

# 3º Congresso Internacional AGE.COMM

## 3rd AGE.COMM Congress

# **SUSTENTABILIDADE NO ENVELHECIMENTO**

## **SUSTAINABILITY IN AGEING**

Castelo Branco, 16 a 18 de novembro de 2023  
*Castelo Branco, 16th to 18th November 2023*

**LIVRO DE RESUMOS**  
**BOOK OF ABSTRACTS**



**AGE.COMM**

UNIDADE DE INVESTIGAÇÃO INTERDISCIPLINAR  
COMUNIDADES ENVELHECIDAS FUNCIONAIS  
INTERDISCIPLINARY RESEARCH UNIT  
ON BUILDING FUNCTIONAL AGEING COMMUNITIES



**Instituto Politécnico  
de Castelo Branco**  
Polytechnic University

**Título:** Sustentabilidade no Envelhecimento

**Subtítulo:** Livro de Resumos do 3.º Congresso Internacional Age.Comm - Unidade de Investigação Interdisciplinar - Comunidades Envelhecidas Funcionais do Instituto Politécnico de Castelo Branco

**Autor e Editor:** Instituto Politécnico de Castelo Branco

**Ano de Edição:** 2023

**ISBN:** 978-989-35406-5-7

---

**Title:** Sustainability in Ageing

**Subtitle:** Book of Abstracts of the 3rd Age.Comm International Congress - Interdisciplinary Research Unit - Functional Ageing Communities of the Polytechnic Institute of Castelo Branco

**Author and Editor:** Polytechnic Institute of Castelo Branco

**Year of Publication:** 2023

**ISBN:** 978-989-35406-5-7

# Índice

## POSTERS

### **Emerging and digital technologies // Tecnologias emergentes e digitais 14**

|                                                                                                                                                                                       |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| AGE.C-16255 .....                                                                                                                                                                     | 14 |
| <i>Digital White Paper to promote best practices for caregivers of older people</i>                                                                                                   |    |
| AGE.C-38437 .....                                                                                                                                                                     | 15 |
| <i>Acceptance factors and barriers to the implementation of a digital intervention in older people with dementia and/or caregivers: A systematic review of systematic reviews</i>     |    |
| AGE.C-52985 .....                                                                                                                                                                     | 16 |
| <i>Desenvolvimento de robôs e sistema de visão para aplicação com idosos</i>                                                                                                          |    |
| AGE.C-58768 .....                                                                                                                                                                     | 17 |
| <i>iSupport para cuidadores informais: o estudo piloto em Portugal</i>                                                                                                                |    |
| AGE.C-63922 .....                                                                                                                                                                     | 18 |
| <i>Efecto de una batería de Serious Game en la estimulación física y cognitiva de personas mayores institucionalizadas: Un ensayo clínico pre-test post-test en España y Portugal</i> |    |
| AGE.C-69667 .....                                                                                                                                                                     | 19 |
| <i>Infoexclusão sénior 4.0: As tecnologias digitais emergentes e a singularidade tecnológica</i>                                                                                      |    |
| AGE.C-70495 .....                                                                                                                                                                     | 19 |
| <i>A Arte e a Tecnologia como Metodologia e Inovação no Processo de Garantia dos Direitos Humanos da Pessoa Idosa.</i>                                                                |    |

### **Environment, Education and Culture // Ambiente, Educação e Cultura 21**

|                                                                                                                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| AGE.C-53141 .....                                                                                                                                            | 21 |
| <i>A formação graduada em Gerontologia como resposta às necessidades das comunidades locais: resultados do estudo sobre a empregabilidade do Gerontólogo</i> |    |

### **Health, equity and vulnerability // Saúde, equidade e vulnerabilidade 22**

|                                                                                                                                               |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| AGE.C-18026 .....                                                                                                                             | 22 |
| <i>Acesso aos cuidados de saúde para os idosos em Espanha</i>                                                                                 |    |
| AGE.C-18594 .....                                                                                                                             | 22 |
| <i>Equilíbrio e hemodinâmica da bomba muscular na doença venosa crónica durante o processo de envelhecimento</i>                              |    |
| AGE.C-20180 .....                                                                                                                             | 23 |
| <i>Motivação para a prática de ténis em Portugal</i>                                                                                          |    |
| AGE.C-25201 .....                                                                                                                             | 24 |
| <i>O Perfil do Idoso Residente em Estrutura Residencial para Pessoas Idosas no Concelho do Sabugal: Quadros Neurológicos</i>                  |    |
| AGE.C-26399 .....                                                                                                                             | 25 |
| <i>Efetividade de um programa de exercícios físicos multicomponente na aptidão funcional de idosos em condições de vulnerabilidade social</i> |    |
| AGE.C-28385 .....                                                                                                                             | 26 |
| <i>Quem são e como vivem os idosos do centro interior de Portugal: um olhar a partir dos Censos de 2021</i>                                   |    |

|                                                                                                                                                                       |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| AGE.C-29420 .....                                                                                                                                                     | 27 |
| <i>Efeito do Exercício Aquático na Qualidade de Vida em Adultos mais Velhos- Uma Revisão Sistemática</i>                                                              |    |
| AGE.C-30422 .....                                                                                                                                                     | 27 |
| <i>The impact of music therapy on the health and well-being of patients with dementia</i>                                                                             |    |
| AGE.C-30580 .....                                                                                                                                                     | 28 |
| <i>Hemodinâmica da bomba muscular e força muscular do joelho no envelhecimento com doença venosa crónica</i>                                                          |    |
| AGE.C-34583 .....                                                                                                                                                     | 29 |
| <i>A importancia do estudo de RAM numa população vulnerável</i>                                                                                                       |    |
| AGE.C-44142 .....                                                                                                                                                     | 30 |
| <i>O Perfil do Utente Residente em Estrutura Residencial para Pessoas Idosas no Concelho do Sabugal: Avaliação da qualidade de vida do idoso</i>                      |    |
| AGE.C-46070 .....                                                                                                                                                     | 30 |
| <i>Geriatric Assessment Instruments</i>                                                                                                                               |    |
| AGE.C-48156 .....                                                                                                                                                     | 31 |
| <i>Sentimento de solidão nos idosos: um estudo concelhio.</i>                                                                                                         |    |
| AGE.C-52160 .....                                                                                                                                                     | 32 |
| <i>Alterações ventilatórias em trabalhadores da indústria corticeira</i>                                                                                              |    |
| AGE.C-54539 .....                                                                                                                                                     | 33 |
| <i>Physical capacity in young, mature, and middle-aged adults with achondroplasia</i>                                                                                 |    |
| AGE.C-57999 .....                                                                                                                                                     | 34 |
| <i>Associações entre restrição à participação auditiva e as fragilidades física, cognitiva e social em pessoas idosas: um estudo transversal</i>                      |    |
| AGE.C-66008 .....                                                                                                                                                     | 35 |
| <i>Percepção de pessoas idosas em situação de vulnerabilidade social sobre as repercussões de um programa de atividade física comunitário</i>                         |    |
| AGE.C-68875 .....                                                                                                                                                     | 36 |
| <i>O Perfil do Idoso Residente em Estrutura Residencial para Pessoas Idosas no Concelho do Sabugal: Patologias Agudas, Crónicas e Farmacoterapia</i>                  |    |
| AGE.C-69654 .....                                                                                                                                                     | 37 |
| <i>Teste de adaptabilidade da marcha em esteira com alvos de passos imprevisíveis para avaliar o risco de queda</i>                                                   |    |
| AGE.C-70554 .....                                                                                                                                                     | 38 |
| <i>O impacto da satisfação das necessidades psicológicas na sustentabilidade e adesão à prática de atividade física em idosos residentes na ilha terceira, açores</i> |    |
| AGE.C-71863 .....                                                                                                                                                     | 39 |
| <i>Teorías Biológicas del Envejecimiento</i>                                                                                                                          |    |
| AGE.C-74537 .....                                                                                                                                                     | 39 |
| <i>Dados de quedas de pessoas idosas caídas submetidas a gestão de casos em um ensaio clínico randomizado: resultados parciais.</i>                                   |    |
| AGE.C-76190 .....                                                                                                                                                     | 40 |

*Resistência cardiorrespiratória e hemodinâmica da bomba muscular na doença venosa crónica durante o envelhecimento*

AGE.C-78666 .....41  
*Restrição à Participação Auditiva: Estudo da autopercepção de saúde, de suporte social e de qualidade de vida da pessoa idosa*

AGE.C-83219 .....42  
*Qualidade do sono em Combatentes de guerra*

AGE.C-83716 .....43  
*O Perfil do Idoso Residente em Estrutura Residencial para Pessoas Idosas no Concelho do Sabugal: Aspetos Clínicos e Estado de Saúde Atual*

## **Social participation and governance // Participação social e governança 44**

AGE.C-39144 .....44  
*Envolvimento em Iniciativas de Base Comunitária e Capacidade Funcional: Estudo comparativo entre dois grupos de idosos do Município de Condeixa-a-Nova*

AGE.C-48442 .....45  
*Envolvimento Social e Qualidade de Vida em Adultos Mais Velhos: Um Estudo sobre Voluntariado em Saúde*

AGE.C-89463 .....46  
*AgeINfuture: um consórcio para potenciar a investigação e intervenção no interior da região centro de Portugal*

## **COMUNICAÇÕES // COMMUNICATIONS**

### **Emerging and digital technologies // Tecnologias emergentes e digitais 48**

AGE.C-10499 .....48  
*APIMedOLder web application for potentially inappropriate medications identification - How it has been used and what has been searched?*

AGE.C-16756 .....48  
*Perene: um programa de photovoice com pessoas idosas sobre envelheSER*

AGE.C-36309 .....49  
*Qual o papel da internet na relação entre viver só e a sintomatologia depressiva em adultos europeus com 50+anos?*

AGE.C-38796 .....50  
*Sistema integrado para la promoción del envejecimiento activo mediante juegos serios*

AGE.C-83611 .....51  
*Desenvolvimento e aplicação de tecnologias inovadoras focadas na promoção do envelhecimento ativo*

AGE.C-88615 .....52  
*iSupport for Dementia: Characterizing the Early Adopters of an eHealth Program for Informal Caregivers of Individuals with Dementia*

AGE.C-89939 .....53  
*Plano digital institucional: uma proposta para a infoinclusão dos idosos*

### **Environment, Education and Culture // Ambiente, Educação e Cultura 54**

|                                                                                                                                                                        |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| AGE.C-15234 .....                                                                                                                                                      | 54        |
| <i>A implicação dos espaços públicos e do ambiente físico-social no envelhecimento</i>                                                                                 |           |
| AGE.C-17727 .....                                                                                                                                                      | 54        |
| <i>Desigualdade no acesso ao Ensino Superior, também no processo de envelhecimento</i>                                                                                 |           |
| AGE.C-17896 .....                                                                                                                                                      | 55        |
| <i>Metodologias artísticas na construção de espaços de inclusão social das pessoas idosas</i>                                                                          |           |
| AGE.C-18370 .....                                                                                                                                                      | 56        |
| <i>Expressão Dramática e desenvolvimento pessoal de Seniores</i>                                                                                                       |           |
| AGE.C-31279 .....                                                                                                                                                      | 57        |
| <i>Os projetos de estágio curricular na licenciatura em Serviço Social na ESE-IPCB: Outputs estratégicos e operacionais em comunidades envelhecidas</i>                |           |
| AGE.C-33078 .....                                                                                                                                                      | 57        |
| <i>Affect Activism as a Practice of community-based performance: A case study with women seniors at Mnemosyne artistic project.</i>                                    |           |
| AGE.C-35537 .....                                                                                                                                                      | 58        |
| <i>Literacia em saúde sobre VIH/Sida na população idosa - um desafio emergente</i>                                                                                     |           |
| AGE.C-37906 .....                                                                                                                                                      | 59        |
| <i>Aligning Active Mobility and Active Ageing policies: insights from Portugal</i>                                                                                     |           |
| AGE.C-45383 .....                                                                                                                                                      | 60        |
| <i>As atitudes dos estudantes de Serviço Social face às pessoas mais velhas: resultados preliminares</i>                                                               |           |
| AGE.C-46725 .....                                                                                                                                                      | 60        |
| <i>Artificial Intelligence identifying patterns in the social interaction of senior individuals through online activities at Virtual Senior University in Pandemic</i> |           |
| AGE.C-47795 .....                                                                                                                                                      | 61        |
| <i>Perceção e opinião de pessoas com mais de 65 anos face à sustentabilidade</i>                                                                                       |           |
| AGE.C-51191 .....                                                                                                                                                      | 62        |
| <i>Intergeracionalidade: Mapeamento e desafios para um Portugal envelhecido</i>                                                                                        |           |
| AGE.C-56551 .....                                                                                                                                                      | 62        |
| <i>Atividades de exploração sonora - uma investigação-ação com um grupo de idosos</i>                                                                                  |           |
| AGE.C-62983 .....                                                                                                                                                      | 63        |
| <i>O envelhecimento visto pelos diferentes cinemas</i>                                                                                                                 |           |
| AGE.C-66466 .....                                                                                                                                                      | 64        |
| <i>Age-friendly cities and urban design: A stakeholder analysis</i>                                                                                                    |           |
| AGE.C-81915 .....                                                                                                                                                      | 65        |
| <i>Inteligência emocional em idosos das universidades seniores</i>                                                                                                     |           |
| AGE.C-83282 .....                                                                                                                                                      | 66        |
| <i>Assistentes Sociais rurais como agentes de desenvolvimento: desafios e estratégias para a intervenção de proximidade em territórios envelhecidos e despovoados</i>  |           |
| <b>Health, equity and vulnerability // Saúde, equidade e vulnerabilidade</b>                                                                                           | <b>67</b> |
| AGE.C-11001 .....                                                                                                                                                      | 67        |

|                                                                                                                                                    |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <i>Mais idade, maior incapacidade? Análise comparativa dos resultados dos censos de 2011 e de 2021 em Portugal</i>                                 |    |
| AGE.C-15202 .....                                                                                                                                  | 68 |
| <i>Admissões no Serviço de Urgência por Residentes de Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas: estudo retrospectivo</i>                        |    |
| AGE.C-15809 .....                                                                                                                                  | 69 |
| <i>Reabilitação vestibular informal em doentes com vertigem crónica: Qual a evidência?</i>                                                         |    |
| AGE.C-17737 .....                                                                                                                                  | 70 |
| <i>Resiliência, conciliação trabalho família e bem-estar em adultos de meia-idade em double/triple caregiving</i>                                  |    |
| AGE.C-18662 .....                                                                                                                                  | 70 |
| <i>A Pessoa Idosa com Fratura Proximal do Fémur no Regresso a Casa: Protocolo do Estudo Quantitativo</i>                                           |    |
| AGE.C-18865 .....                                                                                                                                  | 71 |
| <i>A Velhice Vivida por Centenários Residentes em Domicílio</i>                                                                                    |    |
| AGE.C-19432 .....                                                                                                                                  | 72 |
| <i>Atitude Mental e Robustez Psicológica para um Envelhecimento Saudável</i>                                                                       |    |
| AGE.C-20336 .....                                                                                                                                  | 73 |
| <i>Effects of music on muscle strength production in the elderly</i>                                                                               |    |
| AGE.C-21239 .....                                                                                                                                  | 74 |
| <i>Influência dos estímulos auditivos, visuais e proprioceptivos no equilíbrio: comparação entre adultos jovens e mais velhos</i>                  |    |
| AGE.C-21847 .....                                                                                                                                  | 75 |
| <i>Los Asistentes Personales en la reconfiguración del modelo de cuidados castellanoleonés: una mirada desde la sostenibilidad.</i>                |    |
| AGE.C-23168 .....                                                                                                                                  | 76 |
| <i>Percepção de idosos Brasileiros quanto aos benefícios da prática de atividade física na saúde mental</i>                                        |    |
| AGE.C-23227 .....                                                                                                                                  | 77 |
| <i>REMINDER4Care: A Dementia Risk Reduction Program for older adults at risk of social isolation and loneliness in Residential Care Facilities</i> |    |
| AGE.C-25796 .....                                                                                                                                  | 77 |
| <i>Risco de vulnerabilidade clínico-funcional entre pessoas idosas na capital do Brasil durante a pandemia por COVID-19</i>                        |    |
| AGE.C-27044 .....                                                                                                                                  | 78 |
| <i>Impacto de um programa de exercícios na reabilitação de indivíduos pós-Covid</i>                                                                |    |
| AGE.C-27315 .....                                                                                                                                  | 79 |
| <i>A natureza como preditora do bem-estar: percepções e diretrizes para reforçar a intervenção socio-ecológica junto das pessoas idosas</i>        |    |
| AGE.C-30540 .....                                                                                                                                  | 80 |
| <i>A New Paradigm: Developing and Validating an Innovative Sustainability Assessment Scale for Physical Activity Programs</i>                      |    |
| AGE.C-35219 .....                                                                                                                                  | 80 |
| <i>Fragilidade e multimorbilidade nos idosos admitidos no Serviço de Urgência</i>                                                                  |    |

|                                                                                                                                                                                              |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| AGE.C-42021 .....                                                                                                                                                                            | 81 |
| <i>Motivações que levam cuidadores informais e doentes com necessidades paliativas a cuidar no domicílio</i>                                                                                 |    |
| AGE.C-42181 .....                                                                                                                                                                            | 82 |
| <i>Independência Funcional e Qualidade de Vida no processo de Envelhecimento de Pessoas com Necessidades Especiais</i>                                                                       |    |
| AGE.C-42538 .....                                                                                                                                                                            | 83 |
| <i>Hematological changes in aging</i>                                                                                                                                                        |    |
| AGE.C-44207 .....                                                                                                                                                                            | 84 |
| <i>Behavior Change for Sustainable Health: An Action Research Protocol for the Validation of the "Sustainability Awareness" Questionnaire in a Sample of Community-dwelling Older Adults</i> |    |
| AGE.C-45328 .....                                                                                                                                                                            | 85 |
| <i>Vulnerabilidade do idoso, enquanto sujeito de investigação</i>                                                                                                                            |    |
| AGE.C-45729 .....                                                                                                                                                                            | 85 |
| <i>Isolamento Social e percepção de Solidão nos idosos que residem sós - UF de Sobreira Formosa e Alvito da Beira</i>                                                                        |    |
| AGE.C-46326 .....                                                                                                                                                                            | 86 |
| <i>Predictors of quality of life in older adults benefitting from institutionalized care and support during the COVID-19 pandemic.</i>                                                       |    |
| AGE.C-47202 .....                                                                                                                                                                            | 87 |
| <i>Equidade na saúde: análise de barreiras e facilitadores no acesso da pessoa idosa com perda auditiva ao serviço especializado</i>                                                         |    |
| AGE.C-48436 .....                                                                                                                                                                            | 88 |
| <i>Being Welcomed: a predictor of working life extension.</i>                                                                                                                                |    |
| AGE.C-48722 .....                                                                                                                                                                            | 88 |
| <i>Proteção social de média complexidade à saúde integral para idosos: centro-dia</i>                                                                                                        |    |
| AGE.C-49325 .....                                                                                                                                                                            | 89 |
| <i>A pessoa com úlcera por pressão: prevalência e fatores determinantes</i>                                                                                                                  |    |
| AGE.C-49421 .....                                                                                                                                                                            | 90 |
| <i>Is rehabilitation enough? A 5-years data analysis on the profile of older people admitted to a Convalescence Unit</i>                                                                     |    |
| AGE.C-51083 .....                                                                                                                                                                            | 91 |
| <i>Envelhecer na comunidade: percepção da satisfação com a vida, bem-estar e felicidade das pessoas idosas em contexto institucional e comunitário.</i>                                      |    |
| AGE.C-51186 .....                                                                                                                                                                            | 92 |
| <i>Percepção de solidão em idosos com 65 ou mais anos em função da sua rede social</i>                                                                                                       |    |
| AGE.C-51754 .....                                                                                                                                                                            | 92 |
| <i>Pensar Melhor o Envelhecimento e a Longevidade</i>                                                                                                                                        |    |
| AGE.C-52426 .....                                                                                                                                                                            | 93 |
| <i>Necessidades e Expetativas da População Residente na Freguesia de São Vicente da Beira: A perspetiva dos idosos no interior despovoado.</i>                                               |    |
| AGE.C-57719 .....                                                                                                                                                                            | 94 |
| <i>O idoso do concelho do Sabugal em ERPI: perfil de ambiente e saúde</i>                                                                                                                    |    |

|                                                                                                                                                                                                                |            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| AGE.C-57909 .....                                                                                                                                                                                              | 95         |
| <i>A vulnerabilidade eco-social dos idosos em Portugal: das percepções subjetivas às respostas objetivas do Estado</i>                                                                                         |            |
| AGE.C-59468 .....                                                                                                                                                                                              | 96         |
| <i>Envejecimiento Activo en Extremadura. Problemáticas y Propuestas de intervención</i>                                                                                                                        |            |
| AGE.C-63302 .....                                                                                                                                                                                              | 96         |
| <i>Direito à cidade: construindo comunidades saudáveis e resilientes através da saúde urbana</i>                                                                                                               |            |
| AGE.C-69507 .....                                                                                                                                                                                              | 97         |
| <i>Perfis de envelhecimento nas regiões do interior de Portugal</i>                                                                                                                                            |            |
| AGE.C-70949 .....                                                                                                                                                                                              | 98         |
| <i>How can caregivers support the Gerotranscendence process? A scoping review</i>                                                                                                                              |            |
| AGE.C-72725 .....                                                                                                                                                                                              | 99         |
| <i>The Art of Caring: The perception of burden, quality of life, social support and difficulties experienced by the Informal Caregiver</i>                                                                     |            |
| AGE.C-73738 .....                                                                                                                                                                                              | 99         |
| <i>Entre a alta médica e a alta social: desafios (in)formais do Serviço Social</i>                                                                                                                             |            |
| AGE.C-75150 .....                                                                                                                                                                                              | 100        |
| <i>A Sustentabilidade dos Efeitos do Exercício Multicomponente e Suplementação de Aminoácidos de Cadeia Ramificada em Idosos Pré-Frágeis e Frágeis: Resultados de um Estudo Controlado, Longitudinal e com</i> |            |
| AGE.C-77530 .....                                                                                                                                                                                              | 101        |
| <i>Deteção precoce de fatores de risco na população jovem: promover uma saúde sustentável para um envelhecimento saudável</i>                                                                                  |            |
| AGE.C-79966 .....                                                                                                                                                                                              | 102        |
| <i>El papel del metabolismo mitocondrial en el envejecimiento</i>                                                                                                                                              |            |
| AGE.C-80506 .....                                                                                                                                                                                              | 102        |
| <i>100Solidão - Projeto de Intervenção Comunitária para aumento da funcionalidade e reintegração social da população idosa da cidade de Castelo Branco em risco de isolamento social e solidão</i>             |            |
| AGE.C-81620 .....                                                                                                                                                                                              | 103        |
| <i>Os Centros de Dia como ambientes promotores de qualidade de vida: uma análise de género</i>                                                                                                                 |            |
| <b>Social participation and governance // Participação social e governança</b>                                                                                                                                 | <b>105</b> |
| AGE.C-13489 .....                                                                                                                                                                                              | 105        |
| <i>Avaliação da sustentabilidade local pela população idosa: o caso da Beira Baixa, Portugal</i>                                                                                                               |            |
| AGE.C-16517 .....                                                                                                                                                                                              | 105        |
| <i>Fatores motivacionais das gerações e o seu impacto na retenção de talentos</i>                                                                                                                              |            |
| AGE.C-20686 .....                                                                                                                                                                                              | 106        |
| <i>Diálogo intra e intergeracional: participação, cidadania e coesão social</i>                                                                                                                                |            |
| AGE.C-23864 .....                                                                                                                                                                                              | 107        |
| <i>Gerar Identidades: uma experiência de participação local</i>                                                                                                                                                |            |
| AGE.C-27135 .....                                                                                                                                                                                              | 108        |
| <i>Idadismo no mercado de trabalho português: o caso de adultos com 55 ou mais anos</i>                                                                                                                        |            |

|                                                                                                                                                                                  |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| AGE.C-28797 .....                                                                                                                                                                | 108 |
| <i>Conceções e diversidade cultural no envelhecimento em Portugal: um estudo qualitativo no Concelho de Sintra</i>                                                               |     |
| AGE.C-28837 .....                                                                                                                                                                | 109 |
| <i>O papel social da pessoa idosa: reflexões sob as lentes da teoria crítica do envelhecimento.</i>                                                                              |     |
| AGE.C-32850 .....                                                                                                                                                                | 110 |
| <i>Envolvimento social, capacidade adaptativa e qualidade de vida: Resultados da investigação</i>                                                                                |     |
| AGE.C-32997 .....                                                                                                                                                                | 111 |
| <i>Contributos da assistente social M<sup>a</sup> Leonor Sampaio Botelho (1915-1996) na expansão do serviço social no contexto Estado Novo</i>                                   |     |
| AGE.C-41730 .....                                                                                                                                                                | 112 |
| <i>Análisis mixto de la participación social y voluntariado senior en Extremadura: propuestas de mejora</i>                                                                      |     |
| AGE.C-44371 .....                                                                                                                                                                | 112 |
| <i>Políticas públicas da pessoa idosa centradas em envelhecimento ativo e nos objetivos de desenvolvimento sustentável</i>                                                       |     |
| AGE.C-46663 .....                                                                                                                                                                | 113 |
| <i>Autodeterminação das pessoas idosas residentes em ERPI: direito ou miragem?</i>                                                                                               |     |
| AGE.C-49998 .....                                                                                                                                                                | 114 |
| <i>Estudo de Avaliação Multidimensional do Envelhecimento Ativo e Saudável: um contributo da Associação Portuguesa para o Desenvolvimento Local</i>                              |     |
| AGE.C-50516 .....                                                                                                                                                                | 114 |
| <i>Participação Social em Iniciativas de Base Comunitária e Qualidade de Vida em Pessoas Idosas Residentes no Município de Condeixa</i>                                          |     |
| AGE.C-53804 .....                                                                                                                                                                | 115 |
| <i>Mapeamento e análise de políticas públicas para o envelhecimento ativo no EUROACE   Euroregião Alentejo-Centro-Extremadura</i>                                                |     |
| AGE.C-56281 .....                                                                                                                                                                | 116 |
| <i>Envelhecimento Saudável: Moradias Adequadas para uma Sociedade Resiliente e Inclusiva</i>                                                                                     |     |
| AGE.C-56424 .....                                                                                                                                                                | 117 |
| <i>Violência contra a pessoa idosa: definição de fluxogramas para agilização dos processos de trabalho.</i>                                                                      |     |
| AGE.C-69314 .....                                                                                                                                                                | 118 |
| <i>Os idosos como parceiros de investigação: metodologias participativas numa investigação qualitativa em Serviço Social sobre estruturas residenciais coletivas para idosos</i> |     |
| AGE.C-80152 .....                                                                                                                                                                | 119 |
| <i>Participação Social e acontecimentos de vida: um estudo retrospectivo com adultos mais velhos</i>                                                                             |     |
| AGE.C-87082 .....                                                                                                                                                                | 119 |
| <i>Participação de pessoas reformadas com mais de 60 anos - a partir do SHARE - Questionário sobre saúde, envelhecimento e reforma na Europa</i>                                 |     |

O 3º Congresso da Unidade de Investigação Interdisciplinar - Comunidades Envelhecidas Funcionais, do Instituto Politécnico de Castelo Branco, aborda a temática Sustentabilidade no Envelhecimento.

Ao longo de três dias (16, 17 e 18 de novembro de 2023), este evento internacional apresentou e explorou a temática da sustentabilidade entendida na sua dimensão integrada, e por isso, na sua vertente ambiental, económica, social, política e cultural.

As implicações a longo prazo do envelhecimento e da diminuição da população para a sustentabilidade têm recebido uma atenção limitada nas políticas e práticas dos diferentes sectores e países. Estas temáticas têm sido maioritariamente exploradas sob o ponto de vista da economia, da capacidade de trabalho, poupança, reformas, habitação e da prestação de serviços de saúde e de bem-estar. Neste âmbito, o foco da discussão na sociedade moderna desta relação bidirecional entre o envelhecimento e a diminuição da população centra-se no problema / obstáculo na prossecução para atingir os objetivos e não na possibilidade ou oportunidade que pode existir. Esta dinâmica pode, simultaneamente, apresentar múltiplas ramificações positivas e negativas para a sustentabilidade em termos de crescimento económico, desenvolvimento do sector público, privado e social, padrões de consumo, poluição, definição de práticas de cuidado, entre outros.

Pretendeu-se com este 3º Congresso da Age.Comm, explorar a temática a partir de uma perspetiva do ciclo de vida, entendendo-se este como uma estrutura com elevada porosidade em que as diferentes etapas da vida se interligam numa interdependência que deve ser de benefício comum para que cada vez mais seja possível reforçarmos a sustentabilidade dos recursos. A mudança do paradigma implica uma renovação estrutural nos diferentes sectores institucionais, sociais e políticos, e passa por reestruturar os conceitos e para incluir uma Sociedade em Envelhecimento Ativo e Saudável mas também Sustentável.

O congresso foi um espaço de discussão e reflexão dos desafios e oportunidades que o momento atual apresenta. Pretendeu-se construir um conhecimento transversal, interdependente e integrado de uma visão dinâmica da sustentabilidade, através do diálogo entre comunidades com diferentes experiências culturais, científicas, sociais, geográficas, ambientais, tecnológicas e atitudinais. O objetivo é o desenvolvimento de sociedades mais velhas e inclusivas nas sociedades.

O evento esteve dividido em diferentes eixos temáticos, considerando a Sustentabilidade no Envelhecimento como tema central:

1. Ambiente, educação e cultura
2. Participação social e governança
3. Saúde, equidade e vulnerabilidade
4. Tecnologias emergentes e digitais

O 3º Congresso da Age.Comm foi uma oportunidade única para aprofundar o conhecimento sobre a temática da Sustentabilidade no Envelhecimento e para refletir sobre as implicações de longo prazo do envelhecimento e da diminuição da população para a sustentabilidade.

*The 3rd Congress of the Interdisciplinary Research Unit - Functional Ageing Communities, of the Polytechnic Institute of Castelo Branco, addresses the theme of Sustainability in Ageing.*

*Over three days (16th, 17th and 18th of November, 2023), this international event presented and explored the theme of sustainability understood in its integrated dimension, and therefore, in its environmental, economic, social, political and cultural aspects.*

*The long-term implications of ageing and declining populations for sustainability have received limited attention in the policies and practices of different sectors and countries. These themes have mostly been explored from the point of view of the economy, work capacity, savings, reforms, housing and the provision of health and well-being services. In this context, the focus of discussion in modern society on this bidirectional relationship between ageing and population decline is centered on the problem/obstacle in pursuing the objectives and not on the possibility or opportunity that may exist. This dynamic can, simultaneously, present multiple positive and negative ramifications for sustainability in terms of economic growth, development of the public, private and social sectors, consumption patterns, pollution, definition of care practices, among others.*

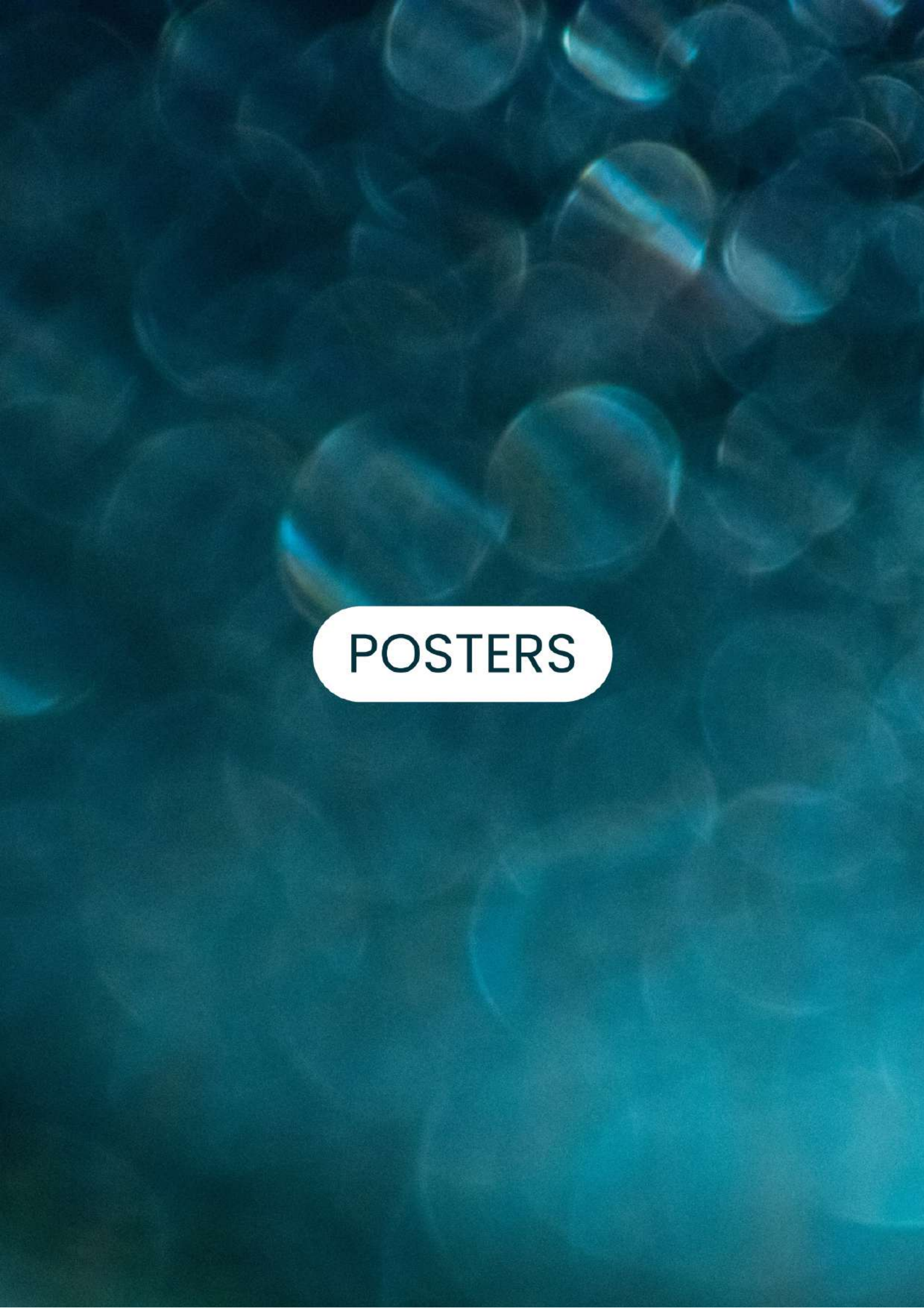
*The aim of this 3rd Age.Comm Congress was to explore the theme from a life cycle perspective, understanding this as a structure with high porosity in which the different stages of life are interconnected in an interdependence that must be of common benefit so that more and more is possible that we reinforce the sustainability of resources. The paradigm shift implies a structural renewal in the different institutional, social and political sectors, and involves restructuring the concepts and to include a Society in Active and Healthy Ageing, but also Sustainable.*

*The congress was a space for discussion and reflection on the challenges and opportunities that the current moment presents. It was intended to build transversal, interdependent and integrated knowledge of a dynamic vision of sustainability, through dialogue between communities with different cultural, scientific, social, geographic, environmental, technological and attitudinal experiences. The objective is the development of older societies and integrated into societies.*

*The event was divided into different thematic axes, considering Sustainability in Aging as a central theme:*

- 1. Environment, education and culture*
- 2. Social participation and governance*
- 3. Health, equity and vulnerability*
- 4. Emerging and digital technologies*

*The 3rd Age.Comm Congress was a unique opportunity to deepen knowledge on the topic of Sustainability in Ageing and to reflect on the long-term implications of ageing and population decline for sustainability.*

The background of the image is a dark teal color, overlaid with numerous out-of-focus, circular light spots in shades of blue and teal, creating a bokeh effect. In the center, the word "POSTERS" is written in a white, sans-serif font inside a white rounded rectangle.

POSTERS

## Emerging and digital technologies // Tecnologias emergentes e digitais

### AGE.C-16255

#### Digital White Paper to promote best practices for caregivers of older people

Juan Francisco Ortega Morán - Centro de Cirugía de Mínima Invasión Jesús Usón

José Blas Pagador Carrasco - Centro de Cirugía de Mínima Invasión Jesús Usón

María Pérez Vela - Centro de Cirugía de Mínima Invasión Jesús Usón

Carolina Vila-Chã - Instituto Politécnico da Guarda

Antonio Bovolini - Instituto Politécnico da Guarda

Ana Raquel Brito - Instituto Politécnico da Guarda

Zsuzsa Széman - Semmelweis University, Institute of Mental Health

Árpád Kostyál - Semmelweis University, Institute of Mental Health

Krisztina Juhos - Semmelweis University, Institute of Mental Health

Andrea Ferencz - Semmelweis University, Institute of Mental Health

Bruno Angélico - MORE - Laboratório Colaborativo Montanhas de Investigação

Elisabete Freitas - MORE - Laboratório Colaborativo Montanhas de Investigação

Estefânia Gonçalves - MORE - Laboratório Colaborativo Montanhas de Investigação

Patrícia Cordeiro - MORE - Laboratório Colaborativo Montanhas de Investigação

Tereza Otčenášková - University of Hradec Králové

Eva Macourková - Charles University

Francisco Miguel Sánchez Margallo - Centro de Cirugía de Mínima Invasión Jesús Usón

#### Abstract // Resumo:

**Objective:** There is an urgent need for training and validation of care skills of formal and informal caregivers to meet the challenges ahead and to increase the autonomy of older people as much as possible by delaying cognitive and physical declines and promoting healthy ageing. The Digital White Paper developed in the EducAGE project aims to provide valuable and practical information on implementing healthy ageing interventions focused on detecting, slowing down and managing significant physical and cognitive declines.

**Methodology:** The EducAGE team reviewed and compiled the current recommendations by following the World Health Organization guidelines on Integrated care for older people (ICOPE). It includes freely available guidelines, forms, examples, resources, links, etc., from all partner countries that serve as support material and practical tools and tips for caregivers.

**Results:** The Digital White Paper has been organised into three main modules according to the ICOPE guidelines: Module I – declines in intrinsic and functional capacities, which includes functional and mobility loss, malnutrition, and cognitive and mental health impairments; Module II – geriatric syndromes associated with care dependency, including the risk of falls, chronic diseases, urinary incontinence, skin breakdown and bed sores; and Module III – interventions to support caregiving and prevent caregiver strain.

For each chapter within each module, the reader will have access to a summary of the important recommendations, tips, and additional sources of reliable information through websites, You-

Tube videos, quizzes, checklists, and practical exercises in English, Portuguese, Spanish, Hungarian and Czech.

Conclusions: The Digital White Paper will empower caregiver as a promoter of healthy ageing, providing relevant and reliable information about the current European and national recommendations on older people's care to promote caregivers' best practices.

This will directly contribute to generating training content and tools that promote a digital transformation of the learning context of older people caregivers.

**Keywords // Palavras-chave:** Digital White Paper, Caregivers, Best practices, Older people.

### **AGE.C-38437**

#### **Acceptance factors and barriers to the implementation of a digital intervention in older people with dementia and/or caregivers: A systematic review of systematic reviews**

Ricardo André Alves Bispo Madeira - Universidade da Beira Interior

Maria Dulce Leal Esteves - Universidade da Beira Interior

Nuno Filipe Cardoso Pinto - Universidade da Beira Interior

Alessandro Vercelli -Department of Neuroscience Rita Levi Montalcini, National Institute of Neuroscience, Turin, Italy

Maria da Assunção Morais e Cunha Vaz Patto - Universidade da Beira Interior

#### **Abstract // Resumo:**

Purpose: The aim of this umbrella review was to evaluate the acceptability and barriers to the implementation of digital interventions in older people with dementia (PLWD) and/or caregivers. Study design: Systematic Review and meta-analyse. Methods: A review of systematic reviews on acceptability factors and barriers for (PLWD) and caregivers was carried out. All interventions that assessed acceptability factors and barriers to the use of technology in PLWD and/or carers were included. Each potentially relevant systematic review was assessed in full text by a member of a team of external experts. Results: In the first search, 481 studies were identified from 3 different databases. A total of 340 articles were identified after removing duplicates. Thirty articles were selected for full reading. Eight articles were included in this umbrella review. Conclusion: Intervention through technology represents added value in solving the problem of accessibility in a way that is satisfactory for people with dementia, their caregivers and health professionals. In this sense, the current data is not sufficient to conclude that technology improves the management of dementia, but it is a potential solution to the current barriers imposed on access to conventional healthcare.

**Keywords // Palavras-chave:** Barriers, acceptance, adherence, telemedicine, mobile applications, cognitive, aging.

**Desenvolvimento de robôs e sistema de visão para aplicação com idosos**

Paulo Jorge Sequeira Gonçalves - Instituto Politécnico de Castelo Branco / Age.Comm

Vitor Pinheira - Instituto Politécnico de Castelo Branco / Age.Comm

Maria Guardado Moreira - Instituto Politécnico de Castelo Branco / Age.Comm

Bernardo Lourenço - Instituto Politécnico de Castelo Branco

Samuel Santos - Instituto Politécnico de Castelo Branco

Rodrigo F. Bernardo - Instituto Politécnico de Castelo Branco

**Abstract // Resumo:**

Objetivos:

O resumo enquadra-se nos projetos EuroAGE que pretendem promover o envelhecimento ativo em áreas de baixa densidade populacional, na Extremadura - Espanha, e Centro de Portugal. Foram desenvolvidos, para aplicação com idosos em casa e institucionalizados, vários protótipos para interação social e ainda estimulação cognitiva e física através de jogos, utilizando robôs e visão por computador. É objetivo apresentar o processo de desenvolvimento dos vários dispositivos já desenvolvidos, com constante interação entre idosos, profissionais de saúde de lares da região e ainda profissionais de Engenharia.

