

PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NA CASA DO
POVO DE ALQUEIDÃO DA SERRA

Dissertação

Tatiana Vieira Lage

Trabalho realizado sob a orientação de

Jenny Gil Sousa, ESECS – Politécnico de Leiria

Leiria, setembro 2022

Mestrado em Ciências da Educação com Especialização em Educação e
Desenvolvimento Comunitário

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS SOCIAIS

POLITÉCNICO DE LEIRIA

AGRADECIMENTOS

Começo por agradecer a Deus, sinónimo da minha existência e que, por meio da vida, me tem permitido enveredar e trabalhar em várias áreas. Tomar a decisão de fazer este mestrado foi uma prova de resiliência e capacitação pessoal por uma vida leve e intencional. Neste processo, estiveram implícitas pessoas incríveis às quais quero agradecer, nomeadamente, aos meus pais, amigos mais próximos, ao meu namorado e ainda à minha professora e orientadora Jenny Gil Sousa, que muito tem somado ao longo de todo este trajeto.

Agradeço a toda a comunidade de Alqueidão da Serra que em geral me acolheu, à pessoa do Sr. P. Vítor Mira que me permitiu falar publicamente deste meu trabalho de investigação e abriu lastro ao trabalho de campo. Agradeço a todos os participantes deste meu estudo de caso: aos utentes e familiares inquiridos, às funcionárias da Casa do Povo e à Dr.^a Anabela Simões que desde cedo mostrou a sua inteira disponibilidade para contribuir neste projeto.

A todos muito obrigada e bem hajam!

Resumo

Vivemos num país envelhecido onde as respostas sociais, nomeadamente as prestadas pelas Instituições Particulares de Solidariedade Social, se assumem como um elemento fulcral na estratégia do apoio à velhice e ao desenvolvimento da população idosa, numa lógica de promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido. Neste sentido, pretendeu-se com o presente estudo perceber de que modo é que a Casa do Povo de Alqueidão da Serra contribui para a promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido da comunidade onde se insere. Através da realização de um estudo de caso objetivou-se mapear o trabalho desenvolvido pela Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem sucedido a nível comunitário; conhecer as propostas dos clientes e seus familiares no que se refere ao envelhecimento ativo e bem sucedido; identificar as representações dos profissionais da Instituição relativamente ao papel da Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo dos clientes; identificar propostas de melhoria a serem realizadas pela Casa do Povo no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem sucedido; e, por fim, apresentar práticas potenciadoras da promoção do envelhecimento ativo. Para se conseguir dar resposta a estes objetivos, foram utilizados como instrumentos de recolha de dados a entrevista semiestruturada, realizada aos clientes e às funcionárias da instituição e o questionário, constituído essencialmente por questões abertas, foi aplicado aos familiares/representantes dos idosos. O tratamento dos dados foi realizado através da técnica de análise de conteúdo. Os dados apurados permitiram perceber, através de vários olhares, a importância da instituição ao nível da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido, percebendo quais são as áreas de intervenção mais valorizadas e que poderão ser mais exploradas de futuro.

Palavras-chave

Desenvolvimento comunitário, envelhecimento ativo e bem-sucedido, terceiro setor

ABSTRACT

We live in an aging country where social responses, namely those provided by Private Social Solidarity Institutions, are assumed to be a key element in the strategy of supporting the elderly and the development of that population, in a logic of promoting active and successful aging. In this sense, it was intended with the present study to understand how Casa do Povo de Alqueidão da Serra contributes to the promotion of active and successful aging of the community where it operates. By carrying out a case study, the objective was to map the work developed by Casa do Povo in the context of active and successful aging at the community level; knowing the proposals of clients and their families regarding to active and successful aging; to identify the representations of the Institution's professionals regarding the role of Casa do Povo in the context of the active aging of clients; identify improvement proposals to be carried out by Casa do Povo within the scope of promoting active and successful aging; and, finally, to present potentiating practices to promote active aging. In order to respond to these objectives, a semi-structured interview was used as data collection instruments, carried out with clients and employees of the institution, and the questionnaire, consisting essentially of open questions, was applied to the relatives/representatives of the elderly. Data processing was performed using the content analysis technique. The collected data allowed us to understand, through various perspectives, the importance of the institution in terms of promoting active and successful aging, realizing which are the most valued areas of intervention and which may be further explored in the future.

Keywords

Community development, active and successful aging, third sector

ÍNDICE GERAL

Agradecimentos.....	1
Resumo.....	2
Abstract	3
Índice Geral.....	4
Abreviaturas	6
INTRODUÇÃO.....	7
Motivação pessoal.....	8
Questão de investigação e objetivos.....	9
Estrutura do trabalho	10
CAPÍTULO I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO.....	12
1.1 Envelhecimento Ativo E Bem-Sucedido: Considerações Teóricas	12
1.1.1 – O envelhecimento enquanto processo individual e social.....	17
1.1.2 – Vida em comunidade e intergeracionalidade	20
1.1.3 – Idadismo – o preconceito com a idade	24
CAPÍTULO II – A CASA DO POVO DE ALQUEIDÃO DA SERRA ENQUANTO INSTITUIÇÃO DE APOIO À POPULAÇÃO IDOSA	27
2.1. - A importância do terceiro setor	27
2.2. - O sentido das Instituições Particulares de Solidariedade Social.....	28
2.3 – Caracterização do meio e breve resenha histórica	30
2.4 - Caracterização da Casa do Povo de Alqueidão da Serra	31
CAPÍTULO III - METODOLOGIA.....	34
3.1 Tipo de estudo	35
3.2 Técnicas e Instrumentos de recolha de dados	36
3.3 Técnicas de análise dos dados.....	38

3.4 Questões éticas.....	39
3.5 Participantes	40
3.5.1 Clientes da IPSS.....	40
3.5.2 Familiares/representantes dos clientes	42
3.5.3 Funcionárias que trabalham na Instituição	44
3.5.4 Diretora técnica da Instituição	45
CAPÍTULO IV - APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DE RESULTADOS	46
4.1 Análise da entrevista à diretora técnica da Instituição	46
4.2 Análise das entrevistas realizadas às funcionárias da Instituição	48
4.3 Análise das entrevistas realizadas aos clientes da instituição	52
4.4 Análise dos questionários aos familiares/responsáveis pelos clientes.....	53
CONCLUSÕES	56
Referências bibliográficas.....	63
Anexos	71
Anexo 1.....	72
Anexo 2.....	76
Anexo 3.....	79
Anexo 4.....	80
Anexo 5.....	158
Anexo 6.....	164
Anexo 7.....	169
Anexo 8.....	181

ABREVIATURAS

CNIS (Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade)

DC (Desenvolvimento comunitário)

EUA (Estados Unidos da América)

ENEAS (Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável)

HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Point)

LSEP (Life Span Energy Potential)

MLSP (Maximum Life Expectancy Potential)

MTUS (Multinational Time Use Study)

ODS (Objetivos do Desenvolvimento Sustentável)

PNSAC (Parque Natural das Serras de Aire e Candeeiros)

SAD (Serviço de Apoio Domiciliário)

SATSA (Swedish Adoption/Twin study of Aging)

UNECE (United Nations Economic Commission for Europe)

INTRODUÇÃO

A presente investigação foi desenvolvida no âmbito do Mestrado em Ciências da Educação com a área de especialização em Educação e Desenvolvimento Comunitário e nela é abordada, como temática central, a promoção do envelhecimento ativo.

Tendo em conta o envelhecimento demográfico da população portuguesa, é fundamental perceber para onde nos encaminhamos no que toca à qualidade de vida e ao envelhecimento ativo e bem-sucedido das pessoas idosas. Temos como facto que

envelhecer bem é um processo heterogéneo e diferenciado, na medida em que cada um(a) vive em contextos físicos, sociais e humanos diferentes e é portador(a) de vivências e projetos de vida idiossincráticos. Os especialistas argumentam que a qualidade de vida inclui um alargado espectro de áreas da vida. Os modelos de qualidade de vida vão desde a satisfação com a vida ou bem-estar social a modelos baseados em conceitos de independência, controle, competências sociais e cognitivas e até dimensões menos tangíveis, tais como o sentido de segurança, a dignidade pessoal, as oportunidades de atingir objetivos pessoais, a satisfação com a vida, a alegria, o sentido positivo de si. (Carneiro et al., 2012, p. 32)

O autor Stohr, (1980), defendeu que as pessoas são os agentes essenciais da mudança e para tal devem ser ouvidos e envolvidos no planeamento e na ação para alcançar os seus desejos e pertenças, utilizando-se para tal o paradigma territorialista que defende um modelo de intervenção de baixo para cima.

As sociedades devem estar preparadas e responsivas às necessidades das atuais e das futuras populações. A agenda 2030, juntamente com o Plano de Ação Internacional de Madrid sobre o Envelhecimento, é uma promessa global de que ninguém será deixado para trás e que todo o ser humano terá a oportunidade de realizar o seu potencial com dignidade e igualdade (WHO, 2009, p. 4).

A respeito disto, refere-se no artigo 1º da Declaração Universal dos Direitos Humanos (Nações Unidas, 2022) que, “todos os seres humanos nascem livres e iguais em dignidade e direitos”, estando também contemplado no 72º artigo da Constituição da República Portuguesa que “as pessoas idosas têm direito à segurança económica e a condições de habitação e convívio familiar e comunitário que respeitem a sua autonomia pessoal e evitem e superem o isolamento ou a marginalização social” (DRE, 2005, p. 37).

Os diferentes contextos mencionados, os vários parâmetros de satisfação e um conjunto variável de características sociais (religião, educação, família, cultura, etc.) influenciam, portanto, o processo de envelhecimento (Carneiro et al., 2012).

Tendo estes pressupostos como pano de fundo, a campanha global de Combate ao Preconceito da Idade, preconizado na 69ª Assembleia Mundial de Saúde, alerta para a importância da criação de um mundo para todos envelhecermos, mudando a forma como pensamos, sentimos e agimos em relação à idade e ao envelhecimento (OMS, 2016).

MOTIVAÇÃO PESSOAL

Estando eu desperta para as questões do envelhecimento e do desenvolvimento comunitário, considerei pertinente conhecer mais profundamente o trabalho desenvolvido, neste âmbito específico, pela Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) da minha localidade.

Esta dissertação de mestrado é iniciada no ano de 2021 que coincide com o início da década do Envelhecimento Saudável preconizado pelas Nações Unidas, para os anos de 2021-2030 e que, conseqüentemente, levou à criação de uma plataforma para promover mudanças sociais com vista a melhorar a vida das pessoas de todas as idades. Esta medida não deixa de ser também uma colaboração global e conjunta alinhada com os últimos 10 anos dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS) (WHO, 2020).

Sabendo nós que

o envelhecimento se inicia antes do nascimento e se prolonga por toda a vida e que os determinantes para o envelhecimento ativo exercem a sua influência durante todo o ciclo da vida, as respostas da sociedade para o envelhecimento da população devem passar pelas várias fases do ciclo da vida, nas diversas esferas sociais (ENEAS, 2017)

Por isso, Alan Walker (2018) registou que “envelhecer permanecendo ativo só pode ser entendido na perspetiva de uma vida inteira” (2018, p. 368) .

A IPSS de Alqueidão da Serra é bastante importante no quotidiano das populações onde se insere, por isso, pretende-se conhecer o papel que esta instituição detém ao nível do envelhecimento ativo local e ao mesmo tempo perceber como é que a sua ação pode ser potenciada.

Face ao exposto, emergiu a seguinte questão de investigação operacionalizada nos objetivos a seguir expostos.

QUESTÃO DE INVESTIGAÇÃO E OBJETIVOS

Com este estudo queremos perceber: De que modo é que a Casa do Povo de Alqueidão da Serra contribui para a promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido da comunidade onde se insere?

Assim, e em termos mais pragmáticos, elencamos como objetivos de estudo:

Objetivo 1) - Mapear o trabalho desenvolvido pela Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido a nível comunitário;

Objetivo 2) – Conhecer as propostas dos clientes e seus familiares no que se refere ao envelhecimento ativo e bem-sucedido;

Objetivo 3) – Identificar as representações dos profissionais da Instituição relativamente ao papel da Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo dos clientes;

Objetivo 4) – Identificar propostas de melhoria a serem realizadas pela Casa do Povo no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido;

Objetivo 5) – Apresentar práticas que potenciem a promoção do envelhecimento ativo.

ESTRUTURA DO TRABALHO

Com base nestes pressupostos e norteado por estes propósitos, o presente estudo foi organizado em duas partes distintas: o enquadramento teórico da investigação e o estudo empírico. Assim, o presente trabalho é constituído pelo capítulo I que corresponde ao Enquadramento Teórico, onde começamos por tratar as questões do envelhecimento ativo e bem-sucedido e suas considerações teóricas, tendo como subcapítulos, o envelhecimento enquanto processo individual e social, a vida em comunidade e intergeracionalidade e menções ao que é o idadismo (o preconceito com a idade).

No capítulo II há uma abordagem ao que é a Casa do Povo de Alqueidão da Serra enquanto instituição de apoio à população idosa, onde revimos a importância do terceiro setor, o sentido das Instituições de Solidariedade Social, fizemos a caracterização do meio e uma breve resenha histórica, seguida da caracterização da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Relativamente ao estudo empírico iniciamos o capítulo III da Metodologia onde são apresentados o tipo de estudo em causa, as técnicas e os instrumentos de recolha de dados, bem como as técnicas usadas para analisar os dados. São demarcadas as questões éticas e identificados os participantes do estudo.

O último capítulo é o IV e diz respeito à apresentação e discussão de resultados obtidos através da análise da entrevista à diretora técnica da instituição, análise das entrevistas realizadas às funcionárias da instituição, análise das entrevistas realizadas aos clientes da instituição e por fim a análise dos questionários realizados aos familiares/responsáveis pelos clientes.

Nas conclusões, respondemos aos objetivos de investigação, partindo da análise dos resultados obtidos, e procede-se à resposta à pergunta de partida. São ainda apresentadas as principais limitações do estudo, bem como sugestões para estudos futuros.

Por fim encontram-se as referências bibliográficas e os anexos.

CAPÍTULO I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1.1 ENVELHECIMENTO ATIVO E BEM-SUCEDIDO: CONSIDERAÇÕES TEÓRICAS

Envelhecer permanecendo ativo constitui um dos principais desafios das comunidades modernas, tanto a nível individual como societal, uma vez que as opções individuais dependem em muito das oportunidades que, de forma organizada, são oferecidas no contexto em que cada um vai construindo o seu percurso e a sua identidade (Walker, 2018).

Embora conscientes de que o envelhecimento é vivido de forma singular por cada indivíduo, não nos esqueçamos da existência das categorias de idades, que serão aqui apresentadas em função dos diferentes segmentos. Com base em Cabral et al.(2013, pp. 288, 307), o primeiro - 50 aos 64 anos, o segundo - 65 os 74 anos, o terceiro – 75 aos 84 anos e por último, o quarto segmento, também denominado de quarta idade – os mais de 85 anos.

Com a mesma pertinência esclarece-se aqui que será adotado o termo “Pessoa Idosa”; sabendo, contudo, que existem outras designações, tais como seniores, pessoas maiores, velhos, grande idade, etc., mas porque dos documentos oficiais nacionais e internacionais mais recentes é este o termo cunhado.

Segundo o Instituto Nacional de Estatística (INE) (2006), e conforme defende Silva (2011) a população ativa é definida como a população entre os 15 e os 64 anos de idade. Já na pessoa idosa, “o termo “ativo” refere-se à participação contínua na vida social, económica, cultural, espiritual e cívica, ou seja, vai muito além da possibilidade de se ser física e profissionalmente ativo” (ENEAS, 2017, p. 8). 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 (WHO, 2002).

Estamos cientes de que

A qualidade de vida é, claramente, a tônica dominante do envelhecimento ativo (Cabral et al., 2013), podendo esta ser definida como a percepção do indivíduo acerca da sua posição na vida, no contexto cultural e de valores no qual vive, e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (World Health Organization, 1997). (ENEAS, 2017, p. 8)

Com efeito,

muitos dos desafios que os idosos enfrentam no seu dia-a-dia estão ligados à autonomia e independência das suas condições de vida, quer sejam ou não capazes de enfrentar e tomar decisões pessoais numa base diária, enquanto viverem de forma independente com pouca ou nenhuma ajuda de outras pessoas, sejam familiares ou amigos ou quaisquer outras pessoas.(Carneiro et al., 2012, p. 78)

Antes de surgir o termo “envelhecimento ativo,” na década de 70 do século XX quando o mundo sofria alterações de tal ordem que ser idoso já não correspondia à imagem da pessoa que a partir de uma determinada idade já não contribuía para a sociedade, nomeadamente em termos económicos, surgiu a expressão “envelhecimento produtivo”(Ribeiro & Paúl, 2011, p. 161). Então, passou a entender-se que as pessoas mais velhas, ainda que estivessem afastadas do mercado de trabalho formal, onde estiveram presentes a maior parte da vida, poderiam desenvolver uma atividade significativa e satisfatória, estruturada e continuada, e que tivesse um impacto positivo na sua vida (Gonçalves et al., 2006). Como por exemplo: “cuidar dos netos, preparar as refeições para os filhos, trabalhar no quintal, isto são tarefas que, de forma direta ou indireta, geram produtividade, seja por via dos rendimentos que daí se podem tirar, seja pela elevação do nível de auto-estima e de implicação activa das pessoas que as fazem.” (Ribeiro & Paúl, 2011). Trata-se de produzir algo e sentir-se bem com isso.

Tal como explicam os mesmos autores, ao se considerarem estes pressupostos, está também a ter-se em linha de conta outras dimensões na compreensão efetiva do

envelhecimento ativo e dos seus determinantes, onde tem um papel importante, a cultura das pessoas, uma vez que serve de grelha de leitura dos fenómenos e de construção de caminhos diversos da adaptação ótima. O que significa que pessoas a viver em meios rurais ou urbanos, em países do norte ou do sul, europeus, americanos, asiáticos ou africanos, envelhecem igualmente, mas as suas vivências e estratégias de adaptação são diferentes, como são os seus recursos. Esquecer isto seria enviesar o entendimento do processo e falhar nos caminhos do sucesso (Ribeiro & Paúl, 2011).

Para Baltes e Carstensen (1996, p. 285) não há um só caminho para o envelhecimento bem-sucedido. Este implica fatores como: a personalidade do indivíduo, o contexto sociocultural e as relações familiares. Apresentam-nos por isso, dois processos relacionados: 1º- A capacidade global de adaptação às perdas que ocorrem na velhice e 2º- o envelhecimento bem-sucedido pode ser atingido através de escolhas de estilos de vida que satisfaçam o objetivo de manutenção da integridade física e mental.

A dimensão cultural também é bastante relevante e surge valorizada no Guia Global das Cidades Amigas das Pessoas Idosas, que destaca que o envelhecimento ativo em cidades que atendem a esta questão e prestam apoio e estimulam a capacitação, constitui uma das mais eficazes abordagens, tendo em vista a manutenção da qualidade de vida e a prosperidade num mundo cada vez mais idoso e mais urbano (WHO, 2009, p. 75).

Neste contexto, trazemos à liça o documento emitido pela United Nations, que corrobora com as temáticas apresentadas salientando na Agenda 2030, nos seus Objetivos de Desenvolvimento Sustentáveis (ODS), nomeadamente o objetivo terceiro que prevê “assegurar vidas saudáveis e promover o bem-estar para todos, em qualquer idade”.

O envelhecimento bem-sucedido é apontado por Baltes e Carstensen (1996) aos indivíduos que demonstram uma capacidade admirável que eles designam por “seletividade socioemocional”, que se entende por um estabelecimento de relações interpessoais vantajosas para o indivíduo, bem como com a manutenção da saúde e do bem-estar emocional. Já nas palavras de Margoshes (1995, pp. 36, 37) isto significa que “as pessoas mais velhas fazem uma gestão do tempo de que dispõem de forma mais ajuizada, o que faz com que o seu estilo de vida seja mais elegante”.

De acordo com Cerqueira e Sousa (2010, p. 174), “o envelhecimento será bem-sucedido se o indivíduo mantiver um bom grau de satisfação com a vida, pelos relacionamentos, atividades e papéis que desempenha”.

Ao longo de todo o ciclo da vida vamos sendo postos à prova para nos dispormos nesse processo que há de vir, o do envelhecimento. Nem todos lá chegarão, mas para os que se preocuparem com o processo, já vão preparando a sua vida para um envelhecimento ativo e bem-sucedido, que é cada vez mais preconizado pela sociedade civil e pela sociedade em geral, como temos vindo a constatar. A notar-se ainda que

desde há séculos que os cientistas tentam explicar o envelhecimento, e por isso contam-se mais de 300 teorias existentes, umas dando mais enfoque aos aspetos biológicos do envelhecimento, outras mais aos aspetos psicológicos e outras ainda aos aspetos sociológicos. (Nunes, 2008, p. 6)

Em linha com o apresentado, salientamos os trabalhos de Rowe e Kahn (1987) que consideram duas formas de envelhecimento, o normal (habitual) e um “envelhecimento bem-sucedido” (“*successful*”).

Já no que se refere a Baltes (1980), o envelhecimento seria determinado pelos seguintes fatores:

- Os ligados ao grupo etário – “age-graded influences”;
- Os ligados ao período histórico – “history- graded influences”;
- Os ligados à história pessoal – “non-normative influences”. Com isto, o autor propunha um modelo evolutivo em que o efeito da idade predominaria na infância, o efeito do “histórico” predominaria na adolescência e o “não normativo” aumentaria a sua influência ao longo da vida.

