

Instituto Politécnico de Leiria
Escola Superior de Educação e Ciências Sociais
Mestrado em Direção e Gestão de Organizações de Intervenção Social



“Carrinha da Feliz Idade”
Projeto de Mestrado para a obtenção de grau de Mestre em Direção e Gestão de
Organizações de Intervenção Social

Juliana Gomes

Leiria, junho de 2024

Orientador: Professor Márcio Oliveira

“Carrinha da Feliz Idade “ - Projeto de Intervenção Social
Juliana Gomes

Instituto Politécnico de Leiria
Escola Superior de Educação e Ciências Sociais

Mestrado em Gestão de Organizações de Intervenção Social
Projeto de Intervenção Social para a obtenção do grau de Mestre

Orientador do Projeto: Márcio Oliveira
Aluna: Juliana Gomes
Leiria, junho de 2024

Agradecimentos

Quero agradecer a todos os que sempre me apoiaram para que fosse possível alcançar mais este objetivo na minha vida, aos meus pais, à minha irmã Maria e um enorme obrigada ao meu Rodrigo, por ouvirem sempre os meus medos e receios e mesmo assim nunca me deixarem desistir. Sem o vosso apoio fundamental nada disto teria sido possível.

De seguida um agradecimento ao Instituto Politécnico de Leiria, à Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, ao professor orientador deste projeto de intervenção social, para a obtenção do grau de Mestre em Direção e Gestão de Organizações de Intervenção Social, o Professor Márcio Oliveira. Obrigada pela partilha de todos os conhecimentos que levo para a vida e por toda a motivação para fazer sempre mais e melhor.

Por último resta-me agradecer ao Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José, à Direção, à Diretora Técnica, Dra. Isabel Rodrigues e a toda a equipa no geral. Obrigada por me terem apoiado em tudo o que necessitei ao longo desta caminhada, pois só assim foi possível concluir este enorme desafio.

Resumo

Este projeto de intervenção social, intitulado de a “Carrinha da Feliz Idade” tem como objetivo principal contribuir para a promoção de um envelhecimento ativo e saudável da população idosa da freguesia de São Simão de Litém, mais concretamente dos beneficiários da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José.

A metodologia utilizada para a elaboração deste projeto foi a metodologia quantitativa com recurso à utilização de um inquérito por questionário para a recolha dos dados. Assim este inquérito por questionário foi aplicado aos utentes da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José. Este inquérito teve como objetivo principal compreender quais as preferências e as necessidades dos futuros beneficiários deste projeto em relação aos serviços que a "Carrinha da Feliz Idade" poderá disponibilizar, para que assim este projeto consiga ir ao real encontro das principais necessidades e interesses dos seus beneficiários.

Através da aplicação deste inquérito por questionário foi possível concluir que dos 17 inquéritos realizados, os beneficiários desta resposta social dão uma maior importância aos serviços de saúde, de seguida aos serviços mais básicos e instrumentais da vida diária, isto é serem acompanhados aos mais variados serviços. Em terceiro lugar ficam os cuidados de imagem, as saídas com um intuito lúdico ficam em quarto lugar nas suas preferências. As saídas com o objetivo de promover o relacionamento interpessoal ficam em quinto lugar. Relativamente às saídas com um objetivo cultural são aquelas a que os utentes dão uma menor importância.

Neste sentido a "Carrinha da Feliz Idade" pretende ser um projeto de intervenção social, dinamizado para os clientes do Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José e para outros idosos desta freguesia, com características semelhantes. Neste sentido pretende-se proporcionar aos beneficiários do Serviço de Apoio Domiciliário um alargamento dos serviços já prestados no âmbito desta resposta social. Este projeto pretende também abranger a população mais envelhecida desta freguesia que não usufrui de nenhuma resposta social.

Assim a “Carrinha da Feliz Idade” funcionaria como um serviço de apoio às suas necessidades do quotidiano. Esta carrinha iria estar disponível para levar e acompanhar os utentes aos mais variados serviços e em várias vertentes.

Palavras-chave: Envelhecimento; Envelhecimento ativo e saudável; Qualidade de Vida; Serviço de Apoio Domiciliário.

Abstract

This social intervention project, entitled the “Carrinha da Feliz Idade”, whose main objective is to contribute to the promotion of active and healthy aging of the elderly population in São Simão de Litém, more specifically the beneficiaries of the social response of the Health Service Home Support off Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José.

The methodology used to prepare this project was quantitative methodology using a questionnaire survey to collect the necessary information. Therefore, this questionnaire survey was applied to users of the Home Support Service social response off Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José. The main objective of this survey was to understand the preferences and needs of the future beneficiaries of this project in relation to the services that the "Carrinha da Feliz Idade" can provide, so that this project can truly meet the main needs and interests of its beneficiaries.

Through the application of this questionnaire survey, it was possible to conclude that of the 17 surveys carried out, the beneficiaries of this social response give greater importance to health services, then to the most basic and instrumental services of daily life, that is, being accompanied to the most varied services . In third place are image care, exits with a playful purpose come in fourth place in their preferences. Exits with the aim of promoting interpersonal relationships come in fifth place. In relation to exits with a cultural objective, they are those to which users give less importance.

In this sense, the "Carrinha da Feliz Idade" aims to be a social intervention project, aimed at clients of the Home Support Service off Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José and for other elderly people in São Simão de Litém, with similar characteristics. In this sense, the aim is to provide beneficiaries of the Home Support Service with an extension of the services already provided. This project also aims to cover the older population of São Simão de Litém who do not have access to any social services. Thus, the “Carrinha da Feliz Idade” would function as a support service for your everyday needs. This project would be available to take and accompany users to the most varied services and aspects.

Key words: Aging; Active and healthy aging; Quality of life; Home Support Service.

Índice Geral

Capítulo I - Enquadramento Institucional	4
1.1 Contextualização Geográfica	4
1.2 Contextualização Institucional	6
1.3 Caracterização do Público Alvo	10
Capítulo II - Enquadramento Teórico	12
2.1 Envelhecimento	12
2.2 Solidão e Isolamento	15
2.3 Envelhecimento Ativo e Saudável	17
2.4 Qualidade de Vida	21
2.5 O Serviço de Apoio Domiciliário	24
Capítulo III - Metodologia	28
Capítulo IV- Análise e Discussão dos Resultados	30
Capítulo V- O Projeto de Intervenção Social a “Carrinha da Feliz Idade”	36
5.1 Apresentação e Objetivos do Projeto	36
5.2 Planificação das atividades	38
5.3 Sustentabilidade: Fontes de Financiamento e Parcerias	40
5.4 Avaliação do Projeto: Resultados e Impactos Esperados	42
5.5 Orçamento Global	44
Considerações Finais	47
Bibliografia	50
Webgrafia	52
Legislação	53

Anexos 54

Anexo

I- Organograma do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José
54

Anexo II- Inquérito por Questionário 55

Anexo III- Inquérito de Satisfação para Avaliação do Projeto 61

Anexo IV- FIAT Ducato Shuttle 9 lugares 62

Índice de Tabelas

Tabela 1- Tabela Síntese	30
Tabela 2- Serviços	31
Tabela 3- Cuidados de Imagem	32
Tabela 4- Cuidados de Saúde	33
Tabela 5- Saídas Culturais	33
Tabela 6- Relacionamento Interpessoal	34
Tabela 7- Saídas Lúdicas	35
Tabela 8- Planificação das atividades	38
Tabela 9- Parceiros e os seus contributos para a ”Carrinha da Feliz Idade”	41
Tabela 10- Orçamento Global do Projeto	45

Siglas

AVD- Atividades de Vida Diária

CSPSSL- Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José

ERPI- Estrutura Residencial para Pessoas Idosas

IPSS- Instituição Particular de Solidariedade Social

NUT- Nomenclatura das Unidades Territoriais para fins estatísticos

SAD- Serviço de Apoio Domiciliário

Introdução

O envelhecimento populacional é uma questão da esfera mundial, europeia, nacional e também regional. Esta região do país para além do problema do envelhecimento populacional depara-se com outro grave problema. Pois devido à emigração vivida nos últimos anos a população idosa da freguesia de São Simão de Litém, tem também um suporte familiar muito reduzido, fator de elevada relevância nesta fase da vida em que as necessidades de apoio a vários níveis aumentam. Assim as organizações de intervenção social e mais especificamente as respostas sociais de proximidade, como é o caso do Serviço de Apoio Domiciliário, assumem uma elevada importância, não só para os beneficiários como para as famílias. Que uma vez que não estando por perto transitam para as instituições de cariz social muitas das suas responsabilidades, sendo muitas vezes difícil para estas dar resposta a todas as solicitações.

Neste sentido e na tentativa de tentar colmatar de alguma forma a falta de respostas institucionais, este projeto de intervenção social pretende também ir ao encontro do conceito de Ageing in Place, contribuindo assim para que a população idosa envelheça no seu meio natural de vida. Uma vez que este projeto apoia os seus beneficiários nas suas atividades de vida diária, e ao mesmo tempo tem a capacidade de lhes proporcionar novas experiências, contribuindo assim também para um envelhecimento ativo e saudável.

Após a realização de uma pesquisa é importante referir que na zona onde se pretende implementar este projeto de intervenção social, não existem projetos a decorrer dentro deste género. Assim a “Carrinha da Feliz Idade” tem como objetivo principal contribuir para a promoção de um envelhecimento ativo e saudável da população idosa da freguesia de São Simão de Litém. Como objetivos específicos pretende dar resposta às diversas necessidades dos utentes, funcionando como um complemento aos serviços já prestados, caso já existam. Proporcionar experiências diferentes e em várias vertentes, aos idosos beneficiários do projeto e auxiliar no retardar do processo de institucionalização e para uma melhor condição caso esta venha a existir.

Os autores salientam que com o aumento da população idosa e consequentemente o aumento de situações de dependência tem aumentado também a necessidade de existência de serviços de apoio aos idosos, uma vez que estes serviços tem assumido cada vez mais um papel fundamental na sociedade contemporânea. “Atualmente, a sociedade caracteriza-se por um aumento considerável do envelhecimento da população. Com este aumento cria-se uma grande necessidade de formação de profissionais nesta área, e, conseqüente surge a necessidade de criar espaços com respostas sociais adequadas a um público mais envelhecido, mais ainda ativo.” (Duarte, 2018, p.17)

A metodologia utilizada para a elaboração deste projeto foi a metodologia quantitativa com recurso à utilização de um inquérito por questionário para a recolha dos dados. Assim este inquérito por questionário foi aplicado aos utentes da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José. Este inquérito tem como objetivo principal compreender quais as preferências e as necessidades dos futuros beneficiários deste projeto em relação aos serviços que a "Carrinha da Feliz Idade" poderá disponibilizar, para que este projeto consiga ir assim ao real encontro das principais necessidades e interesses dos seus beneficiários.

Este projeto de intervenção social para a obtenção do grau de Mestre está dividido em cinco capítulos, o primeiro capítulo denomina-se, Enquadramento Institucional, pretende contextualizar geograficamente e institucionalmente este projeto. Assim são descritas as principais características da zona de implementação deste projeto de intervenção social, a freguesia de São Simão de Litém e também a Instituição Particular de Solidariedade Social que será a entidade promotora e executora deste projeto, o Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José. E ainda contextualizar e descrever o público alvo da “Carrinha da Feliz Idade”.

O capítulo dois deste trabalho intitula-se, Enquadramento Teórico, serão analisados teoricamente, segundo vários autores, conceitos relacionados com esta área de intervenção. Nomeadamente o envelhecimento, a solidão e o isolamento, o envelhecimento ativo e saudável, a qualidade de vida e por último a resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário.

No capítulo três, é apresentada a metodologia utilizada para a recolha dos dados, a metodologia quantitativa. Neste sentido é identificado qual o objetivo da aplicação do inquérito por questionário, são apresentadas as suas principais questões e ainda indicada a dimensão da amostra. Já no capítulo quatro são analisados e discutidos os dados obtidos na capítulo anterior.

Por último no capítulo cinco, designado de, O Projeto de Intervenção Social a “Carrinha da Feliz Idade”, será descrito em primeiro lugar este projeto de intervenção social e os seus objetivos, de seguida será elaborada a planificação das atividades. Também será analisada a sustentabilidade deste projeto, as suas fontes de financiamento e parcerias, de seguida, fundamental em qualquer projeto de intervenção social, será também descrita a forma como será realizada a avaliação deste projeto durante o decorrer do mesmo. Por último irá ser apresentado o orçamento global da “Carrinha da Feliz Idade” pensado para um período de tempo de dois anos.

Capítulo I - Enquadramento Institucional

1.1- Contextualização Geográfica

A freguesia de São Simão de Litém está inserida na União de Freguesias de Santiago, São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, pertence ao concelho de Pombal, distrito de Leiria. A cidade portuguesa de Pombal, elevada a este estatuto a 16 de Agosto de 1991, integra assim a Comunidade Intermunicipal da Região de Leiria, na parte Sul da Região Centro (NUT II) de Portugal. Tem cerca de 626 KM² de área e está subdividido em 13 freguesias, nomeadamente, Abiúl, Almagreira, Carnide, Carriço, Guia, Ilha e Mata Mourisca, Louriçal, Meirinhas, Pelariga, Pombal, Redinha, Santiago e São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, Vermoil e Vila Cã. Este concelho é limitado a Norte pela Figueira da Foz e Soure, a Este, por Ansião e Alvaiázere, a Sudeste por Ourém, a Sudoeste por Leiria e a Oeste por uma faixa litoral no Oceano Atlântico, especificamente pela Praia do Osso da Baleia. (Diagnóstico Social de Pombal, 2017)

Segundo o Pordata, o concelho de Pombal registava em 2022, 51 287 indivíduos residentes, sendo que a população com mais de 65 anos representa um total de 15 033 também em 2022. Este último valor apresenta um crescimento comparativamente ao ano de 2001 em que eram apenas 11 196 indivíduos. (Pordata, s.d) De acordo com o Diagnóstico Social de Pombal, a União de Freguesias de Santiago, São Simão de Litém e Albergaria dos Doze é uma das freguesias mais rurais e com fracas acessibilidades do concelho encontrando-se assim geograficamente mais isolada. O concelho de Pombal em comparação com os restantes concelhos da Região Centro e da Região do Pinhal Litoral é o mais envelhecido, em 2013 a cada 100 jovens existiam cerca de 177 idosos. De referir também que esta União de Freguesias era em 2011 a segunda freguesia do concelho com maior número de população idosa. (Diagnóstico Social de Pombal, 2017)

É necessário analisar também algumas consequências deste envelhecimento populacional como é o caso do isolamento e da solidão. Assim em 2011, segundo o Diagnóstico Social de Pombal, existiam 8 906 pessoas com 65 ou mais anos a residirem sós ou com outras pessoas do mesmo grupo etário. Mais uma vez a freguesia em análise é uma das freguesias do concelho de Pombal onde o isolamento é mais acentuado, sendo acima de 70%. Outro dado que é possível acrescentar é que o concelho de Pombal para além do concelho da Região Centro com maior número de população com 65 ou mais

anos, tem também a maior percentagem de idosos a viverem sós, mais de 5%. Regista-se também uma percentagem acentuada de idosos que estão dependentes das respostas sociais de proximidade, cerca de 27%, estando sinalizados pela Guarda Nacional Republicana de Pombal cerca de 60% de idosos em situações de isolamento. (Diagnóstico Social de Pombal, 2017)

Esta União de Freguesias tem 34,3% de população envelhecida, relativamente às respostas sociais para esta faixa etária, o concelho de Pombal continua a registar uma carência das mesmas. Neste sentido a resposta social de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas tem uma lista de espera neste concelho em média de 90 inscrições, sendo que na União de Freguesias de Santiago e São Simão de Litém e Albergaria dos Doze esta lista de espera aumenta significativamente para cerca de 370 inscrições, de acordo com o Diagnóstico Social de Pombal. A taxa de cobertura das respostas sociais para a população sénior deste concelho é muito baixa, sendo apenas de 17,8%. Neste sentido, é possível concluir que estas instituições de intervenção social apresentam muitas dificuldades para conseguirem dar resposta a todas as necessidades da população envelhecida das zonas onde estão inseridas. (Diagnóstico Social de Pombal, 2017)

1.2- Contextualização Institucional

O Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José, será a entidade promotora e executora deste projeto de intervenção social. A freguesia onde esta

instituição está localizada será o local de implementação do mesmo. Esta Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), está localizada na União de Freguesias de Santiago, São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, no concelho de Pombal, distrito de Leiria. Como acima referido é uma instituição situada numa zona de elevado envelhecimento populacional e isolamento geográfico, onde estas instituições de cariz social assumem uma particular importância na vida dos seus beneficiários e da comunidade em geral onde se encontram inseridas.

Esta instituição tem como missão o aperfeiçoamento e inovação de todos os colaboradores, a satisfação dos clientes, o cumprimento dos requisitos legais e as relações benéficas com os fornecedores. No que se refere ao aperfeiçoamento e inovação de todos os colaboradores, a instituição dá particular importância à promoção do trabalho em equipa, assegurando a participação em ações de formação, visando a melhoria contínua dos serviços a prestar e a definição de objetivos anuais envolvendo todos os colaboradores. Relativamente à satisfação dos clientes visa proporcionar serviços que superem as suas expectativas, respeitando a sua individualidade, satisfazendo as suas necessidades, visando a promoção do bem-estar biopsicossocial e monitorizando a sua satisfação e das suas famílias, promovendo a melhoria contínua dos serviços prestados. Por outro lado, no que toca ao cumprimento dos requisitos legais, asseguram o seu cumprimento e de outros, aplicáveis à atividade da instituição com vista à melhoria contínua. Por fim, visa proporcionar relações benéficas com os fornecedores, selecionando e avaliando continuamente os fornecedores, promovendo uma relação de respeito e confiança. (Estatutos CSPSSL, 2015)

Os fins desta organização de intervenção social são a promoção da caridade cristã, da cultura, da educação e da integração comunitária e social na perspetiva dos valores do Evangelho para todos os habitantes da comunidade onde está situado, especialmente dos mais pobres. (Estatutos CSPSSL, 2015)

O Centro Social Paroquial de São Simão de Litém tem como princípios inspiradores e objetivos:

- “A natureza unitária da pessoa humana e o respeito pela sua dignidade;
- O aperfeiçoamento cultural, espiritual, social e moral de todos os paroquianos;

- A promoção integral de todos os habitantes da Paróquia, num espírito de solidariedade humana, cristã e social;
- A promoção de um espírito de integração comunitária de modo que a população e os seus diversos grupos se tornem promotores da sua própria valorização;
- O desenvolvimento do espírito de convivência e de solidariedade como fator decisivo do trabalho comum, tendente à valorização integral dos indivíduos, das famílias e demais agrupamentos da comunidade paroquial;
- A compreensão do Centro Social como serviço da comunidade cristã, devendo, por isso, proporcionar, com respeito pela liberdade de consciência, formação cristã aos seus beneficiários, não permitindo atividades nem assumindo compromissos que se oponha aos princípios cristãos;
- A prioridade à proteção das pessoas mais pobres e desfavorecidas ou atingidas por calamidades, através da criação e manutenção de serviços e estruturas de apoio adequadas;
- A colaboração de grupos de trabalho tecnicamente preparados e devidamente qualificados, ou outros, que se dediquem à promoção, assistência e melhoria da vida das populações;
- O empenhamento da comunidade paroquial, na identificação dos problemas sociais mais graves, e na mobilização dos recursos humanos e materiais necessários para a sua solução;
- A escolha dos seus próprios agentes e colaboradores de entre as pessoas que partilhem, ou pelo menos respeitem, a identidade católica da instituição;
- O contributo para a solução dos problemas sociais, à luz da doutrina social da Igreja.” (Estatutos CSPSSL, 2015 p.3)

Relativamente à história desta organização do terceiro setor a sua escritura foi realizada no dia 6 de abril de 1977 designada inicialmente como “Centro de Acolhimento para a Terceira Idade”, sendo a primeira instituição a ser criada para estes fins no distrito. O seu fundador foi o Padre Benevenuto Santiago Morgado tendo tido grande apoio por parte da comunidade local, que contribuiu-o economicamente para a sua construção. A primeira pedra foi lançada a 15 de agosto de 1979 e, exatamente um ano depois, foi feita a sua inauguração. A abertura aos utentes aconteceu a 13 de julho de 1980, com a resposta social de Lar, atualmente designada por Estrutura Residencial para Pessoas Idosas. Esta foi crescendo iniciando o Serviço de Apoio Domiciliário em

1991, e em 2008 foi a primeira IPSS a obter acordo de cooperação na resposta social de Acolhimento Familiar para Idosos e Deficientes em idade adulta. Em 1999 sofreu obras de ampliação e remodelação mantendo a sua capacidade inicial e, em março de 2013 foi inaugurada a segunda obra de remodelação e ampliação para mais 10 camas para a resposta social de ERPI. A 15 de agosto de 2013 esta instituição conseguiu alcançar um dos seus grandes objetivos, a implementação do Sistema de Gestão da Qualidade segundo a norma NP EN ISSO 9001, para todas as respostas sociais. Esta organização do terceiro setor assegura assim, que todos os serviços prestados garantem o nível desejado de satisfação dos clientes. (Estatutos CSPSSL, 2015)

O CSPSSL tem como área e âmbito de intervenção prioritária, mas não exclusiva, a Paróquia de São Simão de Litém, podendo, caso se justifique, intervir nas paróquias vizinhas. Este presta os seus serviços às pessoas, famílias e comunidade apoiando-as nas necessidades de carácter social. Neste seguimento, presta também apoio à família, à integração social e comunitária, e à resolução de problemas habitacionais da população. Contudo, apoia ainda pessoas idosas e pessoas com deficiência e incapacidade, dando prioridade àquelas que apresentem maiores carências económicas e que demonstrem não ter suporte familiar e institucional, através das suas respostas sociais. Por fim, contribui para a proteção social dos cidadãos na eventualidade de doença, velhice, invalidez e morte, bem como em todas as situações de falta ou diminuição de meios de subsistência ou ainda incapacidade para o trabalho. (Estatutos CSPSSL, 2015)

Constituem a organização desta instituição a direção e o concelho fiscal, sendo presidida pelo Pároco da área onde está sediado o Centro. A duração dos mandatos destes órgãos é de 4 anos renováveis. A direção, por sua vez, é constituída por um número ímpar de membros, entre um mínimo de 3 e um máximo de 9, devendo haver sempre um presidente, um secretário e um tesoureiro. Esta reúne sempre que for convocada pelo presidente, no mínimo de 2 em 2 meses. Já o concelho fiscal é constituído por 3 membros, nomeadamente, um presidente, um secretário e um vogal e reúne semestralmente, ou sempre que for convocado pelo presidente.

O organograma do CSPSSL encontra-se em anexo, e é constituído pela direção, concelho fiscal e direção técnica, composta por uma diretora técnica. Uma vez que esta instituição é certificada na qualidade, a diretora técnica é também a diretora da

qualidade. Neste organograma consta também a equipa técnica formada pelo médico, enfermeiros, animadora sociocultural, terapeuta ocupacional e assistente social, esta IPSS é constituída por um total de cerca de 35 colaboradores. (Estatutos CSPSSL, 2015)

Esta IPSS tem como respostas sociais a Estrutura Residencial para Pessoas Idosas com capacidade para 52 camas tendo Acordo de Cooperação com a Segurança Social para 42 utentes, Serviço de Apoio Domiciliário com Acordo de Cooperação com a Segurança Social para 28 utentes e Acolhimento Familiar para Idosos e Deficientes em idade adulta com Acordo de Cooperação com a Segurança Social para 8 utentes.

A instituição tem um grande impacto social na sua área de intervenção, uma vez que é um dos maiores empregadores da freguesia e, dá suporte social a um total de cerca de 80 beneficiários, dentro das respostas sociais que desenvolve. Contribui ainda, para a sinalização e respetivo encaminhamento de vários casos sociais, em parceria com as várias instituições locais, como por exemplo, a Junta de Freguesia, o Centro de Saúde, entre outros. Todavia é, por sua vez, uma instituição com forte envolvimento com a comunidade, apoiando a dinamização de vários projetos de intervenção comunitária.

A principal forma de sustentabilidade desta IPSS são as participações recebidas por parte do Instituto da Segurança Social e pelas mensalidades pagas pelos utentes inscritos nas diversas respostas sociais. Pontualmente, outra forma de financiamento, é a candidatura a alguns fundos comunitários, através de projetos de intervenção social. Recentemente foi elaborada uma candidatura ao fundo comunitário, Programa de Recuperação e Resiliência Mobilidade Verde, para aquisição de uma carrinha elétrica para a resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário.

1.3- Caracterização do Público Alvo

O público alvo da “Carrinha da Feliz Idade” serão os beneficiários do Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José e outros idosos da freguesia, com características semelhantes. Este projeto de intervenção social pretende também abranger a população mais envelhecida desta freguesia que não usufrui de nenhuma resposta social. A freguesia de São Simão de Litém está inserida na União de Freguesias de Santiago, São Simão de Litém e Albergaria dos Doze, tal como referido acima esta é uma freguesia muito envelhecida,

a sua população é constituída na sua maioria por indivíduos com 65 ou mais anos que residem sós ou com pessoas do mesmo grupo etário.

Como consequência da emigração vivida nos últimos anos, esta população para além de envelhecida tem também um suporte familiar muito reduzido, fator de elevada relevância nesta fase da vida em que as necessidades de apoio a vários níveis aumentam. Assim as organizações de intervenção social e mais especificamente as respostas sociais de proximidade, como é o caso do Serviço de Apoio Domiciliário, assumem uma elevada importância, não só para os beneficiários como para as famílias que não estando por perto transitam para as instituições de cariz social muitas das suas responsabilidades, sendo muitas vezes difícil para estas dar resposta a todas as solicitações e pedidos de apoio a vários níveis.

No que diz respeito ao isolamento geográfico é importante referir que muitos lugares desta freguesia encontram-se praticamente despovoados, residindo apenas 1 ou 2 pessoas em alguns destes lugares, sendo zonas na sua maioria geograficamente isoladas e algumas com difíceis acessos. As organizações de intervenção social assumem mais uma vez uma particular importância nestes casos, funcionando como o principal meio de transporte para que os utentes se possam deslocar aos mais variados serviços de que necessitam para a gestão do seu dia a dia.

Os beneficiários da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário desta IPSS são na sua maioria utentes com uma faixa etária muito elevada, mas que mantêm um bom grau de autonomia. Dos 22 beneficiários, inscritos nesta resposta social aquando da elaboração desta análise, 11 utentes tem idades acima dos 90 anos e 6 utentes tem idades superiores a 80 anos. Quanto ao grau de autonomia nas suas atividades de vida diárias é possível concluir que apenas 5 utentes usufruem do serviço de cuidados de higiene pessoal. Na sua maioria apresentam boas funções cognitivas, sendo autónomos para gerir o seu dia a dia. Ao nível físico apenas 5 utentes apresentam também maiores dificuldades de mobilidade, os restantes encontram-se em boa forma física, deslocando-se sem grandes dificuldades.

Dos 22 utentes 8 são do sexo feminino e 14 são de sexo masculino, relativamente ao suporte familiar é relevante indicar que mais de metade destes utentes

residem sós, os restantes residem com pessoas da mesma faixa etária. Quanto aos seus familiares mais próximos, ou quem presta efetivamente o suporte de que o utente necessita, quer sejam filhos, sobrinhos ou irmãos etc, é também importante frisar que na sua maioria estas pessoas de referência residem longe do utente. Quer estejam emigrados ou deslocados da freguesia. Ficando por isso muitas vezes a cargo da instituição a satisfação das necessidades mais básicas dos beneficiários, sendo por vezes difícil dar resposta a todas estas solicitações, tal como referido anteriormente.

No que diz respeito à escolaridade, apenas 2 utentes são iletrados, os restantes sabem ler e escrever, tendo a 3ª ou a 4ª classe. Alguns conseguiram emigrar, durante a sua vida ativa, para tentar fugir à miséria e ao trabalho duro do campo. São na sua maioria indivíduos atentos à realidade que os rodeia, gostando de estar informados sobre as questões da atualidade. Os beneficiários desta resposta social são idosos que gostam de se sentir ativos e de participar em atividades da comunidade.

Capítulo II- Enquadramento Teórico

2.1- Envelhecimento

Segundo Carvalho o tema do envelhecimento populacional é uma questão mundial, que representa um dos maiores desafios da atualidade, pois os países deparam-se com um aumento cada vez maior do número de pessoas em idades avançadas. Portugal é um dos países mais envelhecidos da Europa, o que leva a que esta questão assuma uma maior importância. (Carvalho, 2013) “O envelhecimento populacional é definido a nível coletivo, com base na proporção da população de pessoas idosas na

população total. A classificação demográfica de uma população, como jovem ou envelhecida, depende da proporção de pessoas nas faixas etárias extremas. Em Portugal, considera-se pessoa idosa, a pessoa com 65 ou mais anos de idade.” (SNS Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025, 2017, p.8)

O aumento da esperança média de vida é um dos principais fatores que leva à revolução demográfica vivida atualmente em Portugal e nos restantes países da Europa, que se designa de envelhecimento populacional. Segundo dados do Instituto Nacional de Estatística a esperança média de vida nas mulheres aumentou de 66 anos para 82 anos, nos homens aumentou de 61 anos para 76 anos entre 1960 e 2007. Este envelhecimento da estrutura etária da população acarreta consigo muitas dificuldades à sociedade em geral. (Vieitas, 2015)

Almeida afirma que com a evolução temporal o conceito de envelhecimento e as atitudes perante as pessoas idosas tem vindo a sofrer alterações devido a fatores, tais como a cultura e o aumento de conhecimento sobre a fisiologia e a anatomia humanas. Estes salientam que, não é possível falar em envelhecimento pessoal sem esquecer que este é um processo e não um estado, nos países desenvolvidos esse mesmo estado adquire-se ao 65 anos e nos países em desenvolvimento esse estado adquire-se aos 60 anos. É um processo de desenvolvimento que acompanha toda a trajetória de vida. (Almeida, 2016)

Jacob, refere que “o processo de envelhecimento tem efeitos diferentes nas pessoas, pois é uma experiência subjetiva, tendo em conta as influências genéticas, sociais, históricas e psicológicas relacionadas com as vivências de cada indivíduo durante o seu curso de vida.” (Jacob, 2013; cit in Camacho, 2020, p.8) É necessário ter em consideração os vários aspetos individuais e coletivos da vida dos indivíduos, pois só assim é possível compreender que cada pessoa envelhece de maneiras diferentes. Para que assim seja possível analisar o processo de envelhecimento de uma forma holística. (Silva, 2011; Cit in Camacho, 2020)

Schroots & Birren citado por Pereira afirmam que “o processo de envelhecimento é composto por três elementos: o envelhecimento biológico, o envelhecimento social e o envelhecimento psicológico. Enquanto o envelhecimento

biológico, resulta da vulnerabilidade crescente e de uma maior probabilidade de morrer, a que se chama senescência; o envelhecimento social, relativo aos papéis sociais, apropriado às expectativas da sociedade para este nível etário; o envelhecimento psicológico, definido pela autorregulação do indivíduo no campo das forças, pela tomada de decisões, adaptando-se ao processo de senescência e envelhecimento”. (Schroots e Birren, 1980; cit in Pereira, 2015, p.18)

O processo de envelhecimento é influenciado por fatores de várias ordens, nomeadamente, alterações físicas, cognitivas, psicológicas e ou sociais. Ao nível físico com o avançar da idade existe o aparecimento de perturbações na saúde que tornam a pessoa idosa mais vulnerável levando a situações de hospitalização ou de institucionalização. Existem mudanças que interferem com a mobilidade o que leva a que a pessoa se torne cada vez mais dependente. Ao nível psicológico e emocional passam a existir problemas relacionados com a solidão e isolamento. Os autores afirmam que a perda do papel profissional e a viuvez são os fatores que mais afetam a estabilidade psicológica da pessoa idosa. Socialmente a pessoa idosa sofre uma quebra nas suas relações sociais devido à mudança de papéis sociais. Relativamente às capacidades cognitivas com o avançar da idade existe uma perda destas mesmas capacidades, interferindo com o desempenho de atividades instrumentais e básicas da vida diária. Os autores alertam para a importância da estimulação cognitiva nestas idades, uma vez que a pessoa idosa que não é estimulada cognitivamente vai diminuindo a sua capacidade de concentração que é necessária para a realização de multitarefas. Todas estas alterações irão afetar de alguma forma a qualidade de vida da pessoa idosa. (Camacho, 2020)

Duarte salienta que com o aumento da população idosa e conseqüentemente o aumento de situações de dependência tem aumentado a necessidade de existência de serviços de apoio aos idosos, uma vez que estes serviços tem assumido cada vez mais um papel fundamental na sociedade contemporânea. “Atualmente, a sociedade caracteriza-se por um aumento considerável do envelhecimento da população. Com este aumento cria-se uma grande necessidade de formação de profissionais nesta área, e, conseqüente surge a necessidade de criar espaços com respostas sociais adequadas a um público mais envelhecido, mais ainda ativo.” (Duarte, 2018, p.17)

Em Portugal, é possível também identificar outra problemática, muito preocupante, cada vez mais recorrente no nosso país, pois para além do aumento do envelhecimento populacional, surge por consequência o aumento do número de casos em que os idosos vivem sós ou com outras pessoas da mesma faixa etária. (Estêvão, 2017) “Assim, existe um grande risco de isolamento da população idosa portuguesa, o que pode aumentar as possibilidades de depressão, os riscos de vulnerabilidade, insegurança e exclusão social.” (Almeida, 2016, p.16)

2.2 Solidão e Isolamento

Relativamente ao conceito de solidão, é possível afirmar que não existe consenso quanto à sua definição pelos autores, apresentando assim múltiplos significados. Todos os autores vão de alguma forma ao encontro de que este conceito está relacionado com o facto de se estar só. (Camacho, 2020) Russel define este conceito “como uma das principais queixas apresentadas pelas pessoas idosas que com o avançar da idade veem reduzida a sua participação na comunidade e sentem-se desvalorizados, o que provoca efeitos negativos ao nível da integração social, familiar e psíquica.” (Russel, 2004; cit in Camacho, 2020, p.13)

De acordo com Neto, dependendo da personalidade do indivíduo este sentimento é vivido de diferentes formas. A solidão trás consigo sentimentos de desespero, angustia, depressão, aborrecimento entre outros sentimentos negativos. (Neto, 2000; cit in Camacho, 2020) Existem vários fatores que levam a que este sentimento surja na vida das pessoas, tais como: o estado civil, a reforma como perda de pertença a um grupo profissional, a perda de atividade sexual, entre outros. Os autores afirmam que a população idosa está mais predisposta a este sentimento uma vez que com o avançar da idade passam pelo declínio físico, cognitivo e isolamento social. Ter um bom suporte familiar e manter relações sociais é fundamental, pois ao diminuírem o isolamento da pessoa idosa afastam a probabilidade de existência do sentimento de solidão proporcionando de alguma forma bem estar psicológico. (Camacho, 2020)

Como consequências do sentimento de solidão na vida dos indivíduos os autores apontam a redução da autoestima, aumento de situações de stress, levando em alguns casos ao aparecimento de quadros depressivos. Todas estas consequências levam a que se desenvolvam no indivíduo doenças físicas e psicológicas. Concluindo é um sentimento muito doloroso e complexo, uma vez que a pessoa para além de sentir que não tem amigos sente também que não pertence a nenhum grupo, sentindo-se em muitos casos socialmente excluído. (Pereira, 2010; Cit in Camacho, 2020)

Segundo Maia o significado de isolamento está relacionado com o conceito de afastamento, este afastamento pode ser físico ou psicológico. O afastamento físico ocorre quando a pessoa vive afastada de alguém ou de algo, já o afastamento psicológico é um estado mental, o individuo sente-se só. (Maia, 2012; cit in Almeida, 2016). Os autores afirmam ainda que o processo de envelhecimento pode levar a que a pessoa idosa possa ficar mais isolada, mas salientam que o envelhecimento não é a única causa do isolamento. (Almeida, 2016)

Quanto ao conceito de isolamento é importante referir ainda que este pode influenciar e levar ao aparecimento do sentimento de solidão nos indivíduos, mas ambos os conceitos não são sinónimos. Ligado ao conceito de isolamento surge o conceito de isolamento social, este está relacionado com o facto de o indivíduo ter um

contacto mínimo com outras pessoas e também de existir um baixo nível de envolvimento na vida comunitária. Segundo o Relatório Final “O Envelhecimento da População: Dependência, Ativação e Qualidade”, os fatores de risco que podem potenciar o isolamento social são muitos, podendo destacar-se: ter uma doença física ou mental, ser muito idoso, o facto de viver sozinho, possuir baixas habilitações, residir em zonas pobres entre outros. (Carneiro et al., 2012; cit in O Relatório Final “O Envelhecimento da População: Dependência, Ativação e Qualidade”)

2.3 Envelhecimento ativo e saudável

A aposta cada vez maior na promoção de um envelhecimento ativo e saudável na terceira idade tem sido apontado como uma resposta para o desafio da longevidade da população idosa, em Portugal e noutros países. (SNS Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025, 2017) “O processo de envelhecimento deve ser encarado num novo paradigma, numa nova perspetiva, valorizando a individualidade da pessoa idosa, com recurso à implementação de medidas preventivas de controlo e de redução de possíveis perdas e de encontrar respostas criativas para a implementação de uma qualidade de vida nesta fase.” (Camacho, 2020, p.32)

Moody e Sasser citado por Estêvão defendem que “a sociedade deve considerar seriamente modificar os conceitos e imagens associadas ao idoso. Os autores exemplificam que todos os anos meio milhão de pessoas acima dos 60 anos voltam a estudar; os reformados do trabalho militar têm normalmente cerca de 50 anos e ainda que não é pouco usual indivíduos com 50 ou 60 anos serem pais pela primeira vez. Estes factos contradizem as construções sociais, especialmente os papéis geralmente associados aos idosos.” (Moody e Sasser, 2015; cit in Estêvão, 2017, p.9)

“O termo “ativo” refere-se à participação contínua na vida social, económica, cultural, espiritual e cívica, ou seja, vai muito além da possibilidade de ser física e profissionalmente ativo. O envelhecimento ativo é definido como o processo de otimização das oportunidades para a saúde, participação e segurança, para a melhoria da qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem.”(Worth Health Organization, 2002; cit in SNS Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025, 2017, p.8)

Segundo Óscar e Paul, “ a questão do envelhecimento ativo trouxe uma nova abordagem e alguma esperança a quem trabalha diariamente com estas questões. A nível individual o envelhecimento ativo deve ser fomentado através de ações capazes de dotar as pessoas de uma tomada de consciência acerca do poder e controlo que têm sobre a sua vida, a promoção de mecanismos adaptativos, de aceitação de autonomia assumem-se como a prioridade. A um nível mais geral a abordagem do envelhecimento ativo reconhece a importância dos direitos humanos das pessoas mais velhas e dos princípios de independência, participação, dignidade, assistência e autorregulação estabelecidos pela Organização das Nações Unidas.” (Óscar e Paul, 2011; cit in Andrade, 2014, p. 36 e 37)

Ferreira afirma que os grandes objetivos do envelhecimento ativo são a promoção da autonomia da pessoa idosa, combater o isolamento social, e as suas consequências, como por exemplo a solidão ou a depressão. Contribuir para que os problemas físicos, cognitivos e psicológicos apareçam na pessoa idosa cada vez mais tarde, proporcionando ao idoso qualidade de vida, saúde e bem-estar. (Camacho, 2020) Uma vez que o envelhecimento ativo diz respeito a toda a comunidade, outro objetivo identificado pelos autores analisados, é o de proporcionar à população idosa uma vida

saudável e com qualidade. Para que tal aconteça é fundamental contribuir para a participação ativa das pessoas idosas ao nível económico, cultural, cívico e espiritual. É também necessário que os próprios indivíduos tomem consciência do seu potencial, para que seja possível promover assim o seu bem-estar físico, social e mental. (Ferreira, 2009; cit in Azevedo, 2015)

De referir que segundo os autores a família, a comunidade e a sociedade tem um forte impacto na forma como o indivíduo irá envelhecer, e não apenas as condições de saúde, que são muitas vezes aquelas a que se dá maior atenção. A promoção de um envelhecimento ativo terá que ir mais longe e não apenas focar a sua atenção à promoção de comportamentos saudáveis na população idosa. Aspectos sociais, culturais, económicos entre outros também contribuem para a existência de um verdadeiro envelhecimento ativo. (SNS Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025, 2017)

De acordo com Pereira a “participação ativa vai contrariar a ideia formulada por muitos de que a partir da idade da reforma as pessoas mudam de estatuto social passando a ser vistas como inúteis um fardo para a família e sociedade em geral. Torna se por isso muito importante adotar políticas integradoras que promovam o envelhecimento ativo.” (Pereira, 2015, p.30) Atualmente apesar da população idosa viver mais tempo, é também mais letrada, e apresenta melhores condições ao nível da saúde. Para que o envelhecimento ativo seja bem sucedido é fundamental que as atividades implementadas vão ao encontro das expectativas e interesses de cada indivíduo, valorizando a individualidade de cada idoso. (Camacho, 2020)

A qualidade de vida é o caminho principal para ser possível proporcionar um envelhecimento ativo. A qualidade de vida está ligada a fatores como a saúde, a integração e suporte social e ainda o bem-estar financeiro. De acordo com o documento do Serviço Nacional de Saúde “Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025” o envelhecimento saudável “refere-se ao processo de desenvolvimento e manutenção da capacidade funcional, que contribui para o bem-estar das pessoas idosas, sendo a capacidade funcional o resultado da interação das capacidades intrínsecas da pessoa (físicas e mentais) com o meio.” (Worth Health Organization, 2015 cit in SNS Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e

Saudável 2017-2025, 2017, p.9) Passos, defende ainda que é fundamental avaliar a pessoa idosa em todas as suas dimensões, biológicas, psicológicas e sociais, ou seja deve ser realizada uma análise em termos bio-psico-sociais, para ser possível promover um verdadeiro envelhecimento ativo. (Fernández-Ballesteros, 2009; cit in Passos, 2016)

O envelhecimento ativo pode ser influenciado por vários fatores, segundo os autores estes podem ser políticos e individuais. Os fatores políticos estão relacionados com a saúde, o trabalho, a economia entre outros. É através destes fatores que é possível promover a participação dos idosos na vida comunitária. São também importantes os fatores ao nível individual uma vez que a pessoa idosa tem que ter a capacidade de gerir o seu estilo de vida. (Passos, 2016) O idadismo é uma forma de discriminação devido à idade, associando o envelhecimento a situações de dependência e incapacidade. Estas construções sociais erradas levam a que a pessoa idosa diminua a sua autoestima e seja vítima de desvantagens a vários níveis, tais como o acesso limitado aos serviços, reduzidas oportunidades de formação e trabalho, reduzida cobertura da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, entre outros. Todos estes fatores impedem que ocorra assim na vida das pessoas idosas um verdadeiro envelhecimento ativo e saudável. (SNS Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025, 2017, p.11)

Pinto salienta que o envelhecimento ativo constitui uma forma de contribuir para o “empowerment” da população idosa, isto é, ter sempre em linha de conta que o indivíduo é um agente da sua própria mudança. “Empowerment” pode ser definido como “ um processo de reconhecimento, criação e utilização de recursos e de instrumentos pelos indivíduos, grupos e comunidades, em si mesmos e no meio envolvente, que se traduz num acréscimo de poder - psicológico, sociocultural e económico - que permite a estes sujeitos aumentar a eficácia do exercício da sua cidadania.” (Pinto, 2001; cit in Andrade, 2014, p. 38)

Como forma de alcançar e promover o envelhecimento ativo os autores apontam as principais variáveis que devem ser tidas em conta. Nomeadamente a **atividade física**, uma vez que esta previne várias doenças, mantém o bom funcionamento cognitivo e facilita a integração social. A **participação social**, estar inserido na comunidade trás vantagens ao idoso ao nível afetivo e emocional, vivência de novas experiências entre

outros. O **emprego, oportunidades de formação ao longo da vida**, uma vez que os autores concluíram, através de alguns estudos realizados, que os trabalhadores com mais idade mantêm ainda capacidade para adquirir novas competências. A **aprendizagem ao longo da vida**, pois através desta é possível adiar a entrada na reforma e continuar a ser produtivo no local de trabalho. A **segurança**, é fundamental na promoção de um envelhecimento ativo, assim é necessário realizar ações que diminuam situações de insegurança como por exemplo os acidentes domésticos. A insegurança afeta a independência dos idosos a sua autoestima entre outros. Quanto à **inovação tecnológica**, esta tem um papel fundamental uma vez que proporciona aos seniores mais conforto e segurança, podendo no entanto não estar acessível a todos. Todas estas variáveis contribuem de alguma forma para a promoção de um envelhecimento ativo e saudável, tendo em conta os pilares fundamentais do envelhecimento ativo, nomeadamente a saúde, a participação e a segurança. (Passos, 2016)

2.4 Qualidade de Vida

Uma vez que segundo a literatura o paradigma do envelhecimento tem vindo a sofrer alterações ao longo do tempo é fundamental criar medidas que tenham como objetivo intervir junto desta população promovendo assim uma melhor qualidade de vida e bem estar. É importante salientar que a qualidade de vida está intimamente ligada ao conceito de envelhecimento ativo e saudável da população idosa.

Estêvão refere que, “a Organização Mundial de Saúde caracteriza a qualidade de vida como a perceção do indivíduo acerca da sua posição na vida e no contexto dos sistemas da cultura e valores em que está inserido. Além disso, os seus objetivos, expectativas, padrões de vida e preocupações também têm uma grande influência nessa perceção. A mesma fonte revela que o conceito de qualidade de vida é bastante amplo, tendo grande influência na sua perceção a saúde física do indivíduo. O estado psicológico, o nível de independência, as relações sociais, as crenças pessoais e as

características do ambiente são também fatores que influenciam em grande escala a percepção da qualidade de vida das pessoas.” (Organização Mundial de Saúde, 1997; cit in Estêvão, 2017, p.12 e 13)

Tal como foi mencionado anteriormente o envelhecimento ativo está intimamente ligado à qualidade de vida, existem três fatores que podem interferir com este conceito, nomeadamente, o bem estar financeiro, a integração e suporte social e a saúde. De acordo com o documento do Serviço Nacional de Saúde “Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025”, “a qualidade de vida das pessoas idosas depende dos riscos e oportunidades que experimentaram ao longo do ciclo de vida, bem como da maneira como as gerações seguintes fornecem ajuda mútua e apoio quando necessário.” (Worth Health Organization, 2002 cit in SNS Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025, 2017, p.9)

Segundo Carneiro, quando se pretende avaliar a qualidade de vida dos indivíduos é necessário ter em conta determinadas variáveis, nomeadamente ao nível físico, aspetos como por exemplo a dor, o desconforto, a fadiga, entre outros. Quanto à variável psicológica, é importante ter em conta a memória e a concentração etc, ao nível da independência é necessário avaliar aspetos como e mobilidade, isto diz respeito por exemplo às atividades de vida diária. É também fundamental ter ainda em conta as relações sociais, a segurança física e por último as crenças pessoais. (Carneiro et al., 2012; cit in Almeida, 2016) Os autores identificam alguns fatores que podem influenciar a qualidade de vida da pessoa idosa, nomeadamente a saúde, a autonomia, a capacidade funcional ligada à realização das atividades de vida diária, os fatores sociais, psicológicos, privação económica, entre outros. (Camacho, 2020)

De salientar ainda que existe uma diferença entre os conceitos de qualidade de vida e o de bem estar apesar de se encontrarem interligados. De acordo com os autores a qualidade de vida está ligada a aspetos económicos, sociais e profissionais da pessoa. Por outro lado o conceito de bem estar está relacionado com o estado de satisfação geral com a vida do indivíduo sendo por isso bem mais subjetivo. (Nunes & Menezes, 2014; cit in Pereira, 2015) “O conceito de qualidade de vida tem uma estrutura multidimensional. Certos modelos indicam que a ideia de bem estar está ligada à satisfação das necessidades básicas do ser humano. No entanto, para operacionalizar o

conceito de qualidade de vida chegou-se à conclusão que as dimensões cognitivas e emocionais também devem ser estudadas”. (Daatland, 2005; cit in Estêvão, 2017, p. 13 e 14) A saúde, segundo os autores, será com certeza o fator com maior peso no que diz respeito à qualidade de vida das pessoas idosas. (Estêvão, 2017)

Relativamente à definição do conceito de qualidade de vida é necessário ter em conta elementos objetivos tais como recursos financeiros, estado de saúde, capacidade funcional, rede social entre outros, e elementos subjetivos tais como a satisfação com a vida, a autoestima e a felicidade. Estes últimos, os elementos subjetivos, os autores afirmam que são conceitos muito difíceis de definir ou até de avaliar. (Estêvão, 2017, p.12)

Braga “considera importante promover atividades de lazer, para diminuir o isolamento social e aumentar a inserção da pessoa idosa no meio social, contribuindo para a sua autoestima e melhoria da sua saúde física, psicológica e social. Quanto mais ativa a pessoa idosa estiver na sociedade maior será a sua satisfação com a vida melhorando a sua perceção da sua qualidade de vida.” (Braga, 2011; cit in Camacho, 2020, p. 25) É também importante salientar que a pessoa idosa tem que ser vista como o centro do seu projeto de vida, a sociedade no geral tem o dever de proporcionar atividades que promovam o envelhecimento ativo com qualidade. É fundamental que estas mesmas atividades vão ao encontro dos interesses e opiniões da população idosa, tornando assim os idosos ativos e dinâmicos quanto ao seu processo de envelhecimento. (Schalock, 2008; cit in Camacho, 2020)

Segundo Camacho cada indivíduo tem uma perceção diferente relativamente à sua qualidade de vida, tendo em conta vários fatores e dependendo também não só da personalidade de cada pessoa como também da sua própria trajetória de vida. A pessoa idosa tem que ser capaz de ir avaliando e ao mesmo adaptar-se às mudanças que vão ocorrendo ao longo do seu processo de envelhecimento. (Camacho, 2020)

2.5 O Serviço de Apoio Domiciliário

Neste sentido as organizações de intervenção social, através das várias respostas sociais de que dispõem na área da terceira idade, assumem um papel muito importante, uma vez que todas estas respostas sociais devem ter como objetivo principal contribuir para a promoção de um envelhecimento ativo e saudável, aliado ao aumento da qualidade de vida e bem estar físico, cognitivo e social da população idosa.

Segundo a Portaria nº38/2013 de 30 de janeiro, o Ministério da Solidariedade e da Segurança Social define o Serviço de Apoio Domiciliário como “a resposta social que consiste na prestação de cuidados e serviços a famílias e ou pessoas que se encontrem no seu domicílio, em situação de dependência física e ou psíquica e que não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou a realização das atividades instrumentais da vida diária, nem disponham de apoio familiar para o efeito.” (Portaria nº38/2013 de 30 de janeiro, p.605)

O envelhecimento populacional leva a que o país não apresente respostas de institucionalização em número suficiente, assim a assistência domiciliária assume cada vez mais importância. Manter o idoso ativo e integrado socialmente, o máximo de tempo possível em sua casa, retardando ao mesmo tempo o processo de institucionalização em Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas, é visto cada vez mais como o caminho a seguir. É ainda importante referir que o Serviço de Apoio Domiciliário apresenta custos muito mais baixos e possíveis de suportar pelos beneficiários e famílias. (Estêvão, 2017) “Caracterizado pela prestação de cuidados na casa do idoso, é um serviço muito apoiado pelas políticas governamentais. Este apoio deve-se, em parte, à forte contribuição que tem para o bem estar do idoso, mas também porque constitui a resposta ideal em termos económicos, já que os custos são cerca de sete vezes inferiores aos da institucionalização.” (Jacob, 2005; cit in Ferreira, 2014, p. 47)

Estêvão defende que esta resposta social é vista como uma forma de retardar o processo de institucionalização, trabalhando no sentido de manter os idosos nos seus domicílios o máximo de tempo possível, garantindo que as suas necessidades a vários níveis se encontram satisfeitas. O Serviço de Apoio Domiciliário reveste-se de elevada importância uma vez que contribui para manter o idoso ativo e integrado na sociedade, sendo uma das respostas sociais que apresenta maior crescimento nos últimos anos. (Estêvão, 2017)

São objetivos desta resposta social “concorrer para a melhoria da qualidade de vida das pessoas e famílias; contribuir para a conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar; contribuir para a permanência dos utentes no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais; promover estratégias de desenvolvimento de autonomia; prestar os cuidados e serviços adequados às necessidades dos utentes, sendo estes objeto de contratualização; facilitar o acesso a serviços da comunidade; reforçar as competências e capacidades das famílias e de outros cuidadores.” (Portaria nº38/2013 de 30 de janeiro, p.605)

Ainda relativamente aos objetivos desta resposta social os autores acrescentam que estes se dividem em duas vertentes, objetivos direcionados para a vertente individual e objetivos direcionados para a vertente social. Os objetivos individuais

dizem respeito ao próprio beneficiário, uma vez que esta resposta social contribui para o bem estar e qualidade de vida do indivíduo no seu meio natural de vida. Como por exemplo contribuir para melhorar ou para manter a saúde do idoso, promover a melhoria das capacidades funcionais, contribuir para o bem estar psicológico e social da pessoa idosa, entre outros. Relativamente aos objetivos sociais, os autores afirmam que esta resposta social é muito benéfica para a sociedade. Isto é o Serviço de Apoio Domiciliário ao garantir o bem estar do utente e promovendo a sua autonomia leva a que seja possível por exemplo diminuir de alguma forma os internamentos em meio hospitalar. Por este motivo os autores consideram que esta resposta social é benéfica para o sistema de saúde e para a sociedade em termos gerais. São objetivos direcionados para uma vertente social permitir o acesso a esta resposta social aos idosos que necessitem, garantir a qualidade no serviço prestado, garantir um serviço abrangente e individualizado, dar sempre prioridade aos beneficiários que apresentem maiores necessidades, entre outros. (Ferreira, 2014)

Andrade afirma que o Serviço de Apoio Domiciliário representa um grande apoio para as famílias uma vez que auxilia os seus beneficiários na realização das suas tarefas de vida diária. Este auxílio é importante não só para as famílias mas principalmente para os idosos , uma vez que o apoio prestado nas suas atividades de vida diária contribui para que ocorra um envelhecimento ativo e de qualidade. É fundamental também que esta resposta social contribua para a manutenção da autonomia dos utentes no seu dia a dia no seu meio natural de vida, atue no sentido da prevenção e vigilância e também auxilie o retardar do processo de institucionalização do idoso. É importante referir ainda que, tal como em outras respostas sociais o Serviço de Apoio Domiciliário terá sempre que ir ao encontro das necessidades e expectativas de cada cliente. (Andrade, 2014)

Tal como referido anteriormente esta resposta social é a que mais tem crescido nos últimos anos dentro das respostas sociais para a terceira idade, neste sentido a autora afirma que este crescimento “ leva a considerar que cada vez mais se manifesta a importância e a expressão que o Serviço de Apoio Domiciliário desempenha na prestação de cuidados à população idosa, uma vez que permite a manutenção do mesmo no seu espaço habitacional e no seu meio habitual de vida.” (Andrade, 2014, p.41) Os autores acrescentam ainda que “a procura do Serviço de Apoio Domiciliário atualmente

é influenciada pelas necessidades de uma população cada vez mais envelhecida, pelas mudanças progressivas nas constituições das famílias, pela epidemiologia, e pela participação crescente da mulher no mercado de trabalho. Será portanto natural, que a procura deste serviço tenha atingido um nível de crescimento bastante acentuado.” (Hutson, 2000 cit in Ferreira, 2014, p. 37)

O que distingue o Serviço de Apoio Domiciliário das restantes respostas sociais para a terceira idade é o facto deste serviço promover a manutenção do idoso no seu domicílio, envelhecer na sua própria casa. Para os autores o domicílio é considerado o espaço de intervenção privilegiado desta resposta social. “Manter-se no seu domicílio deveria mesmo constituir-se como um direito, devendo ser possibilitado a todo o indivíduo idoso que o desejasse, ainda que apresentasse um quadro de dependência significativo. Dar a possibilidade aos mais velhos de envelhecer no lugar onde querem, e da maneira que preferem, é imperioso.” (Ferreira, 2014, p.37)

Nesta resposta social a intervenção é sempre uma intervenção multidisciplinar, para que após o diagnóstico seja possível intervir em diferentes áreas, dando assim resposta às diversas necessidades dos seus beneficiários. Os serviços prestados são muito diversos e complexos, como por exemplo ao nível dos cuidados instrumentais, pode ser prestado apoio na alimentação, cuidados de higiene, cuidados de imagem, limpeza do domicílio entre outros. Poderão ser também disponibilizados cuidados de enfermagem, cuidados médicos, serviços de animação, apoio psicossocial, cuidados de reabilitação física entre inúmeros outros serviços. (Trigueros, 2006; cit in Silva, 2016)

Concluindo o objetivo principal do Serviço de Apoio Domiciliário será sempre contribuir para a qualidade de vida dos seus beneficiários, para que isto aconteça é necessário “centrar a sua atuação em duas vertentes específicas. Relativamente à dependência, deverá aliviar a deterioração ou perda funcional da pessoa idosa, ajudando-a nas suas dificuldades ou realizando por ela determinadas tarefas que lhe sejam impossíveis. No que diz respeito à autonomia, deve reforçar a autoestima e respeitar a vontade da pessoa idosa para que esta possa, se ainda não perdeu as suas faculdades mentais, decidir livremente sobre a sua vida, tendo sempre em conta a sua opinião e os seus desejos.” (Rosa, 2012, p.49)

Capítulo III - Metodologia

A metodologia utilizada neste projeto de intervenção social, foi a metodologia quantitativa. Assim para a recolha de dados, foi elaborado um inquérito por questionário realizado aos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José. Este inquérito tem como objetivo principal compreender quais as preferências dos futuros beneficiários deste projeto em relação aos serviços que a "Carrinha da Feliz Idade" poderá disponibilizar, para que este projeto consiga ir assim ao real encontro das principais necessidades e interesses dos seus beneficiários.

Os autores salientam que a pessoa idosa tem que ser vista como o centro do seu projeto de vida, a sociedade no geral tem o dever de proporcionar atividades que promovam o envelhecimento ativo com qualidade. É fundamental que estas mesmas atividades vão ao encontro dos interesses e opiniões da população idosa, tornando assim os idosos ativos e dinâmicos quanto ao seu processo de envelhecimento. (Schalock, 2008; cit in Camacho, 2020)

Quanto à dimensão da amostra, esta é de 77%, dos 22 utentes inscritos nesta resposta social aquando da realização deste inquérito por questionário, foram inquiridos

17 utentes. De salientar que os utentes que não foram inquiridos não apresentam condição para poderem usufruir deste projeto, por motivos de várias ordens, ou por questões de elevada dependência física ou por questões de ordem cognitiva ou psicológica.

Relativamente ao inquérito por questionário os autores referem que “o conteúdo do questionário depende das hipóteses do investigador e o seu interesse reside na pertinência da informação recolhida.” (Huot, 1999; cit in Almeida, 2016 p.40) Acrescentam que este não deve ser demasiado longo, deve ser adaptado ao público a que se destina, colocar questões claras e simples entre outros. É dos instrumentos de recolha de dados mais utilizado nas ciências sociais. (Almeida, 2016)

Este inquérito por questionário foi impresso para que os utentes do Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José pudessem responder ao mesmo. O preenchimento deste inquérito foi realizado na presença da aluna, para que assim fosse possível esclarecer todas as dúvidas. Os utentes foram também informados de que o preenchimento deste inquérito era anónimo, que os dados recolhidos iriam ser tratados com a máxima confidencialidade e que serão apenas utilizados no âmbito deste estudo.

As questões iniciais deste inquérito por questionário são relativamente à idade, género e freguesia de residência dos futuros beneficiários deste projeto de intervenção social. As perguntas seguintes estão relacionadas com a resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, nomeadamente se são ou não beneficiários desta resposta social e caso respondam afirmativamente é questionado de seguida quais os serviços de que usufruem dentro desta resposta social. As perguntas seguintes deste questionário vão então ao encontro do principal objetivo do mesmo, questões relacionadas com as preferências dos futuros beneficiários deste projeto em relação aos serviços que a "Carrinha da Feliz Idade" poderá disponibilizar. Utilizando uma escala de avaliação de 1 a 5, numa primeira parte é pedido que classifiquem o serviço no geral, de 1 a 5 segundo a sua preferência, sendo que 1 significa nada de interessado, 2 significa pouco interessado, 3 significa interessado, 4 significa muito interessado e 5 significa totalmente interessado. Por último, e utilizando a mesma escala, é pedido que classifiquem também, segundo a sua preferência, os vários serviços mais específicos.

De referir também que ao longo deste inquérito por questionário foi tida em conta a possibilidade de os utentes poderem colocarem as suas sugestões de outros serviços que consideram importantes para o seu dia a dia. O questionário encontra-se em anexo, de seguida no próximo capítulo, serão analisados e discutidos os resultados obtidos através da aplicação deste inquérito por questionário.

Capítulo IV - Análise e Discussão dos Resultados

Neste capítulo será elaborada a análise e discussão dos resultados obtidos através da aplicação do inquérito por questionário realizado aos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário, do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José. Inicialmente é importante salientar que dos 22 utentes inscritos nesta resposta social aquando da realização deste inquérito por questionário, foram inquiridos 17 utentes. Tal como referido anteriormente, os utentes que não foram inquiridos não apresentam condição para poderem usufruir deste projeto, por motivos de várias ordens, ou por questões de elevada dependência física ou por questões de ordem cognitiva ou psicológica.

Dos 17 utentes inquiridos, 7 eram do género feminino e 10 eram do género masculino, com idades compreendidas entre os 55 e os 96 anos. Destes utentes apenas 2 são iletrados, os restantes sabem ler e escrever, tendo a 3^a ou a 4^a classe, atentos à realidade que os rodeia, gostando de estar informados sobre as questões da atualidade. Na sua maioria são pessoas autónomas para gerir o seu dia a dia, gostam de se sentir ativos e de participar em atividades da comunidade.

Relativamente aos serviços de que beneficiam dentro da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, dos inquiridos, apenas 3 utentes beneficiam do

serviço de cuidados de higiene pessoal e do serviço de tratamento de roupa, os restantes beneficiam apenas do serviço de alimentação ou do serviço de higiene habitacional. Por último é importante referir quanto ao seu suporte familiar, que na sua maioria os inquiridos tem os seus familiares mais próximos a residir longe, quer estejam emigrados ou deslocados da freguesia. São utentes que residem sós ou com pessoas da mesma faixa etária. De seguida serão elaboras tabelas como forma de facilitar a análise e interpretação dos dados obtidos.

Tabela 1: Tabela síntese

Serviços/Avaliação	1 = Nada Interessado	2 = Pouco Interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente interessado	Total
Serviços			3 utentes	2 utentes	12 utentes	17 utentes
Cuidados de Imagem		2 utentes	7 utentes	7 utentes	1 utente	17 utentes
Cuidados de Saúde			1 utente	3 utentes	13 utentes	17 utentes
Saídas Culturais		10 utentes	5 utentes	2 utentes		17 utentes
Relacionamento Interpessoal			11 utentes	6 utentes		17 utentes
Saídas Lúdicas			9 utentes	6 utentes	2 utentes	17 utentes

Fonte: Elaboração própria da autora

Analisando a tabela 1, a tabela síntese dos resultados obtidos através da aplicação dos inquéritos por questionário, é possível concluir que dos 17 inquéritos realizados os beneficiários desta resposta social dão uma maior importância aos serviços de saúde, de seguida aos serviços mais básicos e instrumentais da vida diária, isto é serem acompanhados aos mais variados serviços. Em terceiro lugar ficam os cuidados de imagem, as saídas com um intuito lúdico ficam em quarto lugar nas suas preferências. As saídas com o objetivo de promover o relacionamento interpessoal ficam em quinto lugar. Relativamente às saídas com um objetivo cultural são aquelas a que os utentes dão uma menor importância.

Tabela 2: Serviços

Serviços / Avaliação	1 = Nada Interessado	2 = Pouco interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente interessado	Total
Bancos		1 utente	2 utentes	2 utentes	12 utentes	17 utentes

“Carrinha da Feliz Idade “ - Projeto de Intervenção Social
Juliana Gomes

Finanças			3 utentes	4 utentes	10 utentes	17 utentes
Câmara Municipal			3 utentes	4 utentes	10 utentes	17 utentes
Registo Civil			3 utentes	4 utentes	10 utentes	17 utentes
Junta de Freguesia		1 utente	2 utentes	2 utentes	12 utentes	17 utentes
Correios			3 utentes	4 utentes	10 utentes	17 utentes
Tribunal			3 utentes	4 utentes	10 utentes	17 utentes
Compra de bens de primeira necessidade			3 utentes	2 utentes	12 utentes	17 utentes

Fonte: Elaboração própria da autora

Na tabela 2, dentro das idas aos serviços tais como: Bancos, Serviço de Finanças, Câmara Municipal, Registo Civil, Junta de Freguesia, Correios, Tribunal e compra de bens de primeira necessidade, os beneficiários desta resposta social consideram mais importante as idas ao Banco, à Junta de Freguesia e a realização de compras de bens de primeira necessidade. Relativamente a este serviço 12 pessoas responderam que estavam totalmente interessadas, 2 utentes encontram-se muito interessados e 3 utentes responderam que estavam apenas interessados. Todos os utentes inquiridos referem que a ida a estes serviços é muito importante para si e para a gestão do seu dia a dia, uma vez que contribui para que possam participar ativamente nas decisões das suas vidas.

Tabela 3: Cuidados de Imagem

Serviços / Avaliação	1 = Nada Interessado	2 = Pouco interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente interessado	Total
Cabeleireira ou Barbeiro		2 utentes	6 utentes	7 utentes	2 utentes	17 utentes

Esteticista- Depilação	10 utentes	2 utentes	2 utentes	3 utentes		17 utentes
Esteticista- Serviço de manicure e pedicure	10 utentes	2 utentes	2 utentes	3 utentes		17 utentes

Fonte: Elaboração própria da autora

Analisando a tabela 3, quanto às saídas para a realização de cuidados de imagem, foram apresentadas: idas à cabeleireira ou barbeiro, idas à esteticista para realização de depilação e idas à esteticista para serviço de manicure e pedicure. Assim 1 pessoa respondeu que estava totalmente interessada, 7 utentes encontram-se muito interessados, 7 beneficiários responderam que estavam apenas interessados e 2 utentes estão pouco interessados nesse serviço. Uma vez que foram inquiridos homens e mulheres, os homens não consideraram importante para si as idas à esteticista para realização de depilação e idas à esteticista para serviço de manicure e pedicure. No universo feminino as respostas quanto às suas preferências sobre o serviço também foram diferentes, nem todas consideraram o serviço fundamental para si. No entanto todos os inquiridos concordaram que este serviço contribui em muito para o seu bem estar geral e para que mantenham uma boa autoestima.

Tabela 4: Cuidados de Saúde

Serviços / Avaliação	1 = Nada Interessado	2 = Pouco interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente interessado	Total
Consultas			1 utente	3 utentes	13 utentes	17 utentes
Farmácia			1 utente	3 utentes	13 utentes	17 utentes
Fisioterapia			1 utente	3 utentes	13 utentes	17 utentes

Fonte: Elaboração própria da autora

Na tabela 4, relativamente às saídas relacionadas com os serviços de saúde, tais como: idas a consultas, idas à farmácia ou a outros serviços de saúde como por exemplo sessões de fisioterapia, 13 pessoas responderam que estavam totalmente interessadas, 3 utentes encontram-se muito interessados e 1 utente respondeu que está apenas

interessado. Este foi o serviço que os inquiridos consideraram mais importante para si. Uma vez que nesta fase das suas vidas a saúde começa a ficar cada vez mais frágil, todos os utentes foram referindo que é muito importante poderem ter todo o apoio necessário para se deslocarem aos mais variados serviços de saúde. Este serviço torna-se assim fundamental para que consigam manter alguma qualidade de vida e para que se possam manter nos seus domicílios o máximo de tempo possível.

Tabela 5: Saídas Culturais

Serviços / Avaliação	1 = Nada Interessado	2 = Pouco interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente interessado	Total
Biblioteca		10 utentes	5 utentes	2 utentes		17 utentes
Museu		10 utentes	5 utentes	2 utentes		17 utentes
Teatro		10 utentes	5 utentes	2 utentes		17 utentes

Fonte: Elaboração própria da autora

Já na tabela 5, no que diz respeito às saídas com um objetivo cultural, nomeadamente: idas à biblioteca, ao teatro ou ao museu, apenas 2 utentes responderam que estavam muito interessados, 5 beneficiários encontram-se apenas interessados e 10 utentes estão pouco interessados neste serviço. Foi o serviço que os utentes demonstraram menos interesse, a maioria refere que nunca teve acesso a este tipo de serviços ao longo das suas vidas, não reconhecendo por isso muita importância para o seu quotidiano.

Tabela 6: Relacionamento Interpessoal

Serviços / Avaliação	1 = Nada Interessado	2 = Pouco interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente interessado	Total
Visitas a familiares			11 utentes	6 utentes		17 utentes
Visitas a amigos			11 utentes	6 utentes		17 utentes

Fonte: Elaboração própria da autora

Na tabela 6, quanto às saídas com o objetivo de promover o relacionamento interpessoal, quer seja visitas a familiares ou amigos, 6 pessoas responderam que estavam muito interessadas e 11 utentes encontram-se apenas interessados. Na sua maioria os inquiridos consideram que o relacionamento interpessoal é importante para o seu bem estar, mas referem que de alguma forma já o vão fazendo com o objetivo de ocupar o seu tempo e os seus dias. Muitos referem que as chamadas telefónicas para amigos e familiares, são fundamentais para si, sendo já uma forma de manter o relacionamento interpessoal. Outros, principalmente com os vizinhos e amigos mais próximos, vão também conseguindo manter o contacto de uma forma física. Alguns acrescentam que tem já estes hábitos, como por exemplo o de ir visitar a vizinha, nas suas rotinas diárias. Ou seja consideram este serviço importante, mas não fundamental para o seu bem estar, porque de alguma forma já vão mantendo o relacionamento interpessoal entre familiares e amigos mais próximos.

Tabela 7: Saídas Lúdicas

Serviços / Avaliação	1 = Nada Interessado	2 = Pouco interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente interessado	Total
Passeio à praia			9 utentes	5 utentes	3 utentes	17 utentes
Passeio ao rio			9 utentes	5 utentes	3 utentes	17 utentes

Fonte: Elaboração própria da autora

Por último, na tabela 7, relativamente às saídas lúdicas, 2 pessoas responderam que estavam totalmente interessadas, 6 utentes encontram-se muito interessados e 9 utentes responderam que estavam apenas interessados. Na sua maioria os utentes consideram este serviço importante, mas referem que tem receio de realizar estas saídas devido às suas limitações ao nível físico. No geral consideram que é um fator importante para que mantenham alguma qualidade de vida e também um envelhecimento ativo.

Quanto às conclusões da análise dos inquéritos por questionário, elaborados aos beneficiários da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, é possível concluir que dos 17 inquéritos realizados, os beneficiários desta resposta social dão uma maior importância aos serviços de saúde, aos serviços mais básicos e instrumentais da vida diária, isto é serem acompanhados aos mais variados serviços, e aos cuidados de imagem. As saídas com um intuito lúdico e de relacionamento interpessoal ficam em segundo lugar nas suas preferências. Relativamente às saídas com um objetivo cultural são aquelas a que os utentes dão uma menor importância.

De seguida após a realização desta análise e discussão dos resultados obtidos através da aplicação do inquérito por questionário, será elaborada a planificação das atividades para este projeto de intervenção social. Para que assim este projeto consiga dar resposta às reais necessidades dos seus beneficiários e ir também ao encontro dos seus gostos e preferências.

Capítulo V- O projeto de Intervenção Social a “Carrinha Da Feliz Idade”

5.1 Apresentação e objetivos do projeto

A "Carrinha da Feliz Idade" pretende ser um projeto de intervenção social, dinamizado para os clientes do Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José e para outros idosos desta freguesia, com características semelhantes. Neste sentido pretende-se proporcionar aos beneficiários do Serviço de Apoio Domiciliário, desta IPSS, um alargamento dos serviços já prestados no âmbito desta resposta social. Este projeto pretende também abranger a população mais envelhecida desta freguesia, mesmo não sendo beneficiária de nenhuma resposta social.

Assim a “Carrinha da Feliz Idade” funcionaria como um serviço de apoio às suas necessidades do quotidiano. Esta carrinha iria estar disponível para levar e acompanhar os utentes aos mais variados serviços e em várias vertentes, tal como na vertente lúdica, cognitiva, física, social e de apoio nas atividades de vida diária. Uma vez que na maioria dos casos o Serviço de Apoio Domiciliário não tem capacidade de dar resposta a todas as solicitações vindas por parte dos seus beneficiários, que necessitam de ver satisfeitas as suas necessidades. Conforme referido anteriormente o Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José, será a entidade promotora e executora deste projeto de intervenção social.

Neste sentido a "Carrinha da Feliz Idade" iria estar disponível para levar e acompanhar os utentes aos mais variados serviços, em várias vertentes, dando assim

resposta às suas principais necessidades, tais como: Serviços (ida ao Banco, Finanças, Câmara Municipal, Registo Civil, Junta de Freguesia, Correios, Tribunal e Compras de bens de primeira necessidade), Cuidados de Imagem (engloba ida à cabeleireira, esteticista e barbeiro), Cuidados de Saúde (engloba ida a consultas, à farmácia e sessão de fisioterapia), Cultural (engloba idas à Biblioteca Municipal, ao Teatro e ao Museu), Relacionamento Interpessoal (visitas a familiares e amigos que fomentem o bem estar físico e emocional do utente) e Lúdico (saídas com o intuito de lazer, como por exemplo, idas à praia, ao rio, entre outros). Pretende-se também que os beneficiários deste projeto possam dar sempre as suas sugestões de outros serviços que consideram importantes para o seu dia a dia e que a carrinha os possa acompanhar.

Tal como referido anteriormente o público alvo deste projeto foi inquirido, através de um inquérito por questionário, quanto às suas preferências relativamente aos serviços que a “Carrinha da Feliz Idade” poderá proporcionar. Para que assim seja possível que este projeto vá ao real encontro das principais necessidades e interesses dos seus beneficiários. Este projeto de intervenção social, através da contratação de um técnico superior de Serviço Social, pretende deslocar e/ou acompanhar os utentes aos serviços apresentados e ao mesmo tempo proporcionar também novas experiências. Pretende-se que este projeto seja financiado a 100%, assim a deslocação, o acompanhamento aos serviços e a participação em atividades, não terão qualquer custo para o utente que pretenda usufruir do mesmo.

Devido ao aumento do envelhecimento populacional e na tentativa de tentar colmatar de alguma forma a falta de respostas institucionais, este projeto pretende também ir ao encontro do conceito de Ageing in Place, contribuindo assim para que a população idosa envelheça no seu meio natural de vida. Uma vez que este projeto apoia os seus beneficiários nas suas atividades de vida diária, e ao mesmo tempo pretende também proporcionar-lhes novas experiências, contribuindo assim para promover um envelhecimento ativo e saudável dos utentes beneficiários deste projeto.

No que diz respeito aos objetivos deste projeto de intervenção social, é importante referir que estes encontram-se divididos por um objetivo geral e três objetivos específicos. Contribuir para a promoção de um envelhecimento ativo e

saudável da população idosa da freguesia de São Simão de Litém será então o objetivo geral que este projeto pretende alcançar. Os objetivos específicos são: dar resposta às diversas necessidades dos utentes, funcionando como um complemento aos serviços já prestados, caso já existam; Proporcionar experiências diferentes e em várias vertentes, aos idosos beneficiários do projeto; Auxiliar no retardar do processo de institucionalização e para uma melhor condição caso esta venha a existir.

5.2 Planificação das atividades

Tabela 8: Planificação das atividades

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Manhã	Serviços	Cuidados de Saúde	Serviços	Cuidados de Saúde	Serviços
Tarde	Cuidados de Saúde	Saídas Lúdicas	Cuidados de Imagem	Relacionamento Interpessoal	Saídas Culturais

Fonte: Elaboração própria da autora

A planificação das atividades foi elaborada de acordo com as preferências e as reais necessidades dos utentes. Neste sentido, a tabela 8 foi elaborada após a análise e discussão dos resultados obtidos, através da aplicação do inquérito por questionário realizado aos utentes da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José.

Assim tal como referido anteriormente foi possível concluir que os beneficiários desta resposta social dão uma maior importância aos serviços de saúde e de seguida aos serviços mais básicos e instrumentais da vida diária, isto é serem acompanhados aos mais variados serviços, assim ficam planificados três momentos destinados a cada um destes serviços. Em terceiro lugar ficam os cuidados de imagem, as saídas com um intuito lúdico ficam em quarto lugar nas suas preferências. As saídas com o objetivo de promover o relacionamento interpessoal ficam em quinto lugar. Relativamente às saídas com um objetivo cultural são aquelas a que os utentes dão uma menor importância, neste sentido fica assim planificado um momento destinado a cada um destes serviços.

Segundo Guerra “o plano de atividades, descreve, de forma detalhada e sistemática, o que se pretende fazer, quando se pretende fazer, quem será encarregado pelas diferentes tarefas e quais os recursos necessários para as concretizar.” (Guerra, 2022; cit in Almeida, 2016 p. 77)

Para a execução deste plano de atividades os recursos humanos necessários serão um recurso humano a tempo inteiro, como por exemplo um técnico superior de Serviço Social, para deslocar e acompanhar os utentes aos serviços e atividades. Relativamente aos recursos materiais necessários será então necessária uma carrinha. Esta carrinha terá que ser de 9 lugares, com plataforma, para que seja possível transportar pessoas em cadeira de rodas. Os gastos baseiam-se então com o pagamento do recurso humano, o combustível, o seguro para a carrinha e a sua manutenção, uma vez que se pretende que a participação dos utentes em diferentes atividades seja sempre promovida através das entidades parceiras, tais como a Biblioteca Municipal de Pombal, o Grupo de Jovens de São Simão de Litém e o Polo Escolar de São Simão de Litém.

Com a elaboração deste cronograma será possível abranger e dar resposta a um maior número de beneficiários. O cronograma poderá ser ajustável às necessidades de cada utente, podendo por isso sofrer alterações, mas o objetivo será poder levar mais do que um utente a cada serviço ao mesmo tempo. Podendo também o próprio utente, através da disponibilização prévia deste cronograma, gerir melhor o seu dia a dia e solicitar quais os serviços a que se pretende ou necessita de deslocar.

5.3 Sustentabilidade: Fontes de Financiamento e Parceiras

Relativamente à sustentabilidade deste projeto de intervenção social, a “Carrinha da Feliz Idade”, o objetivo principal será a formalização de candidaturas a fontes de financiamento disponíveis, como por exemplo ao Programa de Recuperação e Resiliência ou através de Acordos de Cooperação com a Segurança Social, em articulação com o apoio das várias entidades parceiras. Pretende-se apostar nas entidades locais, sejam elas públicas ou privadas, como é o caso da Junta de Freguesia, da Câmara Municipal, do Grupo de Jovens de São Simão de Litém, entre outros. Tal como referido anteriormente pretende-se assim formalizar uma candidatura a uma fonte de financiamento disponível. É importante salientar que este projeto de intervenção social está pensado para um período de tempo de dois anos, assim o orçamento global deste projeto que será apresentado mais à frente será também elaborado para esse período de tempo.

Como parceiros a “Carrinha da Feliz Idade” irá ter a Câmara Municipal de Pombal, a Junta de Freguesia de São Simão de Litém, a Biblioteca Municipal de Pombal, o Grupo de Jovens de São Simão de Litém, o Polo Escolar de São Simão de Litém e a empresa FIAT, apelando assim à responsabilidade social das empresas. Estes parceiros irão apoiar este projeto, das mais variadas formas, na dinamização das suas atividades, de modo a que seja possível alcançar os objetivos propostos inicialmente. O Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José, será a entidade promotora e executora deste projeto de intervenção social, para além de ter a principal função de ir gerindo o funcionamento do projeto ao longo do decorrer do mesmo, compromete-se também a apoiar naquilo que for necessário ao longo da sua execução.

Neste sentido, como referido acima, pretende-se que a carrinha de 9 lugares, com plataforma, para que seja possível transportar pessoas em cadeira de rodas, seja adquirida através da formalização de uma candidatura a uma fonte de financiamento disponível tendo também o apoio da empresa parceira FIAT. Uma vez que este projeto de intervenção social trará consigo muitas vantagens para a população desta freguesia, ao promover um envelhecimento ativo e saudável da população idosa, a Junta de Freguesia de São Simão de Litém poderá dar o seu contributo através do financiamento dos gastos com o combustível, apoio imprescindível para a execução deste projeto. O seguro, a inspeção e as despesas de manutenção da carrinha poderão ser asseguradas pela parceria com a Câmara Municipal de Pombal. Quanto ao Imposto Único de Circulação as IPSS estão isentas do pagamento do mesmo. O pagamento do recurso humano, um técnico superior de Serviço Social a tempo inteiro, será pago através da formalização de uma candidatura a uma fonte de financiamento disponível. O apoio recebido por parte dos restantes parceiros, a Biblioteca Municipal de Pombal, o Grupo de Jovens de São Simão de Litém e o Polo Escolar de São Simão de Litém, passará pelo apoio na execução de algumas atividades em que os beneficiários deste projeto poderão participar. Na tabela seguinte estão assim identificados os parceiros deste projeto de intervenção social e os contributos que irão disponibilizar ao longo do decorrer do mesmo.

Tabela 9: Parceiros e os seus contributos para a “Carrinha da Feliz Idade”

Parceiro	Contributo
Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José	Entidade promotora e executora do projeto de intervenção social a “Carrinha da Feliz Idade”
Formalização de uma candidatura a um fundo comunitário disponível	Aquisição da carrinha de 9 lugares, com plataforma
FIAT	Aquisição da carrinha de 9 lugares, com plataforma
Junta de Freguesia de São Simão de Litém	Gastos com o combustível
Câmara Municipal de Pombal	Seguro, inspeção e despesas de manutenção da carrinha
Formalização de uma candidatura a um fundo comunitário disponível	Pagamento do recurso humano, um técnico superior de Serviço Social a tempo inteiro
Grupo de Jovens de São Simão de Litém	Apoio na execução de algumas atividades em que os beneficiários deste projeto poderão participar
Biblioteca Municipal de Pombal	Apoio na execução de algumas atividades em que os beneficiários deste projeto poderão participar
Polo Escolar de São Simão de Litém	Apoio na execução de algumas atividades em que os beneficiários deste projeto poderão participar

Fonte: Elaboração própria da autora

5.4 Avaliação do Projeto: Resultados e Impactos Esperados

Relativamente aos resultados esperados ao nível quantitativo, uma vez que este projeto de intervenção social está pensado para um período de tempo de 2 anos, no primeiro ano o projeto pretende alcançar dos 28 utentes inscritos na resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, o número máximo de utentes com possibilidade de usufruir deste projeto, funcionando como um alargamento dos serviços já prestados. Pois tal como referido anteriormente, nem todos os beneficiários da resposta social apresentam condição para poderem usufruir deste projeto, por motivos de várias ordens, pelo seu grau elevado de dependência ao nível físico ou por questões de ordem psicológica. No ano seguinte o resultado esperado será uma tentativa de crescimento, alargando a sua intervenção aos idosos desta freguesia com características semelhantes mas que não são beneficiários de nenhuma resposta social, nomeadamente do Serviço de Apoio Domiciliário desta IPSS.

Ao nível qualitativo, no que diz respeito aos resultados esperados para este projeto de intervenção social, irá ser avaliada mensalmente a satisfação dos seus beneficiários, através da aplicação de um inquérito por questionário de satisfação. Outra forma de avaliação deste projeto será o levantamento das opiniões e sugestões recebidas não só por parte dos utentes, ao responderem a este questionário, como por parte dos familiares e cuidadores dos beneficiários deste projeto. Desta forma será também possível avaliar o impacto que este está a ter na comunidade em geral onde será implementado. Pois sendo a área de intervenção da “Carrinha da Feliz Idade” um meio pequeno, em que todas as pessoas de alguma forma se conhecem e se relacionam, aferir este impacto será algo relativamente simples. Através de todos estes meios será possível

compreender se estão ou não a ser atingidos os objetivos propostos inicialmente pelo projeto, que será sempre contribuir através de várias formas para a promoção de um envelhecimento ativo e saudável da população sénior desta região tão envelhecida.

Relativamente ao inquérito por questionário de satisfação que irá ser aplicado aos beneficiários do projeto durante o decorrer do mesmo, tal como referido anteriormente, este tem como principal objetivo compreender se este projeto está a ir ao encontro das expectativas e a dar resposta às principais necessidades dos seus beneficiários. Os beneficiários serão sempre informados de que este inquérito é anónimo, os dados recolhidos irão ser tratados com a máxima confidencialidade e serão apenas utilizados no âmbito da melhoria deste projeto de intervenção social.

Quanto às questões que compõem este inquérito de satisfação, a primeira questão pede aos beneficiários do projeto que classifiquem, de 1 a 5, a sua satisfação em relação ao projeto a “Carrinha da Feliz Idade”. Sendo que 1 significa nada satisfeito, 2 significa pouco satisfeito, 3 significa satisfeito, 4 significa muito satisfeito e 5 significa totalmente satisfeito. De seguida são questionados se recomendariam familiares ou amigos a participarem também neste projeto de intervenção social. Os beneficiários deste projeto são também questionados relativamente aos pontos positivos e os pontos negativos que conseguem identificar durante o decorrer do mesmo. Por último, poderão também deixar as suas sugestões de melhoria. Este inquérito por questionário, que pretende assim avaliar a satisfação dos beneficiários deste projeto ao longo do decorrer do mesmo encontra-se em anexo.

5.5 Orçamento Global

Fundamental em qualquer projeto de intervenção social é a elaboração de um orçamento global detalhado que contemple todas as despesas e receitas associadas à execução do mesmo. Neste sentido relativamente ao gastos com recursos humanos existe a necessidade de contratação de um técnico superior de Serviço Social a tempo inteiro, para deslocar e acompanhar os utentes aos serviços e atividades. Após analisada a tabela salarial para as IPSS que entrou em vigor no presente ano, a contratação deste técnico, Assistente Social de 3^a, terá um vencimento mensal de 1100,00€. Uma vez que este projeto está pensado para um período de tempo de dois anos, é assim necessário multiplicar este valor pelos 24 meses de duração deste projeto, tendo assim um custo final de 26 400€. Importa referir que se pretende que este valor seja obtido através da formalização de uma candidatura a um fundo comunitário disponível.

O gasto de investimento da “Carrinha da Feliz Idade” será a aquisição de uma carrinha nova, de 9 lugares com plataforma, para que seja possível transportar pessoas em cadeira de rodas. Assim pretende-se que esta seja adquirida através da formalização de uma candidatura a um fundo comunitário disponível tendo também o apoio da empresa parceira FIAT, apelando assim à responsabilidade social das empresas. Realizada uma pesquisa é possível concluir que o valor desta carrinha nova será de 41 210€.

No que diz respeito aos gastos de funcionamento estes serão o seguro automóvel, num valor anual estimado de 500€, ficando num total de 1000€ para os dois anos. A inspeção periódica obrigatória do veículo ligeiro que ficará no valor de 35,89€, uma vez que a carrinha será adquirida nova esta inspeção será apenas realizada uma vez durante o decorrer deste projeto. Quanto aos gastos de manutenção com o veículo foi

estimado um valor de 500€ por ano, no total dos dois anos ficará em 1000€. Assim o seguro, a inspeção e as despesas de manutenção da carrinha pretende-se que sejam asseguradas pela parceria com a Câmara Municipal de Pombal.

Por último quanto à despesa de combustível, este foi calculado ao quilómetro. Na sua maioria as deslocações da carrinha andarão entre a freguesia de São Simão de Litém e a cidade de Pombal, estas localidades encontram-se a uma distância de cerca de 12 quilómetros. Se a carrinha circular duas vezes por dia, fará um total de 4 viagens (com ida e volta) assim multiplicando os 12 quilómetros pelas 4 viagens dá um total de 48 quilómetros por dia. Se multiplicarmos estes 48 quilómetros pelos 5 dias da semana dá então um total de cerca de 240 quilómetros por semana. Multiplicando este valor por 5 semanas, por mês a carrinha irá fazer um total de cerca de 1200 quilómetros, apenas entre a freguesia de São Simão de Litém e a cidade de Pombal. Será necessário deixar uma margem para a necessidade de realizar alguns quilómetros extra, assim foi calculado um valor mensal em média de 1400 quilómetros por mês. Se a carrinha fizer um consumo em média de 12 litros aos 100 quilómetros, multiplicando os 1400 quilómetros pelos 12 litros a dividir pelos 100 quilómetros dá um total mensal de 168 litros. Após a realização de uma pesquisa foi possível apurar que em média o valor do combustível rondará o 1,60€, assim multiplicando de seguida os 168 litros por 1,60€ dá um total de 268,80€ por mês de combustível gasto. Multiplicando este valor pelos 24 meses perfaz um total de 6 451,20€ de combustível necessário. Este gasto será suportado pela parceria com a Junta de Freguesia de São Simão de Litém.

Assim após realizada esta previsão é possível concluir que o orçamento global necessário para colocar em prática este projeto de intervenção social será de 76 097,09€. A tabela 10 representa uma estimativa do orçamento global da “Carrinha da Feliz Idade”, pensado para um período de tempo de dois anos.

Tabela 10: Orçamento Global do Projeto a “Carrinha da Feliz Idade”

Despesas		Receitas	
Recursos Humanos	1 Técnico Superior de Serviço Social a tempo inteiro	1100€ x 24 meses 26 400€	1 Técnico Superior de Serviço Social a tempo inteiro 26 400€ - Financiamento obtido através da formalização de uma candidatura a um fundo comunitário disponível

"Carrinha da Feliz Idade " - Projeto de Intervenção Social
Juliana Gomes

Gastos de Investimento	Aquisição de uma carrinha de 9 lugares	FIAT Ducado Shuttle 9 lugares 41 210€	Aquisição de uma carrinha de 9 lugares	41 210€ - Financiamento obtido através da formalização de uma candidatura a um fundo comunitário disponível tendo também o apoio da empresa parceira FIAT
Gastos de Funcionamento	Seguro automóvel	500€ x 2 anos 1000€	Seguro automóvel	1000€ - Pago pelo parceiro Câmara Municipal de Pombal
	Inspeção Periódica Obrigatória de veículo ligeiro	35,89€	Inspeção Periódica Obrigatória de veículo ligeiro	35,89€ - Pago pelo parceiro Câmara Municipal de Pombal
	Despesas de manutenção da carrinha	500€ x 2 anos 1000€	Despesas de manutenção da carrinha	1000€ - Pago pelo parceiro Câmara Municipal de Pombal
	Despesa de combustível	268,80 x 24 meses 6 451,20€	Despesa de combustível	6 451,20€ - Pago pela parceria com a Junta de Freguesia de São Simão de Litém
Total		76 097,09€	Total	76 097,09€

Fonte: Elaboração própria da auto

Considerações Finais

Contribuir para a promoção de um envelhecimento ativo e saudável da população idosa da freguesia de São Simão de Litém, mais concretamente dos beneficiários da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José, é o objetivo principal da “Carrinha da Feliz Idade”. Este projeto de intervenção social pretende assim dar resposta às principais necessidades e interesses desta população.

Para além da elaboração de uma contextualização geográfica, institucional e de uma breve descrição do público alvo deste projeto, foram também analisados, segundo vários autores, conceitos relacionados com esta área de intervenção. Nomeadamente o envelhecimento, a solidão e o isolamento, o envelhecimento ativo e saudável, a qualidade de vida e por último a resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário.

Foi utilizada a metodologia quantitativa com recurso à utilização de um inquérito por questionário para a recolha dos dados. Assim este inquérito por questionário foi aplicado aos utentes da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José. Este inquérito teve como objetivo principal compreender quais as preferências e as necessidades dos futuros beneficiários deste projeto em relação aos serviços que a "Carrinha da Feliz Idade" poderá disponibilizar, para que assim este projeto consiga ir ao real encontro das principais necessidades e interesses dos seus beneficiários. É importante referir que a planificação das atividades deste projeto foi elaborada tendo em conta os resultados obtidos através da aplicação deste inquérito por questionário.

“A Carrinha da Feliz Idade” está pensada para um período de tempo de 2 anos, esta carrinha iria estar disponível para levar e acompanhar os utentes aos mais variados serviços e em várias vertentes, dando assim resposta às principais necessidades e interesses dos beneficiários deste projeto de intervenção social. Este projeto pretende deslocar e/ou acompanhar os utentes aos serviços apresentados e ao mesmo tempo proporcionar também novas experiências. Pretende-se que este projeto seja financiado a 100%, para que não tenha qualquer custo para o utente que pretenda usufruir do mesmo (a deslocação e o acompanhamento).

Relativamente à sustentabilidade deste projeto de intervenção social, a “Carrinha da Feliz Idade”, o objetivo principal será a formalização de uma candidatura a uma fonte de financiamento disponível, em articulação com o apoio das várias entidades parceiras. Apostar nas entidades locais, sejam elas públicas ou privadas, tais como, a Câmara Municipal de Pombal, a Junta de Freguesia de São Simão de Litém, a Biblioteca Municipal de Pombal, o Grupo de Jovens de São Simão de Litém, o Polo Escolar de São Simão de Litém e a empresa parceira FIAT, apelando assim à responsabilidade social das empresas.

O Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José, será a entidade promotora e executora deste projeto de intervenção social, para além de ter a principal função de ir gerindo o funcionamento do projeto ao longo do decorrer do mesmo vai também apoiar naquilo que for necessário ao longo da sua execução. É importante salientar que o apoio de todas as entidades parceiras é fundamental para que seja possível colocar este projeto de intervenção social em prática. Assim estes parceiros irão apoiar este projeto, das mais variadas formas, na dinamização das suas atividades, de modo a que seja também possível alcançar os objetivos propostos inicialmente.

Resumindo é importante salientar que se pretende que a “Carrinha da Feliz Idade” seja colocada em prática num curto espaço de tempo, uma vez que é já reconhecida por várias entidades a necessidade da sua implementação e também a elevada importância que este projeto terá na vida dos seus beneficiários. São objetivos da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário “concorrer para a melhoria da qualidade de vida das pessoas e famílias; contribuir para a conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar; contribuir para a permanência dos utentes no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais; promover estratégias de desenvolvimento de autonomia; prestar os cuidados e serviços adequados às necessidades dos utentes, sendo estes objeto de contratualização; facilitar o acesso a serviços da comunidade; reforçar as competências e capacidades das famílias e de outros cuidadores.” (Portaria nº38/2013 de 30 de janeiro, p.605) Desta forma é possível concluir que este projeto de intervenção social vai assim ao encontro dos objetivos desta resposta social de proximidade em maior crescimento nos últimos anos segundo vários autores.

“Manter-se no seu domicílio deveria mesmo constituir-se como um direito, devendo ser possibilitado a todo o indivíduo idoso que o desejasse, ainda que apresentasse um quadro de dependência significativo. Dar a possibilidade aos mais velhos de envelhecer no lugar onde querem, e da maneira que preferem, é imperioso.”
(Ferreira, 2014, p.37)

Bibliografia

Almeida, A. R. J. (2016). *Projeto de Empreendedorismo e Inovação Social “ACARINHAR”* (Projeto para a obtenção do grau de mestre em Serviço Social). Universidade Católica Portuguesa, Lisboa.

Andrade, A. C. C. S. (2014). *Contextos e Prática do Serviço Social com pessoas idosas em Serviço de Apoio Domiciliário* (Trabalho de projeto para a obtenção do grau de mestre em Gerontologia Social). Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias Departamento de Serviço Social, Lisboa.

Azevedo, M. S. A. (2015). *O Envelhecimento Ativo e a Qualidade de Vida: Uma Revisão Integrativa* (Dissertação de Mestrado em Enfermagem Comunitária). Escola Superior de Enfermagem do Porto, Porto.

Camacho, L. M. T. (2020). *A Resposta Social e o Envelhecimento: Um estudo comparativo entre pessoas idosas institucionalizadas, semi institucionalizadas e não institucionalizadas* (Dissertação de Mestrado). Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria, Leiria.

Carneiro, R., Chau, F., Soares, C., Fialho, J. A. & Sacadura M. J. (2012). *O Envelhecimento da População: Dependência, Ativação e Qualidade*. Relatório Final realizado pelo Centro de Estudos dos Povos e Culturas de Expressão Portuguesa. Lisboa: Universidade Católica Portuguesa.

Carvalho, M. I. (2013). *Serviço Social no Envelhecimento* (1ªed.). Lisboa: Pactor

Duarte, F. (2018). *“O Impacto do Serviço de Apoio Domiciliário na Qualidade de Vida dos Beneficiários. Perspetiva das necessidades sentidas pelos utentes”* (Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária). Instituto Politécnico de Santarém Escola Superior de Educação, Santarém.

Estêvão, S. M. V. P. (2017). *Qualidade de Vida de Idosos em Centro de Dia e em Serviço de Apoio Domiciliário* (Dissertação de mestrado não editada, Mestrado em Gerontologia Social). Escola Superior de Educação e Comunicação Escola Superior de Saúde Universidade do Algarve, Algarve.

Ferreira, R. S. L. M. (2014). *A Criação de um Serviço de Apoio Domiciliário no Combate ao Retraimento Social dos Mais Velhos* (Dissertação para a obtenção do grau de Mestre em Gerontologia Social). Instituto Superior de Serviço Social do Porto, Porto.

Passos, T. P. (2016). *Envelhecimento Ativo e Avaliação Gerontológica, um estudo de base comunitária em Valença* (Dissertação de Mestrado em Gerontologia Social). Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Viana do Castelo.

Pereira, C. I. P. M. S. (2015). *A relevância do Desenvolvimento Humano versus Desenvolvimento Comunitário: Uma nova perspetiva do apoio ao envelhecimento, no Centro de Dia* (Dissertação de mestrado não editada, Mestrado em Ciências da Educação Especialização em Educação e Desenvolvimento Comunitário). Escola Superior de Educação e Ciências Sociais Instituto Politécnico de Leiria, Leiria.

Rosa, M. F. G. (2012). *Serviço de Apoio Domiciliário: Um Estudo sobre a Qualidade dos Serviços* (Dissertação para a obtenção do grau de Mestre em Gerontologia Social). Universidade do Algarve, Algarve.

Serviço Nacional de Saúde (2017). *Estratégia Nacional Para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025*. Lisboa: SNS.

Silva, J. N. S. S. (2016). *Envelhecimento e Políticas Sociais: Um Estudo sobre o Serviço de Apoio Domiciliário* (Mestrado em Gerontologia Social). Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Viana do Castelo.

Vieitas, M. S. (2015). *O Processo de Institucionalização: o olhar de quem vê de dentro* (Dissertação de Mestrado para obtenção do grau de mestre em Gerontologia Social). Instituto Superior de Serviço Social do Porto, Porto.

Webgrafia

Carrinha FIAT. Retirado de <https://www.fiatprofessional.com/pt/ducatopassageiros/shuttle/exterior>. Consultado a 25 de março de 2024

Centro Social Paroquial de São Simão de Litém. 2015. *Estatutos do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém*. Retirado de: <https://cspsoosimaolitem.pt/wp-content/uploads/2023/10/Estatutos.pdf> .Consultado a 10 de abril de 2023.

Diagnóstico Social Pombal. 2017. Retirado de <https://www.cm-pombal.pt/wp-content/uploads/2017/09/Diagn%C3%B3stico-Social-Pombal-2017.pdf> .Consultado a 5 de abril de 2023.

Inspeção periódica obrigatória de veiculo ligeiro. Retirado de <https://controlauto.pt/inspecao-automovel/preco> .Consultado a 25 de março de 2024

PorData. *População residente segundo grandes grupos etários*. Retirado de <https://www.pordata.pt/municipios/populacao+residente+segundo+os+censos+total+e+por+grandes+grupos+etarios-22> .Consultado a 13 de dezembro de 2022

Tabela Salarial IPSS 2024. Retirado de <https://sitiese.pt/wp-content/uploads/2024/04/2024.04.15-CNIS.pdf> .Consultado a 23 de abril de 2024

Valor do combustível. Retirado de <https://precoscombustiveis.dgeg.gov.pt/estatistica/preco-medio-diario/> .Consultado a 23 de abril de 2024

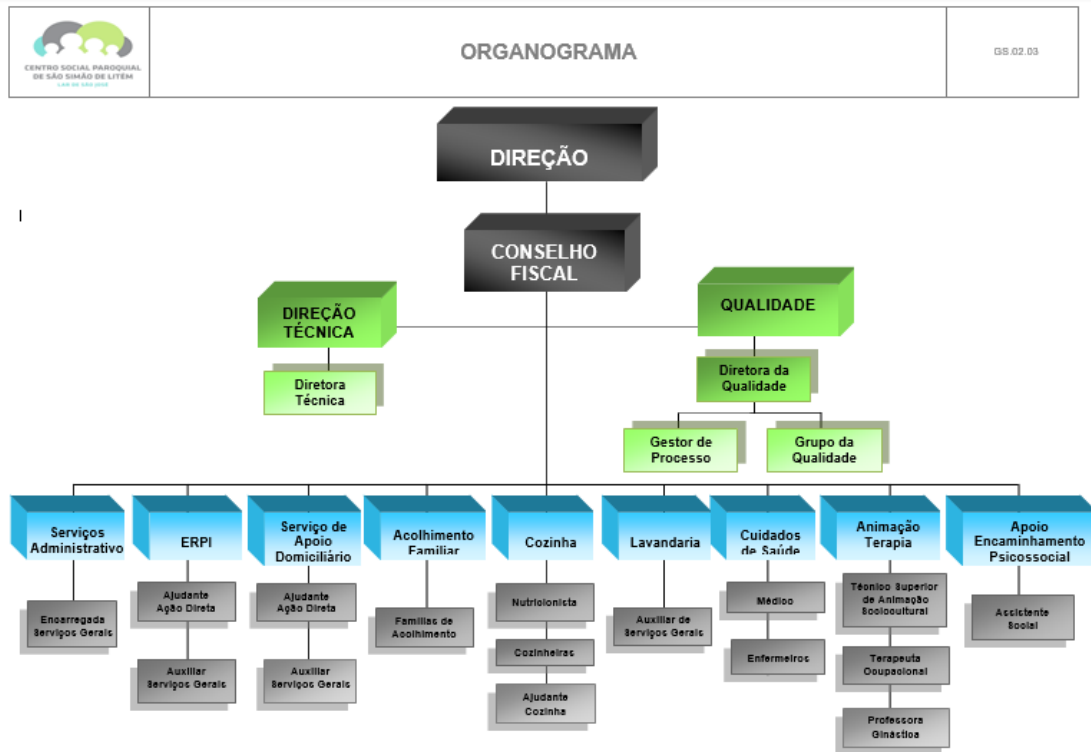
Legislação

Portaria nº38/2013 de 30 de janeiro. *Diário da República N.º 21 —1ª série*. Lisboa: Ministério da Solidariedade e da Segurança Social.

Anexos

**Anexo I- Organograma do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar
São José**

“Carrinha da Feliz Idade “ - Projeto de Intervenção Social
Juliana Gomes



Anexo II- Inquérito por Questionário

Inquérito por Questionário - “Carrinha da Feliz Idade”

No âmbito do Mestrado em Direção e Gestão de Organizações de Intervenção Social, da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria, para a obtenção do grau de mestre será elaborado um projeto de intervenção social intitulado, "Carrinha da Feliz Idade". Este pretende ser um projeto de intervenção social, dinamizado para os clientes do Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, e para outros idosos desta freguesia, com características semelhantes. Neste sentido pretende-se proporcionar aos beneficiários e à população em geral, um alargamento dos serviços já prestados no âmbito desta resposta social. Este projeto funcionaria como um serviço de apoio às suas necessidades do quotidiano.

Neste sentido torna-se necessário questionar o público alvo deste projeto quanto às suas preferências relativamente aos serviços que a “Carrinha da Feliz Idade” poderá proporcionar. Só assim é possível que este projeto vá ao real encontro das necessidades dos seus beneficiários. Este projeto pretende deslocar e/ou acompanhar o utente aos serviços apresentados, os custos associados aos serviços terão que ser assegurados pelo utente. Pretende-se que este projeto seja financiado a 100%, para que não tenha qualquer custo para o utente que pretenda usufruir do mesmo (a deslocação e o acompanhamento). Este inquérito é anónimo, os dados recolhidos irão ser tratados com a máxima confidencialidade e serão apenas utilizados no âmbito deste estudo.

1. Idade:

2. Género:

3. Freguesia:

4. Usufriui de algum serviço prestado pelo Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, Lar São José?

Sim

Não

5. Se respondeu "Sim" à questão anterior selecione os serviços de que usufriui?

Alimentação

Higiene pessoal

Cuidados de Imagem

Higiene Habitacional

Tratamento de Roupa

Preparação semanal da medicação

Acompanhamento a consultas e a meios complementares de diagnóstico

Outro Qual?

6. Classifique em primeiro lugar o serviço no geral, de 1 a 5 segundo a sua preferência, em relação aos seguintes serviços a que a “Carrinha da Feliz Idade” o poderá acompanhar. Sendo que 1 significa nada de interessado, 2 significa pouco interessado, 3 significa interessado, 4 significa muito interessado e 5 significa totalmente interessado.

“Carrinha da Feliz Idade “ - Projeto de Intervenção Social
Juliana Gomes

Serviços				
1 = Nada Interessado	2 = Pouco Interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente Interessado

6.1 De seguida classifique também, segundo a sua preferência, os vários serviços mais específicos. Sendo que 1 significa nada de interessado, 2 significa pouco interessado, 3 significa interessado, 4 significa muito interessado e 5 significa totalmente interessado.

Serviços / Avaliação	1 = Nada Interessado	2 = Pouco interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente interessado
Bancos					
Finanças					
Câmara Municipal					
Registo Civil					
Junta de Freguesia					
Correios					
Tribunal					
Compra de bens de primeira necessidade					
Outro, qual considera importante para si?					

7. Classifique em primeiro lugar o serviço no geral, de 1 a 5 segundo a sua preferência, em relação aos seguintes serviços a que a “Carrinha da Feliz Idade” o poderá acompanhar. Sendo que 1 significa nada de interessado, 2 significa pouco interessado, 3 significa interessado, 4 significa muito interessado e 5 significa totalmente interessado.

“Carrinha da Feliz Idade “ - Projeto de Intervenção Social
Juliana Gomes

Cuidados de Imagem				
1 = Nada Interessado	2 = Pouco Interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente Interessado

7.1 De seguida classifique também, segundo a sua preferência, os vários serviços mais específicos. Sendo que 1 significa nada de interessado, 2 significa pouco interessado, 3 significa interessado, 4 significa muito interessado e 5 significa totalmente interessado.

Serviços / Avaliação	1 = Nada Interessado	2 = Pouco interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente interessado
Cabeleireira ou Barbeiro					
Esteticista- Depilação					
Esteticista- Serviço de manicure e pedicure					
Outro, qual considera importante para si?					

8. Classifique em primeiro lugar o serviço no geral, de 1 a 5 segundo a sua preferência, em relação aos seguintes serviços a que a “Carrinha da Feliz Idade” o poderá acompanhar. Sendo que 1 significa nada de interessado, 2 significa pouco interessado, 3 significa interessado, 4 significa muito interessado e 5 significa totalmente interessado.

Cuidados de Saúde

“Carrinha da Feliz Idade “ - Projeto de Intervenção Social
Juliana Gomes

1 = Nada Interessado	2 = Pouco Interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente Interessado

8.1 De seguida classifique também, segundo a sua preferência, os vários serviços mais específicos. Sendo que 1 significa nada de interessado, 2 significa pouco interessado, 3 significa interessado, 4 significa muito interessado e 5 significa totalmente interessado.

Serviços / Avaliação	1 = Nada Interessado	2 = Pouco interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente interessado
Consultas					
Farmácia					
Fisioterapia					
Outro, qual considera importante para si?					

9. Classifique em primeiro lugar o serviço no geral, de 1 a 5 segundo a sua preferência, em relação aos seguintes serviços a que a “Carrinha da Feliz Idade” o poderá acompanhar. Sendo que 1 significa nada de interessado, 2 significa pouco interessado, 3 significa interessado, 4 significa muito interessado e 5 significa totalmente interessado.

Saídas Culturais				
1 = Nada Interessado	2 = Pouco Interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente Interessado

9.1 De seguida classifique também, segundo a sua preferência, os vários serviços mais específicos. Sendo que 1 significa nada de interessado, 2 significa pouco interessado, 3 significa interessado, 4 significa muito interessado e 5 significa totalmente interessado.

“Carrinha da Feliz Idade “ - Projeto de Intervenção Social
Juliana Gomes

Serviços / Avaliação	1 = Nada Interessado	2 = Pouco interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente interessado
Biblioteca					
Museu					
Teatro					
Outro, qual considera importante para si?					

10. Classifique em primeiro lugar o serviço no geral, de 1 a 5 segundo a sua preferência, em relação aos seguintes serviços a que a “Carrinha da Feliz Idade” o poderá acompanhar. Sendo que 1 significa nada de interessado, 2 significa pouco interessado, 3 significa interessado, 4 significa muito interessado e 5 significa totalmente interessado.

Relacionamento Interpessoal				
1 = Nada Interessado	2 = Pouco Interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente Interessado

10.1 De seguida classifique também, segundo a sua preferência, os vários serviços mais específicos. Sendo que 1 significa nada de interessado, 2 significa pouco interessado, 3 significa interessado, 4 significa muito interessado e 5 significa totalmente interessado.

Serviços / Avaliação	1 = Nada Interessado	2 = Pouco interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente interessado
Visitas a familiares					
Visitas a amigos					

"Carrinha da Feliz Idade " - Projeto de Intervenção Social
Juliana Gomes

Outro, qual considera importante para si?					
---	--	--	--	--	--

11. Classifique em primeiro lugar o serviço no geral, de 1 a 5 segundo a sua preferência, em relação aos seguintes serviços a que a "Carrinha da Feliz Idade" o poderá acompanhar. Sendo que 1 significa nada de interessado, 2 significa pouco interessado, 3 significa interessado, 4 significa muito interessado e 5 significa totalmente interessado.

Saídas Lúdicas				
1 = Nada Interessado	2 = Pouco Interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente Interessado

11.1 De seguida classifique também, segundo a sua preferência, os vários serviços mais específicos. Sendo que 1 significa nada de interessado, 2 significa pouco interessado, 3 significa interessado, 4 significa muito interessado e 5 significa totalmente interessado.

Serviços / Avaliação	1 = Nada Interessado	2 = Pouco interessado	3 = Interessado	4 = Muito Interessado	5 = Totalmente interessado
Passeio à praia					
Passeio ao rio					
Outro, qual considera importante para si?					

Obrigada pela sua colaboração!
Juliana Gomes

Anexo III- Inquérito de Satisfação para Avaliação do Projeto



Inquérito de Satisfação - “Carrinha da Feliz Idade”

No âmbito do Mestrado em Direção e Gestão de Organizações de Intervenção Social, da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria, para a obtenção do grau de mestre está a ser dinamizado um projeto de intervenção social intitulado, "Carrinha da Feliz Idade". É um projeto de intervenção social, dinamizado para os clientes do Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social Paroquial de São Simão de Litém, e para outros idosos desta freguesia, com características semelhantes. Neste sentido pretende-se proporcionar aos beneficiários e à população em geral, um alargamento dos serviços já prestados no âmbito desta resposta social. Este projeto funcionaria como um serviço de apoio às suas necessidades do quotidiano.

Durante o decorrer deste projeto de intervenção social torna-se necessário questionar os seus beneficiários quanto à sua satisfação relativamente a este. O principal objetivo deste inquérito por questionário é perceber se o projeto está a ir ao encontro das expectativas e das principais necessidades dos seus beneficiários. Poderão também ainda deixar as suas sugestões de melhoria. Este inquérito é anónimo, os dados recolhidos irão ser tratados com a máxima confidencialidade e serão apenas utilizados para a melhoria deste projeto.

1. De uma forma geral como classifica, de 1 a 5, a sua satisfação em relação ao projeto a “Carrinha da Feliz Idade”. Sendo que 1 significa nada satisfeito, 2 significa pouco satisfeito, 3 significa satisfeito, 4 significa muito satisfeito e 5 significa totalmente satisfeito.

1

2

3

4

5

2. Recomendaria familiares ou amigos a participarem também neste projeto de intervenção social?

Sim

Não

3. Quais os pontos positivos e os pontos negativos que consegue apontar durante o decorrer deste projeto enquanto beneficiário do mesmo?

4. Apresente aqui as suas sugestões de melhoria.

Obrigada pela sua colaboração!
Juliana Gomes

Anexo IV- FIAT Ducato Shuttle 9 lugares

“Carrinha da Feliz Idade “ - Projeto de Intervenção Social
Juliana Gomes