Metodologia:

A metodologia para atingir os objetivos propostos relacionados com o desenvolvimento dos protótipos desenvolvidos para o envelhecimento ativo, engloba a estimulação física, cognitiva, social e emocional. O processo iniciou com visitas regulares a lares de idosos para entrevistas com idosos e profissionais de saúde, onde foi realizado um levantamento de atividades. Posteriormente foram definidos pela equipa vários jogos para permitir estimulação física, cognitiva, emocional e social, através do próprio jogo e da interação entre idosos e profissionais enquanto jogam. A fase de desenvolvimento permitiu muita interação entre todos os envolvidos. Finalmente foi realizado um teste piloto em situação real, em lares de Castelo branco e Vila Velha de Ródão.

Resultados:

Foram desenvolvidos quatro jogos com interação com robôs: jogo das cores, jogo das formas, jogo das cores e formas, jogo de empurrar. Estes sistemas, promoveram a função física, cognitiva e a interação social, atrasando a perda da qualidade de vida e autonomia dos idosos.

Discussão/Conclusões:

Os protótipos dos vários jogos desenvolvidos foram validados durante o processo de desenvolvimento com idosos e profissionais de saúde em lares, bem como através de testes piloto em lares de idosos. Foi um processo iterativo com muita interação científica e social, e que envolveu o desenvolvimento de várias versões, até se obter uma versão final dos protótipos.

**Keywords // Palavras-chave:** Envelhecimento ativo; Tecnologias Inovadoras e Assistivas; Robótica ; Visão por Computador.

**iSupport para cuidadores informais: o estudo piloto em Portugal**

Luisa Teles - Departamento Ciências do Comportamento - Instituto de Ciências Biomédicas  
Abel Salazar - Universidade do Porto

Constança Paúl - Departamento Ciências do Comportamento - Instituto de Ciências Biomédicas  
Abel Salazar - Universidade do Porto

Soraia Teles - Departamento Ciências do Comportamento - Instituto de Ciências Biomédicas  
Abel Salazar - Universidade do Porto

**Abstract // Resumo:**

Os programas psicoeducacionais online têm sido recomendados para a intervenção junto de cuidadores informais (CIs) de pessoas com demência (PcD). O iSupport-Portugal é um programa eHealth para CIs de PcD. Descrevem-se as características à baseline de cuidadores participantes num estudo piloto do programa no âmbito do Projeto SHAPES- Smart & Healthy Ageing through People Engaging in Supportive Systems. O projeto SHAPES visa criar o primeiro ecossistema Europeu aberto capaz de garantir a implementação, em larga escala, de uma ampla gama de soluções digitais que apoiem as pessoas mais velhas a viver de forma autónoma e saudável durante mais tempo.

Objetivos: O estudo tem como objetivo recolher informação preliminar dos CIs de PcD, sobre o uso e a satisfação com o programa iSupport-Portugal e os indicadores de bem-estar à baseline e pós-intervenção.

Metodologia: Este estudo online parte de uma intervenção single-arm, com 40 participantes considerados elegíveis para a investigação. Os critérios de inclusão foram: participantes adultos; a prestar cuidados não remunerados a PcD há pelo menos 6 meses; capazes de usar a internet; com níveis clinicamente relevantes de sobrecarga nos cuidados e/ou sintomatologia ansiosa e/ou depressiva. Foi adotado um protocolo de avaliação, aplicado em três momentos, à baseline e pós-intervenção (6 e 12 semanas).

Resultados: Os resultados preliminares demonstraram que os participantes - em consistência com perfil de CI em Portugal são maioritariamente do género feminino (95%), com idade média de 51 anos. Existe uma prevalência de CIs com provável ansiedade (62,5%), e apenas 22,5% com provável depressão, todos com níveis de sobrecarga significativos. Verificam-se níveis relevantes de reconhecimento de aspectos positivos do cuidar.

Discussão /Conclusões: Os resultados preliminares parecem demonstrar que os CIs, e sobretudo aqueles impactados por ansiedade e sobrecarga nos cuidados, reconhecem aspectos positivos no cuidar e demonstram interesse em programas de autoajuda no formato online.

**Keywords // Palavras-chave:** Demência ; Cuidadores informais; programas online; iSupport-Portugal.

**Efecto de una batería de Serious Game en la estimulación física y cognitiva de personas mayores institucionalizadas: Un ensayo clínico pre-test post-test en España y Portugal**

Pedro Núñez - Universidad de Extremadura

Trinidad Rodríguez Domínguez - Universidad de Extremadura

Juan Francisco Ortega Morán - Centro de Cirugía de Mínima Invasión Jesús Usón

José Blas Pagador - Centro de Cirugía de Mínima Invasión Jesús Usón

Nicolás Montero - Cluster socio-sanitario Extremadura

Carolina Vila-Cha - Instituto Politécnico de Guarda

Paulo Gonçalves - Instituto Politécnico de Castelo Branco / Age.Comm

María Jiménez Palomares - Universidad de Extremadura

Esperanza Santano - Universidad de Extremadura

Blanca González - Universidad de Extremadura

Juan Rodríguez - Universidad de Extremadura

Elisa Garrido - Universidad de Extremadura

**Abstract // Resumo:**

Objetivo: Estudio del efecto de una batería de Serious Game para estimulación física y cognitiva en personas mayores institucionalizadas.

Metodología: Se realizó un ensayo clínico pre-test post-test en usuarios de residencias. Los criterios de inclusión abarcaban a personas mayores de 55 años con un MMSE de 21 o superior, sin deterioro cognitivo o con un deterioro cognitivo leve a moderado, capaces de caminar autónomamente. Se excluyó a aquellos con deterioro cognitivo severo, deterioro del lenguaje, marcha no autónoma y limitaciones graves de movilidad en el miembro superior. La intervención consistió en sesiones individuales utilizando dispositivos tecnológicos y juegos específicos del proyecto EuroAGE2 para la estimulación física y cognitiva. El programa de tratamiento consistió en sesiones de 30 minutos, dos veces por semana durante 12 semanas, con cada Serious Game propuesto con una duración de 15 minutos.

Resultados: Se recopilarán los siguientes datos en este estudio: cambios en el deterioro cognitivo (Minimental State Examination); cambios en el rendimiento de las actividades de la vida diaria (índice de Barthel); cambios en el nivel de depresión (Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage - GDS); cambios en el rendimiento de las Actividades Instrumentales de la Vida Diaria (Escala Lawton - IADL); cambios en el rendimiento del equilibrio y la marcha (prueba de Tinetti); cambios en la amplitud de movimiento del miembro superior (goniometría de muñeca, codo y hombro); cambios en la velocidad de reacción o número de intentos durante las sesiones, y cambios en el número de intentos correctos en cada juego (registrados por los dispositivos tecnológicos). Estas mediciones se realizarán en la semana 0 (preintervención), semana 13 (postintervención), semana 17 (seguimiento) y semana 21 (seguimiento de la perdurabilidad de los cambios).

Discusión: El protocolo para el ensayo clínico se ha llevado a cabo de forma efectiva en residencias de España y Portugal.

**Keywords // Palavras-chave:** Envejecimiento activo, Estimulación física, Estimulación cognitiva, Personas mayores, Juego serio.

## AGE.C-69667

### **Infoexclusão sénior 4.0: As tecnologias digitais emergentes e a singularidade tecnológica**

Henrique Gil - Age.Comm - Instituto Politécnico de Castelo Branco

Maria Raquel Patrício - Centro de Investigação em Educação Básica (CIEB), Instituto Politécnico de Bragança, Portugal & Age.Comm - Polytechnic Institute of Castelo Branco

#### **Abstract // Resumo:**

Introdução: A população idosa continuará a constituir o maior grupo de infoexcluídos, quer a nível nacional quer a nível mundial. Com a evolução e o aparecimento de cada vez mais tecnologias digitais emergentes, a possibilidade de se incrementar a divisão digital junto da população idosa pode tornar-se numa realidade muito mais preocupante. A Internet das Coisas, a realidade aumentada, a realidade misturada e a inteligência artificial, com destaque para as novas versões de Chat GPT, entre outras, vêm trazer outro tipo de desafios e a necessidade da aquisição de novas competências digitais. Há, cada vez mais, a sensação que se irá atingir a designada singularidade tecnológica para muito breve.

Objetivos: explorar as oportunidades e implicações das tecnologias digitais emergentes, assistivas e exponenciais para o envelhecimento da população; apresentar propostas de literacia e inclusão digitais para a população sénior; e contribuir para a reflexão e discussão do impacto das tecnologias e da singularidade para longevidade e a sustentabilidade no envelhecimento.

Material e Métodos: método documental através da revisão sistemática da literatura nos últimos 5 anos através de um conjunto de palavras-chave pré-definidas nas principais bases de dados e repositórios científicos. Análise descritiva e crítica.

Resultados: apontam para sistemas e entidades mais inteligentes e que poderão vir a beneficiar, em particular, os cidadãos mais infoexcluídos porque o sistema será autónomo na tomada de decisões, onde a tecnologia se poderá sobrepor aos humanos.

Discussão/Conclusões: é importante que os cidadãos tenham a capacidade e a possibilidade de decidirem quais as soluções e/ou propostas que sentem ser mais ajustadas para a sua qualidade de vida, num futuro onde os ambientes serão mais assistivos. Neste sentido, apresentam-se propostas de forma que os atuais infoexcluídos se possam preparar para uma sociedade que continuará a ser predominantemente digital, mas que terá novos contextos e novos recursos e entidades.

**Keywords // Palavras-chave:** envelhecimento, infoexclusão, singularidade tecnológica, tecnologias digitais emergentes.

## AGE.C-70495

### **A Arte e a Tecnologia como Metodologia e Inovação no Processo de Garantia dos Direitos Humanos da Pessoa Idosa.**

Josiani Julião Alves de Oliveira - UNESP, Brasil

Sabrina Santos Silva - UNESP, Brasil

Amanda Faustino dos Santos - UNESP, Brasil

#### **Abstract // Resumo:**

Objetivo: Compreender como os Direitos Humanos das pessoas idosas vem sendo garantidos por meio da arte e da tecnologia em atividades sociais como metodologia e inovação. Metodo-

logia: Por meio de pesquisa bibliográfica e documental apresentar a arte e a tecnologia como processo de intervenção, além de aprofundar conhecimento em uma abordagem teórica sobre o conceito de Direitos Humanos analisando o processo de envelhecimento humano do século XX e XXI. Resultados: Os Direitos Humanos constituem um conceito intimamente ligado a cidadania, vez que sem a realização daqueles, não é possível o exercício desta, pois “a realização plena dos direitos de cidadania envolve o exercício efetivo e amplo dos direitos humanos, nacional e internacionalmente assegurados. As pessoas idosas, neste contexto, possuem direitos civis, sociais e políticos que se interrelacionam e são codependentes e a arte e a tecnologia possuem contribuições relevantes nesse contexto para o fortalecimento da cidadania ao fornecer e apoiar ações que ajudem a população idosa a tomar decisões mais autônomas e conscientes, tendo a arte e a tecnologia como mecanismo de inclusão e enfrentamento das vulnerabilidades. Discussão/Conclusões: O estudo apontou que há grupos de pessoas idosas ainda excluídos das políticas públicas e em condições sociopolítico-econômicas que expõem grupos de idosos à violência. As ações educativas, culturais e de empoderamento dos idosos e da comunidade, por meio da arte e da tecnologia, poderão sensibilizar a sociedade e representar uma experiência de protagonismo e participação social. Neste sentido, importante um estudo para compreender como os Direitos Humanos estão sendo tratados em relação ao processo de envelhecimento e como as legislações referentes a essa temática estão sendo efetivadas e a contribuição da arte e da tecnologia nesse processo.

**Keywords // Palavras-chave:** Tecnologia, arte, direitos humanos, pessoa idosa.

### AGE.C-53141

#### **A formação graduada em Gerontologia como resposta às necessidades das comunidades locais: resultados do estudo sobre a empregabilidade do Gerontólogo**

Filipa Luz - Associação Nacional de Gerontólogos; Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Viana do Castelo

Raquel Gonçalves - Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Viana do Castelo

Patrícia Silva - Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Viana do Castelo

#### **Abstract // Resumo:**

Portugal é o segundo país mais envelhecido da Europa (Pordata, 2023) e um dos mais envelhecidos do mundo, o que coloca diversos desafios às sociedades atuais. O interesse pelo envelhecimento conduziu ao surgimento de produtos e serviços especializados, bem como a um maior investimento na educação/formação em Gerontologia, traduzindo-se na criação de formação básica, contínua e superior nesta área no contexto europeu. Em Portugal, a formação de primeiro ciclo (i.e.: licenciados em Gerontologia, Gerontologia Social e Educação Social Gerontológica) iniciou-se em 2003, estando essencialmente concentrada nas regiões Norte e Centro do país. No sentido de caracterizar a empregabilidade dos Gerontólogos em Portugal, a Associação Nacional de Gerontólogos desenvolveu um estudo quantitativo, de natureza transversal, entre 2020 e 2021. A recolha de dados foi realizada através de um questionário online, construído para o efeito, sendo que o tratamento dos mesmos envolveu análise estatística descritiva com recurso ao SPSS. Os resultados evidenciam que dos 416 participantes empregados, 91,8% (n=382) são do sexo feminino e apresentam uma média de idades de 29,57 anos  $\pm$  6,07 anos. Aproximadamente dois terços dos respondentes (67,5%; n=281) desempenham funções na área da Gerontologia e 32,5% (n=135) noutra área profissional. É nas regiões Norte e Centro que existe uma maior concentração de gerontólogos empregados na área de formação, particularmente nos distritos onde existe (ou já existiu) formação graduada em Gerontologia, nomeadamente Aveiro, Porto, Coimbra e Viana do Castelo. Os participantes desempenham sobretudo funções em contexto institucional (56%; n=233), sendo que 38% destes integram instituições sem fins lucrativos (n=158) e 18% (n=18) em instituições com fins lucrativos. A existência de formação graduada parece refletir-se na empregabilidade dos licenciados em Gerontologia nos distritos em que esta formação existe/existiu, reforçando a relevância das licenciaturas na resposta às necessidades das comunidades locais, essencialmente ao nível dos serviços no âmbito do envelhecimento.

**Keywords // Palavras-chave:** Gerontologia; Gerontólogos; Empregabilidade; Envelhecimento.

## Health, equity and vulnerability // Saúde, equidade e vulnerabilidade

### AGE.C-18026

#### Acesso aos cuidados de saúde para os idosos em Espanha

María Victoria Ochando Ramírez - Universidad Internacional de La Rioja

##### **Abstract // Resumo:**

O envelhecimento da população e o aumento da esperança de vida constituem um desafio a ter em conta. É por isso que os governos e os diferentes agentes sociais devem implementar ações específicas. Em particular, as pessoas idosas estão a ter dificuldades em aceder aos sistemas de saúde. Perante esta situação, a Década para o Envelhecimento Saudável 2021-2030, declarada pela Assembleia Geral das Nações Unidas, promove "a prestação de serviços de cuidados integrados e cuidados de saúde primários centrados na pessoa que respondam às necessidades das pessoas idosas; e o acesso a cuidados de longa duração para as pessoas idosas que deles necessitem" (Organização Mundial de Saúde, 2020).

Objetivo: Explorar o acesso aos cuidados de saúde para os idosos em Espanha através de dados estatísticos.

Metodologia: Analisámos os dados do Instituto Nacional de Estatística (INE) em Espanha e o estudo Barómetro de Saúde do Centro de Investigação Sociológica (2019, 2022), bem como os dados do Eurostat.

Resultados: A cobertura universal de saúde em Espanha (OMS, 2021) está acima do nível mundial. No entanto, as pessoas idosas representam o grupo populacional com maiores dificuldades de acesso aos cuidados de saúde (excluindo dentistas). Não acedem aos cuidados de saúde quando precisam deles, invocando outras razões (INE, 2021).

Discussão: As razões que impedem o acesso podem estar relacionadas com vários factores. As pessoas idosas são o grupo etário com menos apoio em caso de necessidade, o grupo com menor satisfação global com a vida (INE, 2021) e têm também uma satisfação intermédia com o sistema de saúde, pois consideram que há questões que podem ser melhoradas (CIS, 2019 e 2022).

Conclusões: O acesso dos idosos aos sistemas de saúde em Espanha tem de ser melhorado para facilitar os cuidados prestados a este grupo populacional.

**Keywords // Palavras-chave:** saúde; pessoas idosas; sistemas de saúde; acesso.

### AGE.C-18594

#### Equilíbrio e hemodinâmica da bomba muscular na doença venosa crónica durante o processo de envelhecimento

Rute Sofia dos Santos Crisóstomo - IPCB - ESALD / Age.Comm

Abel Maria |Agostinho de Lima Rodrigues - IPCB - ESALD / Age.Comm

João Pedro Sabina dos Santos Valente - IPCB - ESALD

Beatriz Antunes Mateus - IPCB - ESALD

##### **Abstract // Resumo:**

Objetivos: Explorar a relação entre a hemodinâmica da bomba muscular venosa (BMV) da perna, com os níveis de atividade física e o equilíbrio, em indivíduos com Doença Venosa Crónica

(DVC).

**Métodos:** Foi realizado um estudo transversal, comparativo e correlacional. Foram avaliados 21 participantes adultos com DVC, 17 do sexo feminino e 4 do masculino, com idades entre os 42-85anos. Foi preenchida uma ficha de caracterização; avaliado o nível de atividade física através do Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ); a funcionalidade da hemodinâmica da BMV da perna, recorrendo a fotoplethysmografia (BITalino) e calculadas as variáveis: volume e tempo de reenchimento; Índice de Enchimento Venoso, Fração de Ejeção e a Fração do Volume Residual nos momentos de pé pendente após a elevação do membro inferior e elevações do calcanhar; a severidade da DVC segundo o Venous Clinical Severity Score (VCSS); o equilíbrio, recorrendo ao Índice de Tinetti e à plataforma de forças PLUX. Posteriormente foi calculada a relação entre a hemodinâmica da BMV com os níveis de atividade física e o equilíbrio. Foram avaliadas ainda as relações entre a severidade da DVC, com alguns fatores de risco (idade e sedentarismo) e atividade física.

**Resultados:** Um menor nível de atividade física em adultos com DVC está relacionado com um índice de enchimento venoso mais elevado ( $r=-0,55$ ;  $p=0,04$ ); um melhor equilíbrio, e melhor nível de atividade física, relaciona-se com uma menor disfunção da hemodinâmica da BMV. Melhores níveis de atividade física relacionam-se, contudo, com uma maior severidade clínica da DVC ( $r=-0,48$ ;  $p=0,03$ ). Não foram encontradas outras correlações significativas.

**Conclusão:** Indivíduos com DVC que apresentem um baixo nível de atividade física parecem apresentar uma maior severidade de DVC e pior hemodinâmica da BMV. Elevados níveis de inatividade física potenciam não só a severidade da DVC, sendo ainda um fator preponderante na diminuição global do equilíbrio.

**Keywords // Palavras-chave:** Bomba Muscular Venosa, Doença Venosa Crónica, Atividade Física, Equilíbrio.

## AGE.C-20180

### Motivação para a prática de ténis em Portugal

Pedro Alexandra Barata Semião - Associação Academia de Ténis Pedro Semião

Rute Sofia dos Santos Crisóstomo - ESALD-IPCB / Age.Comm

#### Abstract // Resumo:

**OBJETIVO:** Analisar as motivações que levam as crianças, jovens, adolescentes e adultos a praticar ténis em Portugal. **METODOLOGIA:** Foi realizado um estudo analítico, observacional, comparativo e transversal. Participaram 253 praticantes de ténis com idade média de 30 anos (5-70 anos de idade); 126 crianças/jovens (5-18 anos-49,8%) divididos nas 6 fases de desenvolvimento e 127 adultos (>18anos-50,2%) divididos nos escalões de veteranos. As recolhas realizaram-se a partir de um questionário disponibilizado online a atletas praticantes de ténis de todas as Associações Regionais de Ténis do País. O Questionário encontrava-se dividido em 3 partes: Consentimento informado, Dados sociodemográficos; Caracterização da prática de ténis e Questionário de Motivação para as Atividades Desportivas (QMAD). **RESULTADOS:** As principais motivações para a prática de ténis encontradas foram: realizar exercício, divertimento e manter uma boa forma física (média 4). As motivações para a prática de ténis relacionaram-se com quatro dimensões: exercício e condição física, social, mental e técnica. Para os mais novos os fatores mais relevantes (média 4) estão relacionados com a dimensão exercício físico, social e técnica; a

dimensão mental revela-se mais importante nos jovens mais velhos e os mais novos não apresentam motivações em destaque. Nos adultos os fatores mais relevantes são os fatores das dimensões exercício físico e social. As motivações mais importantes para a prática de ténis são essencialmente motivações intrínsecas. Por outro lado, os fatores relacionados com a valorização social ex. “ser conhecido” e ainda razões fora da atividade ex. “viajar” são os aspetos considerados menos importantes, para todas as idades. **CONCLUSÃO:** Nas fases de desenvolvimento e adultos as principais motivações para a prática do ténis são essencialmente intrínsecas e dizem respeito à prática de exercício, divertimento e manter uma boa forma física; as motivações menos importantes estão associadas à valorização social, viajar/sair de casa e receber prémios, motivações essencialmente extrínsecas.

**Keywords // Palavras-chave:** Fases de desenvolvimento; Adultos; Motivação; Prática de Ténis.

## **AGE.C-25201**

### **O Perfil do Idoso Residente em Estrutura Residencial para Pessoas Idosas no Concelho do Sabugal: Quadros Neurológicos**

Francisco Carvalho - FCS-UBI

Rosa Marina Afonso - DCSH-UB

Maria da Assunção Vaz Patto - FCS-UBI

Nuno Cardoso Pinto - FCS-UBI

#### **Abstract // Resumo:**

**Introdução:** Em 2020, existiam em Portugal 2.526 estruturas residenciais para pessoas idosas (ERPIs), estando institucionalizadas nestas 99.234 pessoas. As doenças neurológicas são um dos grupos de patologias mais prevalentes entre os idosos residentes em ERPI e, simultaneamente, um dos motivos de institucionalização mais frequentemente citado. Entre os residentes em ERPI, os quadros neurológicos sobrepõem-se, comumente, com patologia psiquiátrica e maiores índices de dependência e fragilidade. A evidência relativa ao impacto do processo de institucionalização no processo de deterioração cognitiva associado ao envelhecimento ou patológico é ainda escassa.

**Materiais e métodos:** Conduzimos um estudo observacional descritivo nas ERPIs do concelho do Sabugal (n=21), procedendo à avaliação de 350 idosos nelas residentes, selecionados de forma aleatória, mediante a caracterização sociodemográfica e clínica, a aplicação de escalas de avaliação geriátrica, a mensuração de parâmetros bioquímicos e a realização de exame objetivo sumário. Efetuámos igualmente a descrição das ERPIs atendendo às suas características estruturais e processuais. Os resultados obtidos foram analisados qualitativa e quantitativamente com recurso a software estatístico adequado.

**Resultados:** Obtivemos dados que permitem a análise dos processos neurológicos das populações institucionalizadas no concelho do Sabugal-

**Discussão:** Recomendamos a existência de programas de estimulação cognitiva e de rastreio sistemático de défice cognitivo/demência e depressão no seio das ERPIs, bem como a formação contínua dos profissionais que nelas trabalham.

**Keywords // Palavras-chave:** ERPI, Idoso, Neurologia, Institucionalização.

**Efetividade de um programa de exercícios físicos multicomponente na aptidão funcional de idosos em condições de vulnerabilidade social**

Saulo Vasconcelos Rocha - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Lélia Renata Carneiro Vasconcelos - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Ariani França Conceição - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Maria Júlia Machado Quaresma - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Bruna Maria Palotino Ferreira - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Carolina Rego Chaves Dias - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Clarice Alves dos Santos - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Guilherme Eustáquio Furtado - Instituto Politécnico de Coimbra

Danilo Barbosa Moraes - Universidade Estadual de Feira de Santana

Félix Salvador Chavane - Universidade Estadual de Feira de Santana

**Abstract // Resumo:**

Introdução: O declínio da aptidão funcional (AF) pode evidenciar-se durante o processo de envelhecimento. Portanto, é importante a manutenção dos componentes da AF por meio da prática de exercícios físicos na população idosa. Objetivo: Avaliar a aptidão funcional de idosos em condições de vulnerabilidade social participantes de um programa de exercício multicomponente de curta duração. Materiais e métodos: Os participantes foram pessoas idosas, cadastradas na Estratégia de Saúde da Família (ESF), de ambos os sexos, com idade  $\geq 60$  anos, não participantes de programas de atividades físicas estruturados e fisicamente independentes. As atividades se dividiram em dois grupos: o grupo de exercício físico multicomponente (GEFM) e o grupo controle (GC). O GEFM realizou exercícios aeróbios, de equilíbrio, neuromusculares e alongamentos em 16 sessões totais, com frequência de duas vezes por semana, durante dois meses. Cada sessão teve a duração de 50 minutos. O GC realizou 4 sessões de educação em saúde sobre hábitos de vida saudáveis (atividade física, estilo de vida ativo, alimentação saudável, saúde mental), com duração de 60 a 90 minutos. A AF foi avaliada por meio do teste de sentar e levantar, os indivíduos realizaram o máximo de repetições possíveis durante 30 segundos. Para analisar os dados, foi utilizado o software JAMOV, foi realizado o teste ANOVA para medidas repetidas e post hoc de Tukey, a significância adotada foi de  $p < 0,05$ . Resultados: A amostra foi composta por 12 indivíduos no GEFM com média de idade de 72,6 (6,47) e 14 indivíduos no GC com média de idade de 73,2 (7,37). Foram percebidas diferenças estatísticas significativas para interação entre tempo e grupo ( $p < 0,001$ ). Conclusão: Um programa de exercício multicomponente de curta duração foi capaz de melhorar a aptidão funcional dos idosos participantes.

**Keywords // Palavras-chave:** exercício físico, capacidade funcional, idosos, saúde do idoso.

**Quem são e como vivem os idosos do centro interior de Portugal: um olhar a partir dos Censos de 2021**

Maria João Guardado Moreira - IPCB/Age.Comm, AgeINfuture/ Observatório Nacional do Envelhecimento

Rosa Marina Afonso - Rosa Marina Afonso, UBI, AgeINfuture/ Observatório Nacional do Envelhecimento,

Nuno Pinto - UBI, AgeINfuture/ Observatório Nacional do Envelhecimento, nfc Pinto@gmail.com

Maria João Amante - IPV, AgeINfuture/ Observatório Nacional do Envelhecimento

Maria de Fátima Roque - IPG, AgeINfuture/ Observatório Nacional do Envelhecimento

Maria Assunção Vaz Pato - UBI, AgeINfuture/ Observatório Nacional do Envelhecimento

Lucinda Carvalho - IPCB/Age.Comm, AgeINfuture/ Observatório Nacional do Envelhecimento

Lia Araújo - IPV, AgeINfuture/ Observatório Nacional do Envelhecimento

Ermelinda Marques - IPG, AgeINfuture/ Observatório Nacional do Envelhecimento

Dulce Esteves - UBI, AgeINfuture/ Observatório Nacional do Envelhecimento

Carolina Vila-Chã - IPG, AgeINfuture/ Observatório Nacional do Envelhecimento

**Abstract // Resumo:**

**Objetivos:** O envelhecimento da população tem-se acentuado nos últimos anos, estendendo-se a todo o território nacional, embora as regiões do interior continuem a concentrar indicadores de envelhecimento muito elevados no contexto nacional. Acresce que estas regiões se caracterizam pela dispersão geográfica dos aglomerados populacionais e densidades populacionais baixas, resultado de um tecido económico frágil e de movimentos migratórios de saída, cujo impacto é visível na sua estrutura etária. Aspetos que influenciam os processos de envelhecimento da população e o seu acesso aos recursos sociais e de saúde. Na verdade, o local onde se vive (meio rural ou meio urbano), a idade, o sexo, os níveis de escolaridade e rendimento, com quem se vive (sozinho ou acompanhado) e as perceções de saúde são variáveis caracterizadoras da população mais velha que condicionam os seus processos de envelhecimento. Pretende-se, assim, fazer a caracterização sociodemográfica da população idosa que vive nas NUTS III de Viseu Dão Lafões, Beiras e Serra da Estrela e Beira Baixa, desagregada por concelho. **Metodologia:** Com base nos dados do Recenseamento da População de 2021, utilizando-se o apuramento relativo à população residente, agrupada em 2 grandes grupos etários, 65-79 anos e 80 e mais anos, por local de residência, sexo, grupo etário, nível de escolaridade, rendimento, tipo de alojamentos familiares clássicos, agregados institucionais, situação perante o trabalho, Tipologia de áreas urbanas para fins estatísticos.

**Resultados/Conclusões:** As características específicas da população idosa do centro interior de Portugal, tendencialmente com baixos níveis de escolaridade e rendimento, com acesso a serviços de apoio nem sempre adequado devido à dispersão geográfica, justificam a necessidade de uma abordagem específica que está a ser desenvolvida pelo Centro de Referência para um Envelhecimento Ativo e Saudável do Interior Centro - AgeINFuture.

**Keywords // Palavras-chave:** Idosos, Interior, contextos de envelhecimento.

## AGE.C-29420

### **Efeito do Exercício Aquático na Qualidade de Vida em Adultos mais Velhos- Uma Revisão Sistemática**

Helena Sofia Sousa Morgado - Instituto Politécnico de Castelo Branco

Vanessa Luísa Botas Alpalhão - Instituto Politécnico de Castelo Branco

Rute Sofia dos Santos Crisóstomo - Instituto Politécnico de Castelo Branco / Age.Comm

#### **Abstract // Resumo:**

**Introdução:** Nos adultos mais velhos, a adoção de um estilo de vida fisicamente ativo, tem vindo a ser apontado como uma estratégia que permite equilibrar o impacto das perdas biológicas, maximizar os ganhos psicossociais e manter/melhorar as capacidades funcionais e a independência e qualidade de vida (QV). Por sua vez, o ambiente aquático tem demonstrado ser um aliado no aumento do nível de atividade física nesta população, contando com um ambiente seguro, possibilitando a prática de exercício físico com menor risco de lesão.

**Objetivos:** O objetivo desta revisão sistemática é sintetizar a evidência científica acerca dos efeitos do exercício aquático na QV, em adultos mais velhos com qualquer tipo de condição de saúde. Os resultados permitirão desenvolver recomendações para a prática clínica e/ou identificar a necessidade de investigação futura na área.

**Métodos:** Foi realizada uma pesquisa eletrónica nas bases de dados: PubMed; SciELO; Scopus e Web of Science. Foram incluídos ensaios clínicos randomizados que envolvessem exercício aquático em adultos mais velhos ( $\geq 65$  anos), com qualquer tipo de condição de saúde e que apresentassem pelo menos um resultado que fornecesse informações sobre a dimensão da QV. Foram considerados para inclusão estudos publicados nos últimos 10 anos, nos idiomas inglês, português e espanhol e em disponibilidade de texto integral.

**Resultados:** A pesquisa eletrónica resultou em 457 registos dos quais apenas 5 satisfizeram os critérios de elegibilidade. Quatro estudos revelaram inconsistências estatísticas na análise de dados não permitindo formular conclusões. Em adultos mais velhos com DPOC, um estudo reportou um effect size que variou entre 0,81 e 1,0 na escala St. George's Respiratory, com benefícios nos diferentes domínios da mesma.

**Conclusão:** Verifica-se uma escassez de estudos nos últimos 10 anos no assunto em estudo. O exercício aquático parece ter efeitos benéficos nas diferentes dimensões da QV em adultos mais velhos com DPOC.

**Keywords // Palavras-chave:** Exercício Aquático; Qualidade de Vida; Adultos Mais Velhos.

## AGE.C-30422

### **The impact of music therapy on the health and well-being of patients with dementia**

Francisco Rodrigues Ribeiro - ESALD-IPCB

Marisa Regina Reduto Santos Barbeira - AGE.COMM-IPCB

Lucinda Sofia Almeida Carvalho - AGE.COMM-IPCB

#### **Abstract // Resumo:**

In the last century, there have been immense advances in medicine, which have led to an increase in longevity, implying an increase in the aging of the world's population. Allied to this exponential increase in population aging, the number of people with pathologies linked to ageing,

namely dementia, has also increased. Music therapy is an intervention based on the use of music and/or its constituent elements such as rhythm, melody and harmony, and it is an important means of intervention in the elderly population, including people with Alzheimer's or other dementia. The objective of this study was to synthesize the literature in order to relate the impact of music therapy on the health and well-being of patients with dementia. A wide range of eligibility criteria were defined, among which were considered studies that, on the one hand, related music therapy to dementia in the elderly and, on the other hand, revealed conclusions regarding the benefits derived from it. Subsequently, a systematic literature search strategy was developed in several electronic databases of scientific data. Studies have shown that musical memories are preserved, even in more advanced stages of dementia, because the brain areas responsible for musical memories are different from those responsible for other memories. Demented elderly people are reactive to music and even in advanced stages of the disease are able to learn and recognize music. The main benefits of music therapy in the elderly include improving social interaction, stimulating development, creating emotions and communication, evoking memories and promoting health and well-being. These results make it possible to contribute to the definition of action policies at the level of geriatric institutions towards the implementation of musical activities for the elderly.

**Keywords // Palavras-chave:** aging, music therapy, dementia.

## **AGE.C-30580**

### **Hemodinâmica da bomba muscular e força muscular do joelho no envelhecimento com doença venosa crônica**

Rute Sofia dos Santos Crisóstomo - ESALD-IPCB / Age.Comm

Abel Maria Agostinho de Lima Rodrigues - ESALD-IPCB / Age.Comm

João Pedro Sabina dos Santos Valente - ESALD-IPCB

Catarina Sofia Marques Prata Mano Ferreira - ESALD-IPCB

#### **Abstract // Resumo:**

**Objetivos:** Explorar a relação entre a hemodinâmica da bomba muscular venosa (BMV) da perna, com os níveis de atividade física e força dos músculos do joelho, em indivíduos adultos com Doença Venosa Crônica (DVC).

**Metodologia:** Realizou-se um estudo exploratório, transversal. Avaliaram-se 21 participantes adultos com DVC (17 do sexo feminino; 4 do sexo masculino), com idades entre 42-85anos. Foi preenchida a ficha de caracterização; avaliada: a funcionalidade da hemodinâmica da BMV da perna, por fotopleletismografia (BITalino); o nível de atividade física pelo International Physical Activity Questionnaire; a força dos músculos do joelho com o dinamómetro isocinético e severidade da DVC pelo Venous Clinical Severity Score. Posteriormente calculou-se a relação entre a hemodinâmica da BMV com os níveis de atividade física e força dos músculos do joelho; e calculadas as relações entre a severidade da DVC, fatores de risco (idade e sedentarismo) e atividade física.

**Resultados:** Menor nível de atividade física em adultos com DVC e uma menor amplitude de movimento do joelho relacionam-se com um índice de enchimento venoso mais elevado ( $r=-0,54$ ;  $p=0,04$  e  $r=-0,666$ ;  $p=0,009$ , respetivamente). Com a idade há uma redução do torque na extensão ( $r=-0,767$ ;  $p=0,000$ ); pico de torque na flexão ( $r=-0,0776$ ;  $p=0,000$ ), potência média

na extensão ( $r=-0,0797$ ;  $P=0,000$ ) e potência média na flexão ( $r=-0,795$ ;  $p=0,000$ ). Melhores níveis de atividade física relacionam-se, contudo, com uma maior severidade da DVC ( $r=-0,48$ ;  $p=0,03$ ). Não foram encontradas outras correlações significativas.

Conclusão: Indivíduos adultos com DVC mais ativos fisicamente e com maior amplitude de movimento do joelho parecem ter menor disfunção hemodinâmica da BMV; e a severidade da DVC parece agravar com o comportamento sedentário. Pessoas mais velhas com DVC tendem a ter menos força nos músculos do joelho. Os efeitos da atividade física associada à utilização de meias de compressão deverá ser estudada nesta população.

**Keywords // Palavras-chave:** Bomba muscular venosa; Doença venosa Crónica; Força muscular do joelho; Atividade Física.

## AGE.C-34583

### A importância do estudo de RAM numa população vulnerável

Ana Catarina Coelho - FCS UBI

Cristina Monteiro - FCS-UBI

Maria da Assunção Vaz Patto - FCS UBI

#### Abstract // Resumo:

Introdução: Nos últimos anos, tem-se observado um aumento no uso de antidepressivos, o que é preocupante, visto que, assim como outros medicamentos, os antidepressivos também podem apresentar respostas prejudiciais e não intencionais. Objectivo: Este estudo teve como objetivo caracterizar todas as suspeitas de Reações Adversas a Medicamentos (RAMs) relacionadas com o uso de antidepressivos notificadas ao Sistema Nacional de Farmacovigilância entre janeiro de 2010 e dezembro de 2020 e comparar os resultados obtidos na população adulta dos 18 aos 64 anos e na população idosa população com 65 anos ou mais. Métodos: Vários parâmetros foram considerados, como faixa etária e sexo dos indivíduos, grupo farmacológico envolvido, gravidade e tipo de notificador. Resultados: Das 751 notificações, 496 diziam respeito à população adulta; as 255 notificações restantes correspondiam à população idosa. As RAM relatadas afetaram mais o sexo feminino em ambas as faixas etárias. Os Inibidores Seletivos da Recaptação da Serotonina foram os principais responsáveis pelos casos notificados na população adulta, enquanto os Antidepressivos Tricíclicos foram responsáveis pela maioria das RAMs notificadas na população idosa. Para ambas as faixas etárias, também houve maior predominância de casos graves. Os Autores de Introdução no Mercado foram os principais notificadores dos casos registrados na população adulta; na população idosa, médicos e farmacêuticos foram mais ativos no ato de notificar. Conclusão: Assim, face aos resultados obtidos, chamamos a atenção para a importância da notificação das RAM e sugerimos que avancemos no sentido de incluir os idosos nos ensaios clínicos, de forma a perceber como os medicamentos afetam esta faixa etária após a sua utilização na vida real.

**Keywords // Palavras-chave:** Reações adversas à Medicação (RAM), farmacovigilância, antidepressivos.

## AGE.C-44142

### O Perfil do Utente Residente em Estrutura Residencial para Pessoas Idosas no Concelho do Sabugal: Avaliação da qualidade de vida do idoso

Pedro Ferreira - FCS-UBI

Nuno Cardoso Pinto - FCS-UBI

Maria da Assunção Vaz Patto - FCS-UBI

Rosa Marina Afonso - DCSH-UBI

#### Abstract // Resumo:

**Introdução:** O processo de institucionalização acarreta inúmeras mudanças nas rotinas e ambientes do idoso, indivíduo que, em virtude da sua idade, tende a apresentar maiores índices de dependência e fragilidade e que é, frequentemente, acometido por múltiplas patologias. Desta feita, o foco das estruturas residenciais para pessoas idosas (ERPIs), de assegurar um mais fácil processo de adaptação e garantir um serviço de qualidade para uma maior qualidade de vida dos utentes durante a sua estadia, não é uma tarefa isenta de obstáculos. Com uma abordagem holística, é possível uma mais correta avaliação deste "health outcome" fulcral, a qualidade de vida no idoso institucionalizado, no qual a bibliografia existente é ainda escassa.

**Materiais e métodos:** Conduzimos um estudo observacional descritivo nas ERPIs do concelho do Sabugal (n=21), procedendo à avaliação de 350 idosos nelas residentes, selecionados de forma aleatória, mediante a caracterização sociodemográfica e clínica, a aplicação de escalas de avaliação geriátrica, a mensuração de parâmetros bioquímicos e a realização de exame objetivo sumário. Efetuámos igualmente a descrição das ERPIs atendendo às suas características estruturais e processuais. Os resultados obtidos foram analisados qualitativa e quantitativamente com recurso a software estatístico adequado.

Os resultados encontrados demonstram a necessidade de melhorar a qualidade das instituições, de repensar as instituições e de melhorar a vida dos cuidadores formais

**Discussão:** Recomendamos a aplicação seriada e sistemática das escalas de avaliação e rastreio geriátrico aos utentes das ERPIs, a formação contínua dos profissionais que nelas trabalham, o investimento em programas de reabilitação motora e cognitiva, bem como a aposta em atividades lúdico-recreativas mais diversificadas e frequentes a fim de promover um envelhecimento de qualidade.

**Keywords // Palavras-chave:** Gerontologia, ERPI, Qualidade de Vida, Lares.

## AGE.C-46070

### Geriatric Assessment Instruments

Carlos Manuel Leitão Maia - Instituto Politécnico de Castelo Branco / Age.Comm

Marisa Regina Reduto Santos Barbeira - Instituto Politécnico de Castelo Branco / Age.Comm

#### Abstract // Resumo:

GERIATRIC ASSESSMENT INSTRUMENTS

Carlos Maia<sup>1</sup>, Marisa Barbeira<sup>1</sup>

<sup>1</sup> AGE.COMM/ ESALD/ IPCB

Population aging is currently a global trend that has brought new challenges in terms of health promotion and disease prevention, given that the needs of a mostly young adult population are

very different from those of an increasingly aging population. In this sense, it is important to accurately know the health status of the elderly and their problems through an efficient and complete geriatric assessment. The objective of this study was to synthesize in the literature the main instruments of global geriatric assessment (GGA) in the physical, mental, social and functional dimensions. A systematic literature search strategy was developed in several electronic scientific databases. The main instruments in physical assessment are related to physical capacity, gait and balance and nutrition status. Mental assessment is performed using cognitive and affective measurement instruments. In the field of social assessment, family, habitat, economic resources and social support networks are important. In terms of functional assessment, the instruments assess the autonomy and independence of the elderly. There are many instruments used to assess the referred capacities. Their use should take into account the fact that they are simple, reliable, easy to perform, take little time and are well accepted by the elderly. As the AGG is a multidisciplinary assessment, it requires a team made up of a group of professionals with the aim of establishing and coordinating care plans, services and interventions that respond to the problems of the elderly.

**Keywords // Palavras-chave:** elderly, geriatric assessment tools, multidisciplinary assessment.

## **AGE.C-48156**

### **Sentimento de solidão nos idosos: um estudo concelhio.**

Sónia Mafalda Pereira Ribeiro - Instituto Superior Miguel Torga

Solange Custódio - Santa Casa da Misericórdia de Vagos

Inês Martinho - Santa Casa da Misericórdia de Vagos

#### **Abstract // Resumo:**

**Objetivos:** A solidão é a percepção de que a qualidade e quantidade de relacionamentos reais não corresponde à desejada (Perlman & Peplau, 1984), sendo comum em idosos (Holt-Lunstad, 2017; Marques, 2016). Tal facto prende-se com a “diminuição dos recursos económicos e sociais, à maior probabilidade de limitações funcionais e cognitivas, à vivência da morte dos cônjuges, dos entes queridos e amigos, e à existência de mudanças nas estruturas familiares” (Henriques & Dias, 2020, p. 146). O sentimento de solidão tem um impacto negativo no bem-estar e na qualidade de vida das pessoas (Tomás et al., 2019; Romão, 2016). É, pois, o principal objetivo deste estudo analisar o sentimento de solidão dos idosos, no caso concreto de um concelho do litoral (Vagos).

**Metodologia:** A abordagem é quantitativa e utiliza uma amostra por conveniência, de 50 pessoas residentes no concelho de Vagos, com idades compreendida entre os 60 e os 89 anos. Cerca de 60% da amostra pertence ao género feminino e cerca de 51% são casados, seguidos de viúvos 32.7%.

**Resultados e Discussão:** No presente estudo, sensivelmente 30,6% dos idosos afirmam viver sozinhos e 25% vivem com os conjugues, também envelhecidos. Também cerca de 25% dos inquiridos referiu estar sozinho durante o dia, aumentado o valor para 35% relativamente ao período da noite. Perto de 10% refere não ter a quem pedir ajuda em caso de urgência. Quanto ao tipo de ajuda/apoio que consideram mais importante, 65,3% referem o apoio afetivo e 57% apresentam sentimentos de solidão, sendo que 25% referem como a sua maior preocupação a solidão e a falta de apoio.

Conclusões: Posto isto, considera-se fundamental o desenvolvimento de uma intervenção concelhia que seja eficaz na diminuição da vulnerabilidade dos idosos à solidão, aumentando a possibilidade de envelhecer em comunidade.

**Keywords // Palavras-chave:** Solidão; Idosos; Vulnerabilidade.

## **AGE.C-52160**

### **Alterações ventilatórias em trabalhadores da indústria corticeira**

Carla Sónia Santos Sousa - Instituto Politécnico Castelo Branco / Escola Superior Saúde Dr. Lopes Dias

Lucinda Sofia Almeida Carvalho - Instituto Politécnico Castelo Branco / Escola Superior Saúde Dr. Lopes Dias / Age.Comm

Alexandre Pereira - Instituto Politécnico Castelo Branco / Escola Superior Saúde Dr. Lopes Dias / Centro Hospitalar Cova da Beira

#### **Abstract // Resumo:**

**Introdução:** A suberose é uma doença ocupacional pulmonar prevalente no norte de Portugal consequência da exposição ao pó e bolor da cortiça. Estudos revelam uma incidência de 9 a 19% entre os trabalhadores desta indústria. A avaliação e vigilância desses trabalhadores são importantes, e a espirometria é um exame acessível e de fácil realização que permite uma avaliação primária eficaz.

**Objetivo:** avaliar a função respiratória de trabalhadores da indústria corticeira, considerando o tempo e a severidade da exposição ao pó/bolor da cortiça, e identificar possíveis alterações no padrão espirométrico.

**Materiais e Métodos:** A amostra foi recolhida na indústria corticeira, sendo constituída por 40 indivíduos, 29 homens e 11 mulheres.

Foram utilizados dois questionários: um para dados sociodemográficos, antropométricos, profissionais, tabagismo, sintomas e/ou doenças respiratórias, uso de máscara e terapêutica farmacológica; o segundo para variáveis complementares à espirometria.

Foram executadas no mínimo três espirometrias a cada participante, sendo as mesmas realizadas e analisadas tendo em conta os critérios da American Thoracic Society.

**Resultados:** verificou-se, aquando da análise do tempo de exposição à cortiça com as alterações ventilatórias ocorridas, verificou-se que existia relação estatisticamente significativa (p-value=0,028).

No entanto, relacionando o tipo de exposição com as alterações ventilatórias, constatou-se que apesar de não existir relação estatística, persistia um p-value marginal.

Na avaliação do uso de máscara e presença de sintomatologia com a ocorrência de alterações ventilatórias, não se verificou relação estatística significativa.

**Conclusão:** Conclui-se que quanto maior o número de anos de exposição, maior será a possibilidade de ocorrerem alterações a nível ventilatório, nomeadamente a nível do Índice Tiffeneau e do Débito Expiratório Máximo 25/75.

Este trabalho contribui para a sustentabilidade dos trabalhadores, ambiente e saúde, fornecendo informações relevantes para a implementação de medidas de proteção, prevenção e promoção da saúde respiratória dos trabalhadores da indústria corticeira, resultando em benefícios tanto para os trabalhadores quanto para o meio ambiente.

**Keywords // Palavras-chave:** Suberose; Exposição à Cortiça; Espirometria.

## AGE.C-54539

### Physical capacity in young, mature, and middle-aged adults with achondroplasia

Inês Alves - University of Évora

Orlando Fernandes - University of Évora

Sofia Tavares - University of Évora

Maria António Castro - Leiria Polytechnic

#### Abstract // Resumo:

##### INTRODUCTION

Achondroplasia is a rare skeletal dysplasia causing disproportional short stature. Final adult height is -6.0 standard deviation score in both genders. People with achondroplasia frequently face multiple medical complications and physical challenges, as obesity. There is limited understanding and evidence on factors influencing physical activity capacity among this population.

##### AIMS

Characterization of functional exercise capacity of young adults, mature and middle-aged adults with achondroplasia using the 6-min walking test (6MWT).

##### METHODOLOGY

A sample of 16 adults with achondroplasia, 10 women and 6 men, were divided in 3 groups according to age range: Young adults: 18-25yo (G1) with 5 participants; Mature adults: 26-44yo (G2) with 6 participants and middle-aged adults: 45-59yo (G3) with 5 participants. G1 had a mean weight of  $49.1 \pm 12.4$  kg and mean height of  $126 \pm 14.3$  cm; G2 with a mean weight of  $54.4 \pm 17.7$  kg and mean height of  $129.0 \pm 14.9$  cm; and G3 with a mean weight of  $57.6 \pm 13.9$  and mean height of  $120 \pm 8.9$  cm. A multiple linear regression model for the 6MWT included age, height, weight.

##### RESULTS

The mean  $\pm$  SD for 6MWT in the age groups was of  $418 \pm 78$  m (G1),  $388 \pm 115$  m (G2) and  $384 \pm 59.5$  m (G3). The 6MWT test was set the dependent variable with weight and height as predictors in relation to age groups. The combination of predictors was significantly related to 6MWT with a large adjusted  $R^2$  (0.652). Weight ( $-0.62$ ,  $p < 0.014$ ) was a strong and negative predictor of 6MWT while height ( $0.903$ ,  $p < 0.001$ ) was a strong and positive predictor of 6MWT, with no multicollinearity. The difference between age groups, G2 ( $-0.317$ ,  $p < 0.469$ ) and G3 ( $0.385$ ,  $p < 0.435$ ) was not statistically significant.

##### CONCLUSIONS

A younger age and reduced weight are good physical capacity indicators while increased weight and a shorted stature represented added challenges for walking distance capacity, most likely, higher height is associated with a longer stride, resulting in a longer distance traveled. Strategies to stimulate physical activity within with population, may positively reflect in an improved physical capacity and weight reduction.

**Keywords // Palavras-chave:** Walking distance, obesity, fitness.

**Associações entre restrição à participação auditiva e as fragilidades física, cognitiva e social em pessoas idosas: um estudo transversal**

Ruana Danielli da Silva Campos - UFSCar

Marisa Silvana Zazzetta - UFSCar

Henrique Potti Junior - UFSCar

Fabiana de Souza Orlandi - UFSCar

Karina Gramany Say - UFSCar

Isabela Thais Machado de Jesus - UFSCar

Sofia Cristina Iost Pavarini - UFSCar

Grace Angélica de Oliveira Gomes - UFSCar

Ariene Angelini dos Santos Orlandi - UFSCar

Letícia Pimenta Costa-Guarisco - UFSCar

**Abstract // Resumo:**

Objetivo: verificar a associação entre a restrição à participação relacionada às perdas auditivas e as fragilidade física, cognitiva e social em pessoas idosas. Método: Análise transversal realizada com 238 pessoas idosas que participaram de um estudo sobre fragilidade em um contexto de vulnerabilidade social. A fragilidade física foi avaliada segundo os cinco critérios do Fenótipo de Fragilidade de Fried, a fragilidade cognitiva foi caracterizada pela presença simultânea da fragilidade física e do declínio cognitivo indicado pelo Mini Exame do Estado Mental -MEEM), e a fragilidade social foi avaliada pelo índice de Makizako com cinco questões de domínios sociais. O questionário Hearing Handicap Inventory for the Elderly - Screening version - HHIE-S foi aplicado para quantificar a restrição à participação relacionada às dificuldades auditivas. Variáveis sociodemográficas, de saúde, cognição e restrição à participação auditiva (total, escalas emocional e social) foram estudadas segundo as fragilidades física, cognitiva e social, que assumiram o papel de variável resposta. Foram realizadas análises estatísticas de comparação de grupo e regressão logística binária para conhecer as variáveis explicativas associadas aos três tipos de fragilidade. Resultados: A restrição à participação auditiva se mostrou relacionada às fragilidades física ( $p<0,00$ ), cognitiva ( $p=0,02$ ) e social ( $0,02$ ). O estudo da regressão logística binária multivariada mostrou que a restrição à participação referente aos aspectos emocionais da perda auditiva foi fator preditor apenas da fragilidade física ( $OR= 1,10$  e  $p=0,05$ ), juntamente com a maior idade, menor escolaridade e presença de comorbidades. Para a fragilidade cognitiva as únicas variáveis explicativas associadas foram a idade e a presença de comorbidades e, para a fragilidade social, a presença de alterações cognitivas. Conclusão: pessoas idosas com restrição à participação auditiva, principalmente com prejuízos emocionais, possuem maior chance de serem frágeis ou pré-frágeis, sendo que quanto maior a restrição à participação auditiva maior a probabilidade de fragilidade física.

**Keywords // Palavras-chave:** Envelhecimento. Idoso. Fragilidade. Perda auditiva.

**Percepção de pessoas idosas em situação de vulnerabilidade social sobre as repercussões de um programa de atividade física comunitário**

Saulo Vasconcelos Rocha - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Lélia Renata Carneiro Vasconcelos - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Guilherme Furtado - Instituto Politécnico de Coimbra

Natália Nascimento Silva - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Milena Fernandez Dias - Secretária de Educação do Distrito Federal

Bruna Maria Palotino Ferreira - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Ariani França Conceição - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Clarice Alves dos Santos - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Carolina Rego Chaves Dias - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

**Abstract // Resumo:**

O objetivo do presente estudo foi avaliar a percepção dos idosos sobre a repercussão de um programa de atividade física no estado de saúde. Trata-se de um estudo de intervenção do tipo ensaio comunitário realizado no ano de 2022 com idosos cadastrados em uma Unidade de Saúde da Família e que viviam em bairros periféricos do município de Jequié-Bahia, Brasil. Foram incluídos vinte indivíduos com idade igual ou superior a 60 anos (Média de  $71,75 \pm 6,85$  anos) de ambos os sexos, que não tinham sido diagnosticados com o vírus SARS-CoV-2 nos últimos três meses e com o esquema de vacinação contra o vírus SARS-CoV-2 completa. Foi construído um protocolo de intervenção baseado no Programa VAMOS (Vida Ativa Melhorando a Saúde) e envolveu sessões quinzenais de intervenções que contavam com grupos de discussão sobre a importância da adoção de um estilo de vida saudável, sessões de atividades recreativas e de alongamento com por um período de oito semanas. Para verificar a percepção dos idosos sobre o Programa de Mudança de Comportamento, foi empregada a técnica de grupo focal (GF). Na análise dos dados, foi utilizado o método de Análise de Conteúdo de Bardin com o auxílio do software Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires (IRAMUTEQ), versão 0,7 alpha 2. Os resultados mostraram que as "Mudanças na saúde geral", com 24 segmentos de texto (ST), representou 23,08 % das palavras do conjunto, ocupando o primeiro lugar de todo o corpus em termos de tamanho. Os idosos relataram que houve mudanças positivas no estado de saúde após a ação, como menor necessidade de tomar medicamentos, maior facilidade para caminhar e melhora no sono. Nesse sentido, constata-se que um programa de atividade física comunitária de curta duração pode repercutir positivamente no estado de saúde de idosos em situação de vulnerabilidade social.

**Keywords // Palavras-chave:** atividade física, sustentabilidade, idosos, saúde do idoso.

**O Perfil do Idoso Residente em Estrutura Residencial para Pessoas Idosas no Concelho do Sabugal: Patologias Agudas, Crónicas e Farmacoterapia**

Mariana Oliveira - FCS UBI

Nuno Pinto - FCS-UBI

Rosa Marina Afonso - DCSH-UBI

Maria da Assunção Vaz Patto - FCS UBI

**Abstract // Resumo:**

**Introdução:** As patologias agudas, crónicas e a farmacoterapia são elementos significativos na vida dos idosos institucionalizados. Os padrões de multimorbilidade altamente prevalentes na população idosa institucionalizada requerem uma abordagem terapêutica abrangente, sendo extremamente frequente o recurso às terapêuticas farmacológicas. A farmacoterapia desempenha, portanto, um papel crucial no controlo e gestão do risco de patologias que acometem os idosos, afigurando-se como fulcrais à promoção da sua qualidade de vida. No entanto, desafios como a polifarmácia, as interações medicamentosas, as reações adversas e as relações custo-benefício precisam de ser considerados. Destarte, é necessário compreender melhor as patologias agudas, crónicas e a farmacoterapia em idosos institucionalizados, visando melhorar os padrões de cuidado e a qualidade de vida desta população.

**Materiais e métodos:** Conduzimos um estudo observacional descritivo nas ERPIs do concelho do Sabugal (n=21), procedendo à avaliação de 350 idosos nelas residentes, selecionados de forma aleatória, mediante a caracterização sociodemográfica e clínica, a aplicação de escalas de avaliação geriátrica, a mensuração de parâmetros bioquímicos, a consulta e revisão do seu prontuário terapêutico e a realização de exame objetivo sumário. Efetuámos igualmente a descrição das ERPIs atendendo às suas características estruturais e processuais. Os resultados obtidos foram analisados qualitativa e quantitativamente com recurso a software estatístico adequado.

**Resultados:** os nossos dados permitem uma visão abrangente da medicação e do apoio em saúde do idoso institucionalizado em ERPI do Concelho do Sabugal

**Discussão:** Recomendamos a adoção de mecanismos de revisão dos prontuários terapêuticos dos idosos institucionalizados, a formação contínua das equipas multidisciplinares que os acompanham, a promoção da literacia em saúde dos próprios idosos e dos profissionais das ERPIs e a adoção de medidas preventivas que diminuam a incidência das doenças agudas mais frequentes e dos episódios de agudização das patologias de base mais prevalentes.

**Keywords // Palavras-chave:** Idoso, Institucionalização, ERPI, Patologias, Farmacoterapia.

**Teste de adaptabilidade da marcha em esteira com alvos de passos imprevisíveis para avaliar o risco de queda**

Mariana Ignácio Sossai - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

João Vitor Businaro Florido - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Maria Joana Duarte Caetano - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Letícia Teodoro Maciel - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Mariana de Melo Luiz - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Karina Gramani-Say - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Juliana Hotta Ansai - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

**Abstract // Resumo:**

Objetivos: avaliar a viabilidade do uso de um teste de adaptabilidade da marcha em esteira (T-GAT) e investigar a relação entre o desempenho da adaptabilidade da marcha e a capacidade cognitiva em adultos residentes na comunidade. Métodos: Um estudo transversal foi conduzido entre 14 adultos residentes na comunidade entre 20 e 59 anos, recrutados no banco de dados de voluntários da Neuroscience Research Australia (NeuRA). Os participantes precisavam corresponder a passos imprevisíveis enquanto caminhavam em uma esteira. O Trail-Making Test e o Stroop Color-Word Test-versão Victoria foram utilizados para avaliar a flexibilidade cognitiva e o controle inibitório das funções executivas. Resultados: A amostra não apresenta ocorrência de episódios de quedas no ano anterior à realização da avaliação. Os alvos de acerto e erro foram divididos em três escalas, 100%, 50% e <50% (igual ou menor que 50), com prevalência de alcance pela maioria dos participantes de acerto em 100% ao longo de três tentativas de 80 segundos em velocidade padrão (1.1m/s). Globalmente a amostra apresentou um bom desempenho no Trail Making Test (23,72±32,07) e também no teste Vic Stroop (1,08s). Conclusão: O teste de adaptabilidade da marcha é adequado para pessoas idosas ao ser baseado em estudos prévios com experiências bem-sucedidas em um percurso no chão, o que se traduziu para a esteira indicando possibilidades além do que um percurso permitiria. A amostra jovem-adulta com perfil cognitivo preservado conseguiu atingir os alvos de forma satisfatória através da adaptação da marcha. Novos estudos devem investigar a correlação entre o desempenho da marcha e os perfis cognitivos, comprometidos ou não, e como isso se desenvolve com a idade.

**Keywords // Palavras-chave:** quedas; testes em esteira; cognição; testes cognitivos; envelhecimento.

**O impacto da satisfação das necessidades psicológicas na sustentabilidade e adesão à prática de atividade física em idosos residentes na ilha terceira, açores**

Adriana Caldo Silva - Centro de Investigação Desporto e Atividade Física (UID/PTD/04213/2020) da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEF-UC), Portugal.

Bruna Maria Palotino-Ferreira - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Departamento de Saúde II

Felipe de Oliveira Mendonça - Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG)

Saulo Vasconcelos Rocha - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Departamento de Saúde II, Av. José Moreira Sobrinho, s/n - Jequiezinho, 45205-490 Jequié, Bahia, Brasil.

José Pedro Ferreira - Centro de Investigação Desporto e Atividade Física (UID/PTD/04213/2020) da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEF-UC), Portugal.

Guilherme Eustáquio Furtado - Instituto Politécnico de Coimbra, Instituto de Investigação Aplicada Centro de Estudos de Recursos Naturais, Ambiente e Sociedade (CERNAS), Instituto Politécnico de Coimbra

**Abstract // Resumo:**

Introdução: Com o envelhecimento da população, a promoção de uma vida ativa e saudável para os idosos tornou-se uma questão relevante. Nesse contexto, a satisfação das necessidades psicológicas tem sido reconhecida como uma importante estratégia para promover a manutenção da prática de atividade física (AF) ao longo do tempo em idosos. Objetivos: verificar o impacto da satisfação das necessidades psicológicas na sustentabilidade e adesão à prática de atividade física em idosos residentes na ilha terceira, açores. Métodos: Participaram do estudo 78 idosos de ambos os sexos, com idades compreendidas entre 50 e 80 anos. Foram recolhidos dados dos participantes que vivem em 10 freguesias, que participam com regularidade num programa de AF multicomponente, nas instalações da Câmara Municipal dos Açores. Foram recolhidos os seguintes dados: i) aptidão física-funcional: ii) avaliação de saúde global: medicação, comorbidades, iv) avaliação das necessidades psicológicas à prática de exercício, motivação extrínseca, regulação do comportamento em contextos de atividade física e qualidade de vida relacionada à saúde Resultados: Verificou-se que as pessoas que praticam três vezes ou mais durante a semana apresentam maiores níveis motivação e relataram maior satisfação das necessidades psicológicas relacionadas À AF. Conclusão: A promoção da AF e o bem-estar dos idosos contribuem para uma sociedade mais saudável e sustentável, ao mesmo tempo em que enfatizam a importância de criar ambientes propícios para a prática de exercícios. Neste sentido, Os resultados deste estudo podem ser relacionados aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU, em particular ao ODS 3 - Saúde e Bem-Estar, e ao ODS 11 - Cidades e Comunidades Sustentáveis.

**Keywords // Palavras-chave:** Mudança de comportamento, adesão à atividade física, Intervenções comunitárias, Comunidades saudáveis e sustentáveis.

## AGE.C-71863

### Teorías Biológicas del Envejecimiento

Marisa Regina Reduto Santos Barbeira - AGE.COMM-IPCB, Portugal

Paulo Miguel Fonseca Santos - ESALD-IPCB, Portugal

Pedro Javier Camello Almaraz - Universidade da Extramadura, Espanha

Maria Cristina Camello Almaraz - Universidade da Extramadura, Espanha

#### Abstract // Resumo:

El proceso de envejecimiento se caracteriza por ser continuo, irreversible y universal, e implica la ocurrencia de diversas alteraciones en el organismo que repercuten en las dimensiones biológica, psicológica, social y psicosocial del individuo. Se entiende por envejecimiento biológico la incapacidad progresiva del organismo, es decir, la pérdida de funcionalidad y adaptación o resistencia debida a la edad y al mantenimiento de los procesos homeostáticos. En un intento por comprender el proceso de envejecimiento en términos biológicos, el objetivo de este estudio fue resumir en la literatura las tendencias de investigación relacionadas con las principales teorías biológicas del envejecimiento. Se desarrolló una estrategia sistemática de búsqueda bibliográfica en varias bases de datos científicas electrónicas. Los estudios revelan que las perspectivas biológicas actuales sobre el envejecimiento se organizan en dos corrientes: teorías genéticas y teorías estocásticas. Las teorías genéticas enfatizan el papel determinante de los genes en el proceso de envejecimiento, mientras que las teorías estocásticas conciben el envejecimiento como la acumulación aleatoria de daños en moléculas vitales, que provocan deterioro del organismo, declive fisiológico y pérdida de funcionalidad. Se concluye que ambos enfoques carecen de pruebas definitivas, con dudas sobre su influencia y las formas en que interactúan. Asimismo, considerando la naturaleza de los procesos descritos en las diferentes propuestas teóricas, existe una variedad de mecanismos que podrían, posiblemente, retrasar el proceso de envejecimiento celular, cuyas influencias repercutirían positivamente en el proceso de degeneración celular en el sentido de la potencial mantenimiento de la armonía de funciones entre los sistemas orgánicos.

**Keywords // Palavras-chave:** envejecimiento biológico, teorías genéticas del envejecimiento, teorías estocásticas del envejecimiento.

## AGE.C-74537

### Dados de quedas de pessoas idosas caidoras submetidas a gestão de casos em um ensaio clínico randomizado: resultados parciais.

Mariana Ignácio Sossai - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Camila Bianca Falasco Pantoni - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Mariana Luiz de Melo - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Letícia Teodoro Maciel - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Graziele Norberto Pereira - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Karina Gramani-Say - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Juliana Hotta Ansai - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

**Abstract // Resumo:**

Objetivos: Verificar os dados de quedas de pessoas idosas caídas participantes de um estudo com intervenção de gestão de casos após 6 meses de acompanhamento, comparando-as a um grupo controle. Metodologia: Trata-se de resultados parciais de um ensaio clínico randomizado controlado e unicêntrico, paralelo e unicego com dois grupos (intervenção = GI e controle = GC) e executado de forma remota e on-line pelo Programa Multidisciplinar e Assistencial de Gestão de Quedas para Idosos Caídos (MAGIC). A intervenção principal (proposta de gestão de casos) foi implementada no GI e perdurou por 16 semanas. Paralelo a isso, o GC recebeu telefonemas mensais para rastreio da saúde e monitoramento das quedas. Entretanto, os dois grupos foram acompanhados até o final do programa, que teve duração de 12 meses. Resultados: Participaram 56 voluntários, 29 do GI (89,7% do sexo feminino, média de idade de 72,86 anos) e 27 do GC (88,9% do sexo feminino, média de idade de 73,59 anos). Até o 6º mês, o GI apresentou 12 indivíduos que caíram no período (23,5%) e o GC 17 (33,3%) ( $p=0.034$ ). Em relação às quedas lesivas, o GI dispôs de 2 (3,9%) e o GC 6 (11,8%) ( $p=0.109$ ). Quanto às consequências, ambos grupos obtiveram 1 participante com luxação (2%) e 1 com escoriações/sangramentos (2%). Em relação as dores, o GI teve 1 participante (2%) e o GC 2 (3,9%) ( $p=0.939$ ). Sobre os gastos financeiros, o GI apontou 4 indivíduos (7,8%) e o GC 3 (5,9%) ( $p=0.725$ ). Discussão/Conclusões: Com base nos resultados, foi possível identificar que durante 6 meses de acompanhamento o grupo submetido à gestão de casos apresentou resultados mais positivos, pois obteve menor número de quedas e suas consequências, quando comparado ao GC.

**Keywords // Palavras-chave:** Acidentes por quedas; Idoso; Saúde do idoso; Gestão de riscos.

**AGE.C-76190****Resistência cardiorrespiratória e hemodinâmica da bomba muscular na doença venosa crônica durante o envelhecimento**

Rute Sofia dos Santos Crisóstomo - ESALD - IPCB / Age.Comm

Abel Maria Agostinho de Lima Rodrigues - ESALD - IPCB / Age.Comm

João Pedro Sabina dos Santos Valente - ESALD - IPCB

Mágui Reis Ferreira - ESALD - IPCB

**Abstract // Resumo:**

Objetivo: Explorar a relação entre a hemodinâmica da bomba muscular venosa (BMV) da perna, com os níveis de atividade física e com a resistência cardiorrespiratória, em indivíduos com Doença Venosa Crônica (DVC).

Métodos: Foi realizado um estudo exploratório, transversal. Foram avaliados 21 participantes adultos com DVC, 17 do sexo feminino e 4 do masculino, com idades entre os 42-85anos. Foi preenchida uma ficha de caracterização; avaliada a funcionalidade da hemodinâmica da BMV da perna, por fotopletiografia (BITalino) e calculado: volume e tempo de reenchimento, fração de ejeção após 1 elevação do calcanhar, volume residual, fração do volume residual e Índice de enchimento venoso após 10 elevações do calcanhar; o nível de atividade física pelo International Physical Activity Questionnaire, a resistência cardiorrespiratória, pelo Teste de Marcha de 6 Minutos (T6MM) e severidade da DVC pelo Venous Clinical Severity Score. Posteriormente foi calculada a relação entre a hemodinâmica da BMV com os níveis de atividade física e resistência

cardiorrespiratória. Foram avaliadas ainda as relações entre a severidade da DVC, com alguns fatores de risco (idade e sedentarismo) e atividade física nestes indivíduos.

Resultados: Um menor nível de atividade física de adultos com DVC relaciona-se com um índice de enchimento venoso mais elevado ( $r=-0,54$ ;  $p=0,04$ ); uma maior Fadiga Final (T6MM), e maior sedentarismo relaciona-se com maior severidade da DVC ( $p<0,05$ ). Melhores níveis de atividade física relacionam-se, contudo, com uma maior severidade da DVC ( $r=-0,48$ ;  $p=0,03$ ). Não foram encontradas outras correlações significativas.

Conclusão: Indivíduos adultos com DVC com baixo de atividade física parecem apresentar uma pior hemodinâmica da BMV. A severidade da DVC parece agravar com o comportamento sedentário e com a redução da resistência cardiorrespiratória destes indivíduos. Os efeitos da atividade física associada à não utilização de meias de compressão e a severidade da doença deverá ser estudada nesta população.

**Keywords // Palavras-chave:** Bomba muscular venosa; Doença venosa Crônica; Resistência Cardiorrespiratória; Atividade Física.

## AGE.C-78666

### **Restrição à Participação Auditiva: Estudo da autopercepção de saúde, de suporte social e de qualidade de vida da pessoa idosa**

Anna Clara Simon Landim Silveira - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Sofia Iost Pavavini - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Grace Angélica de Oliveira Gomes - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Marisa Silvana Zazzetta - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Fabiana de Souza Orlandi - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Ariene Angelini dos Santos Orlandi - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Isabela Thais Machado de Jesus - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Karina Gramani Say - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Letícia Pimenta Costa-Guarisco - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

#### **Abstract // Resumo:**

Objetivo: Verificar a associação entre a restrição à participação auditiva e a autopercepção da saúde, do suporte social e da qualidade de vida em pessoas idosas. Método: Estudo com delineamento transversal, observacional, descritivo e com abordagem quantitativa dos dados. Foi utilizado um banco de dados com informações coletadas em 2017 e 2018 no domicílio de 238 pessoas cadastradas em cinco unidades de Estratégia de Saúde da Família com características de vulnerabilidade social, provenientes de um município brasileiro de médio porte. Utilizou-se as informações sociodemográficas (sexo, idade, anos de escolaridade, renda e estado civil), de saúde (presença de comorbidades autodeclaradas como hipertensão arterial, diabetes, câncer, histórico de AVC) e os resultados dos questionários que investigam a restrição à participação relacionada à perda auditivas (Hearing Handicap Inventory for the Elderly Screening Version - HHIE-S), o suporte social (Escala de Apoio Social do MOS), a Avaliação Subjetiva de Saúde e a qualidade de vida (Short-Form 6 dimensions- SF-6D). Comparou-se os grupos com restrição e sem restrição à participação auditiva segundo as variáveis sociodemográficas, de saúde, suporte social e qualidade de vida. Um método de regressão logística binária multivariado foi utilizado

para avaliar as associações entre as variáveis independentes e a restrição à participação auditiva. Resultados: O grupo com restrição à participação é mais velho ( $p<0,008$ ), possui menor qualidade de vida ( $p<0,041$ ) e pior autopercepção de saúde. Esta se mostrou ser o único preditor da restrição à participação auditiva ( $OR=0,85$ ;  $IC\ 95\%= 0,72 - 0,99$ ). Conclusão: A restrição à participação auditiva está associada a uma pior autopercepção de saúde. O estudo revela a importância de avaliar a autopercepção dos indivíduos quanto às questões biopsicossociais, além de considerar o contexto ambiental para a compreensão dos impactos sociais e emocionais da perda auditiva.

**Keywords // Palavras-chave:** Hearing Loss. Social Support. Quality of Life. Self-perception of Health.

## AGE.C-83219

### Qualidade do sono em Combatentes de guerra

Patrícia Andrade - Instituto Politécnico Castelo Branco / Escola Superior Saúde Dr. Lopes Dias

Lucinda Sofia Almeida Carvalho - Instituto Politécnico Castelo Branco / Escola Superior Saúde Dr. Lopes Dias / Age.Comm

António Correia - Coordenador-geral do CEAMPS / Liga dos Combatentes

Alexandre Pereira - Centro Hospitalar Cova da Beira / Instituto Politécnico de Castelo Branco / Escola Superior Saúde Dr. Lopes Dias

#### Abstract // Resumo:

**Introdução:** O sono é fulcral na qualidade de vida e bem-estar do Homem. Os distúrbios de sono podem afetar negativamente o padrão de sono, especialmente em combatentes de guerra, onde são frequentemente causados por stress pós-traumático.

**Objetivo:** Investigar possíveis alterações do sono em combatentes que passaram por acontecimentos traumáticos de guerra.

**Materiais e Métodos:** Estudo transversal, realizado entre setembro de 2014 a julho de 2017. Recolheu-se na Liga dos Combatentes nos Núcleos de Abrantes, Castelo Branco, Entroncamento, Tomar e Torres Novas, após a autorização da sua realização pelo Centro de Estudos e Apoio Médico, Psicológico e Social (CEAMPS). A amostra inclui combatentes de guerra do Ultramar do género masculino, com idades compreendidas entre os 60 e 85 anos, que passaram por acontecimentos traumáticos de guerra. O protocolo foi constituído por quatro questionários: socio-demográfico, o questionário de Transtorno de Stress Pós-traumático para militares (PCL-M), Escala de Sonolência de Epworth (ESS) e o Índice de Qualidade do Sono Pittsburgh (PSQI), com o respetivo consentimento informado. Inicialmente, existiam 50 combatentes em estudo e após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 42 concluíram todas as fases do estudo. Os dados foram analisados estatisticamente no software SPSS®. Foi aplicada a correlação de Spearman para correlacionar as variáveis PSQI e PCL-M.

**Resultados:** Verificou-se uma correlação moderada positiva entre PSQI e PCL-M ( $p<0,002$ ;  $r=0,460$ ). Dos combatentes em estudo, 62% ( $n=26$ ) dos combatentes atingem valores de distúrbios do sono; 43% ( $n=18$ ) não dorme o número de horas convencionalmente determinado; 81% ( $n=35$ ) toma fármacos para adormecer; 26% ( $n=11$ ) demoram mais de 30 minutos a adormecer. Dos 42 combatentes em estudo, 15 apresentam nível de gravidade grave (44-85) no PCL-M e 11 apresentam um score  $> 50$ .

Conclusão: Com base nos resultados obtidos, conclui-se que os combatentes que passaram por eventos traumáticos de guerra apresentam alterações na qualidade do sono. Importa priorizar a identificação de distúrbios do sono após o serviço militar em zonas de combate, destacando o impacto que estes distúrbios refletem na saúde e capacidade de resposta dos combatentes.

**Keywords // Palavras-chave:** Combatentes; Qualidade do Sono; Stress Pós-traumático.

## **AGE.C-83716**

### **O Perfil do Idoso Residente em Estrutura Residencial para Pessoas Idosas no Concelho do Sabugal: Aspetos Clínicos e Estado de Saúde Atual**

Marta Fernandes - FCS\_UBI

Nuno Cardoso Pinto - FCS\_UBI

Rosa Marina Afonso - DCSH- UBI

Maria da Assunção Vaz Patto - FCS\_UBI

#### **Abstract // Resumo:**

Introdução: A transição demográfica e epidemiológica vivida pelas sociedades ocidentais espoleto, em sinergia com as profundas alterações do tecido social, a afirmação da institucionalização dos idosos como realidade incontornável do mundo desenvolvido. Assim, atendendo às projeções demográficas que preveem o agravamento do envelhecimento populacional, é extremamente pertinente compreender qual o perfil clínico dos idosos institucionalizados em contexto de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI). Pretende-se, através da realização deste estudo, identificar o estado de saúde atual dos idosos e a sua autoperceção relativamente ao mesmo e, conseqüentemente, contribuir para a mudança do paradigma da prestação de cuidados a idosos.

Materiais e métodos: Conduzimos um estudo observacional descritivo nas ERPIs do concelho do Sabugal (n=21), procedendo à avaliação de 350 idosos nelas residentes, selecionados de forma aleatória, mediante a caracterização sociodemográfica e clínica, a aplicação de escalas de avaliação geriátrica, a mensuração de parâmetros bioquímicos e a realização de exame objetivo sumário. Efetuámos igualmente a descrição das ERPIs atendendo às suas características estruturais e processuais. Os resultados obtidos foram analisados qualitativa e quantitativamente com recurso a software estatístico adequado.

Resultados: A avaliação dos idosos permite-nos uma visão global dos problemas de saúde dos idosos institucionalizados no Concelho do Sabugal

Discussão: Recomendamos a avaliação sistemática do perfil clínico de todos os residentes em ERPI de modo a proceder ao reajuste da oferta destas, a adequar as mesmas às características clínicas dos seus utentes, a promover a maximização da qualidade de vida dos idosos, a contribuir para uma adaptação menos conturbada dos idosos ao novo ambiente aquando da institucionalização e, conseqüentemente, a prevenir o aceleração do normal processo de deterioração associado ao envelhecimento.

**Keywords // Palavras-chave:** Idoso, ERPI, Institucionalização, Estado de Saúde, Envelhecimento.

## Social participation and governance // Participação social e governança

AGE.C-39144

### Envolvimento em Iniciativas de Base Comunitária e Capacidade Funcional: Estudo comparativo entre dois grupos de idosos do Município de Condeixa-a-Nova

Sofia Lurdes Rosas Silva - Instituto Politécnico de Coimbra - Escola Superior de Educação

Dina Isabel Mendes Soeiro - Instituto Politécnico de Coimbra - Escola Superior de Educação

#### Abstract // Resumo:

Os estudos na área do envelhecimento revelam que a participação dos adultos mais velhos em atividades sociais apresenta um papel protetor perante as adversidades inerentes ao processo de envelhecimento, reduzindo fatores de risco associados à incapacidade física e mental, sobretudo nas fases mais avançadas da velhice.

O presente estudo, de natureza transversal, procurou analisar os efeitos da participação em atividades de base comunitária promovidas por um município da zona centro (Condeixa), ao nível da capacidade funcional, em pessoas com mais de 56 anos. Participaram 100 sujeitos distribuídos por dois grupos: (1) Grupo de pessoas que participava em atividades promovidas pelo município (n=50); (2) Grupo que não participava nessas atividades (n=50).

Para a recolha de dados utilizaram-se: questionário sociodemográfico para caracterização da participação social e sociodemográfica; e versão portuguesa do Índice de Lawton (Sequeira, 2007), que avalia a dependência da pessoa idosa na realização de atividades de vida diária instrumentais.

Os dados obtidos foram alvo de análises estatísticas (descritivas e inferenciais), com recurso ao software SPSS.

Uma análise comparativa permitiu-nos observar uma amostra bastante homogénea, com poucas diferenças entre os dois grupos relativamente às suas características sociodemográficas (escolaridade, rendimento mensal, agregado familiar, estado civil, idade e sexo). Ao nível da capacidade funcional, apesar de o grupo que participa nas atividades sociais promovidas pelo município ter apresentado valores médios mais baixos no Índice de Lawton (mais independentes), o teste de Mann-Whitney revelou que as diferenças entre ambos os grupos não são estatisticamente significativas.

Considerando os resultados observados e as limitações do presente estudo, recomenda-se o desenho de investigação futura com recurso a amostras mais representativas (e.g. mais heterogénea) e a opção por estudos longitudinais, para se compreender se os potenciais efeitos benéficos da participação social em iniciativas de base comunitária são mais visíveis à medida que os indivíduos avançam em idade.

**Keywords // Palavras-chave:** participação social, iniciativas de base comunitária, capacidade funcional.

**Envolvimento Social e Qualidade de Vida em Adultos Mais Velhos: Um Estudo sobre Voluntariado em Saúde**

Joana Monteiro - Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto; Instituto Politécnico de Viana do Castelo

Alice Bastos - Instituto Politécnico de Viana do Castelo; RISE - Laboratório Associado

Raquel Barbosa - Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto

**Abstract // Resumo:**

**Objetivos:** O envolvimento social é considerado um aspeto central para envelhecer bem (Kahana & Kahana, 1996; OMS, 2002; Rowe & Kahn, 1997). Em particular, o voluntariado parece contribuir para a qualidade de vida (QdV; e.g., Mathews & Nazroo, 2021), sendo relevante analisar esta relação em adultos portugueses. Assim, este estudo teve como principal objetivo comparar a QdV entre voluntários em contexto de saúde e não-voluntários.

**Metodologia:** Realizou-se um estudo quantitativo com 50 voluntários em contexto de saúde, emparelhados, segundo género e grupo etário, com 50 indivíduos que não praticam esta atividade (grupo de comparação). Estabeleceu-se que todos os participantes teriam idade entre 55 e 84 anos e residiriam na comunidade. Na recolha de dados, utilizou-se: (a) Questionário Sociodemográfico e de Envolvimento Social; (b) versão portuguesa do WHOQOL-BREF (Canavarro et al., 2007).

**Resultados:** Os participantes têm, em média, 66,4 anos de idade (DP=5,67), são predominantemente mulheres (72,0%), casados (76,0%) e reformados (63,0%). A sua escolaridade (M=11,4; D =4,94 anos) e rendimentos são tendencialmente elevados (55,1% >2000€ por mês). Quanto ao voluntariado em saúde, em média, os participantes realizam esta atividade há aproximadamente uma década (M=10,8 anos; DP=8,88) e quase todos (96,0%) o fazem uma ou duas vezes por semana, numa média de 6,0 horas semanais (DP=5,13). Relativamente à QdV, os voluntários apresentam valores significativamente superiores ao grupo de comparação na QdV geral ( $t(93)=-4,14$ ,  $p<,001$ ,  $d=-0,83$ ), bem como em todos os domínios específicos - físico ( $t(97)=-2,37$ ,  $p=,020$ ,  $d=-0,47$ ); psicológico ( $t(98)=-2,95$ ,  $p=,004$ ,  $d=-0,59$ ); social ( $t(94)=-2,10$ ,  $p=,039$ ,  $d=-0,43$ ); ambiente ( $t(98)=-4,85$ ,  $p<,001$ ,  $d=-0,97$ ).

**Discussão/Conclusões:** Os resultados obtidos sugerem que a prática de voluntariado está associada a uma melhor perceção de QdV. Esta forma de envolvimento social pode ser um recurso para as políticas e práticas que visam promover processos de envelhecimento positivos, pelo que importa explorar os mecanismos e particularidades da relação entre voluntariado e QdV.

**Keywords // Palavras-chave:** Envolvimento social; voluntariado; qualidade de vida; envelhecimento.

**AgeINfuture: um consórcio para potenciar a investigação e intervenção no interior da região centro de Portugal**

Maria da Assunção Vaz Patto - FCS-UBI

Carolina Vila-Chã - IPG

Dulce Esteves - DCSH- UBI

Ermelinda Marques - IPG

Fátima Roque - IPG

Lia Araujo - IPV

Lucinda Carvalho - IPCB

Maria João Amante - IPV

Maria João Guardado Moreira - IPCB

Nuno Cardoso Pinto - FCS- UBI

Rosa Marina Afonso - DCSH-UBI

**Abstract // Resumo:**

Objetivo: Este trabalho tem como objetivo apresentar o AgeINfuture - Centro de Referência para o Envelhecimento Ativo e Saudável do Interior da Região Centro e problematizar o paradigma de envelhecimento no Interior da Região Centro (NUTS III Beira Baixa, Beiras e Serra da Estrela e Viseu-Dão Lafões). Metodologia: Criado em 2021 por quatro instituições de ensino superior do interior centro de Portugal (UBI, IPCB, IPG e IPV) este consórcio tem a missão de melhorar a saúde e a qualidade de vida da atual geração de pessoas idosas nos eixos físico, psíquico e social. Resultados: Após um primeiro ano focado no estabelecimento de parcerias (n= 74) com entidades locais com foco na área do envelhecimento, e na integração em redes nacionais (Rede Portuguesa de Envelhecimento Saudável e Ativo e Observatório Nacional do Envelhecimento) e internacionais (European Reference Site for Active and Healthy Ageing) de referência nesta área, o AgeINfuture centra-se agora na concretização do seu plano de ação, constituído pelos seguintes eixos: (i) Envelhecimento ativo e saudável, (ii) Viver bem em comunidade, (iii) Viver com qualidade de vida e (iv) Intervenções baseadas na Ciências. Discussão/Conclusões: considera-se o percurso inicial do AgeINfuture positivo, nomeadamente pelas parcerias com entidades das áreas da Governança, Comércio e Indústria, Sociedade Civil e Forças de Segurança, num contexto da Quadrupla Hélice da Inovação e pelo reconhecimento obtido na integração em redes de referência. Como trabalho futuro prevê-se o diagnóstico sociodemográfico da região de abrangência do consórcio e o desenvolvimento de I&D em áreas identificadas como desafiantes no interior de Portugal, pelo elevado índice de envelhecimento, falta de respostas, dispersão geográfica e isolamento, entre outras especificidades desta região. Prevê-se o desenvolvimento de projetos em modelos comunitários e humanitários para zonas mais remotas e envelhecidas, bem como em intervenções multidimensionais de estimulação e promoção de envelhecimento ativo.

**Keywords // Palavras-chave:** envelhecimento activo; investimento; intervenção social ; intervenção em saúde.



COMUNICAÇÕES  
COMMUNICATIONS

## Emerging and digital technologies // Tecnologias emergentes e digitais

### AGE.C-10499

#### **APIMedOLder web application for potentially inappropriate medications identification - How it has been used and what has been searched?**

Daniela A. Rodrigues - Instituto Politécnico da Guarda

Ana I. Plácido - Instituto Politécnico da Guarda

Ramona Mateos-Campos - Universidade de Salamanca

Adolfo Figueiras - Universidade de Santiago de Compostela

Maria Teresa Herdeiro - Universidade de Aveiro

Fátima Roque - Instituto Politécnico da Guarda

#### **Abstract // Resumo:**

Prescribing medication to older patients is a real challenge as many drugs are potentially inappropriate for this population. The implementation of clinical decision support systems interventions showed a positive impact on Potentially Inappropriate Medications (PIM) reduction. Therefore, we have developed an online web application offering free access to health professionals for PIM identification criteria based on the EU(7)-PIM list. The purpose of this study is to describe what users of APIMedOlder have been searching for during the last 7 months. A retrospective study was performed using data from searches carried out by users on the online website APIMedOlder between 16 November 2022 and 10 June 2023. During this period, 216 searches were made, of which 41.20% corresponded to PIM. Most of the searches were made by pharmacists (58.80%), followed by physicians (25.46%), students (13.43%), researchers (1.39%), pharmacy technicians (0.46%), and others (0.46%). The most searched drugs were omeprazole (9.52%), furosemide (4.17%), tramadol (3.70%), oxycodone (3.24%), paracetamol (3.24%), and lorazepam (3.24%). The searches made by pharmacists were mostly from the community pharmacy area (39.37%), and the most searched drugs were omeprazole (7.87%), and furosemide (6.30%). Regarding physicians, most were general practitioners (20%), and the most searched drugs were oxycodone (12.73%), and tramadol (12.73%). Searches made by students concerned mostly metformin (10.34%), and insulins (10.34%). Most students were from a pharmacy degree (79.31%). Although this web-based application is not yet widely publicized among health professionals, some searches already demonstrate its potential to reduce the prescription of PIM in older adults.

**Keywords // Palavras-chave:** potentially inappropriate medications; older adults; web application.

### AGE.C-16756

#### **Perene: um programa de photovoice com pessoas idosas sobre envelheSER**

Lia Araujo - ESEV.IPV e CINTESIS

Maria João Amante - ESEV.IPV

Alexandre Sampaio - Casa de Vilar

Ricardo Raminhos - Casa de Vilar

**Abstract // Resumo:**

**Objetivos:** O photovoice é uma técnica de investigação-ação participativa, que se insere na metodologia qualitativa, e através da qual as pessoas criam e discutem fotografias como um meio de desencadear mudanças pessoais e comunitárias. Este estudo apresenta o projeto Perene, em que pessoas idosas de estruturas residenciais e centros de dia da zona interior centro de Portugal foram desafiadas a refletir e partilhar aspetos da sua vida avançada através de fotografias tiradas por si próprias. **Metodologia:** participaram 24 pessoas idosas com idades compreendidas entre os 61 e os 99 anos (média de 82.6, DP 9.2), das quais 16 mulheres, 15 pessoas viúvas e 13 que nunca andaram na escola. O programa decorreu, separadamente, em seis Instituições de Solidariedade Social, tendo incluído as fases de planificação, implementação e avaliação. **Resultados:** na fase de planificação foram desenvolvidas as atividades de divulgação, recrutamento de participantes, formação de profissionais e solicitação de parecer de comissão de ética. Na fase de implementação foram desenvolvidas cinco residências artísticas que permitiram que os participantes tivessem e apoio de artistas visuais para responder às seguintes perguntas, com recurso a fotografias tiradas e apresentadas por si: (i) Locais onde me sinto bem, (ii) Pessoas de quem gosto; (iii), Objetos com as minhas memórias; (iv) O que me faz bem; (v) O que gostaria de mudar ao meu redor. Com a ajuda dos profissionais das Instituições, registaram-se os significados das fotografias. Na fase de avaliação foram realizados focus-group com os participantes e entrevistas aos profissionais que acompanharam o projeto de forma a conhecer os benefícios desta experiência. Os dados foram gravados, transcritos e sujeitos a análise de conteúdo. **Discussão/Conclusões:** este estudo apresenta e analisa criticamente todas as fases necessárias ao desenvolvimento de um programa de photovoice, metodologia que se revelou de muito potencial para ser desenvolvida com pessoas mais velhas.

**Keywords // Palavras-chave:** photovoice; sentido de vida; memórias; educação.

**AGE.C-36309****Qual o papel da internet na relação entre viver só e a sintomatologia depressiva em adultos europeus com 50+anos?**

Patrícia Silva - Instituto Politécnico de Viana do Castelo- Escola Superior de Educação; Centro de Estudos de Comunicação e Sociedade, Universidade do Minho

Alice Delerue Matos - Centro de Estudos de Comunicação e Sociedade, Universidade do Minho

Roberto Martinez-Pecino - Departamento de Psicologia Social, Universidad de Sevilla

**Abstract // Resumo:**

**Objetivo:** A depressão é um problema de saúde com um grande impacto na vida dos adultos mais velhos, capaz de interferir negativamente, com o processo de Envelhecimento Saudável. Na literatura, viver só tem sido identificado como uma determinante de sintomatologia depressiva dos adultos de meia idade e mais velhos. Este estudo tem como objetivo analisar essa relação, introduzindo na análise a utilização/não, utilização da internet, uma vez que esta tecnologia tem redesenhado a forma como indivíduos interagem. Mais concretamente esta investigação visa analisar em que medida a utilização da internet pode mitigar a associação entre a vida a solo e a sintomatologia depressiva em adultos de meia-idade e idosos.

**Metodologia:** Este estudo incide sobre uma amostra de 64.260 indivíduos com 50 ou mais anos, residentes em 17 países europeus, que participaram na vaga 6 do projeto SHARE (Survey

of Health, Ageing, and Retirement in Europe).

Resultados: Os resultados evidenciam maior probabilidade de experienciar sintomatologia depressiva na vida a solo. No entanto, realçam também que a internet tem um papel moderador nesta relação, mais concretamente, um papel protetor, uma vez que os europeus com mais de 50 anos que vivem sós e são utilizadores desta tecnologia têm menos probabilidade de experienciar sintomatologia depressiva.

Discussão/ conclusão: Os resultados reforçam a importância de políticas que visem a inclusão digital de modo a proteger a saúde mental dos adultos mais velhos que vivem sós na Europa.

**Keywords // Palavras-chave:** Internet; sintomatologia depressiva, viver só, Envelhecimento saudável.

## AGE.C-38796

### Sistema integrado para la promoción del envejecimiento activo mediante juegos serios

Juan Francisco Ortega Morán - Centro de Cirugía de Mínima Invasión Jesús Usón

Pedro Núñez - Universidad de Extremadura

Carolina Vila-Cha - Instituto Politécnico da Guarda

Raquel Brito - Instituto Politécnico da Guarda

Nicolás Montero Jaramillo - Clúster Sociosanitario de Extremadura

Paulo Gonçalves - Instituto Politécnico de Castelo Branco

Trinidad Rodríguez Domínguez - Universidad de Extremadura

Francisco M. Sánchez Margallo - Centro de Cirugía de Mínima Invasión Jesús Usón

Blas Pagador - Centro de Cirugía de Mínima Invasión Jesús Usón

#### Abstract // Resumo:

Objetivos: Los altos porcentajes de inactividad entre las personas mayores hacen que el envejecimiento activo se convierta en una herramienta fundamental para mantener su autonomía y retrasar su deterioro. Realizar actividad física permite prevenir patologías y tener efectos positivos sobre el deterioro cognitivo. El objetivo del trabajo es diseñar y desarrollar una plataforma que permita la utilización de un juego serio que integra el reconocimiento automático de la posición y el movimiento del mayor, así como su agilidad, reflejos, coordinación y equilibrio.

Metodología: Se ha diseñado un sistema formado por una cámara RGBD Orbbec, unas librerías de reconocimiento de esqueleto NuiTrack, un ordenador NUC, un microcontrolador Arduino y un conjunto de pulsadores iluminados. El sistema realiza un seguimiento del esqueleto del mayor tras calibrarlo inicialmente. Se ha utilizado Unity 3D con clases de la SDK de NuiTrack para controlar el avatar y librerías para comunicarse con el Arduino a través del puerto serie. El sistema conserva un fichero de registros local con las métricas del juego, que se sincroniza con un servidor remoto.

Resultados: El sistema consiste en una estructura de hierro con pulsadores y una TV, donde el mayor interactúa simulando la acción de andar, una actividad de reflejos y otra de orientación espacial, entre otras. Este sistema integra el reconocimiento automático de la posición y el movimiento del mayor, así como su agilidad, reflejos, coordinación y equilibrio basado en el sistema con cámara RGBD y pulsadores.

Discusión: Esta tecnología juega un papel fundamental para mantener la salud física y mental, la

calidad de vida y mantener independencia. La persona no es consciente de la mejora en la actividad física y cognitiva mientras participa en el juego, sin embargo, el juego le genera una sensación de motivación, felicidad y competitividad.

**Keywords // Palavras-chave:** Envejecimiento activo; Estimulación física; Sistema integrado; Juegos serios.

## **AGE.C-83611**

### **Desenvolvimento e aplicação de tecnologias inovadoras focadas na promoção do envelhecimento ativo**

Pedro Nuñez - Universidad de Extremadura

Paulo Jorge Sequeira Gonçalves - Instituto Politécnico de Castelo Branco

Rodrigo F. Bernardo - Instituto Politécnico de Castelo Branco

Blas Pagador - Centro de Cirugía de Mínima Invasión Jesús Usón

Juan Francisco Ortega Morán - Centro de Cirugía de Mínima Invasión Jesús Usón

Nicolas Montero Jaramillo - Clúster Sociosanitario de Extremadura

António Bovolini - Instituto Politécnico de Guarda

Raquel Brito - Instituto Politécnico de Guarda

Carolina Vila-Chã - Instituto Politécnico de Guarda

Trinidad Rodríguez Domínguez - Universidad de Extremadura

#### **Abstract // Resumo:**

**Objetivos:** O presente resumo enquadra-se no projeto EuroAGE2 que pretende promover o envelhecimento ativo na região EuroACE (Extremadura, Centro de Portugal e Alentejo). Para tal, os diversos parceiros do projeto desenvolveram várias tecnologias para aplicação em lares de idosos. É objetivo do presente trabalho apresentar o trabalho realizado no âmbito do desenvolvimento conjunto dos dispositivos, a sua aplicação posterior in-situ.

**Metodologia:** A metodologia engloba métodos para a estimulação física, cognitiva, social e emocional. Estes tipos de estimulação, foram operacionalizados através de ações baseadas em tecnologias e conhecimentos dos agentes de I+D localizados em Portugal e Espanha. Uma equipa multidisciplinar (que engloba as áreas da atividade física, saúde, psicossociologia do envelhecimento, tecnologias da informação e robótica) implementou as seguintes atividades: 1) programas de estimulação físico-cognitiva através de tecnologias inovadoras; 2) desenvolvimento da robótica social e assistiva para idosos; 3) criação de uma rede I+D+I para o desenvolvimento de tecnologia e de métodos para a sua aplicação na prestação de cuidados.

**Resultados:** No âmbito da estimulação física e cognitiva foram desenvolvidos vários jogos, como por exemplo: fazer a vindima, o jogo de luzes, jogo de memória, jogo de compras. No âmbito da robótica social, foram desenvolvidos robôs para, por exemplo, monitorizar a atividade dos idosos e interagir através de jogos cognitivos. Para ambas as ações foram desenvolvidos programas para a sua aplicação em lares de idosos. Foram realizadas diversas ações de sensibilização direcionadas aos idosos, familiares e cuidadores, ministradas através das TIC.

**Discussão/Conclusões:** Para a desejada estimulação física, cognitiva, social e emocional, foram desenvolvidos vários protótipos. Estes foram validados, numa primeira fase, em laboratório de desenvolvimento com idosos. Posteriormente em testes piloto, de curta duração, em lares de

idosos nas regiões EUROACE de Espanha e Portugal. É proposta de trabalho futuro, realizar um estudo de longa duração, em lares de idosos.

**Keywords // Palavras-chave:** Envelhecimento ativo; Tecnologias Inovadoras e Assistivas; Tecnologias Emergentes e Digitais.

## AGE.C-88615

### **iSupport for Dementia: Characterizing the Early Adopters of an eHealth Program for Informal Caregivers of Individuals with Dementia**

Soraia Teles de Sousa - School of Medicine and Biomedical Sciences University of Porto (ICBAS-UP), Porto, Portugal; Center for Health Technology and Services Research (CINTESIS), Portugal

Sara Alves - Centre for Research, Diagnosis, Training and Follow-up of Dementias (CIDIFAD), Santa Casa de Misericórdia de Riba D'Ave, Riba D'Ave, Portugal; Center for Health Technology and Services Research (CINTESIS), Portugal

Oscar Ribeiro - University of Aveiro, Aveiro, Portugal; Center for Health Technology and Services Research (CINTESIS), Portugal

Ana Ferreira - Faculty of Medicine University of Porto, Porto, Portugal; Center for Health Technology and Services Research (CINTESIS), Portugal

Alberto Freitas - Faculty of Medicine University of Porto, Porto, Portugal; Center for Health Technology and Services Research (CINTESIS), Portugal

Constança Paúl - School of Medicine and Biomedical Sciences University of Porto (ICBAS-UP), Porto, Portugal; Center for Health Technology and Services Research (CINTESIS), Portugal

#### **Abstract // Resumo:**

**Introduction:** iSupport is an e-health programme for informal dementia carers. Developed by the World Health Organization, iSupport was culturally adapted and evaluated for feasibility in Portugal. Its potential as a research platform for collecting national data on care dyads is being explored.

**Objectives:** To describe the early adopters of iSupport-Portugal and characterize the sociodemographic, clinical, and psychosocial profiles of carers and persons with dementia (PwD).

**Methodology:** Cross-sectional data were collected between February and July 2023 from users registering on isupport-portugal.pt. Eligible participants are unpaid carers residing in Portugal and supporting a PwD living in the community. Data were collected through self-administered instruments hosted in the user's personal account.

**Results:** Out of 449 registered users, 365 provided basic sociodemographic information upon registration. Among these, 191 (52.3%) were informal carers and 44.7% health/social care professionals or others. Most eligible carers (n=173) were female (82.7%), middle-aged (M 51.7 years, SD 13.0), highly educated (M 15.3 years, SD 4.4) and supporting a parent (70.5%). PwD were mostly female (63.0%) with 78.8 years old on average (SD 8.5). Most carers lived with the PwD (60.8%) and were caring for a median of 24 hrs./week (IQR 45.8). Alzheimer's disease was the most common diagnosis (46.9%). The PwD were moderately dependent (Barthel Index: M 14, IQR 12) and 94.9% presented at least one neuropsychiatric symptom (NPI-Q). On average, significant burden was reported by carers (M 36 on ZBI-22), and 69.4% and 47.1% were classified as borderline/abnormal for anxiety and depression, respectively ( $\geq 8$  on HADS). No carers were

using respite care services; 26.3% were seeing a mental health professional.

Conclusions: iSupport-Portugal has attracted initial interest from carers and professionals, showing promise for descriptive research on care dyads, particularly among newer generations of carers. Participants exhibited significant psychological needs contrasting with limited utilization of support services. [FCT funded, ref.2022.07587.PTDC]

**Keywords // Palavras-chave:** Informal Caregivers; People with dementia; ehealth platform.

## AGE.C-89939

### **Plano digital institucional: uma proposta para a infoinclusão dos idosos**

Henrique Gil - Age.Comm - Instituto Politécnico de Castelo Branco

Francisca Diogo - IPCB - Escola Superior de Educação

#### **Abstract // Resumo:**

Objetivos: Tendo em consideração o facto de o envelhecimento ter aumentado nas últimas décadas, Portugal não é exceção. Ao mesmo tempo também tem vindo a evoluir os recursos, as ferramentas digitais e os cidadãos têm de estar infoincluídos, contudo os idosos constituem aquele grupo mais infoexcluídos, pelo que se tem de tomar medidas para a sua infoinclusão. Deste modo, tendo em consideração o estado de pandemia covid 19, o trabalho de projeto teve como objetivo responder à seguinte questão: "Qual a importância que os profissionais conferem à utilização das tecnologias e às aplicações digitais no quotidiano dos idosos institucionalizados, numa situação de pandemia, em contexto rural?"

Metodologia: Tratou-se de um estudo qualitativo que envolveu vários estudos de caso (casos múltiplos): envolveu três lares do conselho de Castelo Branco, pelo que, esta investigação privilegiou o contexto rural. Para o efeito, foram selecionadas instituições localizadas em freguesias rurais do concelho de Castelo Branco.

Resultados: Pretendeu-se com esta investigação propor, um plano digital tendo em conta as opiniões recolhidas: criar uma infraestrutura de WiFi em toda a instituição; fazer com que todos, sem exceção, utilizem as tecnologias digitais nas suas rotinas; criar espaços dedicados aos recursos digitais; promover ações de formação para que os cuidadores, os técnicos conheçam o que tem sido feito e ouvir as necessidades dos idosos de cada uma das instituições.

Discussão: É importante referenciar que o que se pretende é que as rotinas passem de um suporte analógico para um suporte digital. Antevê-se que num futuro próximo outra geração de idosos necessitará de outros recursos digitais, e também pode acontecer que, a curto e médio prazo, possam surgir outros dispositivos, outros recursos que agora não se conhecem, os quais terão de ser compreendidos e adaptados às necessidades e aos contextos que poderão vir a surgir, numa atitude proativa.

**Keywords // Palavras-chave:** idosos; infoexclusão; plano digital; tecnologias digitais.

### AGE.C-15234

#### A implicação dos espaços públicos e do ambiente físico-social no envelhecimento

Martins, Ernesto candeias Martins - Instituto Politécnico de Castelo Branco / Age.Comm

##### **Abstract // Resumo:**

Abordaremos epistemologicamente norteados pela gerontologia ambiental e espaços públicos urbanos para idosos, a implicação ambientes físico-sociais envolventes no processo de envelhecimento (ativo, saudável) e a conexão com a qualidade de vida dos coletivos de pessoas adultas maiores, sabendo do atual aumento demográfico urbano, que é um desafio para políticas públicas municipais. Tendo por base um leque de literatura relacionada com tríade 'ambiente/espacos-idoso-envelhecimento' consideramos que o espaço público (urbano/rural) e as práticas de atividades (físico-sociais, culturais para socialização, lúdicas, recreativo-desportivas, caminhar ao ar livre, promoção intergeracionalidade, etc.) geram benefícios potenciais à saúde, favorecem a integração/participação social e atrasa aparecimento da dependência nos idosos. Sabe-se que os espaços públicos são a expressão física, social e simbólica de um bairro ou povoação/cidade ao estar associada a lugares da quotidianidade (rua, praça, parque, mercado, igreja, etc.), pois dito ambiente físico-social apresenta diferenças objetivas/subjetivas, oriundas das características do meio envolvente construído e da sua perceção, que no fundo são a expressão da ocupação desigual e de vinculação da comunidade às pessoas. Daí as diferenças de uso e da ocupação do espaço público entre os idosos e as outras idades. A adaptação aos espaços é um mecanismo relacionado com capacidades funcionais do idoso, com fatores físico-sociais do ambiente envolvente (atributos/funções) e com os respetivos meios para os enfrentar e, por isso a necessidade desde do município dum planeamento gerontológico na perspetiva holística dos espaços urbanos e da paisagem (natural). Ora a gerontologia ambiental (modelo ecológico da competência e relação 'espaço geográfico-idoso'), apesar de algumas críticas e dependente do determinismo ambiental, apresenta reflexões úteis de análise às relações positivas e comportamentos proativos do 'idoso-meio ambiente' e dos processos da sua adaptação a várias escalas espaço-temporais: região/cidade/povoação (macro); do bairro/ rua/praça (meso); do lugar residencial (micro); e, ainda dos novos ambientes inteligentes e virtuais (internet) determinantes no envelhecimento.

**Keywords // Palavras-chave:** ambiente físico-social; gerontologia ambiental; espaços públicos; envelhecimento.

### AGE.C-17727

#### Desigualdade no acesso ao Ensino Superior, também no processo de envelhecimento

Artemio Baigorri - Universidad de Extremadura

Manuela Caballero - Universidad de Extremadura

##### **Abstract // Resumo:**

Durante as duas últimas décadas, quase todas as universidades espanholas iniciaram uma corrida para desenvolver e promover as chamadas Universidades para Idosos (UM), com diferentes designações.

Inserida numa instituição, a Universidade, tão orientada para a investigação e para a divulgação dos seus resultados, a investigação interdisciplinar sobre o tema quase se converteu num campo próprio, um subcampo muito específico dentro do sistema educativo, com uma linguagem própria, papéis específicos e estruturas produtivas e de poder, etc. As próprias universidades, bem como os governos regionais, atribuem fundos generosos e recursos infra-estruturais e humanos a estes programas.

Presentamos os resultados de uma análise crítica (baseada na teoria e nas evidências existentes) tanto dos seus postulados, tal como são expressos no discurso dominante, como dos efeitos que têm na sociedade em que emergem e que os financia.

Assim, a abordagem generalizada é a de que as UM são um exemplo de como o sistema educativo é inclusivo e da oportunidade que oferece de acesso ao conhecimento a pessoas de classes desfavorecidas, incorporando noções inovadoras como a importância da aprendizagem ao longo da vida, o envelhecimento ativo, etc.

A observação empírica permite-nos propor uma outra hipótese: a de que as UM representam uma continuidade do sistema de reprodução social que o sistema educativo consolida a todos os níveis, uma vez que a maioria dos seus beneficiários são pessoas de classe média-alta.

A base empírica da nossa investigação é a UM da Universidade da Extremadura (UMEX), no âmbito de um projeto regional de I&D&I sobre o envelhecimento ativo. Comparamos os dados do inquérito aos estudantes da UMEX com um inquérito geral às pessoas com mais de 55 anos na região e com os dados do INE (Instituto Nacional de Estatística).

**Keywords // Palavras-chave:** Universidades para idosos, aprendizagem ao longo da vida, envelhecimento ativo, desigualdade.

## **AGE.C-17896**

### **Metodologias artísticas na construção de espaços de inclusão social das pessoas idosas**

Josiani Julião Alves de Oliveira - UNESP, Brasil

Maria Irene Carvalho - ISCSP-Universidade de Lisboa, Portugal

#### **Abstract // Resumo:**

O envelhecimento da população aponta para uma mudança demográfica mundial, com impacto especial para trabalhadores sociais e que desenvolvem práticas voltadas às pessoas idosas. Neste contexto, pesquisas para buscar estratégias para enfrentamento desses desafios são pertinentes, visando o compromisso na busca de metodologias que garantam uma melhor qualidade nessa fase da vida das pessoas. Destaca-se que as práticas artísticas se apresentam como proposta de envelhecimento participativo e criativo porque possibilitam a construção de espaços de inclusão social. Objetivos: Diante do exposto, o presente estudo faz uma reflexão crítica, analisando a importância das práticas artísticas e das artes no desenvolvimento individual e coletivo de pessoas idosas. Metodologia: Trata-se de uma pesquisa de pós-doutoramento sobre a temática, fazendo aproximações entre Brasil e Portugal, por meio de revisão teórica, visitas em instituições que desenvolvem metodologias artísticas e entrevistas com profissionais. Resultados: O cenário encontrado e os dados demonstram a necessidade de ampliarmos a discussão com desvendamento dos determinantes sociais, políticos, econômicos e culturais, podemos afirmar que a velhice produzida no âmbito da sociedade moderna é reproduzida nos limites das condições concretas no espaço e das influências do ambiente, da educação e da cultura.

Nesse contexto, é importante que profissionais que trabalhem com pessoas idosas tenham competência crítica e sejam capazes de interpretar a vida social dessas pessoas, e o uso da arte contribui nesse resgate dos determinantes econômicos, político, culturais que são apresentados pelas pessoas idosas e se torna uma demanda emergente para desenvolver o trabalho profissional que reconheça a autonomia e emancipação desses sujeitos sociais, reforçando princípios e práticas democráticas e criativas. Discussão/Conclusões: Para tanto, exige-se um profissional atento às possibilidades, capaz de formular, avaliar e recriar propostas, em nível das políticas sociais e da organização um profissional informado, crítico e propositivo, que aposte no protagonismo dos sujeitos sociais.

**Keywords // Palavras-chave:** inclusão social, arte, pessoa idosa.

## **AGE.C-18370**

### **Expressão Dramática e desenvolvimento pessoal de Seniores**

Fernando José Sadio Ramos - Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Coimbra

#### **Abstract // Resumo:**

A comunicação apresentará os resultados de um projecto de intervenção sociocultural com população sénior, utilizando a Expressão Dramática: ExeDraSen - Expressão Dramática com Seniores. O desenvolvimento do projecto assentou na criação de um Clube de Expressão Dramática (CED), [informação anonimizada], na [instituição anonimizada].

A comunicação contém a exposição da origem e actividades do Clube, assim como alguns resultados dos projecto ExeDraSen.

Fá-lo-emos através das seguintes fases.

Em primeiro lugar, procederemos à fundamentação e apresentação geral do projecto pedagógico e curricular no seio do qual se gerou o projecto ExeDraSen. Abordaremos os conceitos de Sustentabilidade Curricular e Aprendizagem em Serviço, e apresentaremos os instrumentos pedagógicos desenvolvidos.

Em seguida, daremos conta da experiência pedagógica da qual resultou a criação posterior do CED [dado anonimizado] (Dezembro de 2015). Teve lugar no âmbito da Unidade Curricular de [dado anonimizado], incluída no 3.º ano do [dado anonimizado]; na mesma, os alunos desenvolvem projectos de intervenção sociocultural com populações específicas, tendo um deles sido preparado de modo a ser implementado posteriormente na Escola de [dado anonimizado].

Uma breve sinopse das actividades desenvolvidas desde então constituirá o terceiro momento da comunicação, tratando da entrada em funcionamento do CED [dado anonimizado], envolvendo 15 pessoas seniores, alunos da [dado anonimizado]. Apresentaremos alguns dos trabalhos de prática estética desenvolvidos pelos membros d' [dado anonimizado].

Finalmente, apresentar-se-ão os resultados do Projecto ExeDraSen, onde procedimentos de investigação biográfico-narrativa são organizados e postos em acção para tematizar o desenvolvimento pessoal dos membros do Clube, efectuado por meio da prática estética da Expressão Dramática, e de acordo com a percepção e reflexão dos participantes recolhida no correspondente instrumento de investigação.

**Keywords // Palavras-chave:** Educação pela Arte; Expressão Dramática com Seniores; Desenvolvimento Pessoal; Investigação biográfico-narrativa.

## AGE.C-31279

### **Os projetos de estágio curricular na licenciatura em Serviço Social na ESE-IPCB: Outputs estratégicos e operacionais em comunidades envelhecidas**

Regina Vieira - IPCB - Instituto Politécnico de Castelo Branco/ Age.Comm

Marisa Candeias - IPCB - Instituto Politécnico de Castelo Branco/ Age.Comm

Marco Domingues - IPCB - Instituto Politécnico de Castelo Branco / Age.Comm

Adriana Mendes - Bolseira investigação Age.Comm Instituto Politécnico de Castelo Branco

#### **Abstract // Resumo:**

O artigo tem como primordiais objetivos identificar outputs produzidos pelos projetos de estágio, equacionando a sua transferibilidade para a criação de novos indicadores de avaliação dos projetos sociais; contribuir para a definição de objetos de investigação, identificando boas práticas e novos campos de intervenção; dar visibilidade aos contributos de mudança decorrentes do carácter propositivo dos processos de diagnóstico social, promovendo a profissão de Assistente Social e estimulando oportunidades de acesso ao mercado de trabalho.

Numa abordagem exploratória, tendo por base os estágios decorridos entre os anos letivos 2016-17 a 2022-23 (N=637), os dados quantitativos e qualitativos permitem refletir possibilidades e limites da operacionalização do modelo de estágios, no quadro da formação inicial em Serviço Social. Metodologicamente fez-se uso de revisão bibliográfica sobre literatura nacional e internacional; análise de bases de dados; análise de questionários a estudantes e a orientadores de estágio e análise de conteúdo de relatórios finais de estágio (N=31) desenvolvidos no âmbito do envelhecimento, focalizada nos outputs estratégico e operacional, tendo por base a metodologia MAPA (Schiefer et al., 2007).

Foram apurados 36 resultados sociais (produtos e serviços) decorrentes dos projetos de estágio, em que 11 (30.5%) resultaram em instrumentos de trabalho como manuais de boas práticas ou guias de recursos, flyers e cartazes informativos, infografias e artigos para newsletters; 10 (27.7%) resultaram em ações de trabalho de estimulação cognitiva, motora e relacional dirigidas a utentes idosos, em abordagens individuais ou grupais; 6 (16.6%) promoveram novas respostas ou ampliação de serviços prestados; 9 (25%) promoveram ações de formação e sensibilização para utentes das instituições, para profissionais ou comunidade.

Os resultados traduzem o valor do trabalho produzido pelos estagiários da licenciatura em Serviço Social, na intervenção social no envelhecimento e a sua preocupação com melhoria da qualidade de vida dos idosos e das comunidades.

**Keywords // Palavras-chave:** Serviço Social, Estágio, Envelhecimento, Educação.

## AGE.C-33078

### **Affect Activism as a Practice of community-based performance: A case study with women seniors at Mnemosyne artistic project.**

Ricardo Seíça Salgado - Centre for Research in Anthropology, University of Coimbra

#### **Abstract // Resumo:**

Mnemosyne project is a community-based artistic project about being and having grandmothers. Directed by Cláudia Andrade, it is a participatory performance on documental and biographical memory, drawing or imagining a symbolic feminine senior common. Cláudia worked

for five years with fifteen groups of grandmothers in different Portuguese towns. Each group made a theatre performance about and based on their life memories, triggered by Claudia's biography, and rehearsed a participatory dramaturgy by looking at other historical times and different sociocultural positions of women within society.

The outputs of this project also include a documentary, a short film, a performative lecture, and a new theatrical performance (premiere on May 2023) that celebrates five years of affect activism, bringing together some of the 101 grandmothers' participants from the different territories. Finally, there was an exhibition and an edition of the book *Activismo Afectivo: O projecto artístico Mnemosyne* [Affect Activism: The artistic project Mnemosyne], launched in September 2023, by Tigre de Papel, in which the anthropologist Ricardo Seça Salgado thinks about the performative tools to put in practice affect activism, imagining and conceptualising the backstage of a possible model of participation for community-based theatre.

The lecture combines Ricardo Seça Salgado's research on affect activism and ethnographic gestures as a frame for participatory dramaturgy to understand how these artistic experiences embody expectations, norms, concepts, and behaviours, shaping experience through the emotional drive and deducing affect as a trigger for potential self-empowerment and social transformation of active ageing. It will propose some contributions to measuring the impact evaluation of this community-based theatre project and applying it as a model for other similar artistic practices within the senior community.

**Keywords // Palavras-chave:** Community-based performance; Senior Women; Impact: Affect Activism.

## AGE.C-35537

### **Literacia em saúde sobre VIH/Sida na população idosa - um desafio emergente**

Teresa Isabel Almeida Tavares Sequeira - Hospital Sousa Martins

Isabel Maria Ribeiro Fernandes - Instituto Politécnico da Guarda

António Manuel Almeida Tavares Sequeira - Instituto Politécnico da Guarda

#### **Abstract // Resumo:**

Enquadramento: A par do envelhecimento da população as doenças crónicas têm aumentado significativamente e a síndrome de imunodeficiência adquirida (SIDA) não é exceção. A ela estão associados comportamentos de risco adotados pelos idosos (Aguar et al, 2020). Neste sentido, a promoção de literacia em saúde nesta área é essencial para que se minimize o risco de contaminação por HIV.

Objetivo: Avaliar o nível de literacia em saúde acerca do VIH/SIDA dos idosos e verificar se existe relação entre as variáveis sociodemográficas e profissionais e o nível de literacia em saúde sobre o HIV/Sida dos idosos

Métodos: Estudo não experimental, transversal, descritivo-correlacional e quantitativo com a participação de 350 idosos, utentes de uma UCSP da região centro.

Resultados: a amostra é maioritariamente do género feminino (66,3%), com uma média de idade de  $72,17 \pm 6,31$  anos. Em termos de literacia 43,7% da amostra revela fraca literacia; 32,9% moderada, 12,0% boa e 11,4% elevada.

A idade, as habilitações académicas e a zona de residência foram variáveis sociodemográficas e profissionais com relevância estatisticamente significativa, tendo-se apurado que os idosos com

idade  $\geq 65$  anos ( $p=0,000$ ), com o ensino superior ( $p=0,000$ ) e residentes em meio urbano ( $p=0,000$ ) revelam mais literacia sobre o VIH/SIDA.

Conclusão: perante os resultados obtidos emerge a necessidade de se desenvolverem e implementarem programas de educação para a saúde, que versem a temática do HIV/SIDA, abordando questões relacionadas com a transmissão e sintomatologia, não descurando a prevenção. No âmbito desta temática e da necessidade de se investir na promoção da saúde, destaca-se a importância do Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública e da sua intervenção junto do idoso e da comunidade.

**Keywords // Palavras-chave:** Literacia em Saúde; Síndrome da imunodeficiência adquirida (VIH/SIDA); Idosos; Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública.

## AGE.C-37906

### Aligning Active Mobility and Active Ageing policies: insights from Portugal

André Samora-Arvela - Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL), ISTAR-Iscte, Av. das Forças Armadas, 1649-026 Lisbon

Sibila Marques - Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL), CIS-Iscte Av. das Forças Armadas, 1649-026 Lisbon

Sara Eloy - Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL), ISTAR-Iscte, Av. das Forças Armadas, 1649-026 Lisbon

Mariana Montalvão e Silva - Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL), CIS-Iscte Av. das Forças Armadas, 1649-026 Lisbon

#### Abstract // Resumo:

The green city approach has been an emergent trend, especially given the urgency of mitigating climate change. The climatic agreements led to the recent formulation of sustainable, neutral and active mobility policies and the inherent construction of green streets. Simultaneously, active ageing policies have been advocating a safe barrier-free public space for the older people. Thus, it is paramount to bridge the knowledge gap about whether the planning of active mobility and green streets as a response to climate change mitigation policies has considered the context of all users at all ages, especially safeguarding the active ageing framework.

That said, we aim to analyse: i) how did active mobility and active ageing policies evolved in the world and in Portugal, and ii) how active ageing and the context of the older people as users were considered in the design of active mobility policies and of the respective green streets in Portugal.

Methodologically, a literature review crossing climate change mitigation, active mobility and active ageing policies implementation in Portugal was done with an emphasis on Lisbon municipality. Secondly, a Delphi survey was applied to experts in this research field to validate the main challenges, identified through the literature review, that are faced in the integration of the older people well-being in the design of a green city.

From the results, it is concluded that the active mobility policies in Portugal were driven by climate agreements, but that Lisbon began autonomously to implement its green streets network mainly from 2016-2017, even in the absence of a congruent national strategy. Despite this, the context of the older people was only tenuously taken into account in the design of these initiati-

ves, which is why aligning active mobility and active ageing policies in Lisbon and in Portugal is still a major opportunity.

**Keywords // Palavras-chave:** Public policy; Climate Change Mitigation; Active Mobility; Active Ageing.

### AGE.C-45383

#### **As atitudes dos estudantes de Serviço Social face às pessoas mais velhas: resultados preliminares**

Stella Bettencourt Da Câmara - ISCSP-ULISBOA

Patrícia Neca - ISCSP-ULISBOA

Maria João Guardado Moreira - Escola Superior de Educação/IPCB / Age.Comm

Lucinda Carvalho - Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias/IPCB / Age.Comm

Vitor Pinheira - Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias/IPCB / Age.Comm

Pedro Borrego - ISCSP-ULISBOA

#### **Abstract // Resumo:**

Portugal é um dos países mais envelhecidos da Europa, e do mundo. Nos últimos 10 anos, o grupo etário 65+ foi o único que cresceu (+20.6%), representando agora 23,4% da população portuguesa (INE, 2023). Em qualquer sociedade, e em especial nas sociedades envelhecidas, importa não descurar o fenómeno do idadismo, ou seja, uma "construção complexa, muitas vezes negativa, da velhice, que ocorre a nível individual e social" (Ayalon & Tesh-Romer, 2018, p.3). Em termos práticos, atitudes desfavoráveis face às pessoas mais velhas podem traduzir-se numa pior qualidade na prestação de serviços e cuidados formais em diferentes áreas. O Serviço Social posiciona-se como uma área de formação que terá um papel determinante na implementação prática de respostas sociais destinadas às pessoas mais velhas. Em Portugal, têm sido poucos os estudos que analisam as atitudes dos estudantes de Serviço Social face às pessoas mais velhas, e as suas implicações. Para colmatar esta lacuna, serão apresentados os resultados preliminares de um estudo por questionário (N=112) realizado com estudantes de Serviço Social que pretendeu aferir as suas atitudes face às pessoas mais velhas. Para o efeito, recorreu-se à Escala de Atitudes face a Pessoas mais velhas desenvolvida por Kogan (1961) e traduzida e adaptada para português por Câmara (2015). Os resultados preliminares evidenciam que em termos globais as atitudes são positivas. São apresentadas algumas reflexões sobre a importância de preparar estes futuros profissionais para o exercício das suas atividades profissionais no quadro das mudanças demográficas e epidemiológicas que a nossa sociedade enfrenta.

**Keywords // Palavras-chave:** Envelhecimento, Atitudes, Serviço Social, Estudantes do Ensino Superior.

### AGE.C-46725

#### **Artificial Intelligence identifying patterns in the social interaction of senior individuals through online activities at Virtual Senior University in Pandemic**

Andreia Miranda Domingues - Rede de Universidades da Terceira Idade

Luís Jacob - Universidade de São Paulo

Meire Cachioni - Universidade de São Paulo

**Abstract // Resumo:**

Objectives: Data Mining techniques applied to observe patterns in the social interaction of senior individuals during their participation in the online activities that were proposed by the Virtual Senior University during the pandemic.

Methodology: Zoom and Facebook platforms were used to streamline conversations, videos with student performances and homework during the COVID-19 pandemic. The experiments conducted enabled the application of the Artificial Intelligence technique called Data Mining to perform statistical analyses and identify profiles based on the social interaction of the individuals who participated in the online activities. Participants answered about Gender, Age (years), Marital Status, Time attending Senior University and Participation in online activities. They also answered about their participation in these activities, informing if it increased, decreased, remained unchanged or if they did not participate. To carry out the analyses of the collected data, age groups were organized, being 50 to 64 years, 65 to 74 years and 75 or more years.

Results and Discussion: It was observed that the majority of seniors who had been attending the Virtual Senior University since before 2020, aged between 50 and 64 years, reported that their participation in online activities had increased. According to the analysis that was carried out, it was possible to correctly classify 76.087% of the data. The accuracy described through the Kappa statistic coefficient showed reliability in the data showing a score of 0.6383 and corresponding to a substantial agreement (range between 0.61 and 0.80).

Conclusions: The Data Mining technique applied in this study suggests that there was statistical significance for the analyses carried out based on the social interaction of senior individuals, in the age group between 50 and 64 years old, who participated in the online activities proposed by the Virtual Senior University during the pandemic. Different activities are suggested for the other age groups.

**Keywords // Palavras-chave:** Artificial Intelligence, Social Interaction, Virtual Senior University, Pandemic.

**AGE.C-47795****Percepção e opinião de pessoas com mais de 65 anos face à sustentabilidade**

Marco Domingues - Polytechnic University Castelo Branco \_ Age.Comm

Marisa Candeias - Polytechnic University Castelo Branco \_ Age.Comm

Regina Vieira - Polytechnic University Castelo Branco \_ Age.Comm

**Abstract // Resumo:**

O Pacto Ecológico Europeu é uma política comunitária que procura contribuir para o desenvolvimento de competências em matéria de sustentabilidade ambiental na União Europeia. A Comissão Europeia desenvolveu o GreenComp como um quadro de referência para as competências em matéria de sustentabilidade e daquilo que a sustentabilidade implica enquanto competência, de modo “a servir de catalisador para a aprendizagem em prol da sustentabilidade ambiental, ajudando as instituições de ensino e formação a desenvolver, rever e adaptar a sua visão e práticas no que diz respeito ao ensino e à aprendizagem para a sustentabilidade” (Bianchi, G. et al., 2022). Neste âmbito, a equipa de investigação desenvolveu e implementou um inquérito por questionário (n=29), que contemplou questões de caracterização dos inquiridos e questões que permitiram medir a percepção e opinião de pessoas com mais de 65 anos face à

sustentabilidade, tendo como referência o trabalho desenvolvido pela GreenComp. Embora se reconheça que o n.º de respostas não é representativo, conclui-se que há uma perceção das pessoas com mais de 65 anos, da importância da sustentabilidade (82,2%), e, por outro lado, verifica-se que há uma perceção da necessidade de melhorar a justiça social (71,4%) e proteção da natureza (78,6%).

**Keywords // Palavras-chave:** Sustentabilidade, Justiça Social, Ambiente, Perceção.

## **AGE.C-51191**

### **Intergeracionalidade: Mapeamento e desafios para um Portugal envelhecido**

Margarida Afonso - IPCB-ESE / Age.Comm

Helena Margarida Tomás - IPCB-ESE / Age.Comm

Clotilde Agostinho - IPCB-ESE

Paula Péres - IPCB-ESE

#### **Abstract // Resumo:**

A valorização da longevidade com dignidade e sustentável carece do desenvolvimento e da implementação de programas intergeracionais; estes devem constituir-se como verdadeiros desafios, com impacto no desenvolvimento global de todos os intervenientes, sendo que a pessoa idosa é central. Neste estudo propomo-nos mapear o território nacional, realizando uma revisão da literatura sobre os programas de natureza intergeracional que têm vindo a ser desenvolvidos em Portugal, entre os anos de 2017 e meados de 2023, e que se encontram referenciados no Repositório Científico de Acesso Aberto em Portugal (RCAAP). Particular atenção neste estudo será dada à análise dos programas intergeracionais envolvendo contextos escolares, no período referido. Decorrente da análise realizada, serão discutidas algumas propostas de práticas educativas intergeracionais promotoras do estabelecimento de elos entre o passado e o presente, que a experiência nos tem mostrado contribuir para uma sociedade em envelhecimento ativo e saudável, mas também sustentável, sendo fundamental a predisposição de todos os agentes envolvidos para o sucesso destas iniciativas.

**Keywords // Palavras-chave:** Educação Intergeracional; Envelhecimento ativo e saudável; Intergeracionalidade; Programas intergeracionais.

## **AGE.C-56551**

### **Atividades de exploração sonora - uma investigação-ação com um grupo de idosos**

Luísa Correia Castilho - ESART-IPCB / Age.Comm

Cristina Pereira - ESE-IPCB

Maria Rebelo - ESART-IPCB

Andreia Costa - ESART-IPCB

Ana Margarida - ESE-IPCB

Gabriela Amaral - ESE-IPCB

#### **Abstract // Resumo:**

O olfato e a audição são marcantes para a recordação de um lugar e, segundo Stanley Waterman (2006), são capazes de invocar memórias mais preponderantes do que a visão, permitindo a formação de imagens mentais mais vigorosas. Para este autor, a visão capta um panorama

mais amplo rapidamente, enquanto os sentidos da audição e do olfato reagem mais lentamente, permitindo registos mais profundos na memória. Fixando somente a audição e retomando o conceito de Paisagem Sonora de Murray Schafer (1991), nesta comunicação recuperamos a necessidade de “arquivar os sons do mundo” de um grupo de idosos, recrutando a recolha, a reprodução e a criação de sons.

Objetivos:

- Estimular a (re)construção de episódios de vida através de estímulos sonoros;
- Implementar a exploração de sons e ritmos através de jogos musicais interativos;
- Envolver os idosos na reconstrução de paisagens sonoras, com utilização da voz, sons corporais, sons instrumentais, convencionais e com materiais reciclados;
- Registar as narrativas de vida dos idosos a partir das memórias desencadeadas através de estímulos sonoros.

Metodologia e procedimentos:

- Investigação-ação ao longo de cinco sessões;
- Técnicas de recolhas de dados: observação participante, notas de campo, focus grupo, fotografias e gravações vídeo e áudio.

Resultados e Discussão/Conclusões

- Os dados recolhidos permitiram constatar a construção de narrativas orais e sonoras pelos idosos, sendo possível verificar que não era a memória episódica que ativava as memórias sonoras mas o contrário.
- Para os utentes, o significado da música está sempre associado a estados emocionais.
- Os relatos eram “coloridos” com narrativas ficcionadas integradas na memória episódica.
- Constatou-se a necessidade de alterar a planificação de algumas sessões para dar resposta às competências e interesses identificados nos utentes.
- Verificou-se um progressivo envolvimento dos participantes associado à compreensão das atividades musicais e do conceito de Paisagem Sonora.
- A planificação de atividades com materiais, formatos e em contextos diversos motivaram os utentes.

**Keywords // Palavras-chave:** Memória auditiva e episódica; jogos musicais interativos; investigação-ação; idosos.

## AGE.C-62983

### O envelhecimento visto pelos diferentes cinemas

Luís António Dinis da Rosa - Universidade da Beira Interior

#### **Abstract // Resumo:**

A problemática do envelhecimento não deixa ninguém indiferente, quer pelas suas repercussões sociais, pessoais, institucionais e económicas, envolvendo diferentes atores e meios, das famílias às diferentes instituições cuja finalidade é justamente a do acolhimento dessa franja cada vez mais numerosa da população, bem como a intervenção de autarquias locais e do Estado.

Assim, perante a importância do tema, o cinema não podia ficar indiferente e tem abordado a temática do envelhecimento, ou de indivíduos de idades avançadas desde o primeiro cinema até aos nossos dias.

**Objetivos:** Esta proposta de comunicação pretende dissecar de que modo o cinema tem abordado a problemática do envelhecimento nas diferentes filmografias, quer no que diz respeito à forma de tratamento das personagens, de idades avançadas, quer retratando o seu isolamento e o abandono a que alguns são votados.

**Metodologia:** Com base num corpus de filmes representativos do objeto da mesma, quer nacionais quer estrangeiros, sem qualquer preocupação de géneros ou cronológica, com a certeza de que muitos não poderão integrar esta abordagem sintética, analisar o olhar do cinema sobre os velhos e os processos de envelhecimento.

**Resultados e Discussão/Conclusões:** As diferentes abordagens do tema da velhice, desde personagens que se recusam envelhecer, amizades que se perdem e outras que se ganham quando o fim se aproxima, o mudar de vida quando tudo parece perdido, histórias de superação e esperança, são aspetos que podemos encontrar nos filmes que escolhemos apresentar, apesar de serem apenas uma pequena aproximação a um universo quase infindável. Indissociável destas abordagens está a forma como as diferentes culturas olham para a temática, que acabam por se refletir nos modos de produção de cada cinematografia.

**Keywords // Palavras-chave:** Palavras-chave: cinema; envelhecimento; olhares; reflexos.

## **AGE.C-66466**

### **Age-friendly cities and urban design: A stakeholder analysis**

Mariana Ferreira de Montalvão e Silva - ISCTE-IUL (CIS - Centro de Investigação e Intervenção Social)

André Samora-Arvela - ISCTE-IUL (ISTAR - Centro de Investigação em Ciências da Informação, Tecnologias e Arquitetura)

Sibila Marques - ISCTE-IUL (CIS - Centro de Investigação e Intervenção Social)

Sara Eloy - ISCTE-IUL (ISTAR - Centro de Investigação em Ciências da Informação, Tecnologias e Arquitetura)

#### **Abstract // Resumo:**

The concept of age-friendly cities has become a global initiative that contemplates the role urban environments have to play in relation to aging issues. Urban design plays a crucial role in promoting age-friendly cities designed to meet the needs and enhance the quality of life for older adults. A clear framework is needed to improve the health and well-being of older people in ways through transformative change to provide the conditions for healthier, more sustainable cities and communities. Finding and developing initiatives that promote sustainability and encourage older people's social integration and mobility is critical. One of the core elements of improving age-friendly cities and communities relies on stakeholders. Identifying and analyzing stakeholders is essential to understand the phenomena, and including the diversity of stakeholder perspectives can promote a holistic and informed understanding of the problem. The present study focuses on stakeholder analysis and aims to aggregate the knowledge and interests of various stakeholders on urban planning policies, active mobility, and the social integration of older people. By incorporating stakeholders' insights, we aim to analyze urban design characteristics' and explore strategies to create age-friendly environments that support active aging, promote physical activity, and enhance older adults' overall well-being and quality of life. It pre-

sents as a basis for identifying stakeholders a specific framework regarding the mobility of older people. The stakeholder categories shown in the framework are the scientific community, policymakers and government, private companies, civil society organizations, the public, and social and health services and professionals in the area. The study relies on a qualitative methodology, and it is expected that semi-structured interviews are carried out with twenty-eight stakeholders. A qualitative content analysis is conducted with a deductive-inductive approach to respond to the research objectives. The practical implications of the study are discussed.

**Keywords // Palavras-chave:** Stakeholder Analysis; Older people; Urban Design; Public Policies.

## AGE.C-81915

### **Inteligência emocional em idosos das universidades seniores**

Ana Isabel Nunes Pereira de Azevedo e Andrade - Instituto Politécnico de Viseu, Escola Superior de Saúde

Carlos Manuel de Sousa Albuquerque - Instituto Politécnico de Viseu, Escola Superior de Saúde

Paula Cristina Dias Rocha - Instituto Politécnico de Viseu, Escola Superior de Saúde

Susana Marisa Loureiro Pais Batista - Instituto Politécnico de Viseu, Escola Superior de Saúde

#### **Abstract // Resumo:**

**Introdução:** A inteligência emocional é importante em todas as fases da vida e permite o desenvolvimento de habilidades que permitem o sucesso no processo de envelhecimento com mais qualidade de vida, bem-estar e satisfação.

**Objetivos:** Relacionar a inteligência emocional (dimensões e global) com as variáveis sociodemográficas e psicossociais dos idosos.

**Material e métodos:** Estudo quantitativo, em corte transversal, de natureza descritivo-correlacional, numa amostra de 157 idosos, com uma média de idade de 74,14 anos, que frequentavam universidades seniores da região centro de Portugal. Aplicado questionário com questões de caracterização sociodemográfica, Escala para Medida de Satisfação com a Vida, Escala de Depressão Geriátrica (GDS 30) e Escala de Medida de Inteligência Emocional (MIE).

**Resultados:** Maioritariamente os idosos possuem idade entre 65-74 anos, são do sexo feminino, possuem um curso superior e residem em meio urbano. Convivem com crianças e atribuem bastante importância a este convívio, referiram praticar atividade física. Apresentavam elevada satisfação com a vida e sem depressão. Das variáveis sociodemográficas e psicossociais, apenas a área de residência, o convívio com crianças e sua importância, o estado depressivo revelaram efeito significativo com a Inteligência emocional. Os idosos que possuem elevada Inteligência emocional são detentores de um curso superior, residem em meio urbano, convivem com crianças, atribuem bastante importância ao mesmo e não manifestam estado depressivo.

**Conclusões:** Os resultados revelam que as relações sociais são um aspeto importante para a manutenção das habilidades sociais. As universidades seniores são potenciadoras destes relacionamentos contribuindo para o aprimorar das emoções e consequentemente para um envelhecimento mais saudável.

**Keywords // Palavras-chave:** Inteligência emocional; idosos; universidade sénior.

**Assistentes Sociais rurais como agentes de desenvolvimento: desafios e estratégias para a intervenção de proximidade em territórios envelhecidos e despovoados**

Marisa de Jesus Jacinto Candeias - IPCB - ESE / Age.Comm

Maria Isabel Sousa - Instituto Superior de Serviço Social - Universidade Lusíada de Lisboa

**Abstract // Resumo:**

Envelhecer com direitos nos meios rurais, distantes e isolados social e geograficamente, dos centros urbanos, levanta desafios às pessoas idosas, às suas famílias, aos interventores sociais, aos poderes públicos. Esta comunicação pretende discutir o papel dos assistentes sociais nestes processos, a partir de uma matriz teórico-concetual para a intervenção social que recomenda a constituição de uma rede de Assistentes Sociais rurais e pressupõe um conjunto de estratégias de intervenção direta com vista à promoção do envelhecimento ativo/saudável e atenuação da solidão dos cidadãos envelhecidos e isolados. Defende-se a necessidade de preparação dos Assistentes Sociais para a intervenção em contexto rural, para o desenvolvimento destas comunidades e para o exercício da policy practice pela apresentação de propostas de desenvolvimento social e humano, nos contextos políticos, profissionais e científicos: 1) Formação e sensibilização específica para os profissionais da rede para a intervenção com culturas, hábitos e tradições profundamente rurais; sensibilização para a importância dos contextos espaciais e do place attachment; enfoque na Perspetiva das Forças e preparação ética adequada aos dilemas mais frequentes na intervenção em meio rural; 2) A implementação da abordagem multimetodológica/generalista (casos, famílias e grupos, comunidades e redes); 3) A prática política e promoção da discussão pelo estatuto do cidadão rural envelhecido ou isolado; 4) O foco no desenvolvimento de recursos, projetos e serviços. Pretende-se, assim, contribuir para uma reflexão que possa levar ao desenvolvimento de modelos alternativos de prestação de cuidados e serviços sociais, vocacionados para atender às necessidades específicas dos territórios rurais envelhecidos e despovoados.

**Keywords // Palavras-chave:** Assistente Social, rural, envelhecimento, despovoamento.

## Health, equity and vulnerability // Saúde, equidade e vulnerabilidade

### AGE.C-11001

#### Mais idade, maior incapacidade? Análise comparativa dos resultados dos censos de 2011 e de 2021 em Portugal

Vítor Manuel Barreiros Pinheira - Age.Comm - Unidade de Investigação Interdisciplinar - Comunidades Envelhecidas Funcionais do Instituto Politécnico de Castelo Branco

Maria João Guardado Moreira - Age.Comm - Unidade de Investigação Interdisciplinar - Comunidades Envelhecidas Funcionais do Instituto Politécnico de Castelo Branco/ AgeINfuture

Maria Vaz Patto - FCS UBI, CICS-UBI-Health Sciences Research Center, AgeINfuture

Rosa Marina Afonso - Department of Psychology and Education, University of Beira Interior, Covilhã, Portugal CINTESIS@RISE, AgeINfuture

Luísa Pereira - CMA-UBI, Centre of Mathematics and Applications, University of Beira Interior, Rua Marquês d'Ávila e Bolama, 6201-001 Covilhã, Portugal

Natália Roque - CERNAS-IPCB—Pólo de Castelo Branco do Centro de Estudos de Recursos Naturais, Ambiente e Sociedade, Unidade de Investigação e Desenvolvimento do Instituto Politécnico de Castelo Branco

#### Abstract // Resumo:

##### INTRODUÇÃO

O envelhecimento demográfico da população portuguesa é marcado pelo aumento do número dos adultos mais velhos. Esse crescimento é mais pronunciado nos grupos etários mais velhos, atingindo 75% no grupo das pessoas com 90 e mais anos. É também nos mais velhos que os níveis de incapacidade atingem valores mais pronunciados.

##### OBJECTIVO

Analisar e comparar os resultados dos Censos de 2011 e 2021 referentes à incapacidade em diversas funções dos adultos com 65 e mais anos, tanto a nível nacional como nas NUTS III do interior, Viseu Dão Lafões, Beiras e Serra da Estrela, Beira Baixa.

##### METODOLOGIA

Analisaram-se e compararam-se as respostas às questões sobre incapacidade incluídas nos Censos de 2011/2021. As perguntas referem-se à visão, audição, mobilidade, memória, autonomia no banho e compreensão.

A análise foi feita por grupos quinquenais (65-69, 70-74, 75-79, 80-84, 85-89 e 90 e mais anos).

##### RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em ambos os Censos os níveis de incapacidade aumentam progressivamente ao longo da idade. Em 2011 e 2021 as incapacidades mais referidas são a autonomia no banho (16,14% e 29,38% respetivamente) e na mobilidade (11,95% e 19,99%, respetivamente).

Na comparação entre os dois censos é possível verificar que a percentagem de pessoas com incapacidade em ver e ouvir diminuem em todos os grupos etários analisados em 2021. Relativamente à mobilidade apenas o grupo dos 80-84 anos tem melhores resultados em 2021. Nas dimensões cognitivas, em 2021, aumenta o número de pessoas com incapacidade ao nível da memória nas pessoas a partir dos 85 anos e ao nível da compreensão nas de 90 e mais anos. Os resultados regionais remetem para fragilidades que podem estar relacionais com os contextos

de envelhecimento individuais e do território.

Estes níveis de incapacidade poderão ser um reflexo da redução de vida saudável aos 65 anos que aconteceu na última década.

**Keywords // Palavras-chave:** Censos; Incapacidade; Envelhecimento.

## **AGE.C-15202**

### **Admissões no Serviço de Urgência por Residentes de Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas: estudo retrospectivo**

Ângela Sofia Lopes Simões - Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias - Instituto Politécnico de Castelo Branco / Age.Comm

#### **Abstract // Resumo:**

**Introdução:** Os idosos frágeis apresentam consistentemente as taxas mais elevadas de visitas aos serviços de urgência (SU) em todo o mundo. Os residentes de Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI's) representam o grupo mais frágil de idosos, com multimorbilidade substancial, comprometimento funcional e cognitivo e alta suscetibilidade a doenças agudas. As admissões no SU frequentemente levam à hospitalização e podem estar associadas a custos significativos para o residente e para o sistema de saúde.

**Material e métodos:** Estudo retrospectivo, descritivo, com termino previsto para dezembro 2023. Através de amostragem aleatória foram recolhidos dados de 1676 episódios de utilização do SU da Unidade Local de Saúde de Castelo Branco, no ano de 2019, por residentes de ERPI's. Apresentaremos as características sócio demográficas, dados relativos à utilização do SU e local de morte.

**Resultados:** 63,3% dos residentes em ERPI's que foram admitidos no SU eram do género feminino; com uma média de idade de 86 anos (mediana 88); 45,5% viúvos; 65,2% sem escolaridade. Apresentavam níveis severos de multimorbilidade, 42,1% com demência; 91,2% polimedicado. As admissões foram uniformes ao longo de todos os dias da semana e dos meses do ano e cerca de 57% ocorreram entre as 8 e as 16 horas; em 12,2% foi ativada a viatura médica de emergência e reanimação; 56,7% triados com cor amarelo no sistema de Triagem de Manchester; 58,6% recorrem ao SU em contexto de descompensação de doença prévia; 58,7% com 2 ou mais admissões no SU no último ano; 23,3% foram internados em serviço de agudos. Desse internamentos 5,3% resultaram em óbito. Do total dos episódios 35,7% morreram na ERPI e 28,9% num serviço de agudos;

**Conclusões:** Os resultados disponíveis demonstram que a admissão de idosos residentes em ERPI, nos serviços de urgência é frequente. Os idosos admitidos normalmente apresentam elevada complexidade pelos níveis severos de multimorbilidade, polimedicação e elevada prevalência de demência. Essa confluência de complexidade coloca desafios significativos para a prestação de cuidados.

**Keywords // Palavras-chave:** Serviço de Urgência; Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas; Idosos.

**Reabilitação vestibular informal em doentes com vertigem crónica: Qual a evidência?**

Carolina Carneiro - USF Anta

Joana Silva - USF Anta

Filipe Santos - USF Anta

Sara Leite - USF Anta

**Abstract // Resumo:**

**Introdução**

A prevalência, frequência e gravidade da vertigem aumenta com a idade, trazendo graves consequências nas atividades de vida diárias destes doentes. Para além disso esta também representa uma sobrecarga económica substancial, como resultado do absentismo ao trabalho e elevado uso dos cuidados de saúde.

O objetivo deste trabalho é assim avaliar a eficácia de uma abordagem mais informal de reabilitação vestibular (RV), feita em casa, no tratamento de doentes com vertigem crónica.

**Métodos**

Foi realizada uma pesquisa de estudos originais, revisões sistemáticas e metanálises, nas bases de dados National Guideline Clearinghouse, Canadian Medical Association, TRIP Database, Cochrane Library, MEDLINE e PubMed, utilizando os termos "chronic dizziness", "chronic vertigo", "vestibular rehabilitation" e "vestibular exercise", publicados entre Janeiro de 2011 e abril de 2023.

Os critérios de inclusão foram: adultos ( $\geq 18$  anos) com vertigem crónica (se presente há mais de 1 mês ou a palavra crónica no título); reabilitação vestibular baseada em exercícios feitos em casa; utilização de tratamento tradicional, placebo, ou sem tratamento como grupo comparativo.

**Resultados**

Da pesquisa inicial obtiveram-se 152 artigos. Destes foram excluídos os artigos duplicados, em que não se verificou uma concordância com o objetivo da revisão ou que não cumpriam os critérios de inclusão.

Foram selecionados 3 artigos originais, todos ensaios clínicos randomizados controlados, aos quais foi atribuído nível de evidência 1. Dois dos estudos tiveram por base a entrega dos exercícios de RV via internet, enquanto um deles teve como estratégia a entrega em papel. Os 3 estudos mostraram melhorias significativas dos sintomas nos doentes a fazer RV em casa.

**Discussão**

A evidência existente sobre a efetividade da RV informal na vertigem crónica é limitada a um número reduzido de estudos, configurando uma força de recomendação B. No entanto, estes estudos demonstram eficácia terapêutica desta abordagem na melhoria da sintomatologia dos doentes, reforçando a sua aplicabilidade na prática clínica.

**Keywords // Palavras-chave:** Reabilitação Vestibular; Vertigem.

## AGE.C-17737

### **Resiliência, conciliação trabalho família e bem-estar em adultos de meia-idade em double/triple caregiving**

Carla Faria - Instituto Politécnicos de Viana do Castelo; CINTESIS@RISE

Cristina Soares - Instituto Politécnicos de Viana do Castelo

Tânia Carvalho - Instituto Politécnicos de Viana do Castelo

Sónia Dias - Instituto Politécnicos de Viana do Castelo; LIAAD - INESC TEC

#### **Abstract // Resumo:**

A meia-idade é o período mais extenso da vida adulta e o menos investigado, no entanto os adultos de meia-idade assumem um lugar nuclear, sendo cada vez mais responsáveis pelo bem-estar das gerações mais novas e mais velhas, enquanto gerem a vida profissional e têm de preparar a sua própria velhice (Infurna et al., 2020; Lachman, 2015). Estes adultos têm de lidar e adaptar-se a uma diversidade de desafios e exigências simultâneas que obrigam à mobilização de recursos, sendo apontados a resiliência como um dos recursos mais relevantes e o bem-estar como um indicador da capacidade adaptativa na meia-idade. Assim, o presente estudo tem como objetivos: (1) avaliar resiliência, conciliação trabalho-família e bem-estar em adultos de meia-idade em double e/ou triple caregiving; e (2) analisar a relação entre estas variáveis tendo em conta a condição de double e triple caregiving. Participam 123 adultos na meia-idade, em condição de double ou triple caregiving, que foram avaliados com Escala de Resiliência (Felgueiras, Festas & Vieira, 2010), Escalas de Conflito Trabalho-Família (Vieira, Lopez & Matos, 2013) e Escala de Bem-estar Psicológico (Novo, Silva, & Peralta, 2004). Os participantes apresentam idade média de 46,4 anos, maioritariamente do género feminino, casados, com formação superior. A Resiliência apresenta valores médio-altos ( $M=130,28$ ,  $dp=21,21$ ), existindo diferenças significativas no Sentido de Vida ( $U=879,0$ ,  $p=0,018$ ) com os participantes em triple caregiving a apresentar valores superiores. Apesar dos adultos em triple-caregiving apresentarem valores médios superiores no Bem-estar Psicológico, não foram encontradas diferenças significativas entre os dois grupos. A interferência trabalho-família ( $M=23,78$ ;  $dp=8,16$ ) é superior à interferência família-trabalho ( $M=18,19$ ;  $dp=8,06$ ) nos dois grupos, observando-se uma associação negativa significativa com bem-estar psicológico ( $r=-,379$   $p=.001$ ;  $r=-,405$ ;  $p=.001$ ). Estes resultados representam um avanço no conhecimento sobre adultos na meia-idade que assumem um lugar pivotal em termos familiares e sociais, particularmente no atual contexto de crescente longevidade e envelhecimento demográfico.

**Keywords // Palavras-chave:** Resiliência; Bem-estar; Conciliação trabalho-família; Meia-idade; Envelhecimento.

## AGE.C-18662

### **A Pessoa Idosa com Fratura Proximal do Fémur no Regresso a Casa: Protocolo do Estudo Quantitativo**

Paula Cristina Dias Rocha Cavaleiro Saraiva - Escola Superior de Saúde de Viseu

Cristina Lavareda Baixinho - Escola Superior de Enfermagem de Lisboa

Maria Adriana Henriques - Escola Superior de Enfermagem de Lisboa

Andrea Marques - Escola Superior de Enfermagem de Coimbra

**Abstract // Resumo:**

**Introdução:** O envelhecimento e fragilidade física associada à diminuição da massa muscular e óssea origina uma vulnerabilidade na pessoa idosa e maior risco de queda. Estima-se que uma em cada dez quedas nesta faixa etária resulte em fratura, ocasionando uma maior dependência, com um declínio funcional progressivo que dificulta o retorno ao estado funcional e social prévio à fratura, com consequente deterioração da qualidade de vida da pessoa idosa e aumento dos custos com os cuidados de saúde.

**Objetivo:** Caracterizar a pessoa idosa com fratura proximal do fémur, no regresso a casa.

**Material e Métodos:** Será realizado um estudo quantitativo, descritivo e exploratório. A amostra será não probabilística, constituída por pessoas com 65 anos ou mais, com fratura proximal do fémur, com internamento numa unidade hospitalar da região centro. Será aplicado um questionário, que integra a caracterização sócio-demográfica, a caracterização clínica, a Escala de Morse, a Falls Efficacy Scale (FES), o Time Up and Go Test (TUGT), o Test Sit to Stand, o Teste de marcha dos 10m, a Bergs Balance Scale; o Barthel ADL Index, e o Medical Outcomes Study 36-item Short Form Health Survey (SF-36). O tratamento e análise dos dados terá por base a análise estatística e inferencial, com utilização do software SPSS 27.

**Resultados:** Os resultados deste estudo irão permitir caracterizar a pessoa idosa com fratura proximal do fémur, no regresso a casa, e consequentemente gerar conhecimento que permitirá orientar o desenvolvimento de estratégias para proporcionar o retorno ao estado funcional e social prévio à fratura e simultaneamente aumentar a segurança, no sentido da prevenção de nova queda.

**Conclusões:** Deste estudo poderão derivar recomendações para a clínica que trarão ganhos ao nível da independência funcional e autocuidado, e capacidade de marcha destas pessoas, diminuindo o risco de fragmentação de cuidados e a prevalência de novas quedas.

**Keywords // Palavras-chave:** Pessoa Idosa, Fratura Proximal do Fémur.

**AGE.C-18865****A Velhice Viva por Centenários Residentes em Domicílio**

Cláudia Dias da Silva Laranjeira - UCSP Sertã

**Abstract // Resumo:**

Avanços científicos e tecnológicos bem como a melhoria das condições de vida têm vindo a contribuir para diminuir a mortalidade e aumentar a esperança de vida assistindo-se, nos últimos anos, a uma maior longevidade.

É expectável que o número de centenários aumente sendo um privilégio alcançar tal idade cronológica levando este facto a novos e importantes desafios sociais, políticos, económicos e de saúde.

Sabe-se que o único ponto comum em idosos com 100 anos é a idade, pois cada um deles tem a sua história e experiências de vida levando a que tenham uma forma original de pensar e de se comportar.

Através deste estudo pretendeu-se conhecer como é vivida a velhice por centenários. Trata-se de um estudo misto, descritivo e exploratório. Para recolha de dados utilizou-se a entrevista por questionário e a recolha das narrativas de histórias de vida através de entrevista em profundidade com tópicos guia para nortear as mesmas e aprofundar a recolha de dados, notas de

campo e gravação áudio. Aplicado a idosos com 100 ou mais anos residentes em domicílio num Concelho do Interior do país.

Os resultados mostram-nos que o discurso dos centenários é marcado por angústia e tristeza já que estes centraram a imagem de velhice associada somente a perdas não valorizando no seu discurso os ganhos em termos de experiência e sensatez, que tal longevidade lhes permitiu alcançar. Não sabem o que permitiu que alcançassem tal idade cronológica, contudo apontam Deus como o responsável por terem superado as adversidades e ter chegado aos 100 anos. Conclui-se que atingir 100 anos nos dias de hoje, é ultrapassar em cerca de 20 anos a esperança de vida em Portugal sendo possível atingir tal longevidade com saúde e sem incapacidade física e cognitiva.

**Keywords // Palavras-chave:** Envelhecimento, longevidade, centenários.

## AGE.C-19432

### Atitude Mental e Robustez Psicológica para um Envelhecimento Saudável

Maria Cristina Campos de Sousa Faria - Instituto Politécnico de Beja, Portugal

#### Abstract // Resumo:

A longevidade que observamos na nossa época é uma das conquistas mais notáveis da humanidade. Por certo, a qualidade dos serviços de apoio social e de saúde são determinantes. Contudo, a adoção consciente de estilos de vida saudáveis ao longo da vida contribui para uma existência mais saudável na velhice e proporciona um benefício potencial para a preservação da saúde e da autonomia, viabilizando um envelhecimento saudável, gratificante e longo. A literatura científica tem evidenciado como a qualidade de vida, o bem-estar, a manutenção das qualidades mentais, físicas e sociais estão diretamente relacionados com o desempenho de ocupações significativas e satisfatórias que facilitam viver melhor. É de esperar que uma atitude mental de crescimento possibilite saber envelhecer bem e lidar com situações de stress.

Numa perspetiva psicológica da inteligência, podemos considerar dois tipos de atitude mental: a atitude mental fixa, que gera a urgência de nos colocarmos sempre à prova; e a atitude progressiva ou de crescimento, que se baseia na crença de que as nossas qualidades básicas são algo que temos oportunidade para desenvolver através do esforço, estratégias e ajuda dos outros.

Embora o sucesso possa reforçar o sentimento de competência pessoal, o fracasso debilita-o, aumentando o risco de fuga ou evitamento de situações adversas, suscetíveis de desafiar e vulnerabilizar a competência pessoal. Aqui a robustez psicológica compreendida nas dimensões de auto-percepções de controlo, compromisso, e desafio pode ajudar a lidar com os acontecimentos de vida stressantes de modo a transformá-las em experiências positivas de desenvolvimento humano.

Neste estudo procuramos compreender de que forma a robustez psicológica e a atitude mental face ao envelhecimento podem contribuir para uma longevidade saudável. Foi realizada uma revisão sistemática da literatura para integrar as informações existentes, que seguiram os princípios do PRISMA, gerando dados que auxiliam a tomada de decisões e estratégias que conduzam a boas práticas.

**Keywords // Palavras-chave:** Adultos, Longevidade, Envelhecimento Saudável, Mindset, Robustez Psicológica.

**Effects of music on muscle strength production in the elderly**

Marina Sofia Oliveira Saraiva - RoboCorp Laboratory, i2A, Polytechnic Institute of Coimbra; Centre for Mechanical Engineering, Materials and Processes, CEMMPRE, University of Coimbra; Dr. Lopes Dias Health School, Sector of Physiotherapy, Polytechnic Institute of Castelo Branco, Portugal

Beatriz Santos - Coimbra Health School, Polytechnic Institute of Coimbra

Nuno Tavares - Faculty of Sports and CIAFEL, University of Porto, Portugal

Maria António Castro - RoboCorp Laboratory, i2A, Polytechnic Institute of Coimbra; Centre for Mechanical Engineering, Materials and Processes, CEMMPRE, University of Coimbra; School of Health Sciences, Sector of Physiotherapy, Polytechnic Institute of Leiria

**Abstract // Resumo:**

Background: Listening to music can positively affect cognition and mobility, influence adherence to training programs, psychophysical and physiological responses, and improve performance and psychological state. Contributing to the better health status of older people is very important, and muscular strength plays a fundamental role in improving physical function and functional capacity. Objectives: This study aimed to analyze the effect of music on muscle strength production in institutionalized older people. Methods: Twenty-four older people ( $84.21 \pm 6.08$  years) were recruited according to the eligibility criteria. Muscle strength in the upper and lower limbs was measured using a handheld dynamometer and the 30-second sit-to-stand test (baseline). Then, participants were randomly divided into two groups: a group experimental group (EG,  $n=12$ ) and a control group (CG,  $n=12$ ). EG performed handgrip strength measurements and the 30-second sit-to-stand test while listening to motivational music, and CG performed both tests without listening to music ( $t_1$ ). Then, the groups were crossed to perform the same assessments. The statistical analysis was conducted using IBM-SPSS 25.0 software, and the significance level was set at  $p < 0.05$ . Results: Differences between groups were found when analyzing the difference between baseline and  $t_1$  data of the muscle strength in lower limbs ( $GE=1.08$ ;  $GC=0.17$  repetitions,  $p = 0.004$ ), in the grip strength of the dominant hand ( $GE=0,792\text{KgF}$ ;  $GC=-0,396$ ,  $p < 0.001$ ) and non-dominant hand ( $GE=0,632\text{KgF}$ ;  $GC=-0,217\text{KgF}$ ,  $p = 0.003$ ). Within EG, the muscle strength in the upper and lower limbs increased from baseline to  $t_1$  ( $p < 0.05$ ). Conclusions: Listening to motivational music positively affects muscle strength production in older people's upper and lower limbs. Therefore, we suggest future studies that include music in clinical interventions to investigate whether music influences recovery and improves the health status of older people.

**Keywords // Palavras-chave:** music therapy, elderly, muscular strength, upper and lower limbs.

**Influência dos estímulos auditivos, visuais e proprioceptivos no equilíbrio: comparação entre adultos jovens e mais velhos**

António Pereira Coutinho - ESALD / IPCB, Age.Comm

Vitor Pinheira - ESALD / IPCB, Age.Comm

Maria Balreira Dias - ESALD

Ana Coelho Tomé - ESALD

Beatriz Neves Ascensão - EALD

João Rodrigues Neves - ESALD

Ana Robalo Martins - ESALD

Isabel Oliveira Amaral - ESALD

**Abstract // Resumo:**

**INTRODUÇÃO**

As funções vestibulares, visuais e proprioceptivas são fundamentais para o equilíbrio, porém, com o envelhecimento estas poderão sofrer alterações condicionando a interação e participação social.

**METODOLOGIA**

Amostra de indivíduos saudáveis (n=90) constituída por 2 subgrupos etários (18 a 25 e mais de 50)

Avaliou-se o equilíbrio pelo centro de pressão através de uma plataforma de forças durante a aplicação de testes auditivos, visuais e de proprioceção.

Efetuaram-se testes com e sem condicionamento auditivo, uni e bilateral, com e sem estímulo auditivo externo.

Realizaram-se testes com e sem condicionamento visual, uni e bilateral, com e sem estímulo visual externo.

Na proprioceção realizaram-se testes com apoio uni e bipodal e apoio unipodal com um interface de esponja com 10 centímetros de espessura.

**RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A ausência de estímulos auditivos influencia o equilíbrio nos adultos mais velhos. Entre participantes com mesmo nível auditivo, na maioria dos testes não têm diferenças estatisticamente significativas. Os estímulos influenciaram o equilíbrio. Adultos mais velhos apresentaram mais alterações da oscilação do centro de pressão. Agrupando por nível auditivo, não há influência do nível auditivo. Há diferenças entre faixas etárias, mas maioritariamente sem significado estatístico.

Na maioria dos testes de visão, há diferenças entre as faixas etárias, estatisticamente significativas, com valores superiores na faixa etária mais avançada, bem como nos testes de estímulo. Comparando faixas etárias para a resposta aos estímulos visuais, na amostra total, e na amostra em função do nível visual normal de cada olho, maioritariamente não se verificaram diferenças estatisticamente significativas.

Nos testes proprioceptivos adultos mais velhos apresentaram um aumento de oscilação. Analisando o impacto da alteração de superfície, contrariamente ao esperado, os adultos mais velhos tiveram melhores resultados.

**Keywords // Palavras-chave:** Audição, visão, propriocepção, equilíbrio.

## **AGE.C-21847**

### **Los Asistentes Personales en la reconfiguración del modelo de cuidados castellanoleonés: una mirada desde la sostenibilidad.**

Álvaro Elices Acero - Universidad de Valladolid

Javier García García - Universidad de Valladolid

Juan María Prieto-Lobato - Universidad de Valladolid

Carmen Rodríguez- Sumaza - Universidad de Valladolid

#### **Abstract // Resumo:**

La figura del Asistente Personal en España emerge con la Ley 39/2006, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a la Dependencia, como consecuencia del diálogo político con la iniciativa social defensora de los derechos de las personas con discapacidad. Ante el impulso reciente de la figura por parte de la administración autonómica de Castilla y León, como piedra angular de los proyectos piloto de cuidados de larga duración y al final de la vida que está implementando, la presente comunicación tiene como objetivo evidenciar las potencialidades y efectos positivos de la intervención de Asistentes Personales en los proyectos A Gusto en Mi Casa e INTecum, así como detectar aquellos aspectos que puedan suponer un hándicap para el desarrollo pleno de la figura y para la sostenibilidad de los nuevos modelos de cuidados. Para ello, se analizan las evidencias recabadas por un equipo de investigadores de la Universidad de Valladolid en el seguimiento y evaluación de ambos proyectos, con base en una metodología mixta y disponiendo de 227 encuestas, 38 entrevistas en profundidad y 9 grupos focales, en las que participan tanto profesionales de la intervención social y sanitaria como personas usuarias. Las valoraciones sobre la figura profesional del Asistente Personal en los pilotajes son altamente positivas, considerándola un elemento clave para la Atención Centrada en la Persona y la desinstitucionalización. Asimismo, el análisis de la evidencia ha permitido detectar riesgos para la sostenibilidad de un sistema de cuidados con base en la Asistencia Personal, como la falta de exploración de alternativas de intervención comunitaria, la ausencia de formación sólida o las enormes dificultades para conseguir profesionales, especialmente en el medio rural. Por todo ello, será necesario desarrollar una estrategia transversal basada en la evidencia que garantice la disponibilidad de profesionales y la sostenibilidad del sistema en el futuro.

**Keywords // Palavras-chave:** cuidados de larga duración; asistente personal; atención centrada en la persona; atención integrada.

**Percepção de idosos Brasileiros quanto aos benefícios da prática de atividade física na saúde mental**

Carolina Rego Chaves Dias - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, Bahia, Brasil

Saulo Vasconcelos Rocha - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, Bahia, Brasil

Milena Fernandez Dias - Secretária de Educação do Distrito Federal, Brasília, Brasil

Bruno Morbeck de Queiroz - Secretaria de Educação do Estado da Bahia, Salvador, Bahia, Brasil

Natália Nascimento Silva - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, Bahia, Brasil

Lélia Renata Carneiro Vasconcelos - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, Bahia, Brasil

Ariani França Conceição - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, Bahia, Brasil

Bruna Maria Palotino Ferreira - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, Bahia, Brasil

Guilherme Eustáquio Furtado - Instituto Politécnico de Coimbra, Coimbra, Portugal

**Abstract // Resumo:**

Este trabalho buscou verificar a percepção dos idosos quanto aos benefícios da prática de atividade física. Trata-se de um estudo de intervenção, de abordagem qualitativa, realizado no período de outubro a dezembro de 2022. A população alvo foi indivíduos  $\geq 60$  anos, que não estavam envolvidos em programas de exercícios físicos e fisicamente independentes, cadastrados na Estratégia de Saúde da Família, selecionadas aleatoriamente, no município de Jequié (Bahia, Brasil). A amostra inicial foi constituída por 40 idosos, divididos em dois grupos: G1: programa de exercícios multicomponente e G2: mudança de comportamento - com atividades de educação em saúde em uma intervenção de oito semanas (duas vezes por semana o G1 e uma vez a cada quinze dias o G2). O recrutamento ocorreu mediante convites e informativos deixados nos postos de saúde. A amostra final foi de 27 idosos, onde 14 participaram do grupo focal, com um roteiro de questões, sendo utilizada a análise de conteúdo de Bardin. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAEE 60974222.2.0000.0055), com base na Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde. A média de idade dos participantes foi de 72,50 ( $\pm 7,33$ ) anos, sendo a maioria mulheres (64,3%), com faixa etária entre 60-79 anos (85,7%) e alfabetizados (64,3%). Os participantes destacaram que, a realização de exercícios físicos proporciona benefícios não só na capacidade funcional, mas também na saúde mental. Isto porque, com a intervenção, foi possível a melhora da autopercepção quanto à responsabilização dos cuidados em saúde, contribuindo para o incremento da capacidade de realização das atividades diárias, de forma independente, refletindo na sensação de bem-estar e autoestima. Assim, a inclusão de idosos, em programas de atividade física, de baixo custo e curta duração, pode funcionar como um tratamento não medicamentoso efetivo no cuidado à saúde mental de idosos em situação de vulnerabilidade social.

**Keywords // Palavras-chave:** Atividade física para idoso; Saúde mental; Tratamento não farmacológico; Exercício multicomponente.

## AGE.C-23227

### **REMINDER4Care: A Dementia Risk Reduction Program for older adults at risk of social isolation and loneliness in Residential Care Facilities**

Catarina Lopes Belo Baptista - Universidade de Coimbra

Rosa Marina Afonso - Universidade da Beira Interior

Ana Rita Silva - Universidade de Coimbra

Margarida Pedroso de Lima - Universidade de Coimbra

#### **Abstract // Resumo:**

The number of cases of dementia is expected to increase, given the trend in population aging and growth. Around 50 million people live with dementia worldwide, estimated to increase to 152 million by 2050. The twelve modifiable risk factors for dementia might prevent or delay up to 40% of dementia. Multidomain lifestyle interventions can potentially reduce the risk of dementia (e.g., World-Wide FINGERS). Four percent of dementia incidents can be assigned to social isolation in later life. Besides, social isolation can increase the risk of developing dementia by around 27% over nine years compared with non-isolation among older adults. Consequently, it is imperative to consider potential interventions that may lessen the negative impact of social isolation and loneliness and, at the same time, promote dementia risk reduction. We propose to test and validate the REMINDER4Care, following a first feasibility trial of an available dementia risk reduction program, REMINDER, with Residential Care Facility (RCF) users aged 65 and above. The REMINDER includes 20 group sessions to stimulate memory, attention, executive function, and emotional regulation and promote adopting protective lifestyles for the aging brain. With the feasibility trial, we can create a valid and tailored intervention with the information of the participants and feasibility indicators. Then, we will test and validate this new version (REMINDER4Care), especially for RCT users, through a Randomized Controlled Trial (RCT). With this program, we expected to help reduce social isolation and loneliness in older adults and benefit participants from the experimental condition regarding functionality and overall cognitive functions. Moreover, we believe that with this project, we will contribute to successful aging and promoting well-being for these older adults (Sustainable Development Goals - 3).

**Keywords // Palavras-chave:** Social Isolation; Dementia Risk Reduction; Older Adults; Neuropsychological Intervention.

## AGE.C-25796

### **Risco de vulnerabilidade clínico-funcional entre pessoas idosas na capital do Brasil durante a pandemia por COVID-19**

Fabiana Medeiros de Almeida Silva - Universidade de Brasília, Brasil

Marisete Peralta Safons - Universidade de Brasília, Brasil

#### **Abstract // Resumo:**

Objetivo: : Determinar a prevalência do risco de vulnerabilidade clínico-funcional entre pessoas idosas durante a pandemia por covid-19 e identificar a associação com comportamentos de risco à saúde. Métodos: Foi realizada uma pesquisa epidemiológica, do tipo screening, com delineamento transversal e amostra representativa do Distrito Federal, Brasil. Os dados foram coletados através de um questionário eletrônico. A variável desfecho foi o risco de vulnerabilidade

clínico-funcional (IVCF-20  $\geq 7$  pontos). Para análise dos dados foram utilizados procedimentos descritivos (distribuição de frequência e intervalo de confiança) e de associação (regressão logística binária bruta e ajustada). Resultados: Foram analisados os dados de 1.363 pessoas idosas (66,0%=feminino; 34,0%=masculino), sendo a maioria com idade entre 60 e 74 anos (82,2%), com nível superior de escolaridade (50,1%), que não moravam sozinhas (76,6%), insuficientemente ativas (45,6%) e que não praticavam exercícios físicos antes (30,2%) e durante a pandemia (53,4%). A prevalência do risco de vulnerabilidade clínico-funcional foi de 30,7% e associou-se ao nível insuficiente de atividade física (OR=3,37; IC95% 2,59-4,39) e a não praticar exercícios físicos antes (OR=1,54; IC95% 1,17-2,03) e durante a pandemia (OR=2,07; IC95% 1,58-2,69). Conclusões: A prevalência de risco de vulnerabilidade clínico-funcional na amostra investigada mostrou-se elevada, sendo associada ao nível insuficiente de atividade física e à ausência de exercícios físicos. Os achados sinalizam a relevância e potencial da prática de exercícios físicos para pessoas idosas na contribuição para a melhoria funcional e condições de saúde. Portanto, são necessárias estratégias de manutenção de hábitos ativos, mesmo em períodos de distanciamento físico como imposto pela pandemia por covid-19.

**Keywords // Palavras-chave:** Estado Funcional, Pessoa Idosa, Exercício Físico, Covid-19.

#### **AGE.C-27044**

##### **Impacto de um programa de exercícios na reabilitação de indivíduos pós-Covid**

Alexandra Antunes Catalão - Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias-IPCB

Alexandra Maria André Madeira - Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias-IPCB

Abel Maria Agostinho de Lima Rodrigues - Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias-IPCB / Age.Comm

Lucinda Sofia Almeida Carvalho - Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias-IPCB / Age.Comm

##### **Abstract // Resumo:**

**Objetivos:** O objetivo principal centra-se em avaliar o impacto de um programa de exercícios na reabilitação de indivíduos que tenham sofrido de infeção por SARS-CoV-2. Os objetivos específicos focam-se em avaliar a função respiratória (pletismografia e oscilometria), a capacidade funcional e endurance cardiorrespiratória, a força dos músculos respiratórios e a qualidade de vida após um programa de reabilitação.

**Métodos:** Os participantes foram submetidos a uma avaliação inicial (T0) e uma reavaliação (T1) após a realização de um programa de exercícios de 6 semanas, realizado em meio aquático. A população deste estudo foi constituída por 8 indivíduos entre os 55 e os 75 anos, pertencentes ao concelho de Castelo Branco.

**Resultados:** Foram encontrados resultados estatísticos na comparação dos parâmetros avaliados na oscilometria, nomeadamente na resistência total das vias aéreas (R5Hz) ( $p=0,028$ ) e na impedância das vias aéreas (Z5Hz) ( $p=0,036$ ). Verificou-se uma correlação positiva entre a pressão inspiratória máxima (PIM) e a pressão expiratória máxima (PEM) ( $p=0,001$ ), entre a PIM e a relação entre a capacidade pulmonar total e o volume residual (CPT % VR) ( $p=0,028$ ), entre PEM e a CPT % VR ( $p=0,028$ ), entre a prova de marcha (PM6m) e as pressões respiratórias máximas ( $p<0,0001$ ).

Verificou-se uma correlação negativa entre a PM6m e o IMC ( $p=0,021$ ), na correlação entre a PM6m e R5Hz ( $p=0,015$ ), entre a PM6m e Z5Hz ( $p=0,014$ ), entre PM6m e a reactância das vias

aéreas das vias aéreas (X5Hz) ( $p=0,027$ ).

Conclusão: A prática de um programa de exercícios afetou positivamente a função pulmonar dos elementos da amostra em estudo, verificando-se melhorias significativas nos parâmetros avaliados pela oscilometria. Embora sem significado estatístico, foi possível averiguar que o exercício tem efeito na capacidade aeróbia dos indivíduos, existindo um aumento das distâncias percorridas na PM6m. Em geral, são necessários mais estudos sobre o impacto do exercício na força dos músculos respiratórios.

**Keywords // Palavras-chave:** SARS-CoV-2, Exercício; Função Respiratória, Capacidade funcional e Endurance cardiorrespiratória.

## AGE.C-27315

### **A natureza como preditora do bem-estar: percepções e diretrizes para reforçar a intervenção socio-ecológica junto das pessoas idosas**

Maria Helena Gomes dos Reis Amaro da Luz - Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação/CEIS20 & CEIS20

Vanessa Nunes - Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação/CEIS20

#### **Abstract // Resumo:**

Introdução: As sociedades ocidentais apresentam uma reconfiguração da sua demografia expressa num acrescido envelhecimento populacional. Portugal é um país hiper envelhecido, que tem sido desafiado em termos de conhecimento e estratégias de ação para garantir o bem-estar das pessoas idosas. Um elemento crucial para o bem-estar do indivíduo resulta da interação com múltiplos eventos da vida, sugerindo a literatura que o envolvimento com a natureza pode estimular o bem-estar em adultos mais velhos, carecendo de se aprofundar o conhecimento acerca de intervenções valorizadoras dessa relação (e.g., Duedahl et al., 2022; Luz & Nunes, 2023).

Método: Foi desenvolvido um estudo exploratório de natureza qualitativa que beneficiou de 10 entrevistas a pessoas idosas realizadas no formato "go along" (e.g., Evans & Jones, 2011) e de um grupo focal reunindo 8 participantes (investigadores e profissionais alocados a áreas do saber e da prática nos domínios do envelhecimento/velhice).

Resultados: A relação com a natureza é valorizada pelas pessoas idosas, é vista como fonte de respeito por todas as formas de vida, potencia uma atitude positiva perante a vida, faz parte de uma perspetiva de percurso de vida, sendo um preditor de bem-estar numa perspetiva holística. As interações baseadas na natureza são plurais, advogando-se que a "natureza experimentada" aumenta a saúde geral percebida. Globalmente, os vínculos da pessoa idosa com a natureza aparecem como cruciais para a sustentabilidade das pessoas e do planeta.

Conclusões: O ambiente físico e natural é um tema emergente que deve ser reforçado na discussão acerca da sustentabilidade do bem-estar das pessoas idosas. Importa, de igual modo, que o quadro orientador da teoria e da prática seja reconcetualizado como "pessoa no e com o ambiente", visto que a relação com a natureza salvaguarda em múltiplas vertentes o bem-estar das pessoas idosas.

**Keywords // Palavras-chave:** Bem-estar; Natureza; Pessoas idosas; Intervenção socio-ecológica.

### AGE.C-30540

#### **A New Paradigm: Developing and Validating an Innovative Sustainability Assessment Scale for Physical Activity Programs**

Guilherme Eustáquio Furtado - Instituto Politécnico de Coimbra - Instituto de Investigação Aplicada - I2A

Sónia Brito-Costa - Instituto Politécnico de Coimbra - Instituto de Investigação Aplicada - I2A

Adriana Caldo Silva - Universidade de Coimbra

Grasiely Faccin Borges - Universidade Federal do Sul da Bahia

#### **Abstract // Resumo:**

The evaluation of sustainability in physical activity programs (PAP) plays a pivotal role in promoting practices that not only enhance individuals' health but also have a positive impact on social, economic, and environmental dimensions. In this innovative endeavour, we have developed and validated a ground-breaking sustainability assessment scale that aims to provide a comprehensive and detailed analysis of the sustainability of such programs, aligning them with the United Nations' Sustainable Development Goals (SDGs). To construct this scale, a state-of-the-art review of potential variables was conducted, marking a new frontier in the field. This included a thorough examination of behavioural change indicators in the context of PA, and their correlation with the SDGs. Additionally, existing scales assessing the effectiveness of health intervention programs were identified, but our approach is novel in its integration of these domains. Consultations with sustainability experts were carried out, ushering in a fresh perspective to ensure the inclusion of the most pertinent indicators. In an initial phase, a provisional model was developed, marking a paradigm shift in sustainability assessment. This multifaceted and pioneering approach allowed for the identification of the 12 most appropriate indicators, and introduces an innovative scoring system that incorporates both quantitative and qualitative aspects, with subsequent conversion to assess the percentage attainment of sustainability parameters within 4 defined classification levels. This ground-breaking sustainability assessment scale for PAP represents a significant leap forward in promoting healthy and sustainable lifestyles. Its introduction will herald a new era in the development of interventions based on behavioural change models, aimed at improving the active health Aging and well-being of communities. Through aligning with the SDGs, this scale has the potential to revolutionize progress toward global targets in health, equality, education, and environmental sustainability. It will inform forward-looking public policies and strategies for a healthier and more sustainable future.

**Keywords // Palavras-chave:** Sustainability Innovative Assessment; Physical Activity Programs; Sustainable Behavior Change; SDG Alignment.

### AGE.C-35219

#### **Fragilidade e multimorbilidade nos idosos admitidos no Serviço de Urgência**

Ângela Sofia Lopes Simões - Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias - Instituto Politécnico de Castelo Branco / Age.Comm

**Abstract // Resumo:**

Introdução: Os idosos frágeis geralmente apresentam alta carga de sintomas, são admitidos recorrentemente em hospitais de agudos, com taxas elevadas de visitas a serviços de urgência (SU) e, são os principais consumidores de medicamentos e serviços de apoio social.

Metodologia: Estudo observacional, retrospectivo e descritivo. Através da amostragem aleatória, extraíram-se variáveis sociodemográficas, clínicas e de mortalidade de 8082 episódios de urgência, de pessoas com 65 ou mais anos (episódios totais de 6 dias de cada mês do ano 2019); aplicou-se a Rockwood Clinical Frailty Scale (CFS) (2004) e Charlson Comorbidity Index (CCI). Análise estatística com IBM SPSS Statistics® versão 20, com nível de significância de 0,05.

Resultados: 57% dos idosos admitidos no SU são mulheres, com média de idade de 81,52 anos; 66,3% casados; 54,6% moram exclusivamente com o cônjuge. 66,2% sem apoio social formal; 51,5% sem escolaridade. 40,9% com duas ou mais admissões no SU, no último ano; 62,3% polimedicados. 28,7% são vulneráveis e 43,6% são frágeis (níveis de maior severidade - 14,1%). Além disso, 15,1% dos idosos que recorreram ao SU, residem em ERPI, e desses, cerca de 10% têm níveis severos de fragilidade. 79% dos idosos apresentaram níveis severos de multimorbilidade. A regressão linear indica que existem diferenças significativas nas variáveis multimorbilidade, número de vindas ao SU, polimedicação e aumento da necessidade de suporte social em função do nível de fragilidade.

Conclusão: Este estudo revela alguns dados preocupantes. A maioria dos idosos que são admitidos no SU tem baixo nível de escolaridade, com apoio social insuficiente, está polimedicado, com elevados níveis de fragilidade, multimorbilidade e recorre com frequência ao SU.

**Keywords // Palavras-chave:** Fragilidade; Multimorbilidade; Idosos; Serviço de Urgência.

**AGE.C-42021****Motivações que levam cuidadores informais e doentes com necessidades paliativas a cuidar no domicílio**

Sandra Cristina Mendes Batista - Unidade de Investigação Interdisciplinar Comunidades Envelhecidas Funcionais (Age.Comm), IPCB; Instituto Politécnico de Castelo Branco, Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias; Unidade Local de Saúde de Castelo Branco, Serviço de Cuidados Intensivos Polivalente

Ana Paula Gonçalves Antunes Sapeta - Unidade de Investigação Interdisciplinar Comunidades Envelhecidas Funcionais (Age.Comm), IPCB; Instituto Politécnico de Castelo Branco, Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias; Universidade de Navarra, Instituto Cultura y Sociedad, Navarra

Isabel Carvalho Beato Ferraz Pereira - Escola Superior de Enfermagem de Lisboa

Célia Simão de Oliveira - Escola Superior de Enfermagem de Lisboa

**Abstract // Resumo:**

Introdução: Grande parte dos doentes com necessidades paliativas é cuidada no domicílio por longos períodos. A díade, cuidador informal e doente, desempenha um papel vital ao assegurar cuidados no domicílio e ao potenciar a sustentabilidade de serviços de saúde e sociais.

Objetivos: Identificar as motivações que levam cuidadores informais e doentes com necessidades paliativas a cuidar no domicílio;

Compreender a natureza das suas experiências, as razões que os levam a manter o cuidado em

casa e quais as suas expetativas.

**Metodologia:** Os dados fazem parte de um estudo Grounded Theory sobre o processo de cuidado informal no domicílio. **Participantes:** doentes (n9) e seus cuidadores informais (n9) selecionados por amostragem intencional e depois teórica, até saturação dos dados. Dados recolhidos no domicílio dos participantes, na região centro de Portugal. Realizadas entrevistas semiestruturadas (n12) e observação não-participante, com entrevistas de episódio, entre junho e outubro 2022. Efetuada análise comparativa constante e codificação – aberta, axial e seletiva. Utilizado NVivo® para gestão de dados. Estudo aprovado por duas Comissões de Ética.

**Resultados:** os participantes descreveram múltiplos motivos, interrelacionados entre si. Cinco temas surgiram como principais motivações – Garantia de segurança, conforto e autonomia; Preservação do Eu; Vinculação afetiva; Cuidam por dever moral e Cuidam por dever social.

**Conclusões:** As motivações para cuidar assumem um papel determinante na forma como as díades constroem os cuidados, nas dinâmicas que instituem e no esforço que fazem para manter os cuidados no domicílio. Estas motivações não são estáticas, evoluem ao longo do tempo de acordo com as circunstâncias e a experiência vivida. Compreender as motivações subjacentes ao cuidar permite às equipas de saúde identificar áreas onde podem potenciar o sucesso deste cuidado, aumentar a satisfação dos envolvidos e prevenir eventuais situações de conflito entre os planos de cuidados por si instituídos e as expetativas das díades.

**Keywords // Palavras-chave:** cuidador informal; doente com necessidades paliativas; motivações para cuidar; domicílio.

## AGE.C-42181

### **Independência Funcional e Qualidade de Vida no processo de Envelhecimento de Pessoas com Necessidades Especiais**

Maria Jesus Pinto - Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias/ Instituto Politécnico de Castelo Branco

Vítor Manuel Barreiros Pinheira - Age.Comm/IPCB

#### **Abstract // Resumo:**

**Objetivos:** Perceber a relação entre o processo de envelhecimento e a independência funcional/qualidade de vida em adultos com necessidades especiais.

**Materiais e Métodos:** Amostra constituída por adultos com necessidades especiais (n=29), com idades entre 37 e 68 anos entrevistados presencialmente. Avaliou-se a qualidade de vida (GenCat) e a funcionalidade (Medida de Independência Funcional). Nível de deterioração cognitiva avaliado pelo Teste de Declínio Cognitivo de 6 Itens. Entrevistas com 20 perguntas relativas à evolução da independência funcional e qualidade de vida nos últimos 5 anos.

**Resultados:** O percentil de qualidade de vida em pessoas com necessidades especiais diminuiu com o aumento do nível de deterioração cognitiva e com menores níveis de literacia. É maior em sujeitos mais novos e em indivíduos que vivem com familiares. A maioria dos participantes é independente na realização da maioria das tarefas. A faixa etária dos 61-70 anos foi aquela que demonstrou menor grau de independência funcional. Os sujeitos que vivem em lares residenciais revelam maior necessidade de auxílio na realização de tarefas. Relativamente à evolução dos participantes, a maioria manteve o seu grau de (in)dependência ao longo dos últimos cinco anos. Tendo em conta os fatores que influenciam a qualidade de vida,

agravaram-se as queixas físicas, sendo que nas restantes dimensões a maioria manteve ou melhorou a situação.

Conclusão: Este estudo permite concluir que o envelhecimento tem um impacto positivo a nível das interações sociais e comportamentos de saúde, e negativo a nível das queixas físicas em pessoas com necessidades especiais. Não foi possível concluir que o envelhecimento tenha impacto na capacidade de realização das atividades de vida diária, nem a nível da atividade física, relações familiares, relações interpessoais, estado emocional e satisfação geral desta população. Mais estudos descritivos e quantitativos, com um maior tamanho de amostra são necessários.

**Keywords // Palavras-chave:** Envelhecimento, Funcionalidade, Qualidade de Vida, Necessidades Especiais, Independência Funcional.

## AGE.C-42538

### Hematological changes in aging

Marisa Regina Reduto Santos Barbeira - AGE.COMM-IPCB, Portugal

Francisco Santos Ferreira - ESALD-IPCB, Portugal

#### **Abstract // Resumo:**

Aging is a complex process that intrinsically affects several physiological systems, including the hematological system. Hematological alterations associated with aging have deserved great attention due to their implications for the health and well-being of the elderly. These changes cover a wide range of aspects, such as the production, function and regulation of blood cells. Their understanding is essential to identify potential health risks and develop effective interventions. In this sense, the objective of this study was to relate hematological changes with aging. A systematic literature search strategy was developed in several electronic scientific databases. Studies reveal that one of the prominent hematological changes in aging is anemia. According to the World Health Organization, about 24.8% of individuals over 60 years of age worldwide are affected by anemia. Additionally, leukemia also has a higher incidence rate in this age group. The American Cancer Society reports that the average age at diagnosis of leukemia is 66 years and that the elderly population has an incidence rate ten times higher than that of younger individuals. Likewise, lymphoma is also more prevalent in the elderly, with approximately 60% of lymphoma diagnoses occurring in individuals over 65 years of age. In addition, platelet function changes during the aging process, resulting in an increased risk of platelet dysfunction and abnormal blood clotting. Taking into account these hematological changes associated with aging and their impact on the incidence and severity of anemia, leukemia and lymphoma, it is crucial to delve deeper into their underlying mechanisms. Understanding these processes will contribute not only to effective treatments, but also to improve the overall quality of life of the elderly.

**Keywords // Palavras-chave:** aging, hematology.

**Behavior Change for Sustainable Health: An Action Research Protocol for the Validation of the "Sustainability Awareness" Questionnaire in a Sample of Community-dwelling Older Adults**

Guilherme Eustáquio Furtado - Instituto Politécnico de Coimbra - Instituto de Investigação Aplicada - i2A

Sónia Brito-Costa - Instituto Politécnico de Coimbra

Saulo Rocha Vasconcelos - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Antônio Felipe Souza Gomes - Universidade Federal de Ouro Preto

Albená Nunes-Silva - Universidade Federal de Ouro Preto

Adriana Caldo Silva - Universidade de Coimbra

Grasiely Faccin Borges - Universidade Federal do Sul da Bahia-UFSB

**Abstract // Resumo:**

In recent years, sustainability consciousness (SC) has gained significant importance in understanding the Sustainable Development Goals (SDGs). Increasing SC among the population is crucial for comprehending the environmental, economic, and social challenges related to human health. The intricate relationship between SC, physical and mental well-being is a multifaceted connection. However, in Portuguese and Brazilian contexts, there is currently no instrument to assess SC. This study aims to present the methodology for translating, validating, and cross-culturally adapting the Sustainability Consciousness Questionnaire (SCQ) into Brazilian (SCQ-BR) and European Portuguese (SCQ-PT). The SCQ is a scale designed to measure individuals' level of SC, encompassing their perception, attitudes, and behaviours related to the SDGs. The validation and cultural adaptation process of the SCQ follows established guidelines, including initial translation, back-translation, expert committee review, cultural adaptations, pre-testing, and final revisions. The questionnaire will be administered to community-dwelling older adults who speak Brazilian and European Portuguese, with an expected sample size of approximately 350 participants per country. The cities of Bragança, Porto, Leiria, Aveiro, Coimbra, Guarda, Lisbon, as well as various states in Brazil, will serve as the primary locations for questionnaire distribution. Dissemination will occur online, featuring a test battery comprising sociodemographic questions, a self-assessment section for physical and mental health, and the SCQ. Statistical analysis will encompass exploratory and confirmatory factor analyses, internal consistency assessment, convergent and discriminant validity analysis, and test-retest analysis for reproducibility. Anticipated results include successful validation of the SCQ in different age groups and exploration of the relationship between SC, physical and mental health in the community-dwelling older adult population. The study's conclusions will significantly contribute to behavioural change interventions promoting healthier, active, and sustainable lifestyles, aligning with the SDGs, particularly 3 (Good Health and Well-being), 4 (Quality Education), and 17 (Partnerships for the Large-Scale Implementation of the SDGs).

**Keywords // Palavras-chave:** Behaviour Change, Sustainable Health, Action Research, Community-dwelling Middle Aged Adults.

## AGE.C-45328

### Vulnerabilidade do idoso, enquanto sujeito de investigação

Isabel Maria de Sousa Lourenço - IPCB / Age.Comm

#### **Abstract // Resumo:**

Introdução: Todos somos vulneráveis, quando nos encontramos numa situação de inferioridade em relação ao Outro. O idoso será tanto mais vulnerável quanto mais avançada for a sua idade, além de outras variáveis, o grau de escolaridade, literacia em saúde, estado emocional, integração social e familiar, institucionalização, comorbilidades existentes, etc. Qualquer estudo realizado em idosos, a responsabilidade do investigador é estar atento á Pessoa e suas possíveis fragilidades. O consentimento informado é o documento de autorização para o estudo, deve ser redigido em linguagem simples e de acordo com a população a ser inquirida, “os idiomas locais podem facilitar a comunicação das informações” de modo a garantir a compreensão do idoso, pois, “em nenhum caso a permissão de um líder comunitário ou de outra autoridade pode substituir o consentimento informado individual” (CIOMS), o qual deverá ser previamente aprovado por uma Comissão de Ética.

Objetivo: salientar a importância da atenção à vulnerabilidade do idoso enquanto sujeito de investigação de acordo com as diretrizes internacionais.

Metodologia: análise textual das diretrizes internacionais na orientação da pesquisa em pessoas vulneráveis.

Resultados/discussão: A OMS em 2002 definiu vulnerabilidade, identificando como mais vulneráveis, entre outros, os idosos. No entanto, “pessoas com capacidades iguais podem enfrentar barreiras diferentes atendendo a quem são, onde vivem ou o que fazem”, não devemos considerar que todos os idosos são vulneráveis, mas sim estar atentos a fragilidade. Em 2005, a DUBDH no artigo 8º “Respeito pela vulnerabilidade humana e integridade pessoal”, refere que “...os indivíduos e grupos particularmente vulneráveis devem ser protegidos...”. Em 2018, a CIOMS na diretriz 15, define as orientações da “pesquisa com pessoas e grupos vulneráveis”, o idoso enquanto sujeito de investigação, em determinadas situações pode “ser incapaz de proteger os seus próprios interesses”, quer seja pela limitação da capacidade de decisão quer pela relação de dependência de cuidadores ou por motivos de institucionalização.

**Keywords // Palavras-chave:** Vulnerabilidade; Idoso; Investigação; Consentimento informado; Diretrizes internacionais.

## AGE.C-45729

### Isolamento Social e percepção de Solidão nos idosos que residem sós - UF de Sobreira Formosa e Alvito da Beira

Adriana Margarida Cardoso Mendes - Bolseira Age.Comm

Maria João Guardado Moreira - Age.Comm/ IPCB

#### **Abstract // Resumo:**

Em Portugal, cerca de 50% dos agregados familiares unipessoais são constituídos por uma única pessoa com idade igual ou superior a 65 anos. A morte do cônjuge, familiares e amigos, bem como as distâncias geográficas de membros da família pode originar situações de isolamento e solidão, devido à percepção de falta de suporte. Objetivos: A presente investigação teve como

principais objetivos identificar as causas que poderão estar na origem de possíveis situações de isolamento social, da perceção de solidão nos idosos que residem sós na União de Freguesias de Sobreira Formosa e Alvito da Beira, bem como identificar a relação entre as redes de suporte social dos idosos e possíveis sentimentos de isolamento social e solidão. Metodologia: Estudo de carácter quantitativo e descritivo, com uma amostra por conveniência e constituída de acordo com os critérios de inclusão no estudo. Foi utilizado como instrumento de recolha de dados um questionário, devidamente testado através de pré-teste. Respeitando a confidencialidade e o carácter voluntário da participação, foram inquiridas 117 pessoas idosas que residem sozinhas na freguesia em estudo, dos quais 96 são do sexo feminino e 21 do sexo masculino. Resultados: 56,4% das pessoas idosas inquiridas, referem que costumam sentir-se sós, 55% das mulheres e 62% dos homens. São as pessoas idosas viúvas que em maior percentagem referem sentir solidão, sentimento que tende a acentuar-se com o avanço da idade, verificando-se uma tendência para o sentimento de solidão estar mais presente em pessoas idosas com menor escolaridade. A maioria das pessoas idosas inquiridas apresentam um número reduzido de contactos semanais, 44% dos inquiridos contactam apenas com até 5 pessoas durante a semana. Conclusões: Com base nas necessidades identificadas, foi criada uma proposta de intervenção que procura minimizar sentimentos de isolamentos e solidão em idosos que residem sós na área geográfica em estudo.

**Keywords // Palavras-chave:** Envelhecimento, solidão, isolamento social.

#### **AGE.C-46326**

#### **Predictors of quality of life in older adults benefitting from institutionalized care and support during the COVID-19 pandemic.**

Elzbieta Malgorzata Bobrowicz-Campos - Centre for Psychological Research and Social Intervention, Iscte - University Institute of Lisbon, Portugal

Susana Justo-Henriques - Health Sciences Research Unit: Nursing (UICISA:E), Nursing School of Coimbra, Portugal

#### **Abstract // Resumo:**

This observational study with mixed-method design aimed to identify the main predictors of quality of life in older adults who benefited from institutionalized care and support during the COVID-19 pandemic. The study was registered in ClinicalTrials.gov (NCT05379426) and was approved by the Ethics Committee from the Health Science Research Unit: (Approval Number: P871\_04\_2022).

Fifty-eight institutions (nursing homes, adult day centres, and home support services located in different regions of Portugal) got involved in the study, recruiting a total of 878 potential participants. Of these, 847 met the eligibility criteria, and 845 completed the assessment procedures. Data were collected between June and July 2022, using sociodemographic and clinical questionnaires, as well as the Quality of Life in Alzheimer's Disease scale, Centre for Epidemiologic Studies Depression Scale, Geriatric Anxiety Inventory, Loneliness Scale, Mini-Mental State Examination and Frontal Assessment Battery. Additionally, a semi-structured interview was conducted on the difficulties experienced during the pandemic period. To establish which variables better explain quality of life (overall and in the social, psychological, and physical domains), multivariate regression analyses, using a stepwise method, were performed. These analyses were

undertaken separately for older adults residing in nursing homes (n = 612) and for older adults residing in the community (n = 233).

Depression, loneliness, cognitive functioning, age, and informal support network were the significant predictors of quality of life in both older adults' groups. In residents of nursing homes, additional influence of anxiety and education was established. As for the older adults from the community, additional contribution of health status was verified.

The study findings will be discussed considering the testimonies obtained through the interviews, which will contribute to a better understanding of the experiences of the older adults during the pandemic period, and which will allow outlining responses to minimize the negative impact of these experiences.

**Keywords // Palavras-chave:** older adults; covid-19; quality of life; predictive factors.

## AGE.C-47202

### **Equidade na saúde: análise de barreiras e facilitadores no acesso da pessoa idosa com perda auditiva ao serviço especializado**

Maria Eduarda Vercesi De Carvalho - Universidade Federal de São Carlos

Maria Fernanda Colela Rodrigues - Universidade Federal de São Carlos

Maria Aparecida Pereira Brito - Universidade Federal de São Carlos

Letícia Felice Olaia - Universidade Federal de São Carlos

Luzia Cristina Antoniossi Monteiro - Universidade Federal de São Carlos

#### **Abstract // Resumo:**

O envelhecimento sustentável e a implementação de políticas de saúde efetivas de atenção à pessoa idosa são temas de extrema importância, especialmente considerando a dimensão da vulnerabilidade que muitos idosos enfrentam. À medida que a população mundial envelhece, torna-se crucial garantir que estes tenham acesso a serviços de saúde adequados, apoio social abrangente e oportunidades de participação plena na sociedade. No âmbito gerontológico, é possível identificar alterações biopsicossociais decorrentes do envelhecimento, as quais possuem implicações na vida cotidiana. Dentre as alterações mais acentuadas, destaca-se a Perda Auditiva Relacionada à Idade (PARI), que pode resultar em barreiras, limitando a participação socioespacial e o exercício dos direitos. Neste sentido, o objetivo desta pesquisa foi analisar as barreiras e facilidades enfrentadas pela população com PARI ao acessar o serviço especializado em uma cidade paulista. O estudo foi realizado no Centro Especializado em Reabilitação (CER), uma política pública integrada pelo Sistema Único de Saúde (SUS), e em sua área circundante. Tratou-se de uma pesquisa transversal, exploratória e de abordagem quanti-qualitativa, financiada pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP) por meio do processo 2021/13488-8. Os participantes do estudo foram gestores e profissionais do CER, e a coleta de dados ocorreu por meio de um roteiro semi-estruturado e visitas. Os resultados revelaram algumas dificuldades na mobilidade urbana e na comunicação entre os profissionais e os pacientes com PARI. Por outro lado, o CER apresentou facilidades, indicando uma política eficiente e adequada, possibilitando a utilização e fruição do ambiente e dos serviços oferecidos. A implementação de serviços qualificados e a adoção de políticas que valorizam e protegem os direitos das pessoas idosas, são passos fundamentais para alcançar a equidade na saúde e construir uma sociedade que promova o bem-estar de todas as faixas etárias.

**Keywords // Palavras-chave:** Idoso; Perda Auditiva Relacionada à Idade; Acessibilidade.

### AGE.C-48436

#### **Being Welcomed: a predictor of working life extension.**

Maria Cadilhe - Faculty of Psychology and Education Sciences, University of Porto, Portugal; Center for Psychology, Faculty of Psychology and Education Sciences, University of Porto, Portugal

Ana I. Rodrigues - Faculty of Psychology and Education Sciences, University of Porto, Portugal

Isabel R. Pinto - Faculty of Psychology and Education Sciences, University of Porto, Portugal; Center for Psychology, Faculty of Psychology and Education Sciences, University of Porto, Portugal

Marta Santos - Faculty of Psychology and Education Sciences, University of Porto, Portugal; Center for Psychology, Faculty of Psychology and Education Sciences, University of Porto, Portugal

#### **Abstract // Resumo:**

As a result of an ageing global population, 21 out of 27 European countries are forecasting an increase in the retirement age by 2030. Assuming that people will have to work longer, it is imperative to understand under which work and health conditions they feel capable of doing so. Using a cross-national public database, a sample of participants aged 68+ from 24 European countries (N=3,156) was considered, and the group of participants who were still working was compared to the group who were already retired. Through a binary logistic regression, it was possible to understand that disagreement with recognition at work is a significant predictor of retirement. Even for older workers who are stable in terms of employment and health, continuing to work beyond retirement age may not be an option, as they do not experience recognition for their contribution from leadership, peers, or the culture of the organization where they work. This data reinforces the importance of organizations keeping in mind the importance of developing practices to achieve a less stereotyped view of age on the part of leaders. It is concluded that the extension of the retirement age can not neglect the work conditions and must be accompanied by measures that promote recognition of the work of all workers.

**Keywords // Palavras-chave:** ageing, work, retirement, recognition.

### AGE.C-48722

#### **Proteção social de média complexidade à saúde integral para idosos: centro-dia**

Carolina Ramos Semensato - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

Vania Aparecida Gurian Varoto - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar

#### **Abstract // Resumo:**

Introdução: Espaços que prestam assistência diurna para as pessoas idosas e seus familiares, conhecidos como Centros Dia para Idosos (CDI), estão aumentando em número nos municípios brasileiros e têm relevância social. Objetivo: Caracterizar o perfil de idosos que procuram vagas para cuidados diurnos em dois municípios do oeste do estado de São Paulo, Brasil. Metodologia: Natureza exploratória, descritiva e de abordagem qualitativa e quantitativa. A análise foi baseada nos fundamentos de conteúdo, cuja coleta foi efetuada no banco de dados de um grupo de pesquisa, referente aos dados de 26 instituições de acolhimento integral e verificou-se a busca por vagas para cuidados diurnos, do tipo CDI para 25 idosos, no ano de 2020. Todos os cuidados éticos foram observados. Resultados: Das 25 solicitações por vagas de cuidados diurnos

nos, a maioria 18(72%) foi para as mulheres com mediana de idade de 78 anos, viúvas (100%), residindo sozinhas. Verificou-se neste grupo a indicação de vulnerabilidades de ordem social e saúde, com necessidades de apoios na vida cotidiana, mobilidade e interação social. As filhas (14;56%), casadas e com mediana de idade de 59 anos, tiveram destaque na busca pela vaga. Discussão: O envolvimento social e apoio de cuidados nas atividades de vida diária são essenciais para a integralização à saúde. Algumas vulnerabilidades podem comprometer o dia a dia das pessoas idosas e seus familiares, uma vez que exigem acompanhamento diário, comprometimento na oferta de cuidados por parte de todos os envolvidos, assim como, a interação com a comunidade. A oferta de cuidados nos CDIs oportuniza a proteção social de média complexidade, promoção da equidade em saúde nos diferentes territórios e estabelece a manutenção dos vínculos familiares.

**Keywords // Palavras-chave:** Centro dia, Família, Idoso frágil, Saúde.

## **AGE.C-49325**

### **A pessoa com úlcera por pressão: prevalência e fatores determinantes**

Paula Cristina Dias Rocha Cavaleiro Saraiva - Escola Superior de Saúde de Viseu

Susana Marisa Loureiro Pais Batista - Escola Superior de Saúde de Viseu

Carlos Manuel Sousa Albuquerque - Escola Superior de Saúde de Viseu

Francisca Gueidão Coito - Escola Superior de Saúde de Viseu

Helena Santos Monteiro - Escola Superior de Saúde de Viseu

Liliana Isabel Cardoso Loureiro - Escola Superior de Saúde de Viseu

Luana de Jesus Adelino - Escola Superior de Saúde de Viseu

Marta Sofia Pereira Mouta - Escola Superior de Saúde de Viseu

Sara Cristina dos Santos Chiquelho - Escola Superior de Saúde de Viseu

Rui Pedro Loureiro - Centro Hospitalar Tondela-Viseu

Filipe Pimenta - Centro Hospitalar Tondela-Viseu

### **Abstract // Resumo:**

**Introdução:** As úlceras por pressão (UPP) são um problema associado aos cuidados de saúde que afetam a qualidade de vida da pessoa doente e seu cuidador informal/ família, com um impacto real nos custos que implicam o seu tratamento.

**Objetivo:** Determinar a prevalência e os fatores determinantes de UPP entre os utentes hospitalizados durante o ano de 2022 num Centro Hospitalar da região centro do país.

**Material e Métodos:** Estudo observacional de natureza quantitativa em coorte transversal e foco retrospectivo com recolha de dados clínicos para identificar a casuística e o perfil da pessoa com úlcera por pressão.

**Resultados:** De um total de 17540 utentes internados no ano de 2022, 1511 já possuíam UPP o que corresponde a 8,6% do total. Desses, 53,8% eram do género masculino, com uma média de idade de 81,1 anos, encontrando-se a maioria (54,1%) internado no serviço de cirurgia. Relativamente à localização, a região sacra representou 3,2% do total de UPP, sendo em 22,4 % dos casos adquiridas no domicílio, seguindo-se de 15,5%, em lares. Quanto à categoria, 32,7% das pessoas internadas apresentaram lesões categoria II, seguindo-se a categoria III, representando 20,6% dos casos. Os utentes internados nos serviços de Medicina, Cirurgia e UCIP apresentam

maior risco de UPP, apurando-se a idade e a falta de atividade como os seus fatores determinantes.

Conclusões: O utente que, em ambiente hospitalar se encontra mais exposto ao risco de desenvolver UPP, é idoso e encontra-se internado nos serviços de medicina interna, cirurgia e cuidados intensivos. A idade e falta de atividade, revelaram-se os fatores determinantes para o aumento do risco de UPP. Tendo em conta estes resultados, revela-se fundamental a implementação de intervenções preventivas adequadas ao nível de risco identificado, com o objetivo maior de prevenir complicações e melhorar a qualidade de vida destes utentes.

**Keywords // Palavras-chave:** Úlcera por pressão; internamento hospitalar; Enfermagem.

## **AGE.C-49421**

### **Is rehabilitation enough? A 5-years data analysis on the profile of older people admitted to a Convalescence Unit**

Vanessa Luísa Botas Alpalhão - Egas Moniz School of Health and Science; ESALD- Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias; CVP- Cruz Vermelha Portuguesa de Vila Viçosa

Ana Sofia de Andrade Rodrigues - CVP- Cruz Vermelha Portuguesa de Vila Viçosa

Nuno do Carmo Cordeiro - ESALD- Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias; AGE.COMM- Interdisciplinary Research Unit-On Building Functional Ageing Communities

#### **Abstract // Resumo:**

Objectives: To characterize the demographic, clinical, functional and socio-familiar profile of older adults admitted to a convalescence unit and to explore the association between the functional and socio-family status at admission and future referral to long-term care facilities.

Methods: A retrospective analysis was conducted on data from older adults admitted to a Convalescence Unit (in Alentejo) over a 5-years period. Characterization of studied variables was made through descriptive statistics. Association between functional and socio-familiar status and referral to long-term care facilities was investigated with Chi-square test. The strength of the association between the variables was assessed by calculating the Odds ratio and respective confidence intervals.

Results: Over 5 years 550 older adults were admitted. The mean age of the patients was 79.71 ( $\pm 7.19$ ) years, with ages ranging from 65 to 99 years old. Females represented 62.7% of all patients. The main causes of admission were fractures/total hip or knee arthroplasty ( $n=241$ ; 43.8%) followed by neurological conditions ( $n=177$ ; 32.2%). At admission 39.3% ( $n=216$ ) of patients had severe dependence and 31.6% ( $n=174$ ) total dependence on Activities of Daily Living. Concerning socio-familiar support 43 patients (7.82%) had previously been institutionalised in residential facilities for older people. In the remaining 507 patients, 46.9% ( $n=238$ ) had severe social deterioration. An association between socio-familiar ( $p=0.000$ ; OR:4.28, CI [2,40;7,63]), functional status ( $p=0.046$ ; OR:2,77, CI [0.98;7,85]) and referral to long-term care facilities was identified.

Conclusions: The lack of socio-familiar support seems to be a more decisive risk factor than the level of functionality at the time of admission for referral to long-term facilities. The investment made in rehabilitation in convalescent units needs to be accompanied by social policies that allow older adults who need some kind of support to be integrated into the community.

**Keywords // Palavras-chave:** older adults; social support; physiotherapy; in-patient rehabilitation; discharge.

### AGE.C-51083

#### **Envelhecer na comunidade: percepção da satisfação com a vida, bem-estar e felicidade das pessoas idosas em contexto institucional e comunitário.**

Carolina Nogueira Fonseca - Doutoranda do Programa Interuniversitário de Doutoramento em Serviço Social (FPCE-UC e FCH-UCP)

Mónica Alexandra Vidal Teixeira - Professora Auxiliar Universidade Lusófona; doutoranda do Programa Interuniversitário de Doutoramento em Serviço Social (FPCE-UC e FCH-UCP)

Ana Paula Caetano - Professora Universidade Lusófona; doutoranda do Programa Interuniversitário de Doutoramento em Serviço Social (FPCE-UC e FCH-UCP)

#### **Abstract // Resumo:**

Introdução: O bem-estar subjetivo envolve a compreensão do indivíduo e a autoavaliação que este faz da sua própria vida, i.e., a sua satisfação com a vida. A articulação destes conceitos está associada à noção de felicidade, ao bem-estar psicológico, e à ausência de problemas, no caso das Pessoas Idosas (PI) diz respeito também à sua capacidade de adaptação e resiliência associadas ao processo de envelhecimento.

A relevância contextual do local onde se envelhece sugere-nos uma exploração e análise mais atenta sobre as PI, considerando que a maioria prefere ficar em casa o maior tempo possível devido à manutenção da independência, autonomia e conexão com o apoio social (Lawler, 2001). A realocação para espaços Institucionais compromete as relações sociais, altera as rotinas diárias e estilos de vida (deixar para trás pertences), o que pode entender-se como uma mudança na vida, ligada a emoções negativas (Van Hoof et al., 2016).

Objetivo: Analisar a diferença nas percepções das PI relativamente à satisfação com a vida, o bem-estar pessoal e a felicidade subjetiva nos diferentes contextos comunitários e institucionais.

Metodologia: Metodologia quantitativa, que pressupõe a recolha e análise de dados com apoio do/a: questionário de caracterização sociodemográfico e sociofamiliar; Escala de Satisfação com a Vida (Simões, 1992); Índice de Bem-Estar Pessoal (Pais-Ribeiro & Cummins, 2008); e, Escala de Felicidade Subjetiva de Lyubomirsky e Lepper (Pais-Ribeiro, 2012). A amostra terá 3 grupos: (1) PI em contexto comunitário sem apoio institucional; (2) PI em contexto comunitário com apoio institucional; e, (3) PI a residir em contexto institucional. Amostra não probabilística constituída por 180 pessoas, idades superiores a 65 anos.

Resultados/discussão: Espera-se realizar análises descritivas e inferenciais, de forma a discutir os resultados à luz da literatura existente sobre o tema. Pretende-se que esta investigação traga contributos significativos para os/as profissionais e investigadores da área social.

**Keywords // Palavras-chave:** Envelhecimento; Satisfação com a vida; Bem-estar pessoal; felicidade subjetiva.

## AGE.C-51186

### Perceção de solidão em idosos com 65 ou mais anos em função da sua rede social

Cláudia Dias da Silva Laranjeira - UCSP Sertã

#### **Abstract // Resumo:**

A população idosa está a envelhecer, sendo Portugal um dos países da Europa onde este fenómeno ocorreu mais rapidamente.

A interação social é essencial e indispensável à realização pessoal contribuindo para que a pessoa se sinta bem a nível da sua saúde física e mental bem como satisfeita com a vida.

As alterações próprias do processo de envelhecimento podem conduzir a inatividade que por sua vez pode levar a alterações psicológicas. O idoso ao ficar limitado funcionalmente limita os seus contactos sociais e sente-se impotente face à sua nova condição de vida acabando muitas vezes por se isolar e deprimir.

Viver numa sociedade que vê a velhice sob uma perspetiva redutivista e negativista leva à formulação de estereótipos acerca dos idosos sendo que a nossa sociedade vê os idosos como vivendo isolados e sofrendo de solidão.

Embora isolamento e solidão sejam muitas vezes vistos como sinónimos não o são, contudo, o isolamento pode contribuir para o aparecimento de solidão.

Através deste estudo pretendeu-se conhecer a perceção que os idosos que vivem em domicílio têm de solidão e as suas redes sociais.

Trata-se de um estudo misto onde se utilizou a entrevista por questionário, para recolha de dados sociodemográficos, avaliação da perceção dos participantes em relação aos sentimentos de solidão e as suas redes de apoio e a Escala de Solidão UCLA.

Aplicou-se a idosos com 65 e mais anos que frequentaram uma Clínica de Saúde de uma vila do interior do país.

Concluiu-se que a maioria dos participantes se sente só. Embora deem importância ao diálogo como forma de não se sentirem sós as atividades por eles assinaladas como de lazer são atividades solitárias como cuidar da casa, agricultura, ir à missa que contribuem para que atenuem o sentimento de solidão.

**Keywords // Palavras-chave:** Idosos, solidão, isolamento.

## AGE.C-51754

### Pensar Melhor o Envelhecimento e a Longevidade

Maria Cristina Faria - Instituto Politécnico de Beja, Portugal

#### **Abstract // Resumo:**

O envelhecimento pode ser uma experiência positiva, sinónimo de uma vida mais longa e acompanhada de oportunidades contínuas de saúde, participação e segurança no caminho para alcançar longevidade. Para promover o envelhecimento saudável e melhorar a vida das pessoas mais velhas da sociedade, das suas famílias e comunidades, é preciso envolvimento e sinergias efetivas de mudanças fundamentais, não apenas nas ações que tomamos, mas na forma como pensamos a idade e o envelhecimento. Na Década do Envelhecimento Saudável (2020-2030) existe um compromisso a nível global e local de investir em quatro áreas de ação: 1) mudar a forma como pensamos, sentimos e agimos com relação à idade e ao envelhecimen-

to; 2) garantir que comunidades promovam as capacidades das pessoas idosas; 3) entregar serviços de cuidados integrados e de atenção primária à saúde centrados na pessoa e adequados à pessoa idosa; e 4) propiciar o acesso a cuidados de longo prazo às pessoas idosas que necessitem. É preciso passar à ação global e local, delinear estratégias promotoras de um envelhecimento saudável para todos e implementá-las na comunidade envelhecida.

Este estudo enfoca na forma como pensamos a idade, o envelhecimento e a longevidade. Tem como principal objetivo mostrar como o modo como pensamos o nosso envelhecimento e o dos outros pode contribuir para um percurso de vida de saúde e longevidade. Foi realizada uma revisão sistemática da literatura para integrar as informações existentes, que seguiram os princípios do PRISMA, gerando dados que auxiliam a tomada de decisões e estratégias que conduzam a boas práticas. Os resultados permitiram identificar mapas mentais e planos de formação de cariz psicológico de modo a garantir “Pensar Melhor o Envelhecimento e Longevidade” numa comunidade amiga do idoso, onde a promoção de sentimentos e ações positivas em relação à idade e ao envelhecimento ao longo da vida possibilitam uma vida empoderada e feliz.

**Keywords // Palavras-chave:** Idosos, Envelhecimento Saudável, Longevidade, Capacidade de pensar.

## **AGE.C-52426**

### **Necessidades e Expetativas da População Residente na Freguesia de São Vicente da Beira: A perspetiva dos idosos no interior despovoado.**

Ana Rute Inácio - Mestre em Gerontologia Social do IPCB; Universidade Sénior Albicastrense (USALBI)

Maria João Guardado Moreira - Age.Comm - Unidade de Investigação Interdisciplinar - Comunidades Envelhecidas Funcionais do Instituto Politécnico de Castelo Branco

Vítor Pinheira - Age.Comm - Unidade de Investigação Interdisciplinar - Comunidades Envelhecidas Funcionais do Instituto Politécnico de Castelo Branco

#### **Abstract // Resumo:**

O crescente envelhecimento da população nomeadamente em meio rural, torna necessário a criação de medidas e estratégias que possam ir ao encontro das necessidades dos idosos e futuros idosos, para que possam viver com qualidade de vida.

Tivemos como objetivo realizar um levantamento das necessidades e expetativas dos idosos e dos futuros idosos da freguesia de São Vicente da Beira, concelho de Castelo Branco.

Foram inquiridos 66 indivíduos, divididos em dois grupos: entre os 50-64 anos (=22) e outro com 65 e mais anos (=44). Foram utilizados dois instrumentos de recolha de dados validados e utilizados no projeto PerSoParAge, do Instituto Politécnico de Castelo Branco.

Podemos concluir que os inquiridos mais novos (50-64 anos) têm níveis de escolaridade mais elevados que os do grupo dos 65 e mais anos; apresentam rendimentos que chegam apenas para os gastos, enquanto os mais velhos conseguem ter mais do que só para cobrir os gastos. Não apresentam preocupações com as suas reais necessidades, mas à semelhança do grupo dos 65 e mais anos, preferem residir em casa, ou que existam alternativas como Apoio Domiciliário, para que possam envelhecer na sua comunidade. Os indivíduos com 65 e mais anos têm

quase todos residência própria, no entanto o local de residência não acompanha as suas reais necessidades e apresentam alguns problemas.

Resultados do estudo mostraram algumas fragilidades nos grupos etários inquiridos, nomeadamente na habitação, serviços sociais e de saúde, isolamento e solidão.

Apresentaram-se propostas de intervenção para colmatar estas necessidades: otimização dos recursos de instituições já existentes na freguesia, a criação de uma rede de apoio com várias entidades da freguesia, um conselho, para se conseguir intervir nos eixos mais frágeis identificados, conceção de uma equipa multidisciplinar que possa não só ouvir os idosos mas, também, realizar diversas atividades lúdicas e de apoio com os mesmos.

**Keywords // Palavras-chave:** Envelhecimento, Rural, Idosos.

## **AGE.C-57719**

### **O idoso do concelho do Sabugal em ERPI: perfil de ambiente e saúde**

Maria da Assunção Vaz Patto - FCS-UBI

Francisco Carvalho - FCS-UBI

Marta Fernandes - FCS-UBI

Mariana Peixoto - FCS-UBI

Mariana Oliveira - FCS-UBI

Pedro Ferreira - FCS-UBI

Nuno Cardoso Pinto - FCS-UBI

Rosa Marina Afonso - DCSH-UBI

#### **Abstract // Resumo:**

**Introdução:** A institucionalização do idoso em Portugal é um processo que tem vindo a aumentar, fruto das alterações sociais, das dificuldades económicas e da má qualidade de envelhecimento nacional. Nos idosos residentes em ERPI as doenças neurológicas são um dos grupos de patologias mais prevalentes. Por outro lado, o envelhecimento pressupõe não só patologias neurológicas mas grandes grupos de multimorbilidades, pelo que o perfil clínico desta população é importante. A prevalência destes padrões na população idosa institucionalizada requer uma abordagem terapêutica abrangente, mas é frequente o uso de processos de polifarmácia com consequentes interações e efeitos secundários. Finalmente, o próprio conceito de ERPI deve ser revisitado, mediante a avaliação dos processos de adaptação, de estimulação e de condições gerais desde o ambiente, ao número e formação de cuidadores.

**Materiais e métodos:** Conduzimos um estudo observacional descritivo nas ERPIs do concelho do Sabugal (n=21), procedendo à avaliação de 350 idosos nelas residentes, selecionados de forma aleatória, mediante a caracterização sociodemográfica e clínica, a aplicação de escalas de avaliação geriátrica, a mensuração de parâmetros bioquímicos e a realização de um exame objetivo sumário. Efetuámos igualmente a descrição das ERPIs atendendo às suas características estruturais e processuais. Os resultados obtidos foram analisados qualitativa e quantitativamente.

**Resultados:** A avaliação conjunta dos estudos efetuados permite-nos um diagnóstico completo do idoso institucionalizado no concelho do Sabugal e do meio ambiente em que se encontra.

**Conclusões:** O idoso institucionalizado em ERPI do concelho do sabugal é um idoso com pato-

logia neurológica e multimorbilidades, com difícil acesso a cuidados de saúde específicos, num ambiente pouco propício a um envelhecimento activo e saudável. Outros sistemas de apoio mais adequados ao idoso vulnerável devem ser propostos.

**Keywords // Palavras-chave:** Idoso; ERPI; neurologia; saúde.

## AGE.C-57909

### **A vulnerabilidade eco-social dos idosos em Portugal: das percepções subjetivas às respostas objetivas do Estado**

Cristina Vanessa Coimbra Nunes - Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação/CEIS20

Helena Amaro da Luz - Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação/CEIS20

#### **Abstract // Resumo:**

**Objetivos:** O aquecimento global e o aumento das catástrofes naturais cruzam-se com uma multiplicidade de outras ameaças ao bem-estar e à saúde da população, gerando a chamada eco-vulnerabilidade (Luz & Nunes, 2023). Estudos recentes indicam que a população idosa está entre as mais vulneráveis aos impactos das alterações climáticas, especialmente no que respeita à saúde física e mental, ao bem-estar e aos seus direitos (WHO, 2022; UN, 2021). Seguindo as orientações europeias e internacionais, Portugal tem adotado medidas e políticas que promovem o combate às alterações climáticas e a mitigação dos seus efeitos, contribuindo assim para a transição ecológica. No entanto, pouca atenção tem sido dada aos grupos mais vulneráveis da sociedade. Neste sentido, o estudo tem como objetivo identificar potenciais impactos das alterações climáticas na população idosa portuguesa em termos de saúde, direitos e bem-estar, bem como analisar as medidas e estratégias de política que contribuem para a prevenção e mitigação desses impactos face aos possíveis cenários atuais e futuros.

**Metodologia:** Análise exploratória através da revisão da literatura e da informação recolhida através de um focus group com 8 especialistas de diferentes áreas científicas no domínio das áreas do envelhecimento e da política pública, e entrevistas semiestruturadas com 10 idosos da comunidade.

**Resultados:** O estudo mostra que existe uma consciência generalizada das ameaças que as alterações climáticas representam para os idosos e que a comunidade funciona como um "amortecedor" da eco-vulnerabilidade. Apesar dos avanços na ação política, existem ainda várias barreiras para uma transição ecológica eficaz e inclusiva (e.g., restrições legais ou regulamentares, medidas políticas e regulamentares insuficientes para permitir uma ação climática sustentável, falta de know-how nas organizações, custos elevados para a adaptação e transição ecológica).

**Conclusão:** Aprofundar o conhecimento sobre estas questões torna-se extremamente relevante para a adoção e melhoria de medidas e políticas preparatórias e mitigadoras dos efeitos adversos destas alterações.

**Keywords // Palavras-chave:** Alterações Climáticas, vulnerabilidade eco-social, pessoas idosas, políticas públicas.

## AGE.C-59468

### **Envejecimiento Activo en Extremadura. Problemáticas y Propuestas de intervención**

Mar Chaves Carrillo - Universidad de Extremadura (España)

Lidia G. Domínguez-Párraga - Universidad de Extremadura (España)

#### **Abstract // Resumo:**

Identificar problemas y atender las necesidades de las personas mayores es una condición sine qua non para alcanzar el envejecimiento activo, más aún en aquellas sociedades enfrentadas al Reto Demográfico y caracterizadas no solo por el envejecimiento de su población, sino por la feminización de las cohortes etarias más longevas. En este sentido, presentamos los principales resultados del proyecto de I+D+i "Escenarios de Envejecimiento Activo en Extremadura: propuestas de intervención", cofinanciado por la Consejería de Economía, Ciencia y Agenda Digital de la Junta de Extremadura y el Fondo Europeo de Desarrollo Regional, llevado a cabo entre los años 2019 y 2022. En este estudio nos planteamos como objetivo el diagnóstico de la situación social de las personas mayores en la región extremeña, de cara a la identificación de propuestas de intervención para el logro de un envejecimiento activo, siendo objeto de análisis una gran diversidad de ámbitos: salud, educación, actividad física y deporte, relación con nuevas tecnologías, situación socioeconómica, jubilación y trabajo no remunerado, ocio y tiempo libre, turismo, migraciones, relaciones familiares e intergeneracionales, entre otros, incorporando la necesaria perspectiva de género en el estudio. Su abordaje se ha realizado a partir de una triangulación metodológica, destacando, por su potencial, dos encuestas a muestras representativas de personas mayores residentes en Extremadura, realizadas entre septiembre y noviembre de 2020 mediante CATI, sin olvidar las diversas técnicas cualitativas empleadas, entre ellas entrevistas y grupos de discusión. Sus resultados nos han permitido, no solo caracterizar a la población mayor en Extremadura en estos diferentes ámbitos, sino identificar problemáticas para la consecución del envejecimiento activo en la región, entre ellas la existencia de una brecha de género en la mayoría de las cuestiones analizadas, así como el planteamiento de propuestas de intervención.

**Keywords // Palavras-chave:** Envejecimiento activo, envejecimiento, desigualdad de género, población mayor.

## AGE.C-63302

### **Direito à cidade: construindo comunidades saudáveis e resilientes através da saúde urbana**

Milena Cristina Correia de Moura - Universidade Federal de São Carlos

Beatriz Tkaczuk Pellegrini - Universidade Federal de São Carlos

Karen Morandin - Universidade Federal de São Carlos

Leticia Felice Olaia - Universidade Federal de São Carlos

#### **Abstract // Resumo:**

A saúde urbana desempenha papel essencial como pilar do direito à cidade, considerando a estreita relação entre a qualidade de vida dos cidadãos e o ambiente urbano onde estão inseridos. Diante a relevância da temática, a reforma sanitária surge como uma resposta aos desafios enfrentados no processo de urbanização, reconhecendo a complexidade dos determinantes

sociais, biológicos e ambientais que impactam diretamente a saúde da população urbana. Esse movimento busca não apenas abordar os problemas de saúde decorrentes da urbanização acelerada, mas também reestruturar o sistema de saúde de forma a incorporar princípios fundamentais, como equidade, integralidade e universalidade, buscando fortalecer a participação social e promover a articulação intersetorial. Ademais, o envelhecimento populacional é outro fator urbano que exige atenção especializada para questões relacionadas à saúde e ao bem-estar da pessoa idosa. Nesse sentido, a criação de ambientes planejados e adaptados às necessidades desse segmento etário assume um papel fundamental, visando promover a participação social, a autonomia e um envelhecimento saudável. A partir desta demanda existente, o objetivo desta pesquisa foi de analisar o impacto do programa "Vila Viva" do município de Belo Horizonte- MG, para cumprimento das metas do Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 11 (ODS 11). Trata-se de uma pesquisa exploratória de natureza qualitativa, baseada em um estudo de caso sobre o Programa "Vila Viva", analisado por meio de fontes de dados secundárias, utilizando materiais previamente instruídos e relevantes. O resultado desta pesquisa revelou que foi possível criar uma forte relação entre os resultados esperados pelo programa com as metas estabelecidas para o ODS 11, reforçando a relevância da aplicabilidade dessa estratégia local para que o município avance no requisito da Agenda 2030. Torna-se necessário implementar não apenas ações de saúde, mas também políticas que integrem outros setores, tais como mobilização social, educação ambiental, melhorias na habitação e saneamento básico.

**Keywords // Palavras-chave:** Saúde Urbana, Envelhecimento Populacional, Comunidades Saudáveis, ODS 11.

## **AGE.C-69507**

### **Perfis de envelhecimento nas regiões do interior de Portugal**

Maria João Guardado Moreira - Age.Comm/Instituto Politécnico de Castelo Branco

António Calha - Instituto Politécnico de Portalegre; VALORIZA – Centro de Investigação para a Valorização de Recursos Endógenos

Vitor Pinheira - Age.Comm/Instituto Politécnico de Castelo Branco

#### **Abstract // Resumo:**

##### **Introdução**

O envelhecimento da população portuguesa é uma realidade conhecida, mas menos conhecidos são os processos de envelhecimento regional. Pretende-se contribuir para a identificação e definição dos perfis de envelhecimento nestas regiões, nomeadamente no que respeita às suas características sociodemográficas, rede social, saúde e perfil de autonomia.

##### **Metodologia e dados**

No âmbito do Projecto PerSoParAge, fizeram-se 484 questionários a indivíduos que residem na comunidade (55 e + anos), nas regiões da Guarda, Castelo Branco e Portalegre, distinguindo as zonas rurais das urbanas, com uma amostra estratificada por grupos etários quinquenais e por sexo. Nesta comunicação, utilizámos a subamostra dos indivíduos com 65 e mais anos (=323), 120 residentes em meio rural e 203, em urbano. A determinação dos diferentes perfis de envelhecimento foi definida com base na análise de cluster pelo método Two-Step Cluster. A análise realizada utilizou como critério de agrupamento o Schwarz Bayesian Criterion (BIC) na determinação do número de clusters.

## Resultados

Baixos níveis de escolaridade, iliteracia digital, perda de redes intergeracionais e núcleos com grande peso de pessoas idosas e muito idosas, particularmente nos meios rurais, potenciam exclusão social e isolamento e continuado despovoamento das pequenas comunidades. Nos meios urbanos as populações são mais escolarizadas, têm maiores rendimentos e literacia. Da análise efetuada resultou a identificação de 5 perfis, sendo que as variáveis género, educação, rendimento e estado civil são determinantes para explicar as diferenças entre os perfis identificados: Idosos Jovens e Satisfeitos com a vida; Mais Velhos, dependentes e sozinhos; Autónomos e relacionados familiarmente; Dependentes e relacionados socialmente; Indivíduos relacionados social e digitalmente.

## Conclusões

As políticas de envelhecimento a nível local devem partir de uma análise sobre a territorialização do envelhecimento, para sustentar estratégias que respondam às necessidades e expectativas das populações com propostas integradoras de planeamento, ações e políticas para a coesão social e territorial.

**Keywords // Palavras-chave:** Perfis de envelhecimento; características sociodemográficas; contexto territorial; análise de clusters.

## AGE.C-70949

### How can caregivers support the Gerotranscendence process? A scoping review

Taiane Abreu - Universidade de Aveiro

Lia Araújo - Instituto Politécnico de Viseu

Laetitia Teixeira - Universidade do Porto

Oscar Ribeiro - Universidade de Aveiro

#### Abstract // Resumo:

Gerotranscendence theory postulates that a mindset shift occurs in later life that leads to different behaviours and ways of thinking in older adults. Gerotranscendence is usually associated with positive indicators of life satisfaction, mental health, and overall well-being. However, younger adults, including caregivers, can misinterpret the shift in older adults' thoughts and behaviours associated with this phenomenon. This scoping review of the literature was intended to delineate the published gerotranscendence interventions and their outcomes, with a focus on those targeting older adults' caregivers. Six databases were searched, and three studies were selected for analysis: one short-term quasi-experimental study and two observational studies. Reported interventions included an instructional moment and a moment for sharing perceptions. Understanding gerotranscendence improved participants' ability to perceive older adults' needs, but the effects did not persist long term. Providing gerotranscendence intervention programmes with caregivers seems promising for both caregivers' and older adults' well-being and facilitates the relationship between them, but additional studies are needed that more vigorously investigate the benefits of these interventions.

**Keywords // Palavras-chave:** Gerotranscendence, Interventions, Caregivers, Well-being.

## AGE.C-72725

### **The Art of Caring: The perception of burden, quality of life, social support and difficulties experienced by the Informal Caregiver**

Túlia Rute Maia Cabrita - Universidade Lusíada - IPCE - CLISSIS

Rita Vanessa Feição Gaspar - Universidade Lusíada - IPCE - CLISSIS

Tania Gaspar - Universidade Lusófona

#### **Abstract // Resumo:**

Informal care is a set of continuous support procedures for a dependent person or person with specific needs, normally provided by family and/or friends. To protect individuals who care, Portugal established an "Informal Caregiver Statute", which establishes a set of rules that regulate the rights and duties of the caregiver and the person cared for. Caregivers, without any training in the area, can face various difficulties, such as stress, overload, insufficient social support, and the lack of training and more specialized resources. The objective of this study was to establish a profile of the informal caregiver based on the perception of burden, quality of life, social support and difficulties experienced during the provision of care. 371 participants participated in this study, of both genders, aged between 23 and 85 years. Data collection was carried out using a battery of instruments, which include a Sociodemographic Questionnaire, the Knowledge Questionnaire on the Status of Informal Caregivers, the WHOQOL-brief Scale, the Zarit Burden Scale, the Satisfaction with Support Scale Social, the Caregiver Difficulties. Assessment Index and the Barthel Index. The results obtained in the present study suggest that social support has a great impact on the quality of life of caregivers, just as a poor perception of quality of life is associated with feelings of greater difficulties on the part of caregivers, relational problems, social restrictions, the demands that caring for others bring and impoverished professional and family support. Finally, it was found that the greater the caregiver's burden, the greater the sacrifice, dependence and feeling of loss of control.

**Keywords // Palavras-chave:** Burden; caregiver, social support.

## AGE.C-73738

### **Entre a alta médica e a alta social: desafios (in)formais do Serviço Social**

Helena Gabriela Fiúsa Alves - CHUC

Maria Inês Lameiras Crisóstomo Pinheiro Pinto Lagarto - ESECS - IPL

Joana Brinca - FPCEUC

#### **Abstract // Resumo:**

O envelhecimento tem um grande impacto na saúde das pessoas, traduzindo-se na manifestação de doenças crónicas e de limitações no funcionamento físico e psicossocial, conduzindo habitualmente à necessidade/procura de cuidados hospitalares. Esta investigação pretende compreender a intervenção e os desafios sentidos pelo/as Assistentes Sociais na preparação da alta hospitalar dos idosos.

Para tal, apresenta como objetivos específicos:

- Caracterizar o perfil do/as idoso/as no período de internamento hospitalar, tendo em conta as seguintes variáveis: género, idade, coabitação, rendimentos, serviço de internamento, tipologia de encaminhamentos, situação do encaminhamento para a RNCCI, n.º médio de tempo até in-

gresso na RNCCI.

- Mapear as atividades do/a Assistente Social no período mediado entre o internamento e as altas.

Como metodologia optou-se pela pesquisa documental, análise processual e observação participante durante 6 meses, numa unidade hospitalar da zona centro de Portugal continental.

Como principais resultados apurou-se que, no período observado, foram acompanhados 255 casos, a maioria (92,5%) com mais de 65 anos de idade, em que 150 (58,8%) eram do sexo feminino e 105 do sexo masculino (41,2%), residindo habitualmente com a família (62,3%). Na globalidade, verificou-se que, do total de casos, 52,5% foram referenciados para a RNCCI, enquanto os restantes foram encaminhados para outro tipo de respostas (ERPI's, Centros de Dia, SAD's, Cuidadores, transferência de serviço/hospital).

Esta investigação evidencia um tempo de espera de ingresso na RNCCI elevado, conduzindo ao protelamento das altas e à lotação hospitalar. Além disso, a permanência em internamento não só aumenta a probabilidade de infeções hospitalares e complicações no estado de saúde geral, como atrasa o início de uma reabilitação mais adequada, podendo comprometer o processo de recuperação dos doentes e promover o aparecimento/agravamento de sentimentos de tristeza, solidão e isolamento. É urgente refletir nestes novos riscos e em políticas/medidas sociais capazes de dar resposta a esta nova realidade.

**Keywords // Palavras-chave:** Idosos; Internamento Hospitalar; Alta Social; Serviço Social.

## **AGE.C-75150**

### **A Sustentabilidade dos Efeitos do Exercício Multicomponente e Suplementação de Aminoácidos de Cadeia Ramificada em Idosos Pré-Frágeis e Frágeis: Resultados de um Estudo Controlado, Longitudinal e com**

Adriana Caldo Silva - Universidade de Coimbra - Centro de Investigação do Desporto e da Atividade Física (CIDAF)

Guilherme Eustáquio Furtado - Instituto Politécnico de Coimbra - Centro de Investigação aplicada (I2A); Centro de Estudos de Recursos Naturais, Ambiente e Sociedade (CERNAS), Instituto Politécnico de Coimbra

Ana Maria Teixeira - Universidade de Coimbra - Centro de Investigação do Desporto e da Atividade Física (CIDAF)

#### **Abstract // Resumo:**

Resumo

O objetivo deste projeto foi investigar o impacto do exercício físico, da suplementação com aminoácidos de cadeia ramificada (BCAA) e de uma combinação de ambos na prevenção e atenuação da fragilidade, bem como analisar fatores predisponentes à sarcopenia e ao comprometimento cognitivo. Os participantes, com uma média de idade de 83 anos, foram divididos em quatro grupos: exercício multicomponente (ME), ME com suplementação de BCAA (ME+BCAA), suplementação de BCAA e um grupo de controle (CG). Foram realizadas avaliações em quatro momentos diferentes ao longo de 40 semanas, abrangendo áreas como fragilidade, cognição, depressão, estado de ânimo, comorbidades, índice de massa corporal, avaliação nutricional, função física e biomarcadores sanguíneos. As intervenções mostraram meliori-

as na capacidade funcional em idosos institucionalizados, enquanto a suplementação de BCAA contribuiu para diminuir a fragilidade em um curto período de tempo. No entanto, a combinação de exercício e BCAA não apresentou vantagens significativas sobre o programa de exercícios isolado em relação ao desempenho físico. Não foram observados efeitos significativos na cognição e depressão, embora tenha havido uma tendência para a redução da depressão nos grupos que praticaram exercícios. É importante destacar que essas intervenções têm implicações significativas para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), contribuindo para a promoção da saúde e bem-estar (ODS 3) e para a redução das desigualdades e oportunidades (ODS 10) de prática, dado que o protocolo utilizado (treino de força com resistências elásticas) pretende aumentar a adesão masculina a este tipo de exercício. O estudo concluiu que uma abordagem híbrida envolvendo exercícios físicos e suporte nutricional desempenha um papel relevante no tratamento da fragilidade em idosos institucionalizados. No entanto, são necessárias mais pesquisas para explorar as melhores práticas e estratégias de longo prazo para a manutenção dessas intervenções. Limitações, como a heterogeneidade da amostra, podem ter afetado a relevância estatística dos resultados.

**Keywords // Palavras-chave:** Fragilidade; Programa de Exercício Físico; Envelhecimento Ativo e Saudável; Suplementação Nutricional.

#### **AGE.C-77530**

##### **Deteção precoce de fatores de risco na população jovem: promover uma saúde sustentável para um envelhecimento saudável**

Lucinda Sofia Almeida Carvalho - Polytechnic Institute of Castelo Branco, Health School Dr. Lopes Dias, Age.Comm, Portugal

Damián Sánchez Quintana - Department of Cellular Anatomy and Biology, Faculty of Medicine, University of Extremadura, Spain

Yolanda Gañan Presmanes - Department of Cellular Anatomy and Biology, Faculty of Medicine, University of Extremadura, Spain

##### **Abstract // Resumo:**

Introdução e objetivos - Estudo visou definir perfil de risco numa população pouco estudada biomedicamente. Analisar determinantes físicos e comportamentos para determinar estado de saúde dos jovens e prever efeitos a longo prazo, potenciando um envelhecimento saudável. Analisar determinantes físicos e comportamentos para determinar estado de saúde dos jovens e prever efeitos a longo prazo. Estudos como estes podem permitir ter uma coorte de pessoas para desenvolver algoritmos de prevenção de risco da população portuguesa.

Métodos: Estudo observacional descritivo retrospectivo. Amostra de 552 (472 homens e 80 mulheres), média de idade  $21,2 \pm 1,9$  anos. Variáveis avaliadas: excesso de peso, tabagismo, atividade física, pressão arterial (PA), glicemia, dislipidemia, história familiar, consumo de álcool e qualidade do sono.

Resultados: 39% com PA elevada. Praticantes de exercícios intensos tiveram PA diastólica menor. 5,1% apresentaram má qualidade do sono. Jovens que dormem menos de 6h têm PA sistólica mais alta. Fumadores representaram 11%. Fumadores têm maior tempo médio de latência ( $p=0,022$ ). Colesterol total elevado em 12%, colesterol LDL em 14% e colesterol HDL baixo em

5%. Sedentarismo em 26% das mulheres e 29% dos homens. Consumo de álcool em 50,09% dos casos.

Conclusões: A maioria dos participantes apresentava 2 ou 3 FR. A associação do consumo excessivo de álcool e da má qualidade do sono, juntamente com um fator de risco como o aumento da PA, precipita o desenvolvimento perigoso e precoce de doenças crónicas. Estudos como estes podem contribuir para o desenvolvimento de algoritmos de prevenção de risco. Estudos como estes permitem conhecer o estado de saúde atual dos jovens através da constituição de coortes, determinar os FR mais prevalentes, e contribuir para o desenvolvimento de algoritmos de prevenção de risco. A deteção precoce de FR na população jovem não apenas promove uma saúde mais sustentável para os indivíduos, mas também contribui para uma sociedade longeva mais saudável e com controle de gastos eficaz em saúde.

**Keywords // Palavras-chave:** Medidas preventivas; adultos; factores de risco; doenças cardiovasculares; diabetes mellitus; qualidade do sono.

### AGE.C-79966

#### **El papel del metabolismo mitocondrial en el envejecimiento**

Marisa Regina Reduto Santos Barbeira - AGE.COMM-IPCB, Portugal

Paulo Miguel Fonseca Santos - ESALD-IPCB, Portugal

Pedro Javier Camello Almaraz - Universidade da Extremadura, Espanha

Maria Cristina Camello Almaraz - Universidade da Extremadura, Espanha

#### **Abstract // Resumo:**

El envejecimiento es un proceso biológico, dinámico y progresivo, en el cual ocurren cambios morfológicos, funcionales, bioquímicos y psicológicos en el individuo, afectando su integridad y permitiendo la aparición de enfermedades crónicas. El envejecimiento puede estar asociado a la acumulación de lesiones celulares derivadas del metabolismo mitocondrial. El objetivo de este estudio fue abordar los procesos y factores del metabolismo mitocondrial en el envejecimiento. Se desarrolló una estrategia sistemática de búsqueda bibliográfica en varias bases de datos científicas electrónicas. Los estudios revelan que con la progresión de la edad, hay una acumulación de proteínas oxidadas, lípidos, carbohidratos y ADN. La disminución de la función mitocondrial afecta más gravemente a los tejidos que dependen más energéticamente del ATP, como el cerebro y el tejido muscular. Varios factores pueden contribuir a su reducción, como la práctica regular de ejercicio físico, la restricción calórica y la ingesta de antioxidantes nutricionales. Juntos, estos promueven la expresión de proteínas, protegiendo la integridad y funcionalidad mitocondrial, reduciendo el estrés oxidativo, que está asociado con un envejecimiento reducido y una mayor longevidad.

**Keywords // Palavras-chave:** envejecimiento, mitocondrias, radicales libres.

### AGE.C-80506

#### **100Solidão - Projeto de Intervenção Comunitária para aumento da funcionalidade e reintegração social da população idosa da cidade de Castelo Branco em risco de isolamento social e solidão**

Inês Rito Ribeiro - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais - Instituto Politécnico de Leiria

**Abstract // Resumo:**

Numa sociedade cada vez mais envelhecida, a solidão e o isolamento social são uma realidade preocupante que representa uma forte ameaça à saúde, funcionalidade e qualidade de vida das pessoas idosas. O Projeto “100Solidão” foi destinado à população idosa de Castelo Branco, em risco de isolamento social e com solidão. Teve como objetivos aumentar a atividade física semanal, aumentar a mobilidade e condição física, diminuir o isolamento social e solidão, melhorar a qualidade de vida e promover a reintegração ativa na comunidade através da realização de um programa de atividade física e exercício domiciliar e em grupo bem como da realização de atividades sociais. Foram contactados 17 sujeitos. Apenas 2 sujeitos completaram o programa de intervenção obtendo resultados positivos no aumento da atividade física semanal e da mobilidade/condição física bem como na diminuição do isolamento social e solidão. Este projeto corresponde ao desenvolvimento teórico-básico de um programa de Intervenção Comunitária, tendo por base uma teoria da mudança comportamental para a atividade física e o exercício. Como recomendações chave, será necessário a colaboração de uma equipa multidisciplinar, a realização de mais atividades socioculturais para promover uma maior adesão da população alvo ao programa de intervenção, bem como será necessário criar um elo de ligação entre a população alvo e as instituições onde são desenvolvidas as atividades a realizar com um meio de divulgação de proximidade e familiar. Contudo, o projeto “100Solidão”, com as devidas reformulações, tem potencial para ser, além de um projeto de intervenção comunitária, um projeto de saúde da pessoa idosa que promova a esperança média de vida saudável. Com o envolvimento dos Cuidado de Saúde Primários, será possível sinalizar mais pessoas em situação de solidão e/ou isolamento, e proceder à realização de uma Consulta da Pessoa Idosa estruturada e organizada nas diferentes componentes da Saúde e Funcionalidade.

**Keywords // Palavras-chave:** Envelhecimento; Isolamento Social; Solidão; Exercício.

**AGE.C-81620****Os Centros de Dia como ambientes promotores de qualidade de vida: uma análise de género**

Raquel Sofia Arieira Gonçalves - IPVC-ESE; CAPP-ULisboa

Patrícia Maria Teixeira da Silva - IPVC-ESE; CECS-UMinho

Maria da Conceição Matias Gonçalves - IPVC-ESE

**Abstract // Resumo:**

O envelhecimento representa um dos maiores desafios do século XXI devido, não apenas ao prolongamento da esperança média de vida, mas também ao aumento do número de pessoas com 65 ou mais anos relativamente ao total da população. Não basta, no entanto, viver mais anos, é necessário garantir que estes anos são vividos com qualidade de vida (QV) e dignidade. Os Centros de Dia (CD) constituem-se como uma resposta social que tem como objetivo contribuir para a manutenção das pessoas mais velhas no seu meio habitual de vida através da promoção da sua autonomia e da prevenção de situações de dependência, ou o seu agravamento. Contudo, na sequência da pandemia Covid-19, uma das medidas decretadas estava relacionada com o encerramento/suspensão da atividade presencial desenvolvida em CD, com efeitos a partir do dia 16 de março de 2020 nos termos do Decreto-Lei.º 10-A/2020, de 13 de março.

Neste contexto, este trabalho visa analisar de que forma a QV foi afetada com o encerramento/suspensão dos CD durante a pandemia Covid-19, numa perspectiva de género. Esta investigação de natureza quantitativa versa sobre 100 adultos com 65 ou mais anos integrados em CD da região Norte de Portugal que responderam a um inquérito por questionário. A análise estatística descritiva e inferencial dos dados foi realizada com recurso ao programa SPSS. A amostra foi constituída maioritariamente por mulheres e pessoas viúvas que decidiram frequentar o CD pelo facto se sentirem sozinhas ou com necessidade de convívio. As análises de regressão linear sugerem a existência de diferentes determinantes para a QV dos adultos mais velhos em função do género, pelo que os resultados parecem apontar para a necessidade de atender às diferenças de género na QV em idades mais avançadas.

**Keywords // Palavras-chave:** Qualidade de Vida, Centros de Dia, Diferenças de Género, Covid-19.

## Social participation and governance // Participação social e governança

### AGE.C-13489

#### Avaliação da sustentabilidade local pela população idosa: o caso da Beira Baixa, Portugal

Sandra Manso - Instituto Politécnico Castelo Branco

Sandra Caeiro - Universidade Aberta

Sara Nunes - Instituto Politécnico Castelo Branco

Carlos Pardo - Universidad Nacional de Educación a Distancia

#### Abstract // Resumo:

O número da população idosa deverá duplicar nas próximas décadas, em especial nas áreas rurais. A adoção dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) definiu uma nova agenda, a qual terá impacto na população mais envelhecida, por exemplo, as metas associadas aos cuidados de saúde e à redução da pobreza. A Década do Envelhecimento Saudável 2021-2030 reconheceu o contributo fundamental dos idosos para a implementação da Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável (DS). O estudo de caso refere-se à Beira Baixa, predominantemente rural e com um elevado índice de envelhecimento. O principal objetivo deste trabalho é apresentar os resultados do inquérito por questionário aplicado à população idosa, residente nesta região. Este questionário teve como objetivo conhecer as perceções, os conhecimentos e as atitudes desta população sobre DS e em que áreas é necessário atuar para a sua implementação no âmbito da região onde residem. Os resultados permitiram verificar que 71% dos inquiridos já ouviram falar do termo DS. Quando questionados sobre a avaliação do DS na região, referente às quatro dimensões, e de acordo com um semáforo, a maioria considerou a dimensão ambiental “verde”, as restantes (economia, social e governança) “amarelo”. Cerca de 70% consideram que a sua qualidade de vida, nos últimos anos, “está igual” ou “pior”. Em relação às políticas públicas, destaca-se a área social, em concreto “Melhorar os serviços públicos”. Quando questionados sobre o que é importante avaliar no DS de sua região e, especificamente, quais os ODS mais importantes para sua região, os principais foram Educação de Qualidade (ODS4) e Erradicação da Pobreza (ODS1). Entre os inquiridos 30% são membros de uma Organização sem Fins Lucrativos e, apenas, 17% realiza voluntariado. O envelhecimento da população é cada vez mais acentuado. Na Década do Envelhecimento Saudável, os idosos são “peças” essenciais para alcançar as metas dos ODS.

**Keywords // Palavras-chave:** Desenvolvimento Sustentável, Objetivos do Desenvolvimento Sustentável, População idosa, Beira Baixa.

### AGE.C-16517

#### Fatores motivacionais das gerações e o seu impacto na retenção de talentos

Ana Carolina Brito Gama - ESGIN

Ana Maria G. L. R. Santos Pinto - ESGIN

Sara Monteiro Morgado Dias Nunes - ESGIN

#### Abstract // Resumo:

O objetivo geral desta investigação visa compreender quais as práticas de Gestão de Recursos

Humanos (GRH) que contribuem para a retenção dos trabalhadores das diferentes gerações. Com base nessa premissa foram estabelecidos os seguintes objetivos específicos: i) identificar se existem, de facto diferenças ao nível dos valores, atitudes e expectativas no trabalho, para as várias gerações; ii) Esclarecer como é que as diferenças identificadas influenciam na retenção. Este estudo é importante, uma vez que em Portugal, não está a ser possível assegurar a reposição da população em idade ativa, devido ao envelhecimento da população, baixa natalidade, entrada cada vez mais tardia no mercado de trabalho e incapacidade das empresas reterem talentos, principalmente os das gerações mais novas. A recolha dos dados foi efetuada através de um questionário disponibilizado via online, tendo-se obtido 248 respostas de pessoas empregadas, pertencem à geração Z (8%), geração Millennials (54%), geração X (25%) e geração Baby Boomers (13%).

As principais conclusões do estudo são que não existem diferenças significativas ao nível dos valores, atitudes e expectativas no trabalho, para as várias gerações. Existe é uma maior abertura, por parte das gerações mais novas à mudança. As principais limitações deste estudo são: a reduzida amostragem das gerações Z, X e Baby Boomers e a ainda recente entrada no mercado de trabalho da geração Z.

Recomenda-se que em futuras investigações a amostra seja mais proporcional e a realização de entrevistas individuais às diferentes gerações, de forma a compreender melhor as diferenças de cada uma delas. Outra recomendação é incluir no questionário uma questão sobre a possibilidade de trabalharem fora do país.

**Keywords // Palavras-chave:** Retenção; Gestão de Recursos Humanos; Gerações; Fatores motivacionais.

## **AGE.C-20686**

### **Diálogo intra e intergeracional: participação, cidadania e coesão social**

Maria da Luz Cabral - SCML

Catarina Simão - SCML

Elisabete Franco - SCML

João Silvestre Mendes - SCML

Margarida Branquinho - SCML

#### **Abstract // Resumo:**

Tem este artigo o propósito de refletir sobre o diálogo intra e intergeracional considerando efeitos e resultados no âmbito da participação de vários grupos etários e consequentemente na cidadania enquanto elementos-chave para a tão almejada coesão social.

As relações sociais intra e intergeracionais alicerçadas em laços de complexidade, cujos membros ligados por múltiplas solidariedades, por vezes contraditórias de oposição e colaboração – paradigma solidariedade-conflito – convida aproximação e comunicação (Lowenstein, 2010).

A presente reflexão tem por base um estudo em Portugal Continental para aferir a transversalidade e tendências de políticas públicas relativamente à perspetiva de ciclo de vida – fundamentado no envolvimento das pessoas em políticas que lhes dizem respeito.

O Estudo de Opinião a 2500 pessoas 55 + suportado por um questionário telefónico, feito pela empresa independente Qmetrics. Selecionada com recurso ao método de geração aleatória de

números de telefone (random digit dialing), a amostra foi estratificada por região. Assente numa entrevista Computer Assisted Telephone Interviewing (CATI), este estudo apresenta uma margem de erro global de 1,96%.

Foi utilizada a modalidade de entrevista estruturada, composta por perguntas de resposta aberta e fechada, com escala nominal e ordinal de escolha dicotómica e múltipla.

Resulta que as pessoas são informadas – vê, lê ou ouve notícias – revelam níveis de participação elevados (95,7 % todos os dias ou quase) questionadas quanto à – regularidade com que costuma votar (86,5 % sempre ou quase sempre) contudo, evidenciam níveis baixos de pertença a associações (75% a nenhuma) simultaneamente expressam não serem consideradas pelos agentes políticos (83% pouco ou nada).

Importa um forte investimento no diálogo intra e intergeracional na consolidação da cidadania participativa, ponderando que mais solidariedade gera mais coesão social e vice-versa.

O perímetro virtuoso, Estado e Democracia, ilustre equação em que as pessoas são o denominador comum, requer confiança e credibilidade.

**Keywords // Palavras-chave:** Diálogo intra intergeracional, Participação, Cidadania e Coesão social.

## **AGE.C-23864**

### **Gerar Identidades: uma experiência de participação local**

Inácia Maria Coelho Lopes Rebocho - Monte-ACE

Inês Maria Lobo da Fonseca Fatela - Monte-ACE

Lúcia Mantinhas Pataco - Monte-ACE

#### **Abstract // Resumo:**

**Introdução:** Ao longo dos 27 anos de atuação em territórios rurais, o Monte tem desenvolvido diversas iniciativas junto da população idosa, sendo o CLDS 4G para o concelho de Arraiolos – Gerar Identidades o projeto mais recente. É promovido pela Câmara Municipal de Arraiolos, executado pelo Monte-ACE, financiado pelo Instituto da Segurança Social, I.P., e o Programa Operacional Inclusão Social e Emprego do Portugal 2020.

**Objetivos:** O Gerar Identidades pretende concorrer para uma cidadania positiva e inclusiva no que respeita ao envelhecimento populacional na região do Alentejo Central e melhorar e reforçar a integração da população idosa no concelho de Arraiolos, com vista à promoção do envelhecimento ativo.

**Materiais e métodos:** Intervém em ações socioculturais que promovem o envelhecimento ativo e a autonomia das pessoas idosas; ações de combate à solidão e ao isolamento; desenvolvimento de projetos de voluntariado. Desenvolve diversas atividades lúdicas e de animação; partilha de experiências, vivências e memórias; partilha de experiências entre gerações; atividades de estimulação cognitiva e motora; atividades que promovem o acesso à informação; ações que promovem a reflexão e discussão e iniciativas de voluntariado.

O Gerar Identidades identifica duas ações como boas práticas: Plano Gerontológico Local/Municipal, que corresponde à construção participada de um instrumento de planeamento à escala local, sobre envelhecimento e o Atelier da Memória, um espaço que integra diferentes dinâmicas, experimentando e validando exercícios com a população idosa.

**Resultados e discussão:** Resultam do Gerar Identidades idosos mais autónomos, ativos e com

menor sentimento de solidão e isolamento; co-construção com as pessoas das políticas e práticas locais de bem-estar dos cidadãos mais velhos; reforço da rede de afetos; comunidade de Arraiolos mais informada e sensibilizada para a problemática do envelhecimento; rede de parceiros locais mobilizados e alinhados no combate ao isolamento da pessoa idosa; reforço da participação e cidadania no concelho de Arraiolos.

**Keywords // Palavras-chave:** Atelier da Memória, Envelhecimento ativo, Plano Gerontológico Local/ Municipal, Reforço da participação.

### **AGE.C-27135**

#### **Idadismo no mercado de trabalho português: o caso de adultos com 55 ou mais anos**

Raquel Sofia Arieira Gonçalves - IPVC-ESE; CAPP-ULisboa

##### **Abstract // Resumo:**

A Europa enfrenta um envelhecimento populacional sem precedentes, com impacto direto na composição e dinâmica do mercado de trabalho. De acordo com a Comissão Europeia, entre 2016 e 2060, estima-se que a população em idade ativa (15 a 64 anos) na União Europeia (UE) diminuirá 11,6%. Assim, verifica-se que o mercado de trabalho europeu está a envelhecer e que poderá diminuir nas próximas décadas. Este cenário impõe riscos aos nossos sistemas sociais e de saúde, uma vez que uma menor força de trabalho pode não atender às necessidades de uma população em crescente envelhecimento. Neste sentido, foi desenvolvido um estudo com 115 pessoas em situação de perda de emprego. Destas, 48,7% (N=56) encontravam-se desempregados no momento da recolha de dados sendo que a idade média deste grupo era, no momento da perda de emprego, de 55,36 anos (dp=6,36; min=31 anos; máx=67 anos). Os resultados evidenciam uma diversidade de trajetórias individuais e profissionais que parecem ter implicações na situação atual dos indivíduos, sendo que a idade parece estar associada aos efeitos mais adversos relativamente à probabilidade de reingresso no mercado de trabalho. Observou-se uma forte componente de discriminação por parte do mercado de trabalho relativamente aos desempregados com 55 ou mais anos, o que vem reforçar uma conclusão recente de um inquérito europeu envolvendo quase 5.000 trabalhadores acima dos 50 anos, em que mais de 40% revelaram que já se sentiram ou foram discriminados por causa da idade. Sugere-se assim a necessidade de políticas sociais que contribuam para uma maior equidade na gestão da condição de desempregado e, sobretudo, de uma política para a longevidade com foco, entre outros aspetos, nas condições de trabalho das pessoas com 55 ou mais anos.

**Keywords // Palavras-chave:** Idadismo, Mercado de trabalho, Desemprego, Política Social.

### **AGE.C-28797**

#### **Conceções e diversidade cultural no envelhecimento em Portugal: um estudo qualitativo no Concelho de Sintra**

Carlos Alberto Mateus Lopes Mendes - Universidade Aberta

##### **Abstract // Resumo:**

O envelhecimento da população é uma conquista da civilização devido à melhoria das condições de vida e da medicina. Para fazer diminuir as desigualdades na reforma, o papel do Estado revela-se fundamental para assegurar rendimentos adequados e o exercício da cidadania;

ações que promovam a igualdade e a inclusão das pessoas idosas na sociedade contemporânea.

Apresentam-se resultados preliminares de uma investigação a decorrer no Concelho de Sintra, sobre conceções culturais sobre o envelhecimento em Portugal. A metodologia usada é qualitativa e enquadra-se na teoria fundamentada. Foram realizadas sete entrevistas em profundidade; outras se seguirão mais focadas até à saturação teórica, com o objetivo de encontrar categorias e conceitos nos dados sobre a segurança social na sociedade do envelhecimento.

A análise das entrevistas permite conhecer as perceções sobre reformas que o Estado poderá fazer para tornar mais eficiente o sistema económico e a segurança social, de modo a melhorar as condições gerais no envelhecimento. Nas suas narrativas de vida os entrevistados elaboram reflexões de preocupação sobre a transição para a reforma. Constata-se uma diferenciação de discurso mediante o tipo de rendimentos: os indivíduos que têm pensões reduzidas procuram manter-se ativos; sentem-se saudáveis; e consideram importante trabalhar depois da reforma; enquanto os que possuem rendimentos mais elevados, preferem atividades associativas e de lazer.

Também, independentemente da escolaridade ou posição social, os participantes sublinham que ainda podem ser úteis à sociedade; recusam-se a falar da velhice; e afirmam que é urgente fazer reformas no Estado ao nível da eficiência administrativa e de uma educação para a cidadania.

Assim, os participantes entendem ser necessário investir numa educação cívica onde as gerações presentes e futuras possam contribuir para diminuir a pobreza e a exclusão social, e o acesso a rendimentos adequados, proteção social e saúde, para todos, seja qual for a origem social dos indivíduos.

**Keywords // Palavras-chave:** Envelhecimento da população, Estado providência, segurança social, pobreza e exclusão social.

### AGE.C-28837

#### **O papel social da pessoa idosa: reflexões sob as lentes da teoria crítica do envelhecimento.**

Monica Feitosa de Carvalho Pedrozo Gonçalves - Universidade do Estado de Santa Catarina

Mário César Barreto Moraes - Universidade do Estado de Santa Catarina

Stella Margarida De Oliveira António Bettencourt da Câmara - Universidade de Lisboa

#### **Abstract // Resumo:**

Objetivo

Compreender como a teoria crítica do envelhecimento pode contribuir para as reflexões sobre o papel social da pessoa idosa.

Metodologia

A abordagem utilizada no estudo é de natureza qualitativa. Trata-se de uma pesquisa exploratória e bibliográfica desenvolvida por meio de uma revisão de literatura integrativa. Foram realizadas pesquisas nas bases de dados de periódicos da Capes, Scopus e Web Science.

Resultados

É possível tecer algumas reflexões, partindo da teoria crítica do envelhecimento nas dimensões humanísticas (Bengston, Burgess & Parrott, 1997) e nos objetivos teóricos de Moody (1992).

O primeiro objetivo refere-se a perspectiva de teorizar sobre os aspectos subjetivos e interpretativos do envelhecimento. Partindo dessa premissa, o papel social da pessoa idosa não pode ser compreendido de maneira objetiva e instrumental.

O segundo objetivo é a concentração na práxis como mudança prática. Para tanto, teoria e prática precisam estar minimamente alinhadas e conectadas para que, de fato, se construa uma realidade efetivamente inclusiva das pessoas idosas no âmbito social.

O terceiro objetivo diz respeito à conexão de profissionais e acadêmicos por meio da práxis. A interlocução de profissionais e acadêmicos ocorre pela ruptura de práticas conservadoras e demarcatórias em prol de uma prática social que indaga, que reflete, que critica, que investiga e que transforma.

O último objetivo refere-se à construção de conhecimento emancipatório. Tal construção é possível por meio da consciência crítica. Se a teoria possui como conceitos básicos de investigação gerontológica, o poder, a ação social e os significados sociais, pode-se inferir que ela tem muito a contribuir para as reflexões sobre o papel social da pessoa idosa.

#### Conclusões

Em que pese a subjetivação que a teoria crítica do envelhecimento apresenta, a contribuição principal da referida teoria está pautada na proposição de uma abordagem voltada para a heterogeneidade e as particularidades que toda e qualquer pessoa possui, e de igual forma, a pessoa idosa.

**Keywords // Palavras-chave:** Pessoa idosa. Papel Social.

#### AGE.C-32850

#### **Envolvimento social, capacidade adaptativa e qualidade de vida: Resultados da investigação**

Alice Bastos - Instituto Politécnicos de Viana do Castelo; CINTESIS@RISE

#### **Abstract // Resumo:**

Revisões sistemáticas recentes apontam para o efeito positivo do envolvimento e participação social na qualidade de vida (QoL). A gestão e alocação de recursos no envelhecimento pode ser garantida via mecanismos de otimização seletiva com compensação (SOC). A proatividade associada ao envolvimento social desempenha um papel nuclear nos mecanismos internos, podendo a participação em programas de envelhecimento ativo/saudável (PEA) promovidos pelos municípios ser conceptualizados nesta linha. Este estudo visa analisar a capacidade adaptativa e qualidade de vida em participantes e não participantes em PEA.

Este estudo comparativo inclui 304 participantes, distribuídos igualmente por três territórios, com idade 55 ou mais anos, a viver na comunidade, sendo que 50% da amostra participa em PEA. Na recolha de dados utilizou-se um protocolo gerontológico multidimensional incluindo as versões portuguesas do Questionário-SOC e da WHOQoL-Bref.

Os participantes têm uma idade média de 71,5 anos (DP = 5,7), são predominantemente mulheres (75%), casados (61%) e com escolaridade reduzida (65% com escolaridade reduzida ( $\leq 4$  anos), sem diferenças significativas entre os participantes e não participantes em PEA. Existe uma correlação entre o SOC e a QoL-domínio psicológico nos participantes PEA ( $r=0,22$ ;  $p<0,01$ ) e não participantes ( $r=0,19$ ;  $p<0,05$ ); entre o SOC e a QoL-domínio físico ( $r=0,21$ ;  $p<0,01$ ) e QoL-domínio ambiente ( $r=0,32$ ;  $p<0,001$ ) nos participantes PEA, contrariamente ao

grupo de comparação. O SOC não está relacionado com a QoL-domínio relações em nenhum dos grupos.

Atendendo a que nos participantes em PEA há uma relação entre capacidade adaptativa (SOC) e QoL, pode concluir-se que os programas de base comunitária fomentam a capacidade adaptativa e deste modo reforçam a QoL nos domínios físico e ambiental. Este é um resultado positivo das políticas e programas de Saúde Social a nível local.

**Keywords // Palavras-chave:** Envolvimento social; Capacidade adaptativa; Qualidade de vida; Programas-de-base-comunitária.

## **AGE.C-32997**

### **Contributos da assistente social M<sup>a</sup> Leonor Sampaio Botelho (1915-1996) na expansão do serviço social no contexto Estado Novo**

Martins, Ernesto candeias Martins - Instituto Politécnico de Castelo Branco / Age.Comm

#### **Abstract // Resumo:**

Abordamos a assistente social M<sup>a</sup> Leonor Sampaio Botelho (1915-1996), nascida no concelho de Castelo Branco e que foi uma das primeiras licenciadas do Instituto de Serviço Social (1939), tendo a sua intervenção percorrido 3 momentos políticos distintos: período salazarista (atividade docente, deputada Assembleia Nacional de 1949-57, pertença organismos estatais); período marcelista trabalhando na área do serviço social; e Pós 25 de Abril no seu trabalho assistente social em instituições e apoio às crianças com necessidades educativas especiais. Daremos a conhecer, no âmbito da História da Assistência Social, esta figura beirã do 'social', analisando hermenêuticamente várias fontes documentais (escassas fontes primárias, mais secundárias), contextualizadas no tempo histórico. Todo o seu percurso insere-se, numa época, em que o assistencialismo tinha a vertente da doutrina do Estado e católica e, em que o acesso da mulher na sociedade era impedida pelas normas do regime e, por isso lutou pela dignificação profissional do 'serviço social como 'trabalho social', pela proteção da mulher no trabalho e outras medidas assistenciais modernas e pelos apoios às famílias vulneráveis, pobres e em exclusão social. Foi uma voz incómoda, no quadro do regime salazarista e, por isso, deixou de ser parlamentar, mas, nunca o pôs em causa, apesar de algumas desilusões em termos de política social. Destacaremos, nesta análise historiográfica que, Leonor Botelho, tal como outras mulheres na época, pertenceu à elite feminina do Estado Novo, sempre atenta aos problemas sociais, em especial, à mulher trabalhador, às famílias em exclusão social, tendo dado importância à profissão do serviço social, no sentido católico e à exigência de uma profissionalização adequada, que estava impregnada pelas ideias francófonas assistenciais. As suas ideias sobre 'questões sociais' do regime, como parlamentar e assistente social, contribuíram para a modernização do País na área serviço social, mas obviamente sempre no quadro político em vigor que, naturalmente, nunca pôs em causa, apesar de defender aspetos diferentes de intervenção social.

**Keywords // Palavras-chave:** Serviço social; Assistência familiar; M<sup>a</sup> Leonor Botelho Sampaio; Estado Novo.

## AGE.C-41730

### **Análisis mixto de la participación social y voluntariado senior en Extremadura: propuestas de mejora**

Lidia G. Dominguez-Párraga - Universidad de Extremadura

Mar Chaves Carrillo - Universidad de Extremadura

Manuela Caballero Guisado - Universidad de Extremadura

#### **Abstract // Resumo:**

El envejecimiento de la población es un acontecimiento demográfico que se viene dando a nivel mundial desde hace varios años, teniendo mayor repercusión en zonas que se enfrentan a retos demográficos como la despoblación. Este nuevo contexto demográfico, social y económico nos obliga a analizar la nueva realidad teniendo en cuenta a las personas mayores y su papel en la sociedad. El envejecimiento activo, así como el aumento de la esperanza de vida y la mejora en la salud mental y física hace que dicho papel cada vez sea menos pasivo y más relevante para el funcionamiento de la sociedad.

Teniendo en cuenta la nueva situación social y demográfica y siempre desde una perspectiva de género, nos propusimos analizar la situación de las personas mayores activas en Extremadura mediante del proyecto de I+D+i Escenarios de Envejecimiento Activo en Extremadura: propuestas de intervención cofinanciado por la Consejería de Economía, Ciencia y Agenda Digital de la Junta de Extremadura y el Fondo Europeo de Desarrollo Regional.

Con el objetivo de analizar la participación social de las personas mayores y dentro de esta, más concretamente el voluntariado, se han utilizado dos metodologías distintas. De una parte, se han realizado un total de 1401 encuestas y de otra se han llevado a cabo grupos de discusión. En ambos casos se ha buscado la representatividad de la región de la población mayor.

Como resultado de los análisis proponemos una serie de propuestas para mejorar la participación social de las personas mayores y el voluntariado senior dentro de Extremadura y así mejorar el envejecimiento activo de las personas mayores que residen en la región.

**Keywords // Palavras-chave:** participación; voluntariado; envejecimiento activo.

## AGE.C-44371

### **Políticas públicas da pessoa idosa centradas em envelhecimento ativo e nos objetivos de desenvolvimento sustentável**

Alessandra Negrão Elias Martins - Universidade Municipal de São Caetano do Sul- USCS

Luis Paulo Bresciani - Universidade Municipal São Caetano do Sul- USCS

#### **Abstract // Resumo:**

O envelhecimento ativo fundamentado nos eixos: saúde, segurança, participação e aprendizado ao longo da vida integra a agenda 2030 dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Organização das Nações Unidas. Os ODS centram-se nas dimensões: econômica, social e ambiental, desenvolvidos em 17 objetivos e 169 metas.

Objetivos: Geral: analisar as Políticas Públicas territoriais voltadas à Proteção da Pessoa Idosa centradas nos eixos do envelhecimento ativo e dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável.

Objetivos específicos: mapear as políticas públicas territoriais voltadas às pessoas no Estado de São Paulo; identificar em programas e ações os eixos do envelhecimento ativo e os objetivos

dos ODS.

Metodologia: Pesquisa bibliográfica sobre as Políticas Públicas voltadas às pessoas idosas do Estado de São Paulo, identificação de programas e ações, formas de gestão e alinhamento aos fundamentos legais, eixos do envelhecimento ativo e cumprimento das dimensões e metas dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável.

Resultados: Foi iniciado o mapeamento das políticas públicas existentes no Estado de São Paulo voltados à Pessoa Idosa, sendo identificados o Programa Estadual de Vacinação da Terceira Idade, Política Estadual de Medicamentos, Programa São Paulo Amigo do Idoso, Selo Paulista da Longevidade, dentre outros programas e ações que seguirão sendo pesquisados.

Discussão/ Conclusões: Serão desenvolvidas discussões teóricas relacionadas ao Envelhecimento Ativo, aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável e as Políticas Públicas Protetivas que fundamentarão os resultados. Dessa forma esse estudo se alinha aos temas da participação social da pessoa idosa, do acesso às políticas públicas territoriais existentes, da governança e da gestão das políticas públicas territoriais, de sua implementação e efetividade.

**Keywords // Palavras-chave:** Políticas Públicas; Envelhecimento; Desenvolvimento Sustentável.

### AGE.C-46663

#### **Autodeterminação das pessoas idosas residentes em ERPI: direito ou miragem?**

Maria Isabel de Jesus Sousa - CLISSIS - Centro Lusíada de Investigação em Serviço Social e Intervenção Social

Maria da Glória Sobral Aniceto - CLISSIS - Centro Lusíada de Investigação em Serviço Social e Intervenção Social

#### **Abstract // Resumo:**

A promoção da qualidade de vida e do envelhecimento saudável e ativo têm-se constituído como desafios centrais das políticas públicas, respostas sociais e práticas profissionais dirigidas à população idosa. No entanto, a prestação de serviços de saúde e de bem-estar foca-se, com frequência, numa lógica de cuidado face às vulnerabilidades diagnosticadas, descurando o direito à participação e ao exercício de uma cidadania plena nas vivências quotidianas das pessoas idosas.

Urge, assim, a necessidade de alimentar a reflexão e debate acerca das rotinas institucionais e das práticas profissionais: em que medida são promotoras ou limitadoras da participação e da cidadania da pessoa idosa residente em ERPI?

A comunicação baseia-se num estudo realizado no âmbito do Projecto de Investigação Serviço Social Gerontológico: análise de práticas e contextos.

Trata-se de um estudo de natureza qualitativa, mediante a realização de entrevistas a residentes em ERPI e a Assistentes Sociais que exercem funções nessas estruturas.

Os resultados revelam que a institucionalização é marcada por fatores externos à vontade da pessoa, em que os condicionalismos à participação da pessoa idosa surgem, desde logo, no processo de admissão. Depois, as rotinas institucionais limitam a participação dos residentes e conduzem à perda de controlo das suas atividades, hábitos e privacidade.

Confirmou-se a necessidade de adotar um modelo de funcionamento mais favorável ao mundo dos adultos com idade avançada, no sentido de promover a participação da pessoa idosa nos mais diversos domínios da sua vida, seja na realização de atividades básicas de vida diária in-

centivando comportamentos que melhorem as capacidades da pessoa idosa, seja na reflexão sobre escolhas e decisões de assuntos da sua vida e, desta forma potencializar as qualidades que estão presentes em todos os sujeitos, sem colocar limitações vinculadas à sua idade cronológica ou nas suas capacidades físicas e cognitivas.

**Keywords // Palavras-chave:** Pessoa idosa; Participação social; Autonomia; Cidadania.

### **AGE.C-49998**

#### **Estudo de Avaliação Multidimensional do Envelhecimento Ativo e Saudável: um contributo da Associação Portuguesa para o Desenvolvimento Local**

Raul Jorge Marques - ANIMAR-Associação Portuguesa para o Desenvolvimento Local

##### **Abstract // Resumo:**

**Objetivos:** Esta avaliação teve por objetivo geral “avaliar a presença de fatores de envelhecimento ativo e saudável nas pessoas com idade igual ou superior a 65 anos” e por objetivos específicos: i) Avaliar os estilos de vida saudável e a literacia em saúde; ii) Avaliar o interesse pela formação ao longo da vida; iii) Avaliar a motivação para a participação social; iv) Avaliar a perceção da segurança existente no ambiente físico; v) Identificar a utilização e necessidade de serviços comunitários.

**Metodologia:** O Estudo foi realizado entre fevereiro e outubro de 2022, mobilizou 47 pessoas entrevistadoras e 429 pessoas inquiridas, distribuídas por 22 concelhos e 7 NUT III. Teve por suporte um instrumento de Avaliação Multidimensional com 196 variáveis, sustentado nos fatores determinantes propostos pela Organização Mundial da Saúde e nas linhas orientadoras da Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017 – 2025.

**Resultados:** Os resultados distribuem-se por quatro grandes domínios: i) Fatores psicossociais e estilos de vida (formas de estar perante a vida, a sociedade e a saúde, estilos de vida saudável e rotinas negativas); ii) Aprendizagem ao longo da vida, convívio, participação social, violência e maus-tratos; iii) Cuidados com a saúde e serviços sociais de apoio; iv) Ambiente físico: qualidade e segurança.

**Discussão/ Conclusões:** Neste domínio salienta-se a necessidade de compreender melhor: i) Como se estimula a participação das pessoas mais velhas na definição das estratégias gerontológicas que lhes são dirigidas?; ii) O que se faz, com resultados comprovados, para promover estilos de vida saudáveis ao longo da vida e combater a iliteracia em saúde?; iii) Como é que as pessoas mais velhas olham para a possibilidade de voltarem a trabalhar, como forma de ocupação após a reforma (Que Plano B)? Como é que as pessoas mais velhas encaram a sexualidade e quais as suas interrogações e preocupações?

**Keywords // Palavras-chave:** Avaliação multidimensional. Envelhecimento Ativo. Plano Gerontológico Local. Participação.

### **AGE.C-50516**

#### **Participação Social em Iniciativas de Base Comunitária e Qualidade de Vida em Pessoas Idosas Residentes no Município de Condeixa**

Sofia Lurdes Rosas Silva - Instituto Politécnico de Coimbra - Escola Superior de Educação

Dina Isabel Mendes Soeiro - Instituto Politécnico de Coimbra - Escola Superior de Educação

**Abstract // Resumo:**

O envelhecimento da população tem colocado um conjunto de desafios que exigem respostas que apontem na direção do envelhecer bem e com qualidade. A academia tem-se dedicado à compreensão dos processos de envelhecimento, sendo igualmente visível a preocupação em contribuir para a definição de políticas e práticas, baseadas na evidência.

A participação social tem sido assumida como um fator de relevo na explicação do envelhecer bem, pelo efeito benéfico que apresenta na qualidade de vida dos indivíduos, em particular pelo efeito protetor que apresenta perante as adversidades normativas inerentes ao processo de envelhecimento.

Com o objetivo de analisar os efeitos da participação social em atividades sociais promovidas por um município (Condeixa) ao nível da qualidade de vida de pessoas com mais de 56 anos, realizou-se um estudo transversal. Participaram 100 sujeitos distribuídos por dois grupos: (1) Grupo que participava nas iniciativas promovidas pelo município (n=50); (2) Grupo que não participava nessas iniciativas (n=50).

Para a recolha de dados utilizaram-se: questionário sociodemográfico; questionário de participação social; e versão breve do Questionário da Qualidade de Vida do Grupo WHOQOL (WHOQOL Group, 1998; Serra et al., 2006). A análise descritiva e inferencial dos dados foi realizada com recurso ao software R.

A técnica decision trees revelou que o rendimento mensal se constitui numa variável de relevo na explicação da qualidade de vida, seguida da participação social. Os indivíduos com rendimentos superiores, em média, apresentam pontuações mais elevadas na generalidade dos domínios da qualidade de vida. No entanto, de entre os participantes com menores rendimentos, os que participam em atividades de base comunitária apresentam perceções de qualidade de vida superiores às dos que não participam nessas atividades.

Considerando os resultados observados e as limitações do estudo, em particular da amostra, recomenda-se o desenho de estudos com uma amostra mais heterogénea.

**Keywords // Palavras-chave:** participação social, iniciativas de base comunitária, qualidade de vida.

**AGE.C-53804****Mapeamento e análise de políticas públicas para o envelhecimento ativo no EUROACE |  
Erorregião Alentejo-Centro-Extremadura**

Maria da Saudade Baltazar - CICS.NOVA & Universidade de Évora

Marco Domingues - Age.Comm & Instituto Politécnico de Castelo Branco

Lidia G. Domínguez-Párraga - Análisis de la Realidad Social (ARS), Universidad de Extremadura

**Abstract // Resumo:**

Nas últimas décadas, a ideia de envelhecimento ativo tem sido amplamente desenvolvida e implementada. Graças aos progressos médicos, tecnológicos e sociais, as pessoas idosas vivem mais tempo e com mais saúde, o que lhes permite participar ativamente na sociedade. No entanto, esta mudança social deve ser acompanhada de políticas públicas que favoreçam este tipo de envelhecimento, bem como o papel participativo e ativo dos idosos como parte integrante das comunidades onde vivem. Neste domínio a responsabilidade ultrapassa o setor público para se alargar à sociedade civil e aos cidadãos.

Neste sentido, o nosso objetivo é fazer uma primeira aproximação às políticas públicas dedicadas a este fenómeno, mapeando programas e medidas de apoio que visem promover a sustentabilidade da qualidade de vida das pessoas idosas nas suas comunidades. Dado que o envelhecimento da população é um fenómeno demográfico global, consideramos necessário comparar políticas e programas entre países e regiões, mais especificamente, entre a Comunidade Autónoma da Extremadura (Espanha) e as regiões do Alentejo e Centro (Portugal) que enfrentam o desafio demográfico do envelhecimento e do despovoamento, em territórios do interior e com problemas de desenvolvimento.

A metodologia escolhida foi a pesquisa, mapeamento e análise da informação de acesso público sobre políticas e programas relacionados com o envelhecimento ativo nos três territórios, a partir de itens específicos, nomeadamente a identificação dos domínios de intervenção, os mecanismos de participação ativa na comunidade e os fatores de inovação.

Os resultados desta primeira aproximação entre países permitem-nos observar, de forma analítica, as semelhanças e diferenças relativamente à forma como enfrentam o envelhecimento das suas populações, bem como o papel participativo dos seus idosos.

**Keywords // Palavras-chave:** Políticas Públicas; Mapeamento; Envelhecimento Ativo; Participação e Inovação.

## **AGE.C-56281**

### **Envelhecimento Saudável: Moradias Adequadas para uma Sociedade Resiliente e Inclusiva**

Leticia Felice Olaia - Universidade Federal de São Carlos

Maria Aparecida Brito - Universidade Federal de São Carlos

Maria Fernanda Colela Rodrigues - Universidade Federal de São Carlos

Maria Eduarda Vercesi de Carvalho - Universidade Federal de São Carlos

Luzia Cristina Antoniossi Monteiro - Universidade Federal de São Carlos

#### **Abstract // Resumo:**

Diante do progressivo aumento da população idosa é inevitável considerar o acesso aos recursos básicos para uma vida digna, bem como compreender os obstáculos para a plena participação na sociedade. É necessário abordar o envelhecimento humano sob a perspectiva abrangente e integrada, considerando os aspectos biopsicossociais, incluindo a saúde, o ambiente e as interações socioespaciais. À vista disso, a Organização das Nações Unidas (ONU), implementou a estratégia “Década do Envelhecimento Saudável”, a fim de garantir sociedades inclusivas para todas as faixas etárias, incentivando a mobilização de governos, organizações da sociedade civil, profissionais de diversas áreas, setor privado e instituições acadêmicas em prol da melhoria da qualidade de vida. Essa abordagem de governança, participativa e colaborativa, deseja fortalecer a implementação de políticas, programas e estratégias que visam à redução das desigualdades, à inclusão social e à proteção dos direitos fundamentais, garantindo que todos tenham suas necessidades básicas supridas, como o acesso a moradia adequada. Nesse contexto, o grupo de pesquisa “Direito, Cidade e Envelhecimento”, certificado pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e vinculado à Universidade Federal de São Carlos (UFSCar), tem se dedicado a produção de estudos relacionados a avaliação de políticas habitacionais e da satisfação desse segmento etário com a moradia, compreendendo

suas demandas específicas e considerando seus desejos, contribuindo para a conquista desse direito. Nesse sentido, destaca-se pesquisa que teve como objetivo construir e validar instrumento metodológico para avaliar a satisfação habitacional da pessoa idosa, utilizando o método e-Delphi. Os resultados da pesquisa demonstraram a pertinência dos itens propostos, os quais conectaram questões objetivas e subjetivas da moradia. A promoção de estratégias que visam ambientes habitacionais adequados, revela-se de suma importância para assegurar a inclusão socioespacial, fomentando o progresso de cidades resilientes, capazes de atender às necessidades atuais, sem comprometer as gerações futuras.

**Keywords // Palavras-chave:** Envelhecimento, Moradia adaptada, Sociedade resiliente, Inclusão socioespacial.

## **AGE.C-56424**

### **Violência contra a pessoa idosa: definição de fluxogramas para agilização dos processos de trabalho.**

Maria Eduarda Bassan Bísaro - Universidade Federal de São Carlos

Vania A. Gurian Varoto - Universidade Federal de São Carlos

#### **Abstract // Resumo:**

Introdução: O tema violência tem abordagem com variáveis à saúde das populações e no contexto do envelhecimento está em evidência. Os Conselhos de Direitos são espaços que atuam na proteção e garantia de direitos, além de incentivar a participação social, monitorar e desenvolver medidas de não violência. No contexto brasileiro os Conselhos Municipais dos Idosos (CMI) atuam neste âmbito e buscam sistematizar seus processos de trabalho. Objetivo: Sistematizar o fluxo das denúncias recebidas de um CMI e identificar os setores envolvidos no acompanhamento das denúncias. Metodologia: Estudo exploratório, descritivo e com fundamentos na pesquisa qualitativa e quantitativa. A análise de conteúdo temático foi aplicada e o uso de sistemas gráficos de fluxogramas. Estudo em duas etapas: revisão bibliográfica em bases e descritores selecionados, e verificação dos registros de denúncias entre 2019 e 2022. Resultados: A produção científica é escassa e as 06 produções tratam de medidas de cuidados na área de saúde, e sem sistema gráfico de fluxogramas. Os registros somam 81, a maioria referenciado pela Delegacia de Defesa da Mulher (75;92,5%) e Demanda Espontânea (05;6,1%), via e-mails. O principal serviço para encaminhamento, foi o Centro de Referência Especializado de Assistência Social (43;53%). O CMI estabelece em seus registros, um formulário e uma planilha. Existe fragilidade na sistematização dos fluxos internos e externos, e ausência de fluxograma. Conclusão: Este estudo produziu dois fluxogramas, um relativo aos dados obtidos e o outro baseado na indicação da literatura sobre a rede de atenção e proteção ao idoso, definição de serviços e dimensões de cuidados (saúde, social, justiça e segurança) para contribuir nos processos de trabalho, agilidade e resolutividade. O sistema gráfico, também destaca os serviços que deveriam ter envolvimento e os principais mecanismos de referência, contrarreferência para ações de acolhimento, cuidado, monitoramento e adoção de medidas preventivas.

**Keywords // Palavras-chave:** Violência, Idoso frágil, Governança, Fluxograma, Participação Social.

**Os idosos como parceiros de investigação: metodologias participativas numa investigação qualitativa em Serviço Social sobre estruturas residenciais coletivas para idosos**

Ricardo Crispim - Mestre em Serviço Social; Doutorando FCT (2021.05211.BD) no Programa Interuniversitário de Doutoramento em Serviço Social da FPCE-UC & UCP

Cristiana Pinto Albuquerque - Professora na Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (FPCE-UC), na área de Serviço Social. Investigadora do Centro de Estudos Interdisciplinares da Universidade de Coimbra (CEIS20)

Joana Vale Guerra - Professora na Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (FPCE-UC), na área de Serviço Social. Investigadora do Centro de Estudos Interdisciplinares da Universidade de Coimbra (CEIS20)

**Abstract // Resumo:**

As Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI) são dos principais espaços do cuidado formal em Portugal. A atuação das ERPI tem motivado profundas reflexões junto de vários peritos alegando uma inclinação padronizada do cuidado, superproteção/controlo e isolamento social, com prejuízo dos direitos humanos dos residentes. Nesta sequência, o Envelhecimento Ativo (EA) apresenta-se com enorme potencial na vida de todos os agentes destes espaços do cuidado, embora, ainda assuma contornos algo discricionários na sua operacionalização.

Este trabalho de investigação doutoral em Serviço Social (bolsa FCT n.º2021.05211.BD), em desenvolvimento, visa criar uma oportunidade de compreensão das políticas e práticas orientadoras do cuidado nas ERPI portuguesas, ancorando-se numa lógica concetual defensora da pertinência/urgência do EA enquanto bússola nas ERPI.

O estudo orienta-se pelo paradigma interpretativo, beneficiando da metodologia qualitativa. A aproximação ao campo empírico já contou com a realização de dois momentos de recolha/análise de dados, suportados por entrevistas semiestruturadas/grupos focais com vários participantes de ciência (sociedade civil + profissionais), e posterior análise de conteúdo.

Com efeito, os resultados têm apontado para uma certa invisibilidade dos residentes das ERPI na forma como a sociedade atual se organiza, sobretudo, devido à atribuição de pouca capacidade de reflexão sobre a ação, sendo substituídos por indivíduos que têm vínculo direto com a ação. Estes resultados legitimam aquilo que a literatura existente vem comprovando. Assim, será incluído um exercício hermenêutico da voz dos moradores das ERPI enquanto agentes de produção de conhecimento científico e, assim, materializa-se o EA, não enquanto mera expressão de tendências, mas como algo verdadeiramente fazível, pertinente e útil.

Em conclusão, sob a premissa de não deixar ninguém para trás, a inclusão dos idosos como parceiros do processo de investigação, por força destes serem agentes competentes nas matérias que aqui se exploram, valida o cunho integrador, complexo e multidimensional das investigações em Serviço Social.

**Keywords // Palavras-chave:** Cuidados de longo prazo; Contextos residenciais coletivos; Pessoas idosas; Parceria em investigação; Investigação qualitativa.

## AGE.C-80152

### **Participação Social e acontecimentos de vida: um estudo retrospectivo com adultos mais velhos**

Carla Faria - Instituto Politécnico de Viana do Castelo; CINTESIS@RISE

Joana Monteiro - Instituto Politécnico de Viana do Castelo; Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto

Alice Bastos - Instituto Politécnico de Viana do Castelo; CINTESIS@RISE

#### **Abstract // Resumo:**

O desenvolvimento humano e envelhecimento podem ser concetualizados como um processo dinâmico de ganhos e perdas, onde os acontecimentos de vida assumem um lugar destaque, numa visão life span, para explicar as múltiplas influências. O tipo, o timing, sequência e combinação de acontecimentos de vida influenciam as trajetórias de vida, constituindo-se como fator explicativo da variabilidade inter e intraindividual. Os acontecimentos de vida podem ser definidos como eventos cujo advento é indicativo ou requer uma mudança significativa no padrão de funcionamento habitual da pessoa, e reúnem grande potencial de mudança, de tal modo que o desenvolvimento/envelhecimento pode ser definido como o processo contínuo de adaptação a uma série de desafios decorrentes dos acontecimentos de vida. Neste contexto, o presente estudo tem como objetivo aprofundar o conhecimento do processo adaptativo de pessoas mais velhas que apresentam indicadores elevados de bem-estar psicológico. Foram selecionados 30 casos extremos, situados no percentil 75 nas Escalas de Bem-estar Psicológico (Novo, Silva & Peralta, 1997), que foram entrevistados com entrevista semiestruturada. Os dados foram analisados com recurso a procedimentos de análise de conteúdo, tendo combinado abordagem indutiva com dedutiva. As primeiras 10 entrevistas foram analisadas de acordo com o procedimento de análise de conteúdo definido por Creswell (2009), assente numa abordagem indutiva estruturada. Deste processo resultou a identificação de categorias de análise que, numa segunda fase, foram usadas para analisar as restantes 20 entrevistas numa abordagem dedutiva. Globalmente, a análise de conteúdo permitiu identificar: (1) acontecimentos de vida normativos (ex., entrada para a escola) e não normativos (ex., desemprego); (2) acontecimentos normativos dentro e fora do timing (ex., perda dos pais na infância); e (3) cascata de acontecimentos. Estes resultados apontam para a relevância da plasticidade humana nos processos adaptativos, podendo o bem-estar psicológico ser assumido como um dos indicadores de envelhecimento bem-sucedido.

**Keywords // Palavras-chave:** Acontecimentos de vida, Participação Social; Bem-estar psicológico; Envelhecimento.

## AGE.C-87082

### **Participação de pessoas reformadas com mais de 60 anos - a partir do SHARE - Questionário sobre saúde, envelhecimento e reforma na Europa**

Teresa Alves Martins - ESE.PP

Isabel Dias - IS.UP

João A. Nunes - CES.UC

Isabel Menezes - CIIE.FPCEUP

**Abstract // Resumo:**

A participação de pessoas reformadas em atividades sociais, cívicas e políticas tem tido pouca visibilidade, quando comparado com outros temas relacionados com o envelhecimento. Pretende-se perceber a expressão da participação de pessoas reformadas com 60 e mais anos em quatro tipos de atividades - voluntariado, formação, associações locais e organizações políticas - , considerando a Base de Dados SHARE - Questionário sobre saúde, envelhecimento e reforma na Europa (Vaga 7), em 27 países, com destaque para Portugal.

Foi realizada uma análise descritiva dos resultados para perceber a proporção de pessoas que participam em cada uma das atividades em estudo.

Tanto na globalidade dos países como em Portugal, as associações locais são o contexto onde há mais participação (27 países: 22,6%; PT: 10,5%), seguida pelo voluntariado (27 países: 13,9% - PT: 9,8%), contextos educativos (27 países 6%; PT: 3,5%) e organizações políticas (27 países: 5,3%; PT: 3,2%).

Padrões de género foram identificados ao comparar os diversos países e as diferentes atividades, bem como uma tendência forte para a diminuição da participação com o aumento das idades.

**Keywords // Palavras-chave:** Participação; envelhecimento; pessoas reformadas; SHARE.



UNIDADE DE INVESTIGAÇÃO INTERDISCIPLINAR  
COMUNIDADES ENVELHECIDAS FUNCIONAIS  
INTERDISCIPLINARY RESEARCH UNIT  
ON BUILDING FUNCTIONAL AGEING COMMUNITIES



Instituto Politécnico  
de Castelo Branco  
Polytechnic University