Da síntese dessa influência resultaria a velhice de cada um de nós: bem-sucedida ou mal-sucedida.

De acordo com Fonseca (2004) parece ser vantajoso o recurso às seguintes “categorias” de idade defendidas por Birren & Cunningham:

- idade biológica: o funcionamento dos sistemas vitais do organismo humano, importante na vertente saúde que afeta os indivíduos - o funcionamento desses sistemas diminui com o tempo;
- idade psicológica: capacidades de natureza psicológica das pessoas para se adaptarem às mudanças de natureza ambiental, determinando as suas competências fundamentais para o controlo pessoal e a autoestima;
- idade sociocultural: conjunto específico de papéis sociais que os indivíduos adotam numa sociedade, influenciando os comportamentos, hábitos, estilos de relacionamento interpessoal, etc (Birren & Cunningham, 1985).

Costa (1998) acrescenta ainda às idades anteriormente referenciadas a noção de idade pessoal, como sendo um critério individual, associado às vivências internas de cada um. Ou seja, a própria pessoa determina a idade respetiva através do que o “espírito” “sente”.

Estas categorias permitem balizar-nos no modo como pode ser visto o desenvolvimento humano e o envelhecimento ativo, que será também bem-sucedido, conforme a resposta que cada pessoa consegue dar, ou como se consegue definir dentro destas quatro categorias. O envelhecimento saudável e ativo é uma responsabilidade e escolha pessoal, mas depende profundamente do ambiente em que as pessoas vivem, trabalham e convivem.

Quanto mais ativas e positivas forem estas idades melhores condições existirão para se construir um caminho para um envelhecimento ativo e bem-sucedido.

A este propósito, os autores Zaidi e Zolyomi (2011b) apontam para a importância que as políticas públicas podem desempenhar, enquanto medidas de apoio. Por exemplo, o documento: a estratégia para um crescimento inteligente, sustentável e inclusivo (Comissão Europeia, 2010, p. 22), destaca o “desafio de promover um envelhecimento saudável e ativo, permitindo a coesão social e uma maior produtividade”, que se consegue, segundo os autores, através da promoção da aprendizagem ao longo da vida, da participação em atividades produtivas durante a reforma, assim como fora do mercado de trabalho e em atividades saudáveis (Zaidi & Zolyomi, 2011b).

Neste quadro, também a aprendizagem contínua pode ter um papel de relevo, nomeadamente no auxílio a retardar o surgimento dos primeiros sintomas de demência e a evitar o declínio cognitivo associado à terceira idade. Constitui igualmente uma forma de as pessoas idosas desempenharem um papel ativo na sociedade. O desenvolvimento de competências de cidadania é igualmente importante para a participação democrática ao longo da vida (ENEAS, 2017).

Segundo Fonseca (2004) e Pinto (2008), a velhice é uma época de reflexão, de ócio, de dedicação à atividade como o “autoaperfeiçoamento”, que constituem elementos para o conceito de Envelhecimento Ativo.

Tal como mostram os autores Silverstein e Parker (2002), Agahi e Parker (2005), Paillard-Borg et al. (2009), Agahi et al. (2011), Chatzitheochari e Arber (2011), os estudos empíricos evidenciam o papel fundamental da prática desse tipo de atividades na satisfação com a vida e no bem-estar pessoal, bem como os seus resultados positivos na saúde e qualidade de vida.

A reforçar esta ideia, apresentamos um estudo levado a cabo pela Fundação Francisco Manuel dos Santos escrito por Cabral et al. (2013) que tentou conhecer melhor o estado de saúde e o bem-estar no envelhecimento dos portugueses, verificando-se que,

as pessoas mais integradas socialmente, com mais relacionamentos e mais satisfeitas com a qualidade desses relacionamentos, evidenciam um melhor estado de saúde do que as pessoas com menos relações sociais, concluindo-se que as redes e o apoio sociais exercem uma clara influência sobre a saúde (Cohen & Syme, 1985; Fernández- Ballesteros, 2002) e até na redução dos riscos de mortalidade (Musick, House, & Williams, 2004). (Cabral et al., 2013, pp. 239, 240)

1.1.1 – O envelhecimento enquanto processo individual e social

Em linha com o apresentado no ponto anterior, o envelhecimento individual é um processo condicionado por fatores biológicos, sociais, económicos, culturais, ambientais

e históricos, podendo ser definido como um processo progressivo de mudança biopsicossocial da pessoa durante todo o ciclo de vida (WHO, 2002).

Na perspectiva de Fernandez-Ballesteros (2009), o envelhecimento humano é considerado como um processo e não como um estado. Isto não limita o envelhecimento a um espaço temporal ou uma idade linear, há, portanto, todo um desenvolvimento ao longo da vida de cada indivíduo, que está sujeito, como já vimos, a vários tipos de fatores socioculturais e biopsicológicos que o influenciam de diferentes formas e a vários níveis no ciclo complexo da vida (Scoralick-Lempke & Barbosa, 2012).

Assim, questões como a saúde, a segurança e a participação social podem influenciar amplamente o processo de envelhecimento tal como se salienta na Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável (ENEAS, 2017). Dando particular atenção às questões da saúde, a World Health Organization (2014), vem dizer-nos que a carga da doença e a redução do bem-estar afetam a pessoa idosa e também as suas famílias, os sistemas de saúde, social e a economia. As pessoas idosas com problemas de saúde ou de dependência necessitam de mais cuidados de saúde e de apoio social, por parte da família e das instituições da economia social e dos serviços de saúde (Bloom et al., 2015).

Fundamentado neste mesmo documento (ENEAS, 2017, p. 11) observamos um especial enfoque quanto ao papel das doenças ligadas ao envelhecimento da pessoa idosa ou na “terceira idade”. Para termos uma ideia mais clara, “no mundo, cerca de 23% da carga global da doença é atribuível a condições que afetam pessoas com 60 ou mais anos”. As principais doenças que contribuem para esta carga global são:

as doenças crónicas não transmissíveis, como as doenças cardiovasculares, as neoplasias malignas, as doenças respiratórias crónicas, as doenças musculoesqueléticas (como a artrose e a osteoporose) (World Health Organization, 2002), os distúrbios neurológicos e mentais, como a demência e a depressão, (Prince et al., 2015; World Health Organization, 2002) destacando-se ainda o acidente vascular cerebral e a diabetes (World Health Organization, 2002). O aumento da sobrevivência na presença destas doenças também resulta

na perda de funcionalidade em idades mais avançadas. (Suzman, Beard, Boerma, & Chatterji, 2015)

Neste sentido, e no quadro das ideias apresentadas, o envelhecimento, os estilos de vida menos saudáveis e as influências ambientais negativas acentuam o aumento da prevalência das doenças crónicas e a redução das capacidades físicas e mentais das pessoas idosas, o que limita a sua independência, autonomia e participação social.

A Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável (ENEAS, 2017) tendo por base a *Strategy for Smart, Sustainable and Inclusive Growth* (2010) identificam que a deteção atempada e o controlo adequado das doenças crónicas e do declínio físico e mental das pessoas idosas são essenciais para um melhor prognóstico e redução da prevalência de comorbilidades bem como a manutenção das suas capacidades funcionais.

Como constata Junges (2006), uma das primeiras perceções do processo de envelhecimento do ser humano é o tomar consciência da sua vulnerabilidade, por isso “os gerontólogos defendem que a velhice vive-se primeiro que tudo no corpo, com o aparecimento dos cabelos brancos, as rugas, as dificuldades de visão e audição, a lentidão dos reflexos, entre outras” (Silva, 2005, p.119).

Contudo, e embora a componente física tenha, efetivamente, uma importância primordial, torna-se necessário adotar uma visão holística sobre todo o processo de envelhecimento (uma dinâmica que se altera e desenvolve ao longo de todo o curso da vida) “estas transformações significam um desafio para quem envelhece: a aceitação de um novo *self*” (Delgado et al., 2014, p. 119).

Assim, para que se consigam conhecer e entender as múltiplas características e plasticidades do envelhecimento de forma a podermos adotar uma postura ativa diante deste concreto desenvolvimento, “a abordagem oferecida pelo enfoque do curso de vida (*life-course* e *life-span*) é particularmente adequada para captar o complexo dinâmico do processo de envelhecimento humano (Mortimer; Shanahan, 2003)” (Barros, 2020, p. 173). Esta perspetiva do envelhecimento atribui bastante importância à identidade e à construção do *self*, conforme explica Guedes (2008).

Na verdade, podemos considerar, à semelhança de Dubar (1997), que a identidade de um indivíduo corresponde ao que ele tem de mais precioso. Ora, a perda dessa identidade causará sentimentos de alienação, angústia, sofrimento. Nessa medida, e entendendo a identidade como o resultado de sucessivas socializações, é de supor que ela esteja em permanente reestruturação, reelaboração, e que depende de uma construção quer individual, quer social (Guedes, 2008).

Nesta construção individual e social a cultura detém um papel de relevo. Segundo Damásio (2018), a mente cultural humana e as histórias dos seres humanos, foram-nos transmitidas em grande medida através de meios culturais e, como tal, a participação cultural da pessoa idosa é sem dúvida um elemento muito importante no processo de envelhecimento uma vez que o ser humano é mais do que um ser físico e mental. Os seres humanos nascem, vivem e casam-se, trabalham e morrem num contexto cultural (Delgado et al., 2014). Isto inclui, segundo Leininger (1988), a espiritualidade, a religião, as relações de parentesco, a política, a economia e o modo como os indivíduos são educados - isto é, todos os aspetos de cada cultura.

A cultura tem um poder transformador, constituindo-se inclusivamente, num direito fundamental tal como se pode verificar no número um, do artigo 27

toda a pessoa tem o direito de tomar parte livremente na vida cultural da comunidade, de fruir as artes e de participar no progresso científico e nos benefícios que deste resultam (Nações Unidas, 2022).

Atendendo à importância desta problemática foi também elaborada na Resolução da Assembleia da República 61/2012 (2012), aprovada em 5 de Abril, em que se recomenda ao governo, nomeadamente no artigo 4 — que valorize o envelhecimento ativo, nomeadamente com o voluntariado sénior, potenciando o relacionamento intergeracional através da troca de experiências, da passagem de testemunho cultural e assegurando um combate efetivo ao isolamento da pessoa idosa e favorecendo a sua saúde física e mental.

1.1.2 – Vida em comunidade e intergeracionalidade

Damos início a este subcapítulo abordando uma forma específica de intervenção social conhecida por Desenvolvimento Comunitário (DC). Resumidamente, esta foi consagrada em 1950 num documento das Nações Unidas, intitulado, *O progresso social através do Desenvolvimento Comunitário* (Silva, 1962).

Conforme explica Ezequiel Ander-Egg (1980), o DC é uma técnica social de promoção do ser humano e de mobilização de recursos humanos e institucionais mediante a participação ativa e democrática da população, no estudo, planeamento, e execução de programas ao nível de comunidades de base, destinados a melhorar o seu nível de vida.

A vida na comunidade, de acordo com o DC baseia-se num conjunto de pressupostos que estruturam e orientam a intervenção local, a partir dos quais, o dispositivo de acompanhamento e avaliação deve ser construído. Do mesmo modo que nos alerta Carmo (1998), a forma de criar sinergias, a partir da cooperação entre o Estado e os exíguos meios das comunidades locais, o DC deverá ser regido pelos princípios das necessidades sentidas, pelo princípio da participação, o princípio da cooperação, o princípio da autossustentação e por fim, o princípio da universalidade.

Esta vida em comunidade implica a realização de um trabalho em comum, perpassando gerações. A diferença entre gerações permite tornar mais inteligível a própria experiência de vida como um processo em construção, daí “o valor educativo das relações de troca intergeracional é hoje inquestionável (...)” (Carneiro et al., 2012, p. 25). A este respeito o psicólogo Robert Kegan (1982) no seu livro *The Evolving Self*, propõe seis estádios para o desenvolvimento humano por ordem de crescimento—incorporativo, impulsivo, imperial, interpessoal, institucional e interindividual.

Quando se passa de estágio para estágio dão-se, segundo o autor (p.85) processos de “eclosão” repetida e qualitativamente de ansiedade e superação.

Assim o processo de desenvolvimento (Kegan, 1982, p. 8) é um processo de criação de significado. À medida que o indivíduo avança em cada estágio de desenvolvimento ele ou ela é encarregue da tarefa de compreender o mundo e resolver problemas.

O estágio incorporativo foca-se em informações sensoriais e reflexos, durante o qual, a criança perde o senso de identidade. O estágio impulsivo enfatiza a perceção e o impulso, onde os objetos começam a ter significado para a criança. O estágio imperial

marca um período de egocentrismo e a consciência de que a criança pode agir de acordo com os seus desejos. O interpessoal (estágio 4) enfatiza a empatia, reciprocidade e compaixão e a consciência de que as outras pessoas têm necessidades que devem ser levadas em consideração. O sujeito do estágio 5, institucional, passa por uma etapa durante a qual a ética e os valores se desenvolvem, ao invés do impulso, porque a sua autonomia e o seu ser se desenvolveram. O estágio interindividual enfatiza tanto a autonomia quanto a tolerância, com uma compreensão e aceitação de que existem diferentes sistemas e valores.

O autor acreditava que a humanidade estava muito próxima de protagonizar um verdadeiro salto quântico. Progresso esse, argumenta Kegan (1982) que passaria por descobrir a forma de transferir toda a experiência dos mais velhos para as novas gerações.

Já se passaram décadas suficientes para perceber que a forma de transferir a experiência da pessoa idosa para as novas gerações tem vindo a acontecer. Ela é essencialmente transmitida pela cultura oral entre gerações. Os idosos podem e sempre que possível, devem continuar a ter uma participação social ativa e relevante, ainda que em diferentes moldes do passado, salvaguardando sempre o seu direito de bem-envelhecer. Nesta dimensão

Uma vertente importante do envelhecimento é a evolução da família que, tradicionalmente, tem sido o locus de interajuda intergeracional - de facto, a família é uma célula fundamental, enquanto lugar privilegiado de trocas intergeracionais, onde se encontram, se interajudam e complementam. (Carneiro et al., 2012, p. 33).

Com efeito, é de relevar que a interdependência e a solidariedade entre gerações são princípios importantes do envelhecimento ativo – a criança de ontem é o adulto de hoje e a avó ou avô de amanhã. A família, a comunidade e a sociedade têm um forte impacto na forma como se envelhece (Cabral et al., 2013). Para além disso, “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” (WHO, 2020).

A continuidade do desenvolvimento de políticas transversais e de estratégias de atuação multidisciplinares, flexíveis e de proximidade, que permitam que todas as pessoas idosas possam desfrutar de uma vida ativa e saudável, em contexto comunitário, é um imperativo ético. Portugal, encontra-se em terceiro lugar, a nível dos Estados Membros da UE, o que mostra a existência e a importância de redes informais de solidariedade (familiares, amigos e vizinhos) (Carneiro et al., 2012, p. 139).

Segundo Villas-Boas et al. (2017), para fazer do envelhecimento uma experiência positiva é fundamental dar às pessoas oportunidades que permitam a realização do seu potencial de bem-estar físico, social e mental, ao longo da vida, salvaguardando, todavia, que a participação dos indivíduos na sociedade deve estar de acordo com as suas necessidades, desejos e capacidades.

Na opinião de Simões (2006), quer queiramos, quer não, o mundo de hoje não é dos jovens, mas dos adultos e cada vez mais dos adultos mais velhos - dos idosos. A respeito disto, também Hazzard (1990, p.17) escreveu que as populações humanas modernas vivem mais tempo envelhecidas e não vivem mais tempo como jovens.

Assim, a família, a comunidade e a sociedade têm um forte impacto na forma como se envelhece (Cabral et al., 2013).

Muito embora o aumento da longevidade da população portuguesa seja um facto apreciável, a quantidade de anos de vida ganhos apresenta ainda um potencial a melhorar. Considerando o conceito de envelhecimento ativo proposto para 2002, pela Organização Mundial de Saúde (OMS) (World Health Organization, 2002), esta melhoria dependerá muito do empenho de cada um, enquanto agente da sua própria saúde, participação e segurança, e da sociedade como um todo, de forma a que sejam garantidas as oportunidades para tal, à medida que as pessoas envelhecem. (ENEAS, 2017, p. 6)

Há um grande trabalho de mapeamento para identificar e trazer grupos de indivíduos mais vulneráveis para esta problemática de um envelhecimento saudável e com propósito. “Importa, assim, encontrar um novo equilíbrio e novas relações entre gerações, procurando novas abordagens e políticas com vista a encorajar solidariedade intergeracional para se alcançarem sociedades mais coesas e sustentáveis”(Cabral et al., 2013, p. 142).

Procura-se que ninguém seja deixado à margem e por isso,

o envelhecimento demográfico e o envelhecimento humano são dos fenómenos mais estudados hoje pelos cientistas sociais. Assistimos a um grande aumento do número de idosos que recorre aos diferentes serviços de prestação de cuidados de saúde. Esta é uma situação preocupante se pensarmos que o nosso país é um dos menos dotados em estruturas de apoio social, e, sobretudo em cuidados de saúde para o idoso (Delgado et al., 2014, p. 111).

1.1.3 – Idadismo – o preconceito com a idade

Das várias dimensões comportamentais e dos estereótipos existentes na sociedade, queremos neste ponto discutir a importância que o idadismo pode ter na vida em sociedade. De acordo com a ENEAS,

A discriminação em razão da idade (idadismo) radica em representações e atitudes enraizadas na sociedade portuguesa, assentes em construções sociais que associam o envelhecimento a incapacidade e dependência. Estas construções afetam a autoestima e identidade das próprias pessoas idosas e resultam em desvantagens concretas a vários níveis que impedem o envelhecimento ativo e saudável, tais como o abuso, o acesso limitado ou tratamento diferenciado no acesso a serviços, reduzidas oportunidades de trabalho e de formação profissional, falta de condições e técnicos nas

residências/lares, reduzida cobertura de apoio domiciliário, a invisibilidade ou representações estereotipadas na comunicação social, acessibilidade reduzida, entre outros. Este fenómeno requer uma ação consistente e abrangente que implique um combate direcionado ao idadismo como forma de discriminação e a reforma consequente de atitudes. (ENEAS, 2017, p. 11)

Na dimensão antropológica da velhice, Simões (2010, p. 486) cita João Neves (2000) que considerava que “ser velho era um problema!”, pois, apesar de fazer parte da vida, os rodeios e eufemismos utilizados para se fazer referência ao processo de envelhecer e dominar quem é mais velho é bastante marcante. E esta dificuldade em se aceitar a velhice leva ao idadismo.

Apesar de algumas visões menos favoráveis relativamente ao processo de envelhecimento, não podemos deixar de pensar na abordagem positiva que o envelhecimento ativo adota “com o objectivo de potenciar o desenvolvimento humano e combater as discriminações com base na idade (Moody, 2006), levando a que se assista a uma nova forma de entender o envelhecimento (Biggs et al., 2006)” (Cabral et al., 2013, p. 237).

Nesta nova construção, não esqueçamos as políticas públicas de defesa e promoção dos direitos da pessoa idosa, como o exemplo do princípio da dignidade, que reconhece que aos cidadãos mais velhos devem ser garantidas condições dignas de existência, de segurança e de justiça, independentemente da idade, sexo, raça, origem étnica, situação económica e qualquer circunstância (J. Simões, 2010, p. 489).

A promoção dos direitos humanos, equidade, igualdade e não discriminação (nomeadamente baseada na idade), igualdade de género, solidariedade intergeracional são igualmente preconizados pela OMS (ENEAS, 2017, p. 18).

O curso de vida e os processos de envelhecimento em Portugal estão a conhecer uma mudança muito significativa, na qual a maioria dos fatores em jogo, nomeadamente a adoção de práticas de envelhecimento ativo, parece convergir no bom sentido, isto é,

no de uma vida mais longa, com mais qualidade e também com maior capacitação individual e coletiva.

O estigma ligado a pessoa idosa carece de grande transformação: “além da necessidade da mudança de estereótipos negativos com a promoção de uma imagem positiva das pessoas idosas, é necessário garantir a segurança daqueles que estão expostos a este tipo de risco” (ENEAS, 2017, p. 34).

As pessoas idosas não são todas incapazes nem desprovidas de utilidade como bastas vezes se lhes atribui esta faceta. É preciso um olhar atento, específico e personalizado ao meio onde cada pessoa idosa está inserida. Um idoso estando em condições psíquicas para se autoavaliar, deve ter uma palavra a dizer sobre o que lhe diz respeito ex: cuidados de saúde, a roupa que prefere vestir...o objetivo é dar-lhe espaço para o exercício da sua autonomia.

CAPÍTULO II – A CASA DO POVO DE ALQUEIDÃO DA SERRA ENQUANTO INSTITUIÇÃO DE APOIO À POPULAÇÃO IDOSA

2.1. - A importância do terceiro setor

Segundo Santos (1999) o Terceiro Setor nasceu como alternativa do capitalismo, com o objetivo de encontrar novas formas de organização de produção e de consumo, diminuir os custos humanos da Revolução Industrial e combater o isolamento do indivíduo perante o Estado e a organização capitalista.

Volvidas várias décadas depois da Revolução Industrial, o papel desempenhado pelas organizações do terceiro setor continua a ser de suma importância, enquanto alternativa mais económica e flexível, realizada por um setor de utilidade pública não estatal e não lucrativo que pode ser um “substituto funcional do Estado no bem-estar nos processos de regulação social” (Oliveira, 2018, p. 59)

Segundo Modesto (2016), esta é uma parceria público-social, que consiste numa relação jurídica que representa um conjunto de direitos, responsabilidades e obrigações entre Administração Pública e organizações do Terceiro Setor para “consecução de finalidades de interesse público e recíproco”.

Entendendo-se o Estado como o “monopólio da força”, o administrador da justiça, das normas jurídicas, ao qual concerne o dever de assegurar uma vida condigna a todos, também a sociedade deverá participar sempre de forma estimulante para a promoção, de uma melhor relação entre Estado e organizações do Terceiro Setor. A este setor, remetem-se tarefas que complementem o cumprimento da segurança social com vista ao soterramento das desigualdades e à eliminação da pobreza e da miséria (Oliveira, 2018).

Passaremos, agora, a descrever as duas respostas sociais que constituem a instituição em estudo neste trabalho: Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) e Centro de Dia.

No que se refere ao SAD, este serviço presta apoio domiciliário aos cidadãos na velhice, na invalidez e em todas as situações de falta ou diminuição de meios de subsistência ou de capacidade para o trabalho, nomeadamente com refeições quentes, cuidados básicos de higiene e alguma manutenção no domicílio de acordo com a (Portaria n.º 38/2013 de 30 de janeiro, 2013).

No que concerne ao Centro de Dia, acolhem os utentes na instituição durante o dia e intervêm na promoção e proteção da saúde, nomeadamente através da prestação de cuidados de medicina preventiva, curativa e de reabilitação, nomeadamente com aulas de ginástica e aulas dedicadas à realização de trabalhos manuais. Segundo o “Queremos falar-lhe dos Direitos das Pessoas Idosas”, correntemente mais conhecido como, O Guia dos Direitos das Pessoas Idosas (2010), estes são locais que “funcionam durante o dia e que prestam serviços que satisfazem necessidades básicas, promovem a animação e ajudam a manter as pessoas idosas no seu meio social e familiar” (Departamento de Desenvolvimento Social, 2010, p. 17). Tal é o que se verifica na instituição em estudo.

Neste quadro, é de destacar a pertinência das instituições do terceiro setor, apresentamos, pois, um “conjunto de organizações e iniciativas da sociedade civil que, não pertencendo ao Estado, produzem bens e serviços e que, sendo privadas, não tem fins lucrativos” (Vieira, 2015).

2.2. - O sentido das Instituições Particulares de Solidariedade Social

Inicialmente, fundadas no regime do estado novo, as Casas do Povo foram criadas pelo decreto-Lei nº 23051, de 23 de setembro de 1933, como *anoris causa* da organização corporativa do trabalho rural. Funcionavam como organismos de cooperação social, dotados de responsabilidade jurídica, destinando-se a colaborar no desenvolvimento económico social e cultural das comunidades locais. O estado apoiava as Casas do Povo e velava pelo prosseguimento dos seus fins através de uma junta central.

A partir de 1982 e de acordo com a Lei nº. 4/82, de 11 de janeiro, as Casas do Povo passaram a ter o estatuto jurídico de pessoas coletivas de utilidade pública, de base associativa, tendo como finalidade o desenvolvimento de atividades de carácter social

e cultural e a cooperação com o Estado e com as autarquias locais, com vista à resolução de problemas que afetem a população local.

Atualmente, entre outras, as atividades das Casas do Povo consistem, principalmente, no apoio a idosos e a crianças, na ocupação dos tempos livres e na promoção do convívio entre a população, com a organização de equipas e de torneios desportivos para as crianças e jovens e com a realização de feiras e de atividades culturais, musicais e lúdicas (CNIS, 2018).

Estão equiparadas a IPSS um conjunto de 41 Casas do Povo que integram a Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade (CNIS).

Uma IPSS, segundo o Instituto da Segurança Social, I.P. (2021) é uma instituição constituída por iniciativa de particulares, sem finalidade lucrativa, com o propósito de dar expressão organizada ao dever moral de solidariedade e de justiça entre os indivíduos, que não sejam administradas pelo estado ou por um corpo autárquico. Neste âmbito, é de enfatizar também o papel da CNIS que tem como objetivo dar uma resposta equilibrada aos problemas sociais, assente na complementaridade entre a responsabilidade do Estado e a iniciativa da solidariedade civil.

A este propósito, e para além da importância de se desenvolver os serviços de apoio domiciliários, ao mesmo tempo também se devem efetuar reajustamentos das “valências dos Centros de Dia com incidência no domínio da saúde, assumindo esquemas, suportados pelas novas tecnologias, e permitindo, deste modo, reduzir custos e aliviar a utilização pelos idosos das unidades de saúde de cuidados primários” (Carneiro et al., 2012, p. 338).

Corroboram com o anteriormente exposto o Decreto-Lei n.º 172-A/2014, de 14 de novembro, que alterou e republicou o Decreto-Lei n.º 119/83 que tiveram como princípios o crescimento exponencial de IPSS constituídas nestas últimas três décadas e a crescente importância social e económica junto das comunidades em que as instituições estão inseridas por via da sua atuação, a saber:

O sector social e solidário composto por várias instituições a nível nacional, designadamente pelas associações, as fundações, as misericórdias e as mutualidades (IPSS), tem assumido um papel de relevo no estabelecimento e desenvolvimento de um

conjunto de respostas sociais, mostrando uma abordagem de proximidade com benefícios para os cidadãos.

A ação de Solidariedade Social desenvolvida pelas IPSS estende-se a outros domínios que não só os de segurança social, nomeadamente a saúde e a educação.

Por outro lado, pode-se dizer que para além da importância que o sector social e solidário tem no apoio aos cidadãos, é notório a dinamização que implementa nas economias locais, afirmando-se, assim, como agente contributivo para a dinamização económica e social do País, com destaque na criação de postos de trabalho.

2.3 – Caracterização do meio e breve resenha histórica

iniciamos este subcapítulo dando conta da forma jurídica desta instituição que, segundo a direção geral da segurança social se denomina de Casa do Povo, registada no ano de 2003 sob o Número de Identificação de Pessoa Coletiva (NIPC) o 501358463 Social (2022). Começando pela caracterização do meio onde a IPSS está inserida, com base nos arquivos da junta de freguesia e do INE. Portanto, Alqueidão da Serra é uma freguesia com mais de 400 anos de história. Tem uma área total, apresentada nos censos de 2021 (resultados provisórios), de 21,27km² - uma densidade populacional de 82,5 hab./km² e como população residente constam 1549 indivíduos, dos quais 769 são homens e 882 são mulheres. A maior faixa de grupos etários residentes nesta população centra-se entre os 25 – 65 anos, logo seguidos dos mais de 65 anos.

Ao nível do ensino, esta população residente ainda continua a ter uma prevalência só no 1º ciclo. A maior fatia da população residente por sexo e estado civil tanto em homens, como em mulheres encontram-se no estado de casados, seguidos dos solteiros (predominantemente homens) e dos viúvos, (predominantemente mulheres) (INE, 2021).

Situa-se no sopé da Serra de Aire, a 279m de altitude, em pleno maciço calcário estremenho e engloba o Parque Natural das Serras de Aire e Candeeiros (PNSAC) que é pertença do concelho de Porto de Mós.

Dos relatos históricos que constam dos arquivos da junta de freguesia, o nome anterior pelo qual fora conhecida a freguesia terá sido por Alqueidão das Contas devido ao facto

de aqui se fabricarem terços do rosário em contas de osso e outras para o santuário de Fátima.

Confirma-se a presença humana por estas serranias cerca de 3000 anos A.C onde Romanos e Árabes marcaram a sua presença e permanência. Desde a exploração abundante do ferro de ótima qualidade através da estrada romana (da qual ainda hoje são preservados os seus vestígios) à exploração dos variados e abundantes tipos de calcário para alvenaria e para calçadas, que ainda hoje são parte da economia deste povo.

Também D. Nuno Alvares Pereira está associado à localidade e conta a lenda que recebeu um terço do Alqueidão das Contas que manteve no bolso durante o combate de 14 de agosto de 1385. Foi criada paróquia/freguesia em 1615 pelo então Bispo de Leiria D. Martim de Mexia. O mesmo lhe deu por orago São José (já venerado numa secular capelinha).

Séculos mais tarde, a localidade, foi fortemente afetada pelos fortes impactos da emigração da baixa natalidade e dum avançado envelhecimento populacional que vieram descaracterizar a vida outrora vivida neste meio rural.

À crise de 2010-2013 onde Portugal apresentava níveis elevados de dívida pública e privada, e por isso tinha uma dependência externa financeira muito elevada, Alqueidão da Serra não resistiu a imensa exploração e foi abrupto o corte dos calcários, para calçadas, praças e passeios.

Atividade com forte impacto económico nas décadas (1980-2010). Ainda assim, o Alqueidão era e ainda é considerada a capital da calçada à Portuguesa (Freguesia de Alqueidão da Serra, n.d.).

2.4 - Caracterização da Casa do Povo de Alqueidão da Serra

A IPSS que é objeto deste estudo tem como designação “Casa do Povo de Alqueidão da Serra” tendo sido constituída em janeiro de 1983.

Este projeto, bastante ambicioso na altura, conforme descrito no site desta Casa do Povo (2005) pretendia dotar a Freguesia de serviços sociais e de novos espaços e ainda de dinâmicas a nível desportivo e cultural, sectores em que a Freguesia se revelava

extremamente carente. Levaram por diante esta ideia três homens empreendedores: José da Silva Catarino, Carlos Alberto Rosa Vieira e Daniel de São José Correia.

Na sua missão e objetivos, a Casa do Povo do Alqueidão da Serra quer ser reconhecida como entidade de referência na prestação de Serviços de apoio à comunidade, através da melhoria continua dos serviços prestados e da criação de outras respostas sociais que respondam à evolução das necessidades da população.

Esta instituição existe para contribuir para a melhoria da qualidade de vida da população envolvente nas várias faixas etárias, através da prestação de serviços de apoio à vida quotidiana e dinamização de iniciativas e eventos de carácter cultural.

Quanto à sua estrutura física, esta Casa (edifício-sede) foi inaugurado a 30 de setembro de 1984 onde, para além de vários espaços para o desenvolvimento de atividades sociais e culturais da Instituição (salas de diferentes dimensões, balneários, bar, salão, etc.), se criou também espaço para o funcionamento provisório (até ter sede própria) da Secretaria da Junta de Freguesia (mediante um protocolo estabelecido entre a Junta de Freguesia, a Casa do Povo e a Junta Central das Casas do Povo).

Tendo sido no ano de 1992 inauguradas as instalações onde atualmente funciona o centro de dia, cito no Largo Carlos Vieira Rosa, 2480-013 Alqueidão da Serra.

Os recursos da instituição atualmente existentes, passam pela utilização de cinco carrinhas (duas de nove lugares e três comerciais de mercadorias), juntamente com seis funcionárias (divididas em três equipas) que dão resposta aos dois serviços sociais existentes - o Centro de Dia da e os SAD.

No serviço de cozinha estão duas cozinheiras e uma auxiliar de cozinha, já no serviço de lavandaria está uma funcionária a dispor de três máquinas de lavar e uma máquina de secar roupa.

A IPSS tem ainda professor de ginástica que se desloca ao Centro de Dia duas vezes por semana onde conta com a presença de 11 utentes, apesar da instituição ter capacidade para 25.

A usufruir dos serviços de SAD contam-se 42 clientes distribuídos por sete aldeias, conforme quadro abaixo:

Quadro nº 1: Clientes a usufruir de SAD							
Aldeia com SAD	Alqueidão da Serra	Alvados	Casais dos Vales	Bouceiros	Barrenta	Garruchas (Batalha)	Alcaria
Nº de habitantes a usufruir dos serviços	17	10	6	4	2	2	1

No quadro 1, podemos verificar que o maior número de clientes (17) se encontra na aldeia de Alqueidão da Serra, seguido da aldeia de Alvados, com 10 clientes, Casais dos Vales com seis clientes, a aldeia de Bouceiros com quatro clientes, a aldeia de Barrenta com dois clientes, a aldeia de Garruchas com dois clientes e por fim a aldeia de Alcaria com um cliente.

Estes mesmos clientes, encontram-se enquadrados nos seguintes segmentos seniores, tal como veremos no quadro seguinte:

Quadro nº 2: segmentos seniores por sexo					
Segmentos seniores		50-64 anos	65-74 anos	75-84 anos	mais de 85 anos
sexo	feminino	0	1	8	21
	masculino	2	1	3	6

No quadro acima, verificamos que o segmento sénior que tem mais mulheres (21) é o de: mais de 85 anos, já o segmento sénior que tem mais homens (6) é igualmente o de: mais de 85 anos. O segmento seguinte que tem mais mulheres (8) e homens (3) é o de: 75-84 anos, o segmento sénior dos 65-74 anos tem igual número de mulheres (1) e homens (1), por fim, no segmento sénior dos 50-64 anos, não consta nenhuma mulher, e homens temos apenas dois.

CAPÍTULO III - METODOLOGIA

A metodologia pode ser compreendida como o conjunto de atividades a realizar de forma a alcançar as metas e os objetivos estabelecidos no âmbito da investigação, o que requer a concretização de determinados procedimentos necessários à sua execução (Serrano, 2008).

Estas ideias são de uma importância e manifestam-se como pressupostos do estudo que aqui se apresenta, situado no âmbito do envelhecimento. De acordo com um estudo de Asghar Zaidi (2011a), Portugal é o país da União Europeia que deverá registar um risco de pobreza entre a população idosa mais elevado no futuro (2046) devido à redução do “rácio de benefício” que mede a evolução da despesa em pensões por pensionista comparativamente ao salário por trabalhador.

As agendas públicas, o plano nacional de saúde, a OMS, a Agenda 2030 das Nações Unidas, entre outros organismos nacionais e europeus estão com os olhos postos nesta matéria e têm vindo a delinear propostas e objetivos para se alcançar um envelhecimento ativo e saudável.

Na sequência deste conhecimento, a investigação a que esta dissertação se refere pretende reunir dados para perceber **de que modo a Casa do Povo de Alqueidão da Serra contribui para a promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido da comunidade onde se insere?**, constituindo-se esta na pergunta de partida da presente pesquisa.

Para dar resposta a esta questão, foram elencados os seguintes objetivos de estudo:

Objetivo 1) - Mapear o trabalho desenvolvido pela Casa do Povo no âmbito do envelhecimento-ativo e bem-sucedido a nível comunitário;

Objetivo 2) – Conhecer a perceção dos clientes e dos familiares dos clientes sobre os serviços prestados;

Objetivo 3) – Identificar as representações dos profissionais da instituição relativamente ao papel da Casa do Povo no âmbito do envelhecimento-ativo dos clientes;

Objetivo 4) – Identificar propostas de melhoria a serem realizadas pela Casa do Povo no âmbito da promoção do envelhecimento-ativo e bem-sucedido;

Objetivo 5) – Apresentar práticas que potenciem a promoção do envelhecimento-ativo.

3.1 TIPO DE ESTUDO

Este estudo terá por base um plano de trabalhos de ordem qualitativa. Na ótica de Guerra (2003), a metodologia qualitativa permite observar a interação do sujeito, da sociedade e, em simultâneo, compreender os factos e as emoções que os acompanham e como se repercutem na sua vida. Permite, também, o confronto de dados empíricos com um determinado conjunto de conhecimentos teóricos, levando a interpretação dos resultados da pesquisa, construindo progressivamente um conhecimento conjunturalmente produzido (Cabral et al., 2013).

Em exposto com o apresentado, esta investigação esteve, tal como citado por Reichardt e Cook (1986), “interessada em compreender a conduta humana a partir dos próprios pontos de vista daquele que atua”. Assim, foi utilizado o paradigma qualitativo, tendo sido este orientado para o processo, o que quer dizer que se privilegiou uma postura naturalista, participante e, holística da parte da investigadora, indo ao encontro do defendido por Carmo e Ferreira (2008) : “o paradigma qualitativo postula uma conceção global fenomenológica, indutiva, estruturalista, subjetiva e orientada para o processo” (pp. 195–199). Identificamos, pois, com o posicionamento de Bell (2004, p. 19) quando refere que os “(...) investigadores quantitativos recolhem os factos e estudam a relação entre eles, enquanto os investigadores qualitativos estão mais interessados em compreender as perceções individuais do mundo”.

Esta investigação é também um estudo de caso, uma vez que se investiga um fenómeno atual no seu contexto real.

Situamo-nos na linha do defendido por Yin (1989), quando este põe em evidência que o estudo de caso constitui a estratégia preferida quando se quer responder a questões de “como” ou “porquê”; para além disso, é também o tipo de estudo preferencial quando o investigador não pode exercer controlo sobre os acontecimentos e o estudo se focaliza

na investigação de um fenómeno atual no seu próprio contexto. Face às características da investigação que aqui se apresenta e os objetivos que se pretendem atingir, o estudo de caso salientou-se enquanto tipo de estudo preferencial.

3.2 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLHA DE DADOS

Para a recolha de informação necessária para responder aos objetivos da investigação que operacionalizei, utilizarei a combinação de duas técnicas de investigação. Foi utilizado como técnica o inquérito e como instrumentos de recolha de dados a entrevista semiestruturada e o questionário. Também foi utilizada a análise documental (estudos, livros, jornais, publicações, entre outros) que “consistiu na investigação e organização de informação disponibilizada sobre indicadores sociais, dados demográficos, censitários, estudos vários que permitiram caracterizar a instituição e a freguesia que envolve o contexto onde se localiza a instituição” (Carneiro et al., 2012, p. 223).

No que se refere à entrevista semiestruturada, este instrumento foi aplicado aos clientes, com o objetivo de conhecer a perceção dos mesmos relativamente aos serviços prestados pela instituição; foi também aplicado às funcionárias da instituição e à diretora técnica com o intuito de mapear o trabalho desenvolvido pela Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo, bem como, identificar as representações dos profissionais da instituição no que diz respeito ao papel da Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem sucedido. Para além disso, pretendeu-se, ainda, identificar propostas de melhoria a serem realizadas pela instituição. As entrevistas semiestruturadas eram constituídas por perguntas abertas, e foram aplicadas de forma presencial, de modo a garantir maior aprofundamento nos temas tratados, permitindo deste modo também maior flexibilidade no diálogo em torno dos assuntos definidos. Foram realizadas individualmente para ir ao encontro, precisamente, da especificidade de cada sujeito participante, permitindo-nos sabermos deste com maior rigor e liberdade a sua opinião de modo a podermos aprofundar as temáticas, tal como explicam Ketele e Roegiers (1999), citados por Miranda (2009):

A entrevista é um método de recolha de informações que consiste em conversas orais, individuais ou de grupo, com várias pessoas cuidadosamente selecionadas, cujo grau de pertinência, validade e fiabilidade é analisado na perspectiva dos objetivos da recolha de informações. (Miranda, 2009, p. 67)

Através do estudo de Quivy (1992), sabemos por Simões (2010) que a entrevista semiestruturada é conduzida através de um conjunto de tópicos, sendo deixado de parte o guião de entrevista rígido e com perguntas precisas, sem importância de ordem ou momento, o que permite maior liberdade de expressão do entrevistado e exige da parte do entrevistado a escuta atenta e ativa (anexos 6.1,6.2 e 6.3).

Para a pesquisa qualitativa as entrevistas podem ter três funções, sendo que para o presente estudo, a função primordial é analítica, uma vez que se procurou construir uma teoria interpretativa da realidade social, para depois se elaborarem interpretações avançadas que permitam a generalização independentemente do quadro de referência do estudo (Carneiro et al., 2012, p. 225).

No que diz respeito ao questionário, este foi aplicado aos familiares ou representantes dos idosos com o objetivo de conhecer as suas perceções sobre os serviços prestados pela instituição e identificar propostas de melhoria a serem realizadas pela mesma. Os questionários eram constituídos por questões abertas.

Relativamente ao procedimento de aplicação do instrumento, os questionários foram entregues aos idosos em mão, ou deixados na casa do mesmo pela investigadora para serem preenchidos pelo seu representante. O questionário foi colocado num envelope, preparado para ser selado após a colocação do questionário preenchido, garantindo assim o anonimato de quem preenchia e a confidencialidade dos dados. Os envelopes eram entregues aos profissionais da instituição, sendo deixados posteriormente na IPSS, onde foram recolhidos pela investigadora.

O questionário usado (anexo 3), explicitava de forma clara, objetiva e resumida, quem o fazia e o que pretendia fazer no decorrer da investigação, recolhendo a informação de forma objetiva e fiel, não sendo tendencioso (Pinto, 2018).

Nesta perspetiva, Fortin (1999) refere que “o inquérito tem a vantagem de permitir a colheita de dados junto de um grande número de sujeitos ou junto de grupos mais restritos, tendo em atenção o carácter representativo da população estudada” (p.168).

O emprego deste instrumento, nesta etapa da pesquisa, justificou-se pela possibilidade de permitir o acesso a um número maior de sujeitos (Gil, 2008), além de ser um importante instrumento utilizado nas representações sociais e nas pesquisas qualitativas.

Deste modo vimos comentada a praticidade e utilidade dos instrumentos de recolha de dados utilizados.

3.3 TÉCNICAS DE ANÁLISE DOS DADOS

Os dados foram recolhidos através da aplicação de entrevistas e de questionários. A análise das entrevistas e das questões abertas dos questionários foi realizada através da técnica de análise de conteúdo, onde os dados são organizados e sintetizados em tema, categorias e subcategorias, que o investigador identifica como pertinentes para o estudo. A expressão análise de conteúdo ou documental, como explica Bardin (2004), reporta-se ao conjunto de procedimentos de análise utilizados que possibilitam a aquisição de conhecimentos e obtenção de novas informações.

Ainda segundo Bardin (2004), a análise de conteúdo consiste num conjunto de instrumentos metodológicos cada vez mais subtis em constante aperfeiçoamento, que se aplicam a `discursos` extremamente diversificados resultando numa hermenêutica controlada, baseada na dedução: a inferência.

Conforme explica ainda a autora Bardin (1977, p.133), a inferência poderá “apoiar-se nos elementos constitutivos do mecanismo clássico da comunicação: por um lado a mensagem (significado e código) e o seu suporte ou canal; por outro, o emissor e o recetor”.

A análise de conteúdo diz respeito, portanto, a variáveis inferidas que servem de prova/técnica de verificação:

A técnica de análise de conteúdo adequada ao domínio e ao objetivo pretendidos, tem que ser reinventada a cada momento, exceto para usos simples e generalizados, como é o caso do escrutínio próximo da decodificação e de respostas a perguntas abertas de questionários cujo conteúdo é avaliado rapidamente por temas”. Em suma, é um *conjunto de técnicas de análise das comunicações*. (Bardin, 1977, p. 31)

Neste ponto, e depois de realizadas todas as transcrições das entrevistas, debruçámo-nos sobre a análise das entrevistas, que foi operacionalizada através da análise do seu conteúdo.

Assim, a realização desse processo teve como eixos estruturadores o seguinte conjunto de momentos: após uma leitura atenta e profunda da entrevista, os enunciados foram segmentados em função dos temas e das categorias, adotados previamente e que estavam refletidos no guião da entrevista (anexo 6). Em cada uma das categorias foram encontradas subcategorias - que tiveram por base os assuntos que mais frequentemente surgiram nas narrativas dos entrevistados - que facilitaram o processo interpretativo. Com essa decomposição dos dados foi construída uma grelha de análise, pela qual se realizou o processo de interpretação. Nesse sentido, e perante o apresentado, a análise por categorias constitui-se como o elemento estruturador da análise de conteúdo, que de acordo com Bardin (2004) é uma das mais utilizadas em investigações qualitativas.

A análise dos questionários será feita de duas formas. A primeira, diz respeito à análise da questão fechada, que será tratada através de análise estatística, a segunda diz respeito à técnica de análise de conteúdo, para análise das respostas às questões abertas.

3.4 QUESTÕES ÉTICAS

No que concerne às questões éticas, foi solicitada autorização para realização do estudo numa primeira abordagem presencial com a diretora técnica, que comunicou com a

direção - Postos estes tramites em ação, foi formulada uma carta de apresentação e pedido de colaboração para o projeto de investigação (anexo 1). Foi também pedido o consentimento da participação do profissional da instituição no projeto de investigação (anexo 2) onde foram apresentados os objetivos e a finalidade do mesmo. Após a autorização para a realização do estudo, com a colaboração da diretora técnica, foram selecionados os idosos que não tivessem demência, que tivessem capacidade cognitiva e de comunicação verbal, pertencessem à freguesia de Alqueidão da Serra (critérios de inclusão pré-estabelecidos). Aos responsáveis e /ou familiares dos clientes selecionados foi deixado um questionário confidencial e reservado ao anonimato (anexo 3).

Aprovadas as participações, seguiu-se o trabalho de campo com os guiões das entrevistas.

3.5 PARTICIPANTES

Neste estudo, participaram quatro tipos diferentes de participantes: os clientes da IPSS, os familiares dos clientes, os profissionais que trabalham na Instituição e a diretora técnica da Instituição.

3.5.1 Clientes da IPSS

No que se refere aos clientes da IPSS, foi solicitada ajuda à diretora técnica a fim de se selecionarem as pessoas que cumprissem os critérios de inclusão no estudo, a saber: clientes a entrevistar tendo por base os nossos critérios de inclusão que passaram por entrevistar os clientes que não tivessem demência e que tivessem capacidade cognitiva e de comunicação verbal, e que pertencessem à freguesia de Alqueidão da Serra. Tratou-se, portanto, de uma amostra por conveniência. Quanto aos instrumentos aplicados, e tal como já foi referido anteriormente, foram realizadas entrevistas semiestruturadas e questionários.

Desta forma, foram entrevistados sete clientes em Centro de Dia e 16 clientes em SAD, o que deu um total de 23 pessoas, cuja caracterização é apresentada no quadro a seguir:

Quadro nº3: Caracterização dos clientes

Código do cliente	Idade	Sexo	Estado civil	Habilitações académicas	Profissão desempenhada antes da reforma	Local de residência	Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo
C1	63	Masculino	Divorciado	6º ano	Calceteiro	Alqueidão da Serra	8 anos
C2	88	Masculino	Casado	3º ano	Pedreiro	Alqueidão da Serra	6 anos
C3	81	Feminino	Solteira	4º ano	Empregada fabril	Alqueidão da Serra	4 anos
C4	88	Masculino	Viúvo	Sem habilitações	Agricultor	Casais dos Vales	4 anos
C5	57	Masculino	Casado	4º ano	Motorista de camiões	Porto de Mós	2 anos
C6	76	Masculino	Casado	4º ano	Canalizador	Alqueidão da Serra	2 anos
C7	40	Masculino	Solteiro	1º ano	Jardinagem	Alqueidão da Serra	8 anos
C8	82	Feminino	Casada	3º ano	Doméstica	Casais dos Vales	2 anos
C9	82	masculino	Casado	3º ano	Agricultor	Casais dos Vales	2 anos
C10	86	Masculino	Casado	4º ano	Agricultor	Casais dos Vales	4 anos
C11	79	Masculino	Casado	3º ano	Cantoneiro	Alqueidão da Serra	1 ano
C12	80	Feminino	Casada	3º ano	Empregada fabril	Alqueidão da Serra	1 ano
C13	89	Feminino	Viúva	1º ano	Empregada fabril	Alqueidão da Serra	1 ano
C14	88	Feminino	Viúva	3º ano	Empregada fabril	Alqueidão da Serra	2 anos
C15	87	Masculino	Casado	4º ano	Empregado fabril	Alqueidão da Serra	3 meses
C16	83	Feminino	Casada	3º ano	Agricultura	Alqueidão da Serra	5 anos
C17	64	Masculino	Solteiro	11º ano	Padeiro	Alqueidão da Serra	16 anos
C18	81	Feminino	Viúva	3º ano	Doméstica	Alqueidão da Serra	3 anos
C19	88	Feminino	Casado	1º ano	Empregada fabril	Alqueidão da Serra	1 ano
C20	85	Feminino	Viúva	Sem habilitações	Empregada fabril	Alqueidão da Serra	6 anos
C21	77	Feminino	Casada	4º ano	Doméstica	Alqueidão da Serra	13 anos

C22	84	Masculino	Casado	4º ano	Pintor de construção civil	Alqueidão da Serra	5 anos
C23	90	Feminino	Casado	Sem habilitações	Agricultora	Alqueidão da Serra	4 anos

Conforme figura no quadro nº3, a média de idades dos 23 participantes é de 79 anos, tendo o mais novo 40 anos e o mais velho 90 anos. Relativamente ao sexo, 11 são mulheres e 12 são do sexo masculino. Quanto ao estado civil, 14 são casados, cinco são viúvos, três são solteiros e um é divorciado. Relativamente às habilitações académicas, três têm o 1º ano, oito têm o terceiro ano, sete têm o 4º ano, um tem o 6º ano, um tem o 11º ano e três não têm quaisquer habilitações académicas. No que diz respeito às profissões desempenhadas antes da reforma, sete eram empregados fabris, cinco eram agricultores, três eram domésticas, um era calceteiro, um era canalizador, um era cantoneiro, um foi jardineiro, um foi motorista de camiões, um foi padeiro, um foi pedreiro e um foi pintor de construção civil. Quanto ao local de residência, 18 moram em Alqueidão da Serra, quatro moram em Casais dos Vales e um mora em Porto de Mós. Na última coluna temos a informação de há quanto tempo os idosos, são clientes da Casa do Povo. O mais recente é cliente há apenas três meses, quatro são clientes há um ano, cinco pessoas há dois anos, uma pessoa há três anos, quatro pessoas há quatro anos, duas pessoas há cinco anos, duas pessoas há seis anos, duas pessoas há oito anos e uma pessoa há 13 anos.

3.5.2 Familiares/representantes dos clientes

Quanto aos participantes familiares/representantes dos clientes temos um total de 15 participantes que preencheram os questionários. Do universo de 21 questionários, que contemplava a totalidade de clientes de Alqueidão da Serra a usufruir dos serviços da Casa do Povo, serão analisados 15, o que corresponde a uma percentagem de 71%, uma vez que três questionários foram mal preenchidos, isto é, a pessoa inquirida preencheu com os dados do familiar em vez de colocar os seus na área da caracterização. Esta situação aconteceu, uma vez que o investigador não estava ao pé da pessoa inquirida e a mesma faz uma interpretação incorreta do que estava escrito (ver anexo 3). Para além disso, três questionários não foram devolvidos. Assim sendo, no quadro abaixo é feita a

caracterização dos familiares/representantes dos idosos que responderam aos questionários.

Quadro nº 4: Caracterização dos familiares/ representantes dos idosos						
Código do participante	Idade	Sexo	Habilitações acadêmicas	Profissão	Grau de parentesco com o idoso	Reside próximo do familiar idoso
F1	47	Feminino	Licenciatura	Professora do ensino básico	Filha	Sim
F2	50	Feminino	Licenciatura	Contabilista certificado	Sobrinha	Sim
F3	57	Feminino	3º ciclo do ensino básico	Cabeleireira	Filha	Sim
F4	62	Feminino	Licenciatura	Professor	Filho	Sim
F5	59	Feminino	Ensino secundário	Gestora administrativa	Prima	Sim
F6	53	Feminino	Licenciatura	Educadora de infância	Filha	Sim
F7	67	Feminino	Licenciatura	Reformada	Irmã	Sim
F8	53	Feminino	Licenciatura	Educadora de infância	Filha	Não
F9	61	Masculino	Enfermeiro	Licenciatura	Filho	Não
F10	61	Feminino	2º ciclo do ensino básico	Doméstica	Sobrinha	Sim
F11	48	Masculino	3º ciclo do ensino básico	Adegueiro	Filho	Sim
F12	41	Feminino	Licenciatura	Gestora	Filha	Sim
F13	56	Feminino	2º ciclo do ensino básico	Empregada de limpeza	Vizinha	Sim
F14	65	Feminino	1º ciclo do ensino básico	Doméstica	Vizinha	Sim

F15	42	Feminino	3º ciclo do ensino básico	Empregada fabril	Filha	Sim
------------	----	----------	---------------------------	------------------	-------	-----

Na leitura do quadro nº 4, pudemos verificar que a média de idade das pessoas que detêm a responsabilidade do familiar idoso está nos 54,8 anos, maioritariamente são do sexo feminino (13 participantes) e apenas dois são do sexo masculino. No que se refere às habilitações académicas, oito são licenciados, três têm o 3º ciclo do ensino básico, duas apresentam o 2º ciclo do ensino básico, uma tem o primeiro ciclo do ensino básico e uma tem o ensino secundário. As profissões que desempenham são muito variadas, desde professores, domésticas, áreas de contabilidade e administração, cabeleireira, adagueiro, empregada de limpeza e fabril, e enfermagem. O grau de parentesco para com o idoso centra-se no filho/a (9), sobrinha (2), irmã (1) e prima (1), havendo, também, responsáveis sem nenhum grau de parentesco, sendo estes vizinhos (2). Relativamente ao local de residência, 13 dos responsáveis pelo idoso moram próximos dos mesmos e dois moram longe.

3.5.3 Funcionárias que trabalham na Instituição

Há data da investigação, 13 era o número de funcionárias a trabalhar na Instituição, e todas elas foram entrevistadas, apresentando-se de seguida a caracterização das mesmas, através do quadro nº 5:

Quadro nº 5: Caracterização das funcionárias da instituição					
Funcionárias	Idade	Sexo	Habilitações académicas	Anos que trabalha na instituição	Local de residência
P1	47	Feminino	9º ano	23	Alqueidão da Serra
P2	58	Feminino	5º ano	36	Alqueidão da Serra
P3	61	Feminino	6ª ano	19	Alqueidão da Serra
P4	30	Feminino	9º ano	2	Alqueidão da Serra
P5	58	Feminino	4º ano	20	Alqueidão da Serra
P6	43	Feminino	9º ano	3	Casais dos Vales

P7	62	Feminino	12º ano	35	Alqueidão da Serra
P8	52	Feminino	12º ano	27	Alqueidão da Serra
P9	56	Feminino	9º ano	24	Alqueidão da Serra
P10	59	Feminino	9º ano	15	Alqueidão da Serra
P11	47	Feminino	9º ano	14	Alqueidão da Serra
P12	48	Feminino	12º ano	26	Alqueidão da Serra
P13	57	Feminino	6º ano	3	Alqueidão da Serra

Conforme se pode ver acima, no quadro nº 5, as 13 funcionárias da instituição apresentam idades entre os 30 e os 65 anos, sendo que a média tem cerca de 52 anos de idade. São todas do sexo feminino e em termos de habilitações académicas, três têm o 12º ano, cinco têm o 9º ano, seis têm o 6º ano, uma tem o 5º ano e uma tem o 4º ano de escolaridade. Das funcionárias que trabalham nesta IPSS, a mais recente tem um ano de experiência e a mais antiga trabalha há 36 anos na instituição, sendo que a média trabalha há 19 anos nesta Casa do Povo de Alqueidão da Serra. Quanto ao local da sua residência 12 moram em Alqueidão da Serra e uma mora em Casais dos Vales.

3.5.4 Diretora técnica da Instituição

Também participou no estudo a diretora técnica da instituição, cuja caracterização é feita no quadro a seguir:

Quadro nº6: Caracterização da diretora técnica					
Diretora Técnica	Idade	Sexo	Habilitações académicas	Anos que trabalha na instituição	Local de residência
	48	Feminino	Licenciatura	22	Concelho de Alvaiázere

Conforme se pode verificar na tabela acima, a diretora técnica tem 48 anos, é do sexo feminino, detém o grau de licenciatura, trabalha há 22 anos na instituição e reside no concelho de Alvaiázere.

CAPÍTULO IV - APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DE RESULTADOS

O presente ponto tem como objetivo apresentar, interpretar e integrar a análise dos dados obtidos através dos instrumentos de recolha de dados utilizados, de forma a responder aos objetivos inicialmente definidos, procurando dar resposta à questão de partida: De que modo é que a Casa do Povo de Alqueidão da Serra contribui para a promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido da comunidade onde se insere?

Assim sendo, serão apresentados os dados recolhidos junto dos participantes, iniciando-se pela análise da entrevista à diretora técnica da instituição em estudo, seguindo-se a análise das entrevistas realizadas às restantes funcionárias da instituição. No momento seguinte, será apresentada a análise das entrevistas realizadas aos clientes da instituição, e por último, os dados obtidos dos questionários respondidos pelos familiares/ responsáveis pelos clientes da instituição.

4.1 ANÁLISE DA ENTREVISTA À DIRETORA TÉCNICA DA INSTITUIÇÃO

Neste ponto, é apresentada a grelha de análise temática (quadro nº 7), utilizada para realizar os dados recolhidos através da entrevista à diretora técnica. A grelha é constituída pelo tema, e pelas categorias e subcategorias, que emergiram mais frequentemente no discurso da entrevistada.

Quadro nº 7: Grelha de análise temática da entrevista da diretora técnica		
Tema	Categorias	Subcategorias
Promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido	O que está a ser feito pela instituição	Retoma da valorização do assunto
		Retoma de atividades em grupo
		Desenvolver atividades diferenciadas
		Articulação com os técnicos
		Reforço do apoio domiciliário
		Contratação de técnicos

	Propostas de Melhoria	Atividades de estimulação cognitiva e sensorial
		Atividades físicas
	Potencialidades da IPSS	Espaços físicos
		Relação próxima com a comunidade

Como podemos ler no quadro nº 7 quanto à temática da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido, **o trabalho que está a ser feito pela instituição** assenta na **retoma e valorização deste tema**, uma vez que se sentiu, com a questão da pandemia, que foram atendidas outras prioridades: “Estamos a retomar as atividades em grupo para permitir a interação entre eles. [...]”. Outro aspeto importante, e que emerge enquanto subcategoria, é a **retoma das atividades em grupo** para que os clientes possam voltar a encontrar-se, a conviver e a socializar, aspetos considerados de suma importância pela entrevistada. Para levar a cabo este objetivo aposta-se agora em **desenvolver atividades diferenciadas** “Aqui, vamos desenvolvendo atividades diferenciadas, a vários níveis: cognitivo, de estimulação, de grupo, as saídas, os trabalhos manuais. Vamos tentando fazer este tipo de atividades”, sendo fundamental a **articulação com os técnicos** “eu já recorri várias vezes aos técnicos”.

Ainda dentro da categoria o que está a ser feito pela instituição, os dados revelam também que, o **reforço do apoio domiciliário** é um elemento privilegiado, reforçando-se mesmo a ideia de “é um investimento que a instituição poderia fazer no futuro porque é importante”.

Em termos de **propostas de melhoria** para esta instituição, segundo a opinião da entrevistada, a **contratação de técnicos** seria uma mais valia “ falta um técnico de reabilitação para os SAD [...] e um animador”, enfatizando ainda a importância de se apostar mais em **atividades de estimulação cognitiva e sensorial** com “aulas de alfabetização [...] Ações que possam promover a manutenção física e depois a estimulação cognitiva, sensorial, mas trabalho muito individualizado”, sem deixar de parte as **atividades físicas**, que favorecem o bem-estar e o desenvolvimento dos clientes: “para manutenção da qualidade de vida e para a promoção de um envelhecimento mais bem-sucedido seria muito individualizado, para a manutenção e reabilitação psicológica e motora em ambos os serviços”.

No que se refere à categoria **potencialidades da IPSS**, emerge a subcategoria **espaços físicos**, revelando a entrevistada que a instituição dispõe de bons espaços e dos quais se poderia retirar mais partido, numa lógica de atualização e adequação dos mesmos às necessidades dos clientes, ficando no ar a ideia de “implementar salas de *snoezelen*”. Esta IPSS tem uma **relação muito próxima com a comunidade** local uma vez que aqui podem contar com um trabalho de aconselhamento e orientação perante as necessidades sentidas, “Hoje em dia, [...] as pessoas procuram-me aqui para aconselhamento, orientação e até encaminhamento, quer a nível de segurança social quer a nível de saúde, e em casos mais particulares e acho que isso é uma mais-valia” disponibilizando muitas vezes também, espaços físicos e bens móveis, o que faz dela uma mais-valia e uma forte potencialidade do meio onde se insere.

4.2 ANÁLISE DAS ENTREVISTAS REALIZADAS ÀS FUNCIONÁRIAS DA INSTITUIÇÃO

Apresentamos, neste ponto, os dados recolhidos através da aplicação da entrevista semiestruturada às funcionárias da instituição, partindo das temáticas que emergiram, transversalmente, nos discursos das participantes. Assim, serão colocados em relação os temas com as respetivas categorias e subcategorias, conforme apresentado no quadro a seguir.

Quadro nº 7: Grelha de análise da entrevista semiestruturada às funcionárias da instituição		
Tema	Categorias	Subcategorias
Trabalho desenvolvido pela Casa do Povo	O que está a ser feito pela instituição	Cuidados básicos
		Atividades de estimulação física
		Reforço de autonomia
		Saídas de campo
	Dificuldades sentidas	Desinteresse dos idosos
		Baixo número de utentes

		Poucas atividades de envolvimento social e cultural
	Serviços com maior valorização em SAD e Centro de Dia	Cuidados básicos
		Apoio na gestão doméstica
Propostas de melhoria	O que deveria ser feito	Mais presença e maior incentivo por parte da direção.
		Reforço da companhia
		Promover convívios intergeracionais
		Parcerias com as entidades e instituições de ensino locais
		Diversificar atividades para as diferentes faixas etárias
		Contratação de profissionais especializados
		Promover a presença da família
		Mais formação interna para os profissionais
Promoção do envelhecimento ativo	Comportamentos de promoção	Valorização do idoso
		Valorização da confraternização
		Valorização da sabedoria antiga

Conforme podemos verificar no quadro nº 7, quanto ao **trabalho desenvolvido pela Casa do Povo**, mais concretamente, à categoria **o que está a ser feito pela instituição**, nos discursos das funcionárias emergem as tarefas associadas aos **cuidados básicos**, “Nos SAD, vamos de manhã, damos o pequeno-almoço, fazemos as higiènes, damos as medicações e depois fazemos o levante, a diária, o banho, depois vamos ao almoço e há utentes em que vamos à tarde fazer mudas de fraldas” (P11). Para além deste tipo de cuidados, as funcionárias também admitem a existência de **atividades de estimulação física** “ginástica, dança de vez em quando” (P1). Os dados revelam ainda, que a instituição está a desenvolver atividades que promovam o **reforço da autonomia** dos idosos, tentando “que eles comam sozinhos, que eles se vistam sozinhos, que eles tomem banho sozinhos” (P8). A juntar a isto, a instituição ainda proporciona a estas pessoas idosas, **saídas de campo** “atividades banais [...] para mim atualmente serão

esses passeios que eles dão. As visitas locais à serra, ao moinho e atualmente é só [...] o serviço que fazemos ao sábado é inteiramente da responsabilidade da IPSS” (P7). Quanto à categoria das **dificuldades sentidas**, as entrevistadas reconhecem o **desinteresse dos idosos**, aliada ao **baixo número de utentes** como sendo uma das principais dificuldades para cativar e estimular os idosos a se envolverem em novas iniciativas “ As ações desempenhadas neste âmbito, são muito poucas [...] isto também tem muito a ver com o número de utentes que nós temos agora na instituição e o tipo de utentes, que não estão tão recetivos, a mobilidade é muito mais fraca [...] praticamente estão imobilizados [...] eles próprio não estão recetivos. Eles não querem” (P7). Os dados revelam também que existem **poucas atividades de desenvolvimento social e cultural** e, por isso, as entrevistadas sugerem “Mais atividades, mais cultura”. (P1).

Do trabalho desenvolvido pela instituição podemos verificar também quais são os **serviços com maior valorização em SAD e Centro de Dia**, surgindo com maior frequência os **cuidados básicos**, pois assegura-se-lhes essencialmente a alimentação, a higiene e a limpeza “ têm as refeições, vão buscá-los a casa, se precisarem de compras também as fazem, de ir à farmácia, de se ocuparem pela medicação e acho que isso é uma boa coisa para eles ” (P4); “É a higiene deles, os banhos diários, a nível de medicação [...] a alimentação” (P6). O **apoio na gestão doméstica** é outra subcategoria a emergir da análise dos dados, pois é reconhecido pelas entrevistadas que o apoio na vida do dia-a-dia também é amplamente assegurado pelos serviços prestados pelas funcionárias “ quando eles pedem para lhes comprarmos coisas do supermercado, da farmácia [...] as vezes recorrem mais a nós do que aos próprios familiares [...] os que têm autonomia gerem o seu próprio dinheiro [...] nós é que temos que dizer à família o que se está a passar com o idoso uma vez que lidamos com eles todos os dias” (P10).

Segundo os dados recolhidos, dentro do tema **propostas de melhoria**, as entrevistadas sugerem **o que deveria ser feito**. Com maior frequência admitem que deveria haver **mais presença e maior incentivo por parte da direção** “Neste momento não temos grande apoio dessa parte (dos superiores) acho que devia haver mais apoio da direção, não vimos incentivo da parte deles”. (P11). Em segunda instância referem o **reforçar da companhia aos clientes** “eles precisavam todo o dia da nossa companhia”. (P11); “acho

que eles deveriam ser mais integrados [...] faz-lhes falta eles estarem juntos, uma companhia, ir lá alguém falar com eles, sem ser eu [...] falta companhia, falta autoestima a estas pessoas” (P8). A **promoção de convívios intergeracionais** também é identificada enquanto proposta a ser realizada “juntar as famílias com os idosos e proporcionar um almoço convívio e convidarem pessoas de fora” (P4) e “criar interações que possam juntá-los [...] quando a comunidade os envolve, dá bom resultado” (P7). Frisaram a importância de se fortalecer as **parcerias com as entidades e instituições de ensino locais** “temos que nos preparar para ir às escolas, temos que dar alguma coisa e mostrar alguma coisa [...] Um baile, uma festa, as crianças virem fazer-lhes uma visita” (P8). Para além disso, as participantes frisaram a importância de se **diversificar atividades para as diferentes faixas etárias** “é preciso criar outro tipo de atividade que possa envolver estas faixas etárias tão diferentes (75-90anos) [...] alguns jogos tradicionais” (P7). Para que todas estas atividades e iniciativas possam ser desenvolvidas, as entrevistadas salientam a importância de se apostar na **contratação de profissionais especializados** “um professor de ginástica [...] e era uma animadora” (P3). Ainda dentro da temática o que deveria ser feito pela instituição, as funcionárias sugerem, **promover a presença da família** “acho que eles poderiam receber mais visitas dos netos” (P6) e por último apostar-se em **mais formação interna para os profissionais** “também esta falta de formação que nós temos em lidar com estas novas situações, com estas novas doenças que vão aparecendo. [...] isto está tudo a ficar deprimido [...] falo de pessoas com pouco mais de 60 anos (P.8).

A última temática a emergir da análise dos dados é **promoção do envelhecimento ativo**, decorrendo desta a categoria **comportamentos de promoção**. Relativamente aos comportamentos de promoção do envelhecimento ativo, os dados revelam que emerge como primeira subcategoria a **valorização do idoso** “É uma etapa da vida que é um bocado triste e com limitações e tornar isso o menos doloroso e mais divertido é um bem essencial para eles” (P2), para além disso a **valorização da confraternização**, de estarem uns com os outros e de socializarem “Sim [...] porque provavelmente ajuda-os a passar melhor o tempo, com mais qualidade [...] pô-los a falar é muito importante [...] e para isso também é preciso ter muita habilidade e saber” (P7). Por fim emerge a **valorização da sabedoria antiga**, numa ótica de valorização dos saberes e dos

conhecimentos dos idosos “É importante, primeiro que nada porque o que está cá hoje foram eles que contruíram, há um legado, há uma herança e agente esquece-se disso. Eles são a história e nós vamos acrescentando os capítulos para a frente [...] temos que valorizar o que eles sabem [...]” (P9).

4.3 ANÁLISE DAS ENTREVISTAS REALIZADAS AOS CLIENTES DA INSTITUIÇÃO

Partindo da análise de conteúdo que utilizamos para organizar e tratar o conjunto de informações recolhidas nas entrevistas aos clientes da instituição, apresentamos, de seguida, os dados através da grelha de análise temática, apresentada no quadro 8.

Quadro nº 8: Grelha de análise das entrevistas realizadas aos clientes da instituição		
Tema	Categorias	Subcategorias
Satisfação com os serviços prestados pela instituição.	O que é mais valorizado nos cuidados básicos.	A alimentação
		A limpeza da casa
		A higiene pessoal
	Importância dos serviços prestados	Satisfação com os serviços no geral
		Satisfação com a companhia diária que lhes é prestada.
	Propostas de melhoria dos serviços prestados	Mais assistência à habitação
		Melhoria do cardápio alimentar
		Mais atividades de estimulação física
		Mais passeios
		Mais convívios

Os dados recolhidos no quadro acima permitiram-nos perceber a opinião dos idosos relativamente à sua **satisfação com os serviços prestados pela instituição**. Assim, emerge a primeira categoria que diz respeito ao que **é mais valorizado nos cuidados básicos**, cuja análise permite perceber que os entrevistados valorizam os serviços associados à **alimentação** “Elas vêm trazer comer de manhã, vêm ao almoço e trazem o almoço e jantar. [...] Gosto da alimentação, elas servem muito bem” (C15), seguida da

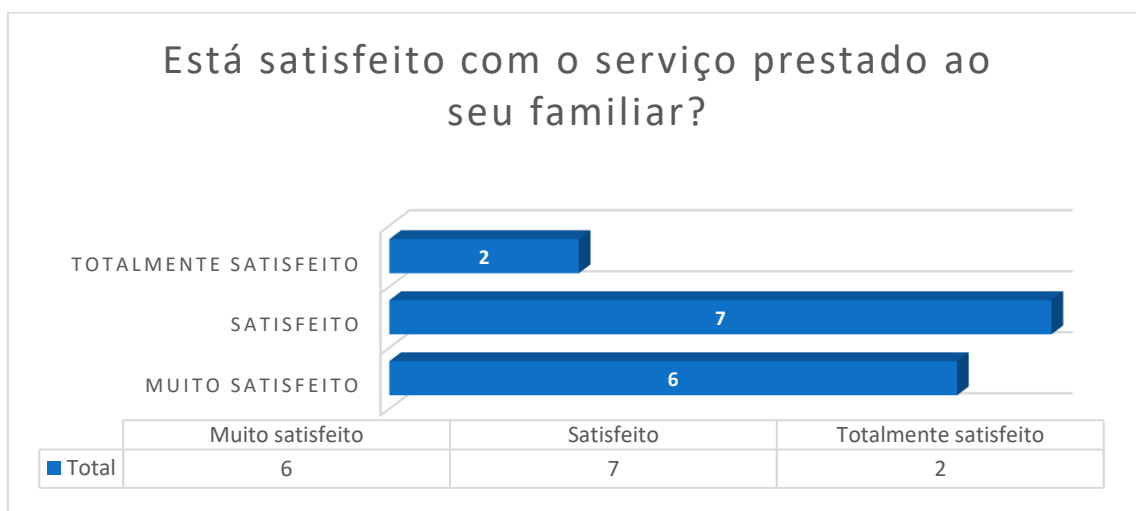
limpeza da casa “Elas vêm cá à quarta-feira, uma dá-me banho e outra limpa um pouco o chão da casa e lavam a louça do pequeno-almoço”. (C18) e a **higiene pessoal** “ao fim-de-semana vêm dar banho à minha senhora e vêm todos os dias lavá-la.”. (C15). Quanto à categoria sobre a **importância dos serviços prestados** vimos espelhada, no quadro acima, a **satisfação com os serviços no geral**: “Para mim têm sido bons. Porque estou aqui, tenho o comer a horas, como, vou para casa, levo a sopinha, como-a à noite e deito-me descansadinha”. (C3); “lavam-me os lençóis e trazem-me a comida e isso é importante [...] as pessoas que estão desta idade deviam de ir para lá ou fazer como eu, virem ao domicílio [...] eu até gostava que o meu marido fosse para o centro de dia”. (C21); e também a **satisfação com a companhia diária que lhes é prestada** “Sinto-me bem porque estava cá sozinha e assim vêm cá. Tenho cá companhia, e fazem-me tudo”. (C14). Os entrevistados deixaram também algumas **propostas de melhoria** tais como: **mais assistência à habitação** “gostava que fizessem mais coisas [...] e viessem numa hora mais apropriada para mim [...] quando começaram faziam-me mais coisas e agora já não fazem”. (C23), **melhoria do cardápio alimentar** “O comer umas vezes é melhor, umas vezes é pior, às vezes não tem bom sabor [...] mas não é sempre”. (C19); “A sopa é muito líquida. Podia ser mais grossa. (C8), **mais atividades de estimulação física** “Por um lado, é bom estar aqui, mas só é pena eu não ter coisas para fazer. Estou ali assentado, durmo, vejo televisão. Uma ginástica”. (C5), referem ainda a importância de se fazerem **mais passeios** “devíamos dar mais uns passeios, porque nós dantes passeávamos mais um bocadinho e éramos mais felizes. Antes do covid íamos a muitos lados passear, a Tomar, à praia”. (C2) e **mais convívios** “O que me faz falta é companhia para falar”. (C4).

4.4 ANÁLISE DOS QUESTIONÁRIOS AOS FAMILIARES/RESPONSÁVEIS PELOS CLIENTES

Neste ponto serão apresentados os dados recolhidos através do inquérito por questionário. O questionário era constituído por uma pergunta fechada que foi tratada estatisticamente e por duas questões de resposta aberta cujas informações foram

analisadas através da técnica de análise de conteúdo, através da grelha temática apresentada no quadro 9.

Assim, como resposta à questão fechada “*Está satisfeito com os serviços prestados pela Casa do Povo ao seu familiar*” os dados recolhidos evidenciaram o seguinte:



Conforme se pode verificar no gráfico apresentado, dois dos familiares/ representantes dos idosos, estão totalmente satisfeitos com os serviços, sete estão satisfeitos e seis estão totalmente satisfeitos, com os serviços prestados pela Casa do Povo ao seu familiar.

Passaremos, agora a apresentar a grelha de análise temática, apresentada de seguida no quadro 9, e que foi utilizada para analisar os dados decorrentes das questões abertas.

Quadro nº 9: Grelha de análise dos questionários aos familiares/responsáveis pelos clientes

Tema	Categorias	Subcategorias
Importância dos serviços prestados ao cliente	Satisfação com os serviços prestados	Serviços básicos assegurados
		Companhia e apoio
		Descanso dos responsáveis/cuidadores
Propostas de Melhoria	Amplificar os serviços de apoio	Diversificar as atividades ocupacionais
		Diversificar o tipo de assistência em SAD
		Proporcionar mais encontros

		Reforçar o serviço de limpeza
		Ementas mais equilibradas

Da análise das questões abertas, emergem dois temas: **importância dos serviços prestados ao cliente** e **propostas de melhoria**. No que se refere ao primeiro tema, salienta-se a categoria **satisfação com os serviços prestados**, da qual emergiram três subcategorias: na primeira é evidenciada a importância atribuída aos **serviços básicos**: “São fundamentais, porque funcionam como parceria no apoio a nível da alimentação, higiene pessoal e do espaço de habitação, sobretudo nos momentos em que a família está a desenvolver a sua atividade profissional.” (F6); de seguida, e como segunda subcategoria surge a satisfação com a **companhia e o apoio** “há um acompanhamento permanente e de proximidade.” (F2) e por fim é destacada a importância dos serviços prestados para o **descanso dos responsáveis /cuidadores**: “É uma mais-valia.” (F7); “É um bom acompanhamento. Estão seguros. É uma tranquilidade para os familiares.” (F10).

No que se refere ao segundo tema, **propostas de melhoria** os inquiridos sugerem a possibilidade de se **amplificarem os serviços de apoio**, nomeadamente, **diversificando as atividades ocupacionais**: “serem mais acompanhados por movimentos organizados. Terem mais presença e maior assistência.” (F14); “estimulação para aumentar a sua atividade/envelhecimento ativo.” (F13), **diversificando o tipo de assistência em SAD**: “Dois banhos por semana.” (F10); “Serviços de ambulatório, mais presença a pessoas dependentes.” (F9), **proporcionarem mais encontros**: “Atividades de convívio entre a comunidade e utentes.” (F2); “Levarem o idoso mais vezes ao centro de dia para conviver” (F13), **reforçarem o serviço de limpeza**: “Mais limpeza da casa.” (F10); “Limpeza mais profunda da casa.” (F14), e por último privilegiaram a importância de **ementas mais equilibradas**: “Ementas mais equilibradas.” (F1); “Mais comida para o fim-de-semana e comida mais variada” (F14).

Depois de apresentados e analisados os dados recolhidos através dos instrumentos de recolha de dados, passamos ao capítulo das conclusões onde serão respondidos os objetivos e questões de investigação.

CONCLUSÕES

Este trabalho teve como linha de força a ideia de que vivemos num país envelhecido onde as respostas sociais, nomeadamente as do terceiro setor, designadamente, as IPSS, se assumem como um elemento fulcral na estratégia do apoio à velhice e ao desenvolvimento da população idosa, numa lógica de promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido.

Para Baltes e Carstensen (1996, p. 285) não há um só caminho para o envelhecimento bem-sucedido. Este implica fatores como: a personalidade do indivíduo, o contexto sociocultural e as relações familiares. Apresentam-nos, por isso, dois processos relacionados: 1º- A capacidade global de adaptação às perdas que ocorrem na velhice e 2º- o envelhecimento bem-sucedido pode ser atingido através de escolhas de estilos de vida que satisfaçam o objetivo de manutenção da integridade física e mental.

Neste quadro, também a aprendizagem contínua e a participação sociocultural podem ter um papel de relevo, nomeadamente no auxílio a retardar o surgimento dos primeiros sintomas de demência e a evitar o declínio cognitivo associado à terceira idade, estando muito associado ao facto de as pessoas idosas desempenharem um papel ativo na sociedade. O desenvolvimento de competências de cidadania é igualmente importante para a participação democrática ao longo da vida (ENEAS, 2017).

A Casa do Povo de Alqueidão da Serra é uma IPSS com grande importância na comunidade onde se insere, pois, como vimos nos dados recolhidos, esta é uma resposta social indispensável para a maioria das pessoas idosas a usufruírem dos seus serviços.

Passaremos, agora, a apresentar a resposta aos objetivos de investigação que foram elencados a partir da questão de investigação:

Em relação ao objetivo 1, **mapear o trabalho desenvolvido pela Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido a nível comunitário**, este foi respondido através da entrevista à diretora técnica em que se percebe que já existe por parte da instituição uma preocupação com as questões do envelhecimento ativo e bem-sucedido e que, pós pandemia, se prevê a retoma e um aumento da valorização do assunto, assente no incremento das atividades deste domínio, nomeadamente as que

são desenvolvidas em grupo. Continuarão a desenvolver atividades diferenciadas, privilegiando a articulação possível com os técnicos, tendo ainda como objetivo o reforço do apoio domiciliário.

Já os resultados obtidos das entrevistas às funcionárias, estas, revelam que o trabalho que têm desenvolvido neste âmbito passa, em primeiro lugar, por assegurar os cuidados básicos (alimentação higiene e limpeza), de seguida, as atividades de estimulação física com os clientes, de forma a reforçarem a sua autonomia e algumas saídas de campo para promover convívios entre pares.

Vemos aqui, que o trabalho desenvolvido pela instituição cumpre com os requisitos de assegurar os cuidados básicos, tão bem frisados na Portaria nº 38/2013 de 30 de janeiro, 2013, que atribui aos SAD a imensa importância de assegurar refeições quentes, cuidados básicos de higiene, e alguma manutenção no domicílio. Reforçam esta dimensão, as palavras de Delgado et al. (2014), que afirma, que assistimos a um grande aumento do número de idosos que recorre aos diferentes serviços de prestação de cuidados de saúde. O trabalho desenvolvido na instituição tem ainda em linha de conta a estimulação da autonomia e a promoção de algum convívio entre os clientes indo ao encontro do defendido pela United Nations (2015), designadamente no 3º objetivo dos ODS: “assegurar vidas saudáveis e promover o bem-estar para todos, em qualquer idade”, traduzindo-se esta aposta da Casa do Povo numa mais-valia.

Quanto ao objetivo 2, que pretendia **conhecer as propostas de melhoria dos clientes e seus familiares no que se refere ao envelhecimento ativo e bem-sucedido** podemos verificar que as respostas dos clientes, revelaram a vontade de uma maior assistência à habitação, seguida de uma melhoria do cardápio alimentar. Referem ainda a importância de mais atividades de estimulação física, principalmente com mais passeios e mais convívios. Quanto aos questionários aos seus familiares, estes privilegiaram como propostas de melhoria a amplificação dos serviços de apoio nomeadamente com mais diversidade de atividades ocupacionais. Para além disso, sugerem, diversificar o tipo de assistência em SAD, referindo também que a instituição poderia proporcionar mais encontros, poderia reforçar o serviço de limpeza em casa e equilibrar mais as ementas. Estes resultados apontam para a necessidade de se apostar num reforço ao nível da assistência, mais atividades ocupacionais e de estimulação física, numa maior variedade

do menu da alimentação, indo ao encontro do defendido no Guia dos Direitos das Pessoas Idosas (2010) verificado onde se identifica como uma boa prática, o direito de satisfazer as necessidades básicas, promover a animação e ajudar a manter as pessoas idosas no seu meio social e familiar. A este propósito também Heinze (2012) defende que, para além da importância de se desenvolver os serviços de apoio domiciliários, ao mesmo tempo também se devem efetuar reajustamentos nos Centros de Dia com incidência no domínio da saúde.

No que se refere ao objetivo 3, que passava por **identificar as representações dos profissionais da instituição relativamente ao papel da Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido a nível comunitário**, as respostas obtidas vão incidir, em primeira instância, nas dificuldades sentidas por estes profissionais no que se refere ao seu papel neste domínio. Assim, apontam como entraves à sua prestação, o desinteresse dos idosos e o baixo número de utentes, aliado a poucas atividades de envolvimento social e cultural. No entanto, e na sua opinião, os serviços que mais são valorizados nas duas respostas sociais (SAD e Centro de Dia) no que se refere à promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido, são os serviços de cuidados básicos e o serviço de apoio na gestão doméstica.

Dentro daquilo que é a promoção do envelhecimento ativo, as entrevistadas privilegiaram três comportamentos de promoção, sendo eles: a valorização do idoso, a valorização da confraternização e a valorização da sabedoria antiga; o que vai ao encontro ao que defende Kegen (1982) que diz que uma das formas de transferir toda a experiência dos mais velhos, para as novas gerações, acontece essencialmente pela cultura oral entre gerações, para isso, deseja-se que os idosos continuem sempre que possível a manter uma participação social e ativa, salvaguardando sempre o seu direito de bem envelhecer.

Conseguimos perceber, pelas representações dos profissionais, que nem sempre é fácil motivar e encorajar os idosos a fazerem atividades diferentes, a interessarem-se nesta fase da vida a se manterem ativos e despertos, apesar dos esforços feitos com esse intuito; o que nos leva a pensar, se ao longo da sua vida, estes idosos tiveram a preocupação de construção de um envelhecimento ativo, ou se alguém os estimulou para desenvolverem uma postura de aprendizagem contínua que, conforme explica a

ENEAS (ENEAS, 2017), pode ter um papel de relevo, nomeadamente, no auxílio a retardar o surgimento dos primeiros sintomas de demência e a evitar o declínio cognitivo associado à terceira idade. Neste domínio, convém que todos, instituições, organizações e sociedade em geral, fiquem atentos neste quesito, de modo que todos tenham consciência de que os processos de envelhecimento ativo e bem-sucedido se vão construindo ao longo de toda a vida, independentemente da idade que se tenha, pois, o desenvolvimento de competências de cidadania é importante para a participação democrática ao longo da vida.

Importa, agora, saber a respeito do objetivo 4 o que é que os entrevistados **identificaram como propostas de melhoria a serem realizadas pela Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido a nível comunitário**. Assim, e no que se refere à diretora técnica, esta frisa a importância da contratação de técnicos especializado, para além do aumento do número e da diversidade das atividades de estimulação cognitiva e sensorial e ainda as atividades físicas. Relativamente às funcionárias, as ideias que mais se destacam prendem-se com: mais presença e maior incentivo por parte da direção, o reforço da companhia aos clientes, trabalhar no sentido de promover convívios intergeracionais e parcerias com as entidades e instituições de ensino locais. Atribuíram importância também ao facto de se diversificarem as atividades para as diferentes faixas etárias, a importância de contratação de profissionais especializados, da promoção da presença da família e mais formação interna para elas próprias, para estarem atualizados e saberem lidar com as diferentes fases e situações de vida dos clientes. Estas dimensões também são contempladas por Cabral et al., (2013) quando nos dizem que a família, a comunidade e a sociedade têm um forte impacto na forma como se envelhece. Corroboram com este posicionamento Carneiro et al. (2012), quando nos elucidam que

Uma vertente importante do envelhecimento é a evolução da família que, tradicionalmente, tem sido o locus de interajuda intergeracional, de facto, a família é uma célula fundamental, enquanto lugar privilegiado de trocas intergeracionais, onde se encontram, se interajudam e complementam.

(Carneiro et al., 2012, p. 33)

Segundo os dados apurados no presente estudo, emerge a ideia de que a Instituição tem de repensar as suas atividades e intervenções no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido, de modo a que os clientes e a comunidade onde esta se insere, sejam mais estimulados e se sintam mais envolvidos, por forma a conferir a estas pessoas um estilo de vida mais integrado e com maior intencionalidade, privilegiando sempre a sua heterogeneidade e utilizando-se para tal, como arroga Stohr (1980), o paradigma territorialista que defende um modelo de intervenção “de baixo para cima”, onde as pessoas são os agentes essenciais da mudança e para tal devem ser ouvidas e envolvidas no planeamento e na ação para alcançar os seus desejos e pertenças.

Tínhamos como 5º e último objetivo de investigação – **apresentar práticas que potenciem a promoção do envelhecimento ativo**. Com base nos dados recolhidos ao longo desta investigação e tendo como pressuposto a importância desta problemática, espelhada na Resolução da Assembleia da República 61/2012 (2012), aprovada em 5 de Abril, em que se recomenda ao governo, nomeadamente no artigo 4, que se valorize o envelhecimento ativo, nomeadamente com o voluntariado sénior, potenciando o relacionamento intergeracional através da troca de experiências, da passagem de testemunho cultural e assegurando um combate efetivo ao isolamento da pessoa idosa e favorecendo a sua saúde física e mental, acreditamos estar agora em condições de apresentar algumas práticas, com base na recolha de dados efetuada.

Face ao exposto, apresentamos cinco tipos distintos de práticas/ atividades cujo objetivo geral se centra em promover o envelhecimento ativo e bem-sucedido dos clientes da instituição, num amplo envolvimento com a comunidade externa, familiares e funcionários da instituição: Atividades ocupacionais, convívios, atividades de estimulação sensorial e cognitiva, valorização do idoso e dos seus saberes, com o objetivo de incrementar o convívio entre os idosos, bem como um maior relacionamento entre eles e a comunidade externa. A planificação completa desta proposta encontra-se no anexo 6.1.

Pensamos também numa proposta que incluísse a limpeza da habitação e o combate à solidão, de forma que os voluntários, previamente selecionados, pudessem conhecer melhor a sua realidade local (inclusive mapeá-la), e também proporcionar ajuda aos que

estão mais sós, incapacitados ou limitados temporariamente, por meio da companhia e do afeto, juntamente com um afazer de limpeza há habitação, que tanto foi pedida pelos idosos clientes desta IPSS que passam muito tempo sozinhos, sem estímulos e interações. A planificação completa desta proposta encontra-se no anexo 6.2.

Apostar-se na contratação especializada de profissionais, para melhor entrevir em SAD e Centro de Dia, recorrendo-se a técnicos de reabilitação física para apoiar, sobretudo, os clientes que têm mobilidade reduzida. Propõe-se um investimento na formação contínua das funcionárias por meio de formações, palestras e debates sobre temas que as capacitem a saberem servir e lidar com as novas situações e problemáticas que vão surgindo no dia-a-dia de trabalho com os idosos. A planificação completa desta proposta encontra-se no anexo 6.3.

Espera-se poder envolver os idosos e promover convívios intergeracionais e maior presença da sua família e amigos por meio de festas e propostas a gosto, que sejam viáveis à instituição. Procurar-se-á também envolver as crianças e jovens, para que desse modo se possam passar testemunho que se replique de geração em geração. A planificação completa desta proposta encontra-se no anexo 6.4.

Crê-se na possibilidade de encontrar parcerias com as entidades e instituições de ensino locais, para que se envolvam os idosos nas iniciativas escolares, criando para isso programas e protocolos com as mesmas e também com outras instituições locais que, manifestem interesse na troca de experiências e saberes do antigamente. Pretendendo-se dialogar sobre desejos, e expectativas em relação ao presente e medidas para o futuro, numa lógica de dar e receber. A planificação completa desta proposta encontra-se no anexo 6.5.

Quanto às limitações sentidas na realização do estudo, destacamos que, por ser um estudo de caso, e tendo em conta a gestão do tempo, não foram ouvidas as opiniões de todos os clientes da Instituição, nem dos seus respetivos familiares/ representantes, pelo que, se optou por compreender critérios de inclusão, que fizessem sentido para a investigação e recolhessem a devida aprovação da diretora técnica, e a partir daí decorrer todo o estudo. Neste seguimento e em jeito de proposta para estudos futuros, seria profícuo aprofundar este estudo, recolhendo perceções da própria comunidade e das entidades em condições de serem parceiras, no sentido de os incluir e

responsabilizar nas diversas iniciativas que poderiam ser realizadas na área do envelhecimento ativo, ou seja, dar-lhes voz e perceber o que gostariam de ver concretizado, e até onde é que estariam dispostos a fazer-se presentes, nestas ações.

.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agahi, N., & Parker, M. G. (2005). Are today's older people more active than their predecessors? Participation in leisure-time activities in Sweden in 1992 and 2002. *Ageing and Society*, 25(6), 925–941. <https://doi.org/DOI:10.1017/S0144686X05004058>
- Agahi, N., Silverstein, M., & Parker, M. G. (2011). Late-life and earlier participation in leisure activities: their importance for survival among older persons. *Activities, Adaptation & Aging*, 35(3), 210–222.
- Ander-Egg, E. (1980). *Metodologia y practica del desarrollo de la comunidad* (Unieurop, Ed.; 10ª).
- Baltes, M. M., & Carstensen, L. L. (1996). The Process of Successful Ageing. *Ageing & Society*, 16(4), 397–422. <https://doi.org/10.1017/S0144686X00003603>
- Baltes, P. B., Cornelius, S. W., Spiro, A., Nesselroade, J. R., & Willis, S. L. (1980). Integration versus differentiation of fluid/crystallized intelligence in old age. *Developmental Psychology*, 16(6), 625.
- Bardin, L. (1977). *Análise de conteúdo* (L. Edições 70, Ed.; Lisboa).
- Bardin, L. (2004). *Análise de conteúdo* (Edições 70, Ed.; 3ª). https://scholar.google.com/scholar?q=Bardin%2C+L.+%282004%29.+Análise+de+conteúdo&hl=pt-PT&as_sdt=2007&as_ylo=2002&as_yhi=2004
- Barros, R. (2020). Educação Permanente e Intergeracionalidade: O Papel Transformador dos Projetos de Animação. *SER Social*, 22(46), 171–190. https://doi.org/10.26512/ser_social.v22i46.22050
- Bell, J. (2004). *Como realizar um projeto de investigação: Vol. 3º* (Gradiva, Ed.; Lisboa). https://scholar.google.com/scholar?hl=pt-PT&as_sdt=2007&q=Bell%2C+Judth+%282004+%29.+Como+realizar+um+projeto+de+investigação+%283ª+edição%29.+Lisboa%3A+Gradiva.+&btnG=

- Birren, J. E., & Cunningham, W. R. (1985). Research on the psychology of aging: Principles, concepts and theory. In *Handbook of the psychology of aging, 2nd ed.* (pp. 3–34). Van Nostrand Reinhold Co.
- Bloom, D. E., Chatterji, S., Kowal, P., Lloyd-Sherlock, P., Mckee, M., Rechel, B., Rosenberg, L., & Smith, J. P. (2015). Ageing 5 Macroeconomic implications of population ageing and selected policy responses. *The Lancet*, *385*, 649–657. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)61464-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)61464-1)
- Cabral, M. V., Ferreira, P. M., Silva, P. A. da, Jerónimo, P., & Marques, T. (2013). *Processos de Envelhecimento em Portugal*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Carmo, H. (1998). *O Desenvolvimento comunitário no dobrar do Século* (ISCSP). coord., Política Social 1998.
- Carmo, H Ferreira, M. M. (2008). *Metodologia da Investigação Guia para Auto-Aprendizagem* (Universidade Aberta, Ed.; 2ª). https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/39595889/MIC-Carmo_e_Ferreira-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1645202346&Signature=SfJf5leV-PbPsPdvKLzOn2swq9ykl5JwwF5tBTiCo-kXaEjZqczP5mtho-TObwugOBAsAn0xQRsbniAYou0bZfAdTFX3wmgWIAaQm5aZ8LsCxqBFGUdKIG0d9bAf58Xp0qQCZyY
- Carneiro, R. (Coordenação), Chau, F., Soares, C., Fialho, J. A. S., & Sacadura, M. J. (2012). *O Envelhecimento da População: Dependência, Ativação e Qualidade*.
- Cerqueira, M. de M., & Sousa, L. X. M. de. (2010). *Imagens do envelhecimento e da velhice: um estudo na população portuguesa*. <http://hdl.handle.net/10773/6477>
- Chatzitheochari, S., & Arber, S. (2011). Identifying the third agers: An analysis of British retirees' leisure pursuits. *Sociological Research Online*, *16*(4), 44–55.
- CNIS. (2018). *No Title*. www.solidariedade.pt/site/detalhe/13430

- Comissão Europeia. (2010). *Estratégia para um crescimento inteligente, sustentável e inclusivo*. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PT/TXT/PDF/?uri=CELEX:52010DC2020&qid=1645043199921&from=PT>
- Cook Reichardt. (1986). *Métodos cualitativos y cuantitativos en investigación evaluativa*.
- Costa, P., Yang, P., McCrae, R. (1998). *Aging and personality traits: Generalizations and clinical Implications* (Clinical geropsychology, Ed.; Nordhus, G, p. 33).
- Damásio, A. (2018). *A Estranha Ordem das Coisas* (1ª). Círculo de Leitores.
- Delgado, P., Correia, F., Martins, T., & Azevedo, S. (2014). A educação social em Portugal: novos desafios para a identidade profissional. *Interfaces Científicas-Educação*, 3(1), 113–124.
- Departamento de Desenvolvimento Social. (2010). *Queremos falar-lhe dos Direitos das Pessoas Idosas*. Instituto da Segurança Social. https://www.seg-social.pt/documents/10152/13328/queremos_falar_lhe_direitos_pessoas_idosas/de20cf31-e2fd-44fc-b266-97b06c80b886/de20cf31-e2fd-44fc-b266-97b06c80b886%0A
- DRE. (2005). *CONSTITUIÇÃO DA REPÚBLICA PORTUGUESA*. <https://dre.pt/dre/legislacao-consolidada/decreto-aprovacao-constituicao/1976-34520775-49472575>
- Dubar, C. (1997). A socialização: construção das identidades profissionais. *Botelho e Estela Pinto Ribeiro Lamas. 2ed. Portugal: [Se]*.
- ENEAS, Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável - 2017-2025 52 (2017). <https://www.sns.gov.pt/wp-content/uploads/2017/07/ENEAS.pdf>
- Fernandez-Ballesteros, R. (2009). *Envejecimiento activo: contribuciones de la psicología* (Piramide, Ed.).

- Fonseca, A. M. G. da. (2004). *Uma Abordagem psicológica da “passagem à reforma”:
Desenvolvimento, envelhecimento, transição e adaptação*. <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/9776>
- Freguesia de Alqueidão da Serra. (n.d.). *Caracterização - Freguesia de Alqueidão da Serra*. Retrieved February 1, 2022, from <http://www.jf-alqserra.com/index.php?page=caracterizacao>
- Gonçalves, D., Martín, I., Guedes, J., Cabral-Pinto, F., & Fonseca, A. M. (2006). Promoção da qualidade de vida dos idosos portugueses através da continuidade de tarefas produtivas. *Psicologia, Saúde e Doenças*, 7(1), 137–143.
- Guedes, J. (2008). Desafios Identitários Associados ao Internamento em Lar. *Identidades, Valores e Modos de Vida*, 12.
- Hazzard, W. R. (1990). *Principles of geriatric medicine and gerontology* (Second Edi). McGraw-Hill Companies.
https://archive.org/details/principlesofgeri0000unse_p4g4/page/n7/mode/2up
- INE. (2021). *Plataforma de divulgação dos Censos 2021 – Resultados Provisórios*.
https://www.ine.pt/scripts/db_censos_2021.html
- Junges, J. R. (2006). *Bioética: hermenêutica e casuística*. Edições Loyola.
- Kegan, R. (1982). *The evolving self* (Library of Congress Cataloging in Publication Data, Ed.). Problem and process in human development.
<https://archive.org/details/evolvingselfprob00kega/mode/2up?view=theater>
- Leininger, M. M. (1988). Leininger’s theory of nursing: Cultural care diversity and universality. *Nursing Science Quarterly*, 1(4), 152–160.
- Margoshes, P. (1995). For many, old age is the prime of life. In *APA Monitor* (Monitor on, Vol. 26, Issue 5).

- Miranda, R. J. P. (2009). *Qual a relação entre o pensamento crítico e a aprendizagem de conteúdos de ciências por via experimental? : um estudo no 1ºCiclo* [Lisboa].
<http://hdl.handle.net/10451/5489>
- Modesto, P. (2016). *A Lei 13.019 e as Transformações das Parcerias Público-Sociais*.
Direito Do Estado. <http://www.direitodoestado.com.br/colunistas/paulo-modesto/a-lei-13019-e-as-transformacoes-das-parcerias-publico-sociais>
- Nações Unidas. (2022). *Declaração Universal dos Direitos Humanos*.
<https://unric.org/pt/declaracao-universal-dos-direitos-humanos>
- Nunes, B. (2008). Envelhecer com saúde. Guia para melhorar a sua saúde física e psíquica. In *Lousã. Lidel*.
- Oliveira, G. C. S. de. (2018). *A relação de parceria entre Estado e Terceiro Setor*.
- OMS. (2016). *69ª ASAMBLEA MUNDIAL DE LA SALUD* (Organização Mundial de Saúde, Ed.; Issue A69/17).
- Paillard-Borg, S., Wang, H.-X., Winblad, B., & Fratiglioni, L. (2009). Pattern of participation in leisure activities among older people in relation to their health conditions and contextual factors: a survey in a Swedish urban area. *Ageing and Society*, 29(5), 803–821. <https://doi.org/DOI: 10.1017/S0144686X08008337>
- Pinto, H. G. C. (2008). *Satisfação de Idosos Institucionalizados em Lar Lucrativo e Idosos a Usufruírem da Prestação de Apoio Domiciliário - Uma Abordagem Comparativa*.
- Portaria n.º 38/2013 de 30 de janeiro. (2013). In *Diário da República: I Série*.
<https://dre.pt/dre/detalhe/portaria/38-2013-258278>
- Povo, C. do. (2005). *Casa do Povo de Alqueidão da Serra*.
<http://www.cpaserra.org/apresentacao.php>
- Resolução da Assembleia da República 61/2012*. (2012).
<https://dre.tretas.org/dre/300079/resolucao-da-assembleia-da-republica-61-2012-de-4-de-maio>

- Ribeiro, O., & Paúl, C. (2011). *Manual de Envelhecimento Activo*. Lidel.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1987). Envejecimiento humano: Habitual y exitoso. *Ciencia*, 237, 143–149.
- Santos, B. de S. (1999). A Reinvenção Solidária e Participativa do Estado. *Seminário Internacional Sociedade e a Reforma Do Estado*, 54.
<https://estudogeral.sib.uc.pt/handle/10316/11019>
- Santos, R. M. (2017). *Efeitos de sessões individuais de estimulação multissensorial em idosos dependentes institucionalizados*. IPL.
- Scoralick-Lempke, N. N., & Barbosa, A. J. G. (2012). Educação e envelhecimento: contribuições da perspectiva Life-Span. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 29(suppl 1), 647–655. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2012000500001>
- Segurança Social. (2021). *Instituições particulares de solidariedade social*.
<https://www.seg-social.pt/ipss#>
- Serrano, G. (2008). *Elaboração De Projetos Sociais- Casos Práticos* (Porto Editora, Ed.).
[https://scholar.google.com/scholar?as_sdt=2007&q=Serrano,+G.+\(2008\).+Elaboracao+De+Projetos+Sociais+--+Casos+Praticos&hl=pt-PT](https://scholar.google.com/scholar?as_sdt=2007&q=Serrano,+G.+(2008).+Elaboracao+De+Projetos+Sociais+--+Casos+Praticos&hl=pt-PT)
- Silva, A. M. R. da. (2011). *Representações Sociais da Velhice* [Tese de Doutoramento, Universidade do Porto]. <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/56661%0A>
- Silva, M. (1962). *Desenvolvimento comunitário: uma técnica de promoção social* (Associação).
- Silva, M. E. (2005). Saúde mental e idade avançada. *Envelhecer Em Portugal*, 137–156.
- Silverstein, M., & Parker, M. G. (2002). Leisure Activities and Quality of Life Among the Oldest Old in Sweden. *Research on Aging*, 24(5), 528–547.
<https://doi.org/10.1177/0164027502245003>
- Simões, A. (2006). *A nova velhice: um novo público a educar*.

- Simões, J. (2010). Reflexão bioética sobre a situação do idoso e sua família. *Acta Medica Portuguesa*, 23(3), 483–492.
- Social, S. (2022). *No Title*. 03-08-2022. <https://www.seg-social.pt/publicacoes?bundleId=17837637>
- Stöhr, W. (1980). *Development from below: the bottom-up and periphery-inward development paradigm*.
- United Nations. (2015). United Nations Peacekeeping And Opportunities For Reform. In *Canadian Journal of Development Studies / Revue canadienne d'études du développement* (Vol. 36, Issue 1, p. 67). <https://doi.org/10.1080/02255189.2015.994596>
- Vieira, T. (2015). *Os papéis das organizações do terceiro setor na resposta aos problemas sociais* (p. 119). FEUC.
- Villas-Boas, S., Oliveira, A. L. de, Ramos, N., & Montero, I. (2017). *Educação Intergeracional como promotora do envelhecimento ativo: Estudo de uma comunidade local*.
- Walker, A. (2018). The New Dynamics of Ageing Great Britain: Policy Press. In *International Journal of Ageing and Later Life* (Vol. 1 e 2, Issue 1). <https://doi.org/10.3384/ijal.1652-8670.3104>
- WHO. (2002). *WORLD HEALTH REPORT-Reduzindo Riscos, Promovendo uma Vida Saudável* (Switzerland, Ed.; World Heal, p. 236). https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42510/WHR_2002.pdf
- WHO. (2009). Guia Global das Cidades Amigas das Pessoas Idosas. In F. C. Gulbenkian (Ed.), *versão portuguesa de Global age-friendly cities: a guide. Tradução: Fundação Calouste Gulbenkian* (1ª ed.). http://whqlibdoc.who.int/publications/2007/9789899556867_por.pdf
- WHO. (2020). Decade of Healthy Ageing. *World Health Organization*, 1–24. <https://www.who.int/initiatives/decade-of-healthy->

ageing%0Ahttps://www.who.int/initiatives/decade-of-healthy-
ageing/connection-series%0Ahttps://www.who.int/ageing/decade-of-healthy-
ageing

Yin, R. K. (1989). *Case Study Research: Design and Methods* - Robert K. Yin - Google Livros (Vol. 5). https://books.google.pt/books?hl=pt-PT&lr=&id=FzawIAdilHkC&oi=fnd&pg=PR1&dq=Case+Study+Research.+Design+and+Methods&ots=l_1T1ikY-x&sig=7NVN9hika1F3IG7KSuf6dUZu5ol&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

Zaidi, A., & Zolyomi, E. (2011a). *Applica (BE), European Centre for Social Welfare Policy and Research (AT), ISER–University of Essex (UK) and Tárki (HU)*.

Zaidi, & Zolyomi. (2011b). *Active Ageing* (Issue October, pp. 1–40). European Center for Social Welfare Policy and Research.

ANEXOS

ANEXO 1

Carta de apresentação e pedido de colaboração para o projeto de investigação.

CARTA DE APRESENTAÇÃO E DE PEDIDO DE COLABORAÇÃO

Alqueidão da Serra, 25 de março de 2022

ASSUNTO: Pedido de autorização para a realização da investigação “A promoção do envelhecimento ativo na Casa do Povo de Alqueidão da Serra”, na instituição que dirige.

Exma. Sr^a. Responsável pela Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) – Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

O meu nome é Tatiana Vieira Lage, sou estudante de Mestrado em Ciências da Educação com a área de especialização em Educação e Desenvolvimento Comunitário na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Politécnico de Leiria. Encontro-me a desenvolver um estudo que tem como temática central, a promoção do envelhecimento ativo, sob a orientação da Professora Doutora Jenny Sousa.

Vivemos num tempo em que o índice sintético de fertilidade tem vindo a sofrer uma enorme redução, por isso, assistimos ao decrescimento da demografia da população portuguesa. Por conseguinte o envelhecimento da população é uma preocupação legítima.

As agendas públicas, o plano nacional de saúde, a organização mundial de saúde, a agenda 2030 das nações unidas, entre outros organismos nacionais e europeus estão com os olhos postos nesta matéria e têm vindo a delinear propostas e objetivos para se alcançar um envelhecimento ativo e saudável.

Para onde nos encaminhamos no que toca à qualidade de vida, ao envelhecimento ativo e bem-sucedido das pessoas idosas?

Neste seguimento, o presente estudo pretende perceber de que modo é que a Casa do Povo de Alqueidão da Serra contribui para a promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido da comunidade onde se insere?

Será mapeado o trabalho desenvolvido pela IPSS neste âmbito, serão tidas em conta as perceções que os profissionais da instituição têm sobre a temática do envelhecimento ativo e bem-sucedido prestado pela Casa do Povo. Pretendemos identificar também, propostas de melhoria através de entrevistas aos idosos e seus respetivos familiares/tutores. E, finalmente, apresentar práticas que potenciem a promoção do envelhecimento ativo

O estudo corresponderá à realização de visitas, à instituição e às residências dos idosos visados, a fim de aplicação dos instrumentos de recolha de dados. Prevê-se que as visitas e entrevistas tenham início nas duas últimas semanas do mês de março de 2022.

Atendendo às informações descritas, venho solicitar a V. Ex.^a a colaboração e autorização para a implementação destes procedimentos na instituição que dirige. Esta colaboração é essencial para a elaboração da dissertação de mestrado mencionada, apresentando-se também como um contributo importante na promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos clientes desta IPSS.

Destaco, por fim, que, no presente estudo, serão salvaguardados todos os direitos de confidencialidade, de anonimato e de participação voluntária, assegurada pelo consentimento fornecido por cada um dos profissionais envolvidos.

Agradeço a sua colaboração para a realização desta investigação, encontrando-me ao dispor para qualquer esclarecimento adicional e, se necessário, para o agendamento de uma reunião presencial.

Atenciosamente,

Tatiana Vieira Lage

Endereço de e-mail: tatianavieiralage@gmail.com

Contacto telefónico: 928113351

Anexo 2

Consentimento da participação do profissional da instituição no projeto de investigação.

Termo de consentimento livre e esclarecido

CONSETIMENTO INFORMADO, ESCLARECIDO E LIVRE PARA PARTICIPAÇÃO EM ESTUDO DE INVESTIGAÇÃO NOS TERMOS DA NORMA nº .015/ 2013 da Direção geral da Saúde (de acordo com a declaração de Helsínquia e a convenção de Oviedo).

O presente documento pretende transmitir-lhe os dados mais relevantes acerca de um estudo de investigação, de modo a poder obter o seu consentimento para a participação voluntária no mesmo. Peço-lhe que leia o documento e, se concordar, que assine o consentimento informado.

Título do estudo: “A promoção do envelhecimento ativo na Casa do Povo de Alqueidão da Serra”.

O meu nome é Tatiana Vieira Lage, sou estudante de Mestrado em Ciências da Educação com a área de especialização em Educação e Desenvolvimento Comunitário na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Politécnico de Leiria. Encontro-me a desenvolver um estudo que tem como temática central, a promoção do envelhecimento ativo, sob a orientação da Professora Doutora Jenny Sousa.

O presente estudo pretende alcançar os seguintes objetivos: 1) - Mapear o trabalho desenvolvido pela Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem sucedido a nível comunitário; 2) – Conhecer as propostas dos clientes e seus familiares no que se refere ao envelhecimento ativo e bem sucedido; 3) – Identificar as representações dos profissionais da Instituição relativamente ao papel da Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo dos clientes; 4) – Identificar propostas de melhoria a serem realizadas pela Casa do Povo no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem sucedido; 5) – Apresentar práticas que potenciem a promoção do envelhecimento ativo.

Nesta investigação serão feitos questionários e entrevistas aos seguintes participantes: diretora técnica da Casa do Povo, profissionais da instituição, os clientes e os familiares dos clientes.

Os dados recolhidos serão usados exclusivamente para o estudo aqui descrito e para a sua divulgação científica, sendo garantido o anonimato de todos os participantes. A

participação no estudo é voluntária e, nesse sentido, pode ser interrompida a qualquer momento, sem qualquer tipo de prejuízo.

Encontro-me disponível para o esclarecimento de qualquer dúvida que possa surgir antes, durante e após a concretização do estudo.

A investigadora,

Tatiana Vieira Lage

Endereço de e-mail: tatianavieiralage@gmail.com

Contacto telefónico: 928113351

ANEXO 3

Pedido de colaboração no preenchimento do questionário ao representante do idoso.

O meu nome é Tatiana Lage e encontro-me a realizar a dissertação de Mestrado em Ciências da Educação: Educação e Desenvolvimento Comunitário, do Politécnico de Leiria, sob a orientação da Professora Jenny Gil Sousa.

O tema do meu trabalho é a "Promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido" e pretende perceber de que modo é que a Casa do Povo de Alqueidão da Serra contribui para a promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido da comunidade onde se insere. Com este questionário pretende-se conhecer as propostas dos familiares dos clientes da Casa do Povo no que se refere à promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido.

Assim, solicita-se a sua colaboração no preenchimento deste questionário. Os dados são confidenciais, sendo garantido o anonimato dos respondentes, e serão utilizados exclusivamente no estudo apresentado.

Agradeço, desde já, a sua colaboração.

ANEXO 4

Grelhas de caracterização dos sujeitos participantes/ Transcrição das entrevistas.

Apêndice 4.1 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista à diretora técnica - Anabela Simões.

Codificação do participante: Diretora.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 39 minutos e 07 segundos, tendo iniciado às 11H07.

Data da entrevista: 28/03/2022

Entrevista:

I: A tua idade, diretora?

Diretora: "48".

I: Sexo?

Diretora: "feminino".

I: Habilitações académicas diretora?

Diretora: "Licenciatura em serviço social"

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

Diretora: "Faz 22 anos em três de maio"

I: Local de residência?

Diretora: “Concelho de Alvaiázere [...] faço cerca de 60km todos os dias”.

I: Na agenda atual desta IPSS, que importância tem o tema do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

Diretora: “[...] após este período de pandemia estamos agora a tentar recomeçar um pouco aquilo que ficou um bocadinho em *stand bye*. [...] o nosso plano já vem um bocadinho ao encontro mais dessa questão e está em cima da mesa, claro, agora vamos retomar a pouco e pouco esse objetivo”.

I: E que ações concretas estão a ser feitas no sentido de o promover (este envelhecimento ativo)?

Diretora: “Para já, vamos reiniciar os contactos e as reuniões que temos a nível das outras IPSS e da câmara, que são atividades que realizamos muito em conjunto e isso é uma mais-valia para a dinâmica [...] internamente, para já, estamos a retomar as nossas atividades devagarinho porque, para já, temos que manter as orientações da DGS a nível da exposição dos espaços físicos e das interações entre os utentes. Estamos a retomar as atividades em grupo para permitir a interação entre eles. [...] Antes da pandemia, nesta época, nós iniciávamos com a questão do Carnaval, fazíamos sempre a nossa festa em conjunto, mas depois tínhamos uma temática para aquele ano, para aquele dia e depois começávamos a trabalhar isso, cada uma nas suas instituições, para depois podermos fazer nesse dia o desfile, o concurso e isso cria um objetivo e uma dinâmica para. Depois faríamos o convívio, o chá da primavera, o concurso do foliar [...] a câmara promoveu a iniciativa de criarmos um ovo gigante e durante um mês estivemos aqui muito ocupados com esse projeto. [...] Aqui, vamos desenvolvendo atividades diferenciadas, a vários níveis: cognitivo, de estimulação, de grupo, as saídas, os trabalhos manuais. Vamos tentando fazer este tipo de atividades”.

I: Dessas ações todas são do resultado direto do trabalho dos profissionais ou há outro investimento/ ações fora do contexto da IPSS? Quais?

Diretora: “Em termos de técnicos cá, vou sendo eu que vou aqui delineando as atividades e depois em conjunto com as funcionárias vamos tentando promover ao máximo [...]eu já recorri várias vezes aos técnicos [...] e canalizei mais para o apoio domiciliário porque era mais difícil chegar lá por ser um trabalho mais individualizado e ela fazia reabilitação psicomotora em vários níveis, motor, sensorial, fazia sessões de 45 minutos, programadas com determinados utentes, o que era uma mais-valia. É um investimento que a instituição poderia fazer no futuro porque é importante”.

I: Diretora, que novos serviços poderia prestar o Centro de Dia e os SAD tendo essa capacidade?

Diretora: “[...] faltam pessoas. As pessoas que nós temos para os nossos serviços básicos, elas existem [...] mas falta um técnico de reabilitação para os SAD [...] e um animador [...] é totalmente diferente ter alguém canalizado/especializado só para esta parte da promoção e do acompanhamento mais direto [...]”.

I: Diretora, que tipo de novas iniciativas poderiam ser promovidas junto dos utentes/clientes para a promoção de um envelhecimento ativo e bem-sucedido?

Diretora: “[...] aulas de alfabetização. As pessoas agora estão muito mais dependentes do que há uns anos atrás, porque recorrem a nós mais tarde, já numa fase da vida em que estão mais debilitadas, ou com mais demências ou com mais dificuldades a nível motor, e há uns anos para cá as pessoas recorriam para passar melhor o tempo e para conviver. A nível de Centro de dia as pessoas chegam até nós num estado mais problemático [...] Ações que possam promover passam pela manutenção física e depois de estimulação cognitiva, sensorial, mas trabalho muito individualizado [...] para manutenção da qualidade de vida e para a promoção de um envelhecimento mais bem-sucedido seria muito individualizado, para a manutenção e reabilitação psicológica e motora em ambos os serviços [...] implementar salas de *snoezelen* [...]”.

I: Quais são as principais potencialidades da Casa do Povo no que se refere à promoção do envelhecimento ativo?

Diretora: “Espaços físicos existem [...] estamos em ambiente rural e isso é bom. A experiência acumulada, porque tem parcerias com a comunidade [...]”

I: Diretora, para terminarmos, gostarias de dizer mais alguma coisa sobre este tema do envelhecimento ativo?

Diretora: “Eu acho que falta aqui alguma dinâmica. Em tempos tínhamos mais dinâmica [...] neste momento sinto que perdemos o ritmo. Era necessário mexermos um pouco mais, mas temos sempre as questões financeiras e o equilíbrio e sustentabilidade da instituição [...] falta um bocadinho de vitalidade, projetos e dinâmicas [...] agora seria uma boa altura para recomeçarmos, porque é necessário [...] é preciso objetivos claros e definidos para as pessoas se envolverem [...] tem que se comunicar muito [...] a instituição está ao serviço da comunidade também. Pedem-nos emprestadas as carrinhas, o auditório, os espaços físicos e nós estamos sempre disponíveis e abertos à comunidade [...] Hoje em dia, [...] as pessoas procuram-me aqui para aconselhamento, orientação e até encaminhamento, quer a nível de segurança social quer a nível de saúde, e casos mais particulares e acho que isso é uma mais-valia [...]”.

Apêndice 4.2 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos profissionais da instituição

Codificação do participante: P2

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 8 minutos e 22 segundos, tendo iniciado às 10H28.

Data da entrevista: 29/03/2022

Entrevista

I: A tua idade, P2?

P2: “47”.

I: Sexo?

P2: “feminino”.

I: Habilitações académicas?

P2: “9º ano”.

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

P2: “23 anos”.

I: Local de residência?

P2: “Alqueidão da Serra [...] desloco-me de carro, mas posso vir a pé”.

I: Na tua opinião pessoal, que ações são desempenhadas pela IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes?

P2: “Ativo, tipo ginástica, dança de vez em quando [...]”

I: O que está a ser feito para estimular esta comunidade, a envelhecer melhor?

P2: “Ho! Pouquinho, desde o covid parou muito, faziam muitas atividades, até saiam com eles e tudo, passeios, mas ultimamente tem estado muito parado. Aliás, temos muito menos utentes aqui em centro de dia. Mas é um grupo que também não dá para fazer muita coisa porque são poucos utentes e não se estimulam uns aos outros”.

I: E já agora P2, quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a casa do povo oferece aos idosos?

P2: “O apoio domiciliário [...] porque o centro de dia como eu te digo tem muito pouca gente e não dá [...] tentar melhorar mais o centro de dia [...] uma animadora social, nem que fosse a tempo parcial, para os animar mais, para os puxar mais porque nós também temos outro trabalho [...]”.

I: Na tua opinião, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?

P2: “Mais atividades, mais cultura [...]”.

I: Consideras que a casa do povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?

P2: “Sim. Mediante as possibilidades da casa [...] se calhar poderia fazer mais se tivesse mais verbas”.

I: Na tua opinião, achas que é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?

P2: “Há! Sim. Porque é diferente [...] não parar”.

I: Na tua opinião, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela casa do povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?

P2: “[...] se houvesse mais atividades e tivéssemos uma animadora que os puxasse, se calhar vinha mais gente para aqui e os que aqui estavam, estavam melhor e era diferente [...] a casa tem condições para abrir as portas à comunidade [...] mas quem está na rua não puxa, porque chegas aqui, vês, tu entras-te aqui e vê-los sentados [...] e dantes eram muito mais e era diferente. Uns puxavam os outros [...] e esta parte, (do centro de dia) fica um bocadinho para trás na minha opinião”.

Apêndice 4.3 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos profissionais da instituição

Codificação do participante: P3.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 13 minutos e 17 segundos, tendo iniciado às 10H44.

Data da entrevista: 29/03/2022

Entrevista

I: P3, a tua idade por favor?

P3: “58”.

I: Sexo?

P3: “feminino”.

I: Habilitações académicas?

P3: “5º ano antigo, é o atual 9º ano”.

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

P3: “Vai fazer 36 anos no dia 2 de novembro [...]”

I: Local de residência?

P3: “Aqui, no Alqueidão da Serra [...] desloco-me mais de carro, porque pego as 7h e não venho a essa hora a pé”.

I: Na tua opinião P3, que ações são desempenhadas pela IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes?

P3: “Primeiro a casa oferece os serviços básicos que é a alimentação, higiene e o transporte. Isso é o básico e depois [...] há aí a xxx e a xxx que tentam fazer alguma atividade com eles durante o dia [...]”

I: O que está a ser feito para estimular esta comunidade, a envelhecer melhor?

P3: “Não sei bem, nesse aspeto, mas tenta-se fazer uma certa publicidade à casa, aos serviços e uma melhor qualidade de vida é o que a casa está a proporcionar aos utentes [...]”.

I: Na sua opinião, qual ou quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a casa do povo oferece aos idosos?

P3: “[...] acabam por estar um bocado ali parados e a ver televisão, mas tenta-se estimular as pessoas com jogos de cartas, esses jogos tradicionais, para estarem o mais tempo ativos possível para não estarem sentados. depois à os serviços básicos da higiene para o envelhecimento ativo [...] faziam o jogo das pedras, o jogo da malha, depois, entretanto fez-se ali uma mini horta também, eles a cuidarem, a plantarem a colherem também e ainda existe [...] foi até a junta que cedeu a terra. Foi uma coisa que eles acabaram por ficar ali um bocado a quererem fazer [...] embora alguns estejam limitados, é mais o senhor xxx que puxa por essas coisas. Por exemplo, ainda a semana passada o fizeram. Trouxeram para cá laranjas. Eles vão à apanha das laranjas, pronto, é estas atividades ainda com o campo, com a profissão deles, que puxa um bocado, para relembrem [...] parecendo que não, são duas ou três horas que eles vão, os convívios depois divertem-se sempre, riem-se [...] vão sempre acompanhados por alguém e traz-lhes alegria”.

I: P3 na tua opinião, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?

P3: “[...] falta maior número de pessoas mais ativas, porque quanto o grupo maior é, acaba por interagir mais, fazerem brincadeiras, conversarem mais e é uma coisa que eles gostam de fazer. Conversar e recordar os tempos antigos, as histórias deles e neste momento o covid reduziu-nos o número porque muitas pessoas ficaram em casa. Eu penso que o que ainda está a fazer mais falta ainda é isso, mais pessoas para cá”.

I: Consideras que a casa do povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?

P3: “Sim tem, está-lhes sempre em mente, aliás, penso que todas as funcionárias, dirigentes e tudo, é um tema em cima da mesa”.

I: Na tua opinião, achas que é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?

P3: “Oh! Então não é. É uma etapa da vida que é um bocado triste e com limitações e tornar isso o menos doloroso e mais divertido é um bem essencial para eles”.

I: Na tua opinião, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela casa do povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?

P3: “[...] a comunidade devia interagir mais com aqui [...] termos aqui mais atividade [...] as pessoas visitarem, trazer ideias, participarem Às vezes com ginásticas, convívios. Chamar as pessoas mais para aqui para a instituição, ter o contacto com eles [...] nós darmos uma bela ideia aqui da instituição e fazermos um esforço para que tudo corra bem, eu acho que o nosso trabalho é a maior publicidade [...]”.

Apêndice 4.4- Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos profissionais da instituição

Codificação do participante: P4.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 18 minutos e 46 segundos, tendo iniciado às 11H09.

Data da entrevista: 29/03/2022.

Entrevista

I: A tua idade P4?

P4: “61”.

I: Sexo?

P4: “feminino”.

I: Habilitações académicas?

P4: “tenho o 6º ano”.

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

P4: “há 19 anos”.

I: Local de residência?

P4: “Alqueidão da Serra e desloco-me a pé para o trabalho”.

I: Na tua opinião G2.3, que ações são desempenhadas pela IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes?

P4: “Eu acho isto muito fraco e depois da epidemia isto parou um bocado [...] nesse intervalo, faleceram várias pessoas que aqui estavam e outras desistiram [...] e acho uma diferença muito grande nestas pessoas, porque dantes participavam naquilo que nós queríamos, era em jogos, era pintura, era teatros. Na altura do natal fazia-se sempre aqui uma coisa de natal e eles participavam e gostavam muito [...] isto dava semanas de preparação para eles e andavam entusiasmados e eu tinha gosto de andar aqui a trabalhar com eles e aquilo dava para rir e dava para falar dava para muita coisa e isto está um bocado morto [...] .Com a pandemia isto fechou e eles foram para casa e nós íamos a casa e eles lá também se sentiam muito sozinhos e no principio andavam-me sempre a perguntar quando é que aquilo abre, porque eles não se sentiam bem também em casa. Tinham saudades, só que e depois ainda demorou muito tempo e alguns faleceram [...] As pessoas já não têm aquela cabeça como dantes tinham, aquela alegria, não se importam nada. A minha colega chama-os para ali e eles não querem. O senhor xxx é o único, os outros não querem participar, nem perguntam o que é que estão a

fazer. Não se interessam com nada. Ou estarem ali ou não estarem para eles é igual [...] eu acho que tinha que ser uma pessoa de fora, uma animadora [...].”

I: P4, o que está a ser feito para estimular esta comunidade, a envelhecer melhor?

P4: “Neste momento para te dizer a verdade acho que não está a ser feito nada”.

I: Na sua opinião, qual ou quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a casa do povo oferece aos idosos?

P4: “[...] a epidemia tirou um bocado de vida aqui à casa [...]”.

I: Na sua opinião, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?

P4: [...] havia aqui um professor de ginástica que era muito bom e eles até participavam, e era uma animadora [...] porque eles já não vão bem com a gente. Eu acho que uma pessoa de fora que os puxava mais [...] há uma, a animadora tem o curso, é diferente de uma pessoa qualquer, eu cheguei a dizer isso muita vez à doutora [...]”.

I: Consideras que a casa do povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?

P4: “Eu vou-te dizer, a direção, para mim, não [...] passou-se o Natal nem vieram aqui falar com os idosos para lhes desejarem as boas festas, eles vêm aí ao escritório e nem vem aqui visitar [...] teve cá outra direção e vinham aqui dizer uma palavrinha para eles. Eu acho que ficava bem, não era preciso perderem muito tempo [...]”.

I: Na tua opinião, achas que é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?

P4: “[...] Sim, é, porque dá-lhes mais vida. A ginástica faz bem ao corpo todo e para a cabeça é muito bom divertimentos e até conversar [...] eu disse à xxx, tem que haver aqui uma mudança [...] eu acho que a direção, se quer gastar dinheiro, [...] eles estão muito longe disto [...] tenho pena de isto não ter mais vida [...] eu acho que sim, o professor da ginástica, eles até participavam, ele é assim todo animado e eles gostavam dele e acho que uma animadora, talvez mudasse um bocadinho isto [...]”.

I: Na tua opinião, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela casa do povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?

P4: “Ginástica, passeios pelos campos e eles gostam [...] lembram-se do tempo deles [...] trabalhos manuais, cantar. Faziam-se aqui danças, jogos. Isto dava mais vida à casa e talvez puxa-se mais pessoas [...] voluntariado [...] isto também não tem muito boa fama [...] acho que isto, falam mais mal do que aquilo que a casa tem, porque o comer é bom, não se trata aqui mal as pessoas, mas as vezes os santos da terra não fazem milagres [...]isto aqui até é bom, tem boas condições, tem o aquecimentozinho no inverno, e o comer é muito bom [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

P4: “Gostava que isto tivesse mais vida, lá isso gostava, gostava que isto tivesse um futuro para a frente, que a casa tivesse mais pessoas. às vezes as pessoas também preferem estar em casa, porque levantam-se quando querem, comem quando querem e aqui tem que ter aquele ritmo [...] em casa estão muito sozinhos, e eles aqui sempre têm companhia [...]”.

Apêndice 4.5 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos profissionais da instituição

Codificação do participante: P5.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 10 minutos e 03 segundos, tendo iniciado às 11H24.

Data da entrevista: 29/03/2022.

Entrevista

I: A tua idade P5?

P5: “tenho 30”.

I: Sexo?

P5: “feminino”.

I: Habilitações académicas?

P5: “9º ano”.

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

P5: “vai fazer 2 anos em setembro”.

I: Local de residência?

P5: “Alqueidão da Serra e desloco-me de carro para o trabalho”.

I: Na tua opinião, que ações são desempenhadas pela IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes?

P5: “ [...] aqui dentro eu acho que é mais um seguimento, de eles terem uma rotina, se levantarem, virem, tomam cá o pequeno almoço e esse tipo de coisas [...] durante o dia temos pouco tempo para estar com eles a fazer atividades e muitos deles também não já não têm aquela coisa de querer fazer certas atividades, mas acho que eles têm sempre aqui o ambiente entre eles também [...] vejo que eles ao saírem de casa também é bom porque falam entre eles, jogam Às cartas, fazem esse tipo de coisas [...] nos serviços de apoio domiciliário também é bom porque eles têm sempre alguém para falar, porque há pessoas que não têm ninguém, não falam com ninguém, sempre assim, também nos vêm e agente faz-lhes as coisas em casa e têm aquela rotina, porque sabem que a gente vai ali todos os dias e ajudamos”.

I: O que está a ser feito para estimular esta comunidade, a envelhecer melhor?

P5: “[...] Eu acho que este tipo de coisas, fazem um esforço mesmo por isso, para distrair um bocadinho os idosos para não estarem camuflados dentro de casa”.

I: Na tua opinião P5, qual ou quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a casa do povo oferece aos idosos?

P5: “[...] têm as refeições, vão buscá-los a casa, se precisarem de compras também as fazem, de ir à farmácia, de se ocuparem pela medicação e acho que isso é uma boa coisa para eles [...]”.

I: Na sua opinião P5, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?

P5: “[...] nesta casa o que faz falta neste momento era uma animadora [...]”.

I: Consideras que a casa do povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?

P5: “Há, sim, sim, sim, sim. Acho que é uma casa que é muito preocupada pelos idosos”.

I: Na tua opinião, achas que é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?

P5: “Há, sim, sim. Eu acho que desde que veio o covid que eles não têm aquela coisa de sair, e fazer passeios e esse tipo de coisa, e acho que isso também faz falta para espaiçarem um bocadinho. É uma das coisas que acho que até eles falam mais (os passeios) [...]”.

I: Na tua opinião, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela casa do povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?

P5: “[...] haver uma animadora [...] eles gostam sempre de ver alguém diferente [...] juntar as famílias com os idosos e proporcionar um almoço convívio e convidarem pessoas de fora”.

I: P5, gostavas de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

P5: “Não”.

Apêndice 4.6 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos profissionais da instituição

Codificação do participante: P6.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 16 minutos e 36 segundos, tendo iniciado às 10H10.

Data da entrevista: 30/03/2022

Entrevista

I: A tua idade P6?

P6: “58”.

I: Sexo?

P6: “feminino”.

I: Habilitações académicas?

P6: “4ª classe”.

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

P6: “há 20 anos”.

I: Local de residência?

P6: “Alqueidão da Serra e desloco-me a pé para o trabalho”.

I: Na tua opinião, que ações são desempenhadas pela IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes?

P6: “[...] os idosos haviam de ter ginástica e mais alguma coisa para os cativar porque eles estão muito parados [...] eles não querem fazer nadinha [...] uma hipótese o ti xxx está ali a pintar que é para pôr os ovinhos, a gente chama-os (os outros idosos a participar) e eles não querem [...] estão muito parados”.

I: o que está a ser feito para estimular esta comunidade, a envelhecer melhor?

P6: “Agora vêm menos pessoas cá. De vez em quando saiam do terço ou assim, as pessoas passavam aqui para os visitar, agora desde que a pneumonia entrou, agora, não vem cá ninguém...nada [...] De vez em quando vem aqui o rapazinho da ginástica que é ali da Ribeira de Cima, para fazerem a ginástica, mas alguns fazem, outros acho que na fazem [...]”.

I: Na tua opinião, qual ou quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a casa do povo oferece aos idosos?

P6: “[...] às vezes vão passear, beber o café [...] às vezes iam à praia [...] às vezes vão à lapa [...] e eles gostam de sair [...] nos serviços de apoio domiciliário agente distrai, falemos, riamos-se [...]”.

I: Na sua opinião, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?

P6: “Acho que de vez em quando haviam de distrair os idosos (em centro de dia) a darem um passeio lá acima à lapa, ou ao moinho [...] agente chama-os e eles não querem fazer nadinha [...]”.

I: Consideras que a casa do povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?

P6: “Têm se preocupado, têm. A xxx faz tudo por tudo, ela é muito boa para eles [...] [...] a direção vem cá poucas vezes [...]”.

I: Na tua opinião, achas que é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?

P6: “É muito importante porque ela tem a responsabilidade deles, se eles tiverem alguma coisa ela tá muito preocupada e a gente também [...] agora vem aí a Páscoa e eles já estão a fazer aquelas coisinhas para os ovos, mas deviam puxar mais por eles [...] está aí a xxx [...] e ela chama-os e eles não vêm”.

I: Na tua opinião, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela casa do povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?

P6: “[...] Desde que entrou a pneumonia é raro cá vir alguém como eu já te contei [...] as pessoas, se calhar têm medo de cá vir, não sei! [...] “

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

P6: “[...] Antigamente a xxx, a mãe de xxx e mais umas poucas, aquelas que já faleceram tinham outra maneira, não é como agora. Essas pessoas eram mais mexidas. Elas estavam aqui [...] isso é que eram coisas bonitas [...] nunca mais me esquece [...] obrigada Tatiana”.

Apêndice 4.7- Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos profissionais da instituição

Codificação do participante: P7.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 19 minutos e 38 segundos.

Data da entrevista: 30/03/2022.

Entrevista

I: A tua idade P7?

P7: “43”.

I: Sexo?

P7: “feminino”.

I: Habilitações académicas?

P7: “9º ano”.

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

P7: “salvo erro vou fazer 3 anos”.

I: Local de residência?

P7: “Casais dos Vales e desloco-me de carro”.

I: Na tua opinião G2.6, que ações são desempenhadas pela IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes?

P7: “Eu acho que é o acompanhamento deles diariamente, tanto no domicílio como aqui, dentro da casa. O acompanhamento deles a nível deles terem tempos livres, atividades tipo a ginástica, ouvirem música, tarem a jogar às cartas que eles gostam, fazer trabalhinhos, agora é altura da Páscoa tão a fazer trabalhos manuais. Para eles estarem aqui dentro com alguma atividade, ver televisão [...]”

I: o que está a ser feito para estimular esta comunidade, a envelhecer melhor?

P7: “O que eu sei é que nós como trabalhadoras, temos que os ocupar nesse sentido, por exemplo, eu estou nessa situação, que estou aqui dentro com eles [...] todas as semanas há um dia até para a culinária, [...]”.

I: Na sua opinião, qual ou quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a casa do povo oferece aos idosos?

P7: “é a higiene deles, os banhos diários, a nível de medicação [...] eles têm a medicação que trazem de casa e depois nós cá estamos em cima dessas coisas, para eles tomarem a medicação rigorosamente bem [...] a alimentação. Eles têm aqui também as refeições”.

I: Na sua opinião, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?

P7: “[...] eles às vezes não querem [...] este grupo Às vezes é difícil [...] haver mais utentes [...] por exemplo ali a xxx, se eu não a mandar sair da cadeira, ela não sai, está sempre ali, o dia todo [...]”.

I: Consideras que a casa do povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?

P7: “Sim, Sim, Sim, acho que está sempre em cima dos acontecimentos, acho que sim, por aquilo que eu vejo acho que sim [...] eu ainda não tive, mas [...] eu sei que eles têm dado formação [...]”.

I: Na tua opinião P7, achas que é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?

P7: “[...] é importante, porque para já, somos todos seres humanos e acho que envelhecer com o mínimo de bem-estar [...] eles são pessoas e precisam de ser estimadas, acho que sim, acho que é importante [...] e nós até cada vez mais agente pensa, se envelhecermos, será que vamos ser assim, será que nos fazem bem, será que nos fazem mal [...]”.

I: Na tua opinião, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela casa do povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?

P7: “ Tem-se feito uns passeios [...] de vez em quando também se promove isso [...] no outro dia fomos Às laranjas com eles [...]há sempre um ou dois que ficam [...]eu sei que há aí o grupo da ginástica [...] eu tenho ido ao Youtube e tenho feito uma ginástica com eles [...] eles são muito parados [...] a ginástica que já fiz com eles, tem que ser ali sentados é um braço para a esquerda, um braço para a direita, levantar, mais nesse aspeto [...] faz de conta que isto é a casa deles, fala-se num passeio e eles ficam todos contentes [...] acho que eles poderiam receber mais visitas dos netos, [...] (a comunidade do exterior) acho que poderiam vir visitar, falar com eles, conversar, a casa está aberta para isso [...] vir a pré escola com os meninos, eles ficam todos contentes quando vem crianças. Não sei se eles associam aos netos [...] eu no Carnaval até disse ao xxx para virem aqui com os meninos [...] eles vieram aqui à porta, vinham mascarados e tudo e eles (os idosos) ficaram muito contentes [...] ter aqui os tempos livres das crianças [...]”.

I: P7, gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

P7: “não. Não me ocorre assim nada [...] o problema do envelhecer é os filhos. Precisam de trabalhar, abalam de manhã e vêm à noite e depois é só ir lá a correr. Dar os medicamentos, lavar [...] eu já tive nessa situação e a minha mãe não era idosa, a minha mãe tinha 62 anos e eu acho também que depende muito do nós querermos, da nossa preocupação, estás a perceber? [...] se o nosso pai ou a nossa mãe tivesse sido mau para nós, [...] eu vendo agora a velhice, estando nesta área, acho que não devemos pagar na mesma moeda e cuidar porque um dia vamos sentir-nos bem connosco próprios por termos feito bem [...] obrigada eu. Boa sorte, Tatiana”.

Apêndice 4.8 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos profissionais da instituição

Codificação do participante: P8.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 33 minutos e 45 segundos, tendo iniciado às 14H22.

Data da entrevista: 31/03/2022

Entrevista

I: A tua idade?

P8: “62”.

I: Sexo?

P8: “feminino”.

I: Habilitações académicas?

P8: “12º ano”.

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

P8: “35 anos”.

I: Local de residência?

P8: “Alqueidão da Serra e desloco-me a pé para o trabalho”.

I: Na tua opinião P8, que ações são desempenhadas pela IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes?

P8: “No geral, já tivemos mais atividades nesse sentido, atualmente estão um bocadinho mais em baixo [...] já tivemos aqui algumas colaboradoras que se preocuparam mais com essa questão de eles estarem mais ativos. Nesta altura está um bocadinho mais parado [...] As ações desempenhadas neste âmbito, são muito poucas [...] isto também tem

muito a ver com o número de utentes que nós temos agora na instituição e o tipo de utentes, que não estão tão recetivos, a mobilidade é muito mais fraca [...] praticamente estão imobilizados [...] eles próprio não estão recetivos. Eles não querem.”

I: O que está a ser feito para estimular esta comunidade, a envelhecer melhor?

P8: “Por acaso agora até temos aí uma associação que está a tentar trabalhar um bocadinho nessa área. Estamos a falar do “Alecrim e Salva”, que estão a tentar envolver-se mais [...] temos acordo para 25 utentes em centro de dia, mas as instalações têm capacidade para 30 [...] alguma coisa está a ser feita para os estimular, mas não estamos a conseguir, não está a dar resultado”.

I: Na sua opinião, qual ou quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a casa do povo oferece aos idosos?

P8: “[...] atividades banais [...] para mim atualmente serão esses passeios que eles dão. As visitas locais à serra, ao moinho e atualmente é só. É o que é possível fazer atualmente”.

I: Na sua opinião, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?

P8: “Primeiramente, o que faz aqui falta, e é um sonho, era uma profissional que conseguisse motivá-los, captá-los pra algumas outras atividades que promovessem esse movimento[...]alguns jogos tradicionais [...] temos muito boa vontade das nossas colaboradoras, mas falta-lhes tempo, só para pensarem nisto [...] já passaram por aqui várias a fazer estágio em animação e foi nessa altura [...] que havia muita colaboração [...] temos aí um senhor muito ativo e que adora isto, ser puxado, que é o senhor xxx. É o nosso utente mais ativo e é esse que sente mais falta de certas e determinadas atividades [...] faltam pessoas para os acompanharem [...] uma fisioterapeuta era o ideal para se deslocar aos nossos utentes em domicílio [...]”.

I: Consideras que a casa do povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?

P8: “Sim, nós temos essa preocupação, não quer dizer que consigamos resolver essa situação [...] a direção também se preocupa, mas não vive diariamente esta realidade [...] a prioridade deles é a atividade profissional [...] até é o assunto do dia, o envelhecimento ativo [...]”.

I: Na tua opinião, achas que é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?

P8: “Sim [...] porque provavelmente ajuda-os a passar melhor o tempo, com mais qualidade [...] precisava de mais movimentação [...] pô-los a falar é muito importante [...] e para isso também é preciso ter muita habilidade e saber [...] eu já consegui isso, há muito tempo [...] os idosos eram diferentes, muito mais jovens, mais novos [...] dantes recorriam à casa do povo para passar o tempo aqui, era para não estarem sozinhos em casa. Os idosos agora, vem para o centro de dia, porque os familiares não os podem ter em casa sozinhos. A realidade é completamente diferente e há 10 anos atrás [...] os que não tem dificuldades motoras, têm dificuldades mentais [...]”.

I: Na tua opinião, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela casa do povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?

P8: “[...] eu falo muito com a senhora que criou a associação Alecrim e Salva [...] ver se desenvolvem aqui com os idosos e criam algumas atividades [...] já estão a criar uma, onde chamam os idosos com mais de 75 ou 85 anos (?), para fazer aí um trabalho de fotografia [...] vi que eles gostaram muito, ficaram felicíssimos em se juntarem todos para serem fotografados e aproveitaram para conversar [...] criar atividades onde eles se possam juntar até os com dez anos de diferença [...] só que é preciso criar outro tipo de atividade que possa envolver estas faixas etárias tão diferentes. Os de 85 anos ainda de mexem muito bem. Os com mais de 90 anos já não tem essa mobilidade [...] criara interações que possam juntá-los [...] quando a comunidade os envolve, dá bom resultado [...] os mercadinhos de Natal, as feirinhas [...] o festival do foliar [...] o serviço que fazemos ao sábado é inteiramente da responsabilidade da IPSS [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

P8: “Não. Só espero que consigas aí arranjar um bom plano de execução e que nós o possamos executar [...] era importante que viessem mais utentes para o centro de dia, primeiro que nada, para preencher a capacidade [...] nós vivemos num ambiente de aldeia, e os nossos idosos ainda gostam de estar nas casinhas deles, ainda têm um familiar próximo que lhe possa dar algum apoio e entrou-se nesta ideia de que o centro de dia existe só para quando o idoso já não pode mesmo estar sozinho em casa e já não tem uma retaguarda familiar durante o dia e vêm para aqui [...] somos uma instituição aberta e muito centrada, estamos aqui perto de tudo [...] já não há aquela ideia como antigamente do centro de dia, que servia de encontro e convívio. Já não há esse espírito. Vivemos outra realidade completamente diferente [...] não sei se me fiz entender o que está a retrair as pessoas de virem para aqui. É sentirem que o ambiente que se está a viver agora não é propício aquilo que elas procuram no centro de dia [...] não é fácil [...]”.

Apêndice 4.9 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos profissionais da instituição

Codificação do participante: P9.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 23 minutos e 40 segundos, tendo iniciado às 14H56.

Data da entrevista: 31/03/2022

Entrevista

I: A tua idade?

P9: “52”.

I: Sexo?

P9: “feminino”.

I: Habilitações académicas?

P9: “12^o”.

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

P9: “27 anos”.

I: Local de residência?

P9: “Alqueidão da Serra e desloco-me de carro para o trabalho”.

I: Na tua opinião P9, que ações são desempenhadas pela IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes?

P9: “Temos poucas [...] se contar alimentação, bem-estar, limpeza. Nós fazemos isso tudo [...] as outras atividades extras que faltam, uma ginástica, um passeio, isso aí falta. [...] eu acho que eles deviam ter uma visita, um passeio, uma fisioterapia, porque nós não chegamos [...] nós que estamos na rua (SAD) temos uma relação mais próxima com os problemas deles, as lamentações deles, o espaço deles, é diferente! [...] .”

I: o que está a ser feito para estimular esta comunidade, a envelhecer melhor?

P9: “O que está a ser feito pela nossa casa é só o que nós fazemos. Tentar que eles comam sozinhos, que eles se vistam sozinhos, que eles tomem banho sozinhos [...] nós tentamos muito, com muita força, mas o nosso tempo é muito limitado”.

I: Na sua opinião, qual ou quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a casa do povo oferece aos idosos?

P9: “é assegurar-lhes a alimentação e a higiene, porque há muitos que não tem isso [...] há alguns em que nós “desparecemos À sexta e aparecemos À segunda, naqueles fins

de semana, nós notamos ali uma quebra [...] eles precisam muito de nós, porque alguns passam fome [...]”.

I: Na sua opinião, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?

P9: “eu tenho muito acamado [...]as vezes eu acho que o nosso país esquecesse um bocadinho deles, arrecada-os. Longe da vista, longe do coração [...] acho que eles deveriam ser mais integrados [...] faz-lhes falta eles estarem juntos, uma companhia, ir lá alguém falar com eles, sem ser eu [...] porque eu chego com aquela missão. Mas eles precisam de mais, alguém que estivesse ali a falar com eles, perguntar-lhes histórias de antigamente, dizer “vamos fazer isto, vamos fazer aquilo” não sou eu. Eu não tenho tempo, apesar de as vezes misturarmos aquilo tudo, não dá [...] nós cada vez mais estamos a receber pessoas com incapacidades intelectuais, com demências e começa a ser para nós muito mais difícil trabalhar com elas, porque exigem muito mais de nós, do que uma pessoa com juízo [...] também esta falta de formação que nós temos em lidar com estas novas situações, com estas novas doenças que vão aparecendo. [...] isto está tudo a ficar deprimido [...] falo de pessoas com pouco mais de 60 anos [...] falta companhia, falta autoestima a estas pessoas [...] precisavam de ir a uma festa, [...] a sociedade arrecada muito os velhos e não os integra na comunidade, na vida [...] tu vê-los? Tu não os vêes [...] quanto menos eles derem nas vistas melhor que é para nós nos esquecermos que eles existem [...]”.

I: Consideras que a casa do povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?

P9: “ A casa do povo vive sempre preocupada em manter as finanças em dia [...] os funcionários tem que estar contentes para prestarem um bom serviço [...] e Às vezes estamos cansadas, porque isto é uma luta, somos poucas e depois vamos de férias e depois é uma correria [...] é desgastante e stressante o dia a dia, o trabalho[...] as perdas deles incomodam-me, quando eles morrem [...] neste momento o que fazemos é À base de todas as funcionárias que aqui estão, as que trabalham cá À mais anos como eu, as da velha guarda, porque as que estão a entrar de novo, nós vê-mos que isto vai mudar para pior, porque eles são mais desapegados do que nós. A geração que vai chegar agora, com 30 anos, não tem ... porque não cresceram aqui na terra, não vêm, não viram

os pais, não se envolvem [...] as famílias têm um papel importante que vem em primeiro e nós somos os ajudantes. [...] se alguém fosse depois de nós, quando agente já os temos limpinhos, arranjadinhos, alguém que lhes faça uma festa na mão [...] por muito boa vontade que agente tenha, nós não temos tempo”.

I: Na tua opinião, achas que é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?

P9: “É importante, primeiro que nada porque o que está cá hoje foram eles que contruíram, há um legado, há uma herança e agente esquece-se disso. Eles são a história e nós vamos acrescentando os capítulos para a frente [...] temos que valorizar o que eles sabem [...] aos meninos da escola falta-lhes entender esta ligação entre o ser-se pequenino e o ser-se velhinho [...]”.

I: Na tua opinião, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela casa do povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?

P9: “ [...]Um baile, uma festa, as crianças virem fazer-lhes uma visita [...] os velhinhos dantes até iam À escola vê-los, de repente isto tudo foi parando aos poucos [...] temos que nos preparar para ir Às escolas, temos que dar alguma coisa e mostrar alguma coisa e alguém aqui a trabalharem com eles [...]mas falta alguém especializado que esteja preparado para fazer certos exercícios, certas coisas com eles [...] os santos da casa não fazem milagres, porque eles quando nos conhecem facilitam muito, porque somos todas da terra [...]o registo tem que estar certo [...] precisamos de algo diferente [...] a geração de velhos que vem a seguir é mais exigente, porque alguns já sabem mexer no computador, vêm televisão, tem outros prazeres. Achas que vem para aqui sentarem-se naqueles sofás? se não houver nada que os motive a virem? Vêm aqui fazer o quê? [...] temos que arranjar alternativas, porque se não vamos esvaziar a casa, que é o que está a acontecer [...] vem aí uma vaga nova e nós não estamos preparados para ela [...] deveríamos oferecer um leque de atividades que não sendo obrigatório ter de vir para aqui, mas que eles se pudessem inscrever e participar. Começar a puxá-los um bocadinho para a aqui de modo que se sentissem integrados, a sentirem prazer em estar aqui [...] eu gostava que a casa evoluísse, mas eles têm vindo a diminuir [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

P9: “Não [...]”.

Apