000-0003-1826-

5923

**Lucia Helena de Freitas Pinho França**

Laboratório de Envelhecimento no Contexto Organizacional e Social – LECOS FAPERJ | Universidade

Salgado de Oliveira – UNIVERSO, Brasil | ORCID ID: 0000-0003-0676-3757

## **Resumo**

A tomada de decisão de um trabalhador mais velho no que concerne em se reformar ou não é um processo importante e pode abranger a sua saída definitiva, continuar no mesmo trabalho, mudar para outro trabalho formal ou, o designado, emprego de ponte (*bridge employment*).

O objetivo deste estudo, inserido num projeto internacional, é investigar no cenário português os preditores na tomada de decisão da passagem à reforma ou da continuidade laboral, dos trabalhadores mais velhos. Dada a miríade possível de preditores, nesta comunicação, apresentamos os preditores micro da tomada de decisão para a reforma. Estes preditores referem-se às variáveis individuais, como a idade e a escolaridade, que afetam a decisão de um determinado indivíduo no final do ciclo da sua carreira profissional.

Neste sentido, através de um protocolo de avaliação construído para o efeito, recolheu-se numa amostra de 600 portugueses informação referente aos preditores micro. Os resultados apontam para a importância deste género de preditores.

Conclui-se pela relevância dos estudos nesta área e pela divulgação destes dados de molde a favorecer a decisão destes trabalhadores no que concerne a uma transição com tanto impacto no bem-estar no pós-reforma.

*Palavras-chave:* reforma; preditores individuais; tomada de decisão; Portugal.

O presente estudo foi aprovado no Brasil, pelo Comitê de Ética em pesquisa da Universidade Salgado de Oliveira (CAAE:19575219.2.0000.5289) e em Portugal, pela Comissão de Ética da UICISA:E (ofício nº 12\_05\_2022- P880\_05\_2022).

# **UMA HISTÓRIA PARA CONTAR: OS VELHOS DA UNIVERSIDADE DA MATURIDADE DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS E SEUS SUPER-HERÓIS**

## **Silvanis dos Reis Borges Pereira**

Doutoranda em Educação, Mestre em educação, pedagoga com especialização em psicopedagogia e Educação Religiosa professora/pesquisadora da Universidade Estadual do Tocantins – Unitins (campus Araguatins) | ORCID ID: 0000-0003-4580-5681

## **Jocyléia Santana dos Santos**

Pós- doutora pela universidade Estadual da Amazônia (UEPA) Doutora e Mestre em História pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). Coordenadora do Mestrado em Educação UFT | ORCID ID: 0000-0003-2335-121X

## **Luiz Sinésio Silva Neto**

Doutor pela Universidade Federal do Tocantins, Doutorado em Ciências e Tecnologia em Saúde-UNBDF, Mestrado em Gerontologia-UCB-DF, Especialização em Gerontologia- UFT-TO, Especialização em Fisiologia do Exercício Aplicada a Clínica-UNIFESP, graduação em Educação Física | ORCID ID: 0000-0002-3182-7727

## **Neila Barbosa Osório**

Pós Doutora Professora Associada do Curso de Pedagogia da Universidade Federal do Tocantins – UFT. Coordenadora Nacional da Universidade da Maturidade. Pesquisadora membro dos Grupos de Pesquisa Pro-gero e História, historiografia e fontes de pesquisa em educação | ORCID ID: 0000-0002-6346- 0288

## **Resumo**

Este artigo, com a concepção de que o velho, por meio das lembranças narradas no presente, dá acesso, revela um mundo social rico e diverso não conhecido, buscou-se, nesta pesquisa de cunho qualitativo, por meio da metodologia da história oral, conhecer a representatividade dos super-heróis na vida dos velhos da Universidade da Maturidade UMA da Universidade Federal do Tocantins UFT. Na concepção dos velhos da UMA, os heróis podem ser pessoas comuns que fazem parte do cotidiano, pais, amigos, professores e outros que revelam características e valores morais e éticos que admiram muito. Os heróis podem ser deuses imortais, ou seres humanos comuns,

podem ser ricos ou pobres, forte de força bruta ou não, superinteligentes ou com inteligência normal, suas ações podem ser sobre-humanas ou ações comuns que qualquer ser humano consegue realizar, o que os fazem diferentes, heróis, são suas ações em relações às pessoas, como fazem a diferença na vida de cada um. Os acadêmicos da terceira idade matriculados na UMA apontam os professores da UMA como seus heróis, agora na velhice, pois aparecem com papel importante em suas vidas. Identificam-se com super-heróis que revelam o seu lado humano, mesmo com superpoderes, sentimentos comuns do ser-humano, tristezas, medos, angústias e alegrias, seus conflitos pessoais. Zorro, Três Mosqueteiros, Mulher-Maravilha, Mulher-Gato, Homem de Ferro, Superman, Hulk e MacGyver são os super-heróis mais citados nas histórias de vida.

*Palavras-chave:* velhos da universidade da maturidade – uma; história de vida; super-heróis

# **UNDERSTANDING THE IMPACT OF COVID-19 ON THE RELATIONSHIPS AND FEELINGS OF LONELINESS IN PORTUGUESE OLDER ADULTS**

**Beatriz Fähr-Abreu**

Escola de Ciências Sociais e Humanas, Iscte – Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa, Portugal

**Raquel Alves**

Instituto de Psicologia e Ciências da Educação, Universidade Lusíada de Lisboa, Lisboa, Portugal

**Ana Carolina das Neves**

Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal

**Joana Almeida**

Escola de Ciências Sociais e Humanas, Iscte – Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa, Portugal

**Inês Manuel Brito**

Escola de Ciências Sociais e Humanas, Iscte – Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa, Portugal

**Susana Justo-Henriques**

Unidade de Investigação em Ciências da Saúde: Enfermagem, Escola Superior de Enfermagem de  
Coimbra, Coimbra, Portugal | ORCID ID: 0000-0002-8872-4307

**Elzbieta Bobrowicz-Campos**

Centro de Investigação e Intervenção Social, Iscte – Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa, Portugal |  
ORCID ID: 0000-0001-5889-5642

## **Abstract**

The COVID-19 pandemic has shown to be harsh for the older adults, with its effects being observable on an emotional and social level. However, these effects could vary depending on the availability of formal support networks. To understand the experiences of older adults who benefitted from the institutional support, a mixed-method study was carried out, which consisted of a semi-structured interview and the

completion of self-response measures (ClinicalTrials.gov ID: NCT05379426). The results presented here are partial and focus on the experiences of elders who receive home support service and frequent day-care centers. Their analysis was made within the scope of LAPSO collaboration with the ANEP's Internship.

The sample consisted of 42 women and 20 men, with an average age of 80.35 years. Participants from both groups showed similarities in terms of marital status. Progeny rates were higher in the day-care center group. Qualitative data analysis pointed to the impact of the pandemic on emotional state and on interpersonal relationships with family, peers, and caregivers. Although the availability of formal support networks was different in both groups, there were no apparent distinctions in their experiences, which were characterized by exacerbation of isolation and loneliness resulting from the implementation of contingency measures. The absence of significant differences was also verified in the quantitative data analysis, in relation to the levels of perceived social isolation and loneliness, and quality of life.

This study points to the importance of formal support networks to combat isolation, highlighting the need to implement compensatory strategies in situations where access to these networks is limited, in order to prevent suffering. They also reveal the importance of continuous monitoring, both at an evaluative and interventional levels, which allows for the early detection of risk situations and timely activation of measures for preventive and protective purposes.

*Key words:* older adults, COVID-19, loneliness, relationships, mixed methods

# **VIOLÊNCIA SOBRE OS IDOSOS: MAUS-TRATOS AOS IDOSOS NA ILHA DE SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE**

**Paula Madre de Deus**

Licenciada em Serviço Social. Mestre em Riscos e Violências nas Sociedades Atuais: Análise e Intervenção Social, Universidade Lusófona-Centro Universitário de Lisboa.

**Hélia Bracons**

Diretora da Licenciatura em Serviço Social e Professora Associada do Instituto de Serviço Social, Universidade Lusófona-Centro Universitário de Lisboa.

## **Resumo**

A presente comunicação tem como tema a violência exercida sobre as pessoas idosas, focando os maus-tratos que lhes são infligidos, muitas vezes no seio da sua própria família. A parte prática deste trabalho debruça-se sobre a realidade desta temática vivida na ilha de São Tomé e Príncipe, onde os maus-tratos aos idosos são uma constante e partiu do estudo realizado pela mestranda, que se ali se deslocou e onde permaneceu cerca de um mês. A pergunta de partida que serviu de fio condutor ao longo de todo o processo de investigação foi a seguinte: quais as principais causas que concorrem para a existência de maus-tratos aos idosos na ilha de São Tomé e Príncipe?

Os objetivos foram definidos tendo em conta a pretensão de aprofundar o conhecimento existente sobre os maus-tratos infligidos aos idosos, bem como o seu abandono pelas próprias famílias, naquela ilha. Tentou-se caracterizar o fenómeno dos maus-tratos aos Idosos na ilha de São Tomé e Príncipe, bem como conhecer o perfil das famílias e dos idosos que são maltratados e abandonados. Tentou-se igualmente compreender até que ponto existe uma relação entre idosos maltratados e determinadas crenças socioculturais que levam os familiares dos mais velhos a infligirem-lhes maus-tratos. Para tal, optou-se por uma metodologia qualitativa, tendo-se desenvolvido um estudo de caso, onde se utilizaram técnicas de pesquisa documental e bibliográfica e de observação (direta e participante). Recorreu-se igualmente à aplicação de entrevistas semiestruturadas a uma amostra de oito idosos institucionalizados. Para complementar, foram também entrevistadas quatro técnicas



de várias instituições sociais e foi ainda aplicada uma entrevista ao Bispo de São Tomé e Príncipe. Depois da realização das entrevistas procedeu-se à análise e interpretação de dados, apresentando-se os respetivos resultados, onde podemos concluir que as diversas fontes de evidência indicam a existência de maus-tratos aos idosos na ilha de São Tomé e Príncipe e que os mesmos são derivados da situação de extrema pobreza em que estas pessoas vivem, sendo também possível perceber que o aumento do número de idosos pobres os torna mais vulneráveis ao abandono e à solidão.

*Palavras-chave:* idosos; maus-tratos; abandono; São Tomé e Príncipe.

Este trabalho resulta da dissertação de mestrado em Riscos e Violências nas Sociedades Atuais apresentada em dezembro de 2021 no ISS-ULHT, tendo, todavia, sofrido algumas alterações para este mesmo efeito.

# **VARIATION IN LOWER LIMB MUSCLE POWER, BODY COMPOSITION AND PHYSICAL ACTIVITY LEVEL AMONGST OLDER ADULTS WITH DIFFERENT LEVELS OF FRAILTY FROM PRIMARY HEALTH CARE SERVICES IN SOUTH SPAIN**

**Verónica Mihaiescu-Ion**

MOVE-IT Research Group, University of Cádiz, Cádiz, Spain | Biomedical Research and Innovation Institute of Cádiz, Cádiz, Spain | Faculty of Nursing and Physiotherapy, University of Cádiz, Cádiz, Spain.

**Javier Molina-Jiménez**

Faculty of Nursing and Physiotherapy, University of Cádiz, Cádiz, Spain | ORCID: 0000-0002-5915-0877

**Rosa Llerena- Guerrero**

Andalusian Primary Care Health Service, Cádiz, Spain.

**Silvia Orella-Patron**

Andalusian Primary Care Health Service, Cádiz, Spain.

**Verónica Pérez-Cabezas**

MOVE-IT Research Group, University of Cádiz, Cádiz, Spain | Biomedical Research and Innovation Institute of Cádiz, Cádiz, Spain | Faculty of Nursing and Physiotherapy, University of Cádiz, Cádiz, Spain.

**Alejandro Galán- Mercant**

MOVE-IT Research Group, University of Cádiz, Cádiz, Spain.  
Biomedical Research and Innovation Institute of Cádiz, Cádiz, Spain.  
Faculty of Nursing and Physiotherapy, University of Cádiz, Cádiz, Spain | ORCID: 0000-0003-3581-0372

## **Abstract**

Firstly, the objective is to characterize the variations in lower limb muscle power, the body composition and the physical activity levels comparing three groups. This will be achieved by utilizing one linear encoder, the bioimpedance Inbody 770 and the accelerometer GT9X for physical activity level. Secondly, the aim is to examine the inequalities between these three groups as observed in the study.

This cross-sectional study involves 51 participants aged over 65, comprising 22 frail, 15 pre-frail and 14 robust subjects. The participants were classified with frail syndrome by the Fried criteria and the lower limb muscle power.

Significant differences were found between the three groups of frail, pre-frail and robust older adults in all the studied variables.

The lower limbs muscle power, the body composition and the physical activity level are able to study and analyse the difference between frail, pre-frail and robust older adults, and all these tools are susceptible to be implemented in the clinical primary care environments. The lower limb muscle power values for the pre-frail and the physically active older adults are higher than the frail older adults. Nevertheless, the variability of the outcome of the other variables was unstable across the different recordings.

*Keywords:* frailty; sarcopenia; primary health care; older adults; lower limbs power; exercise.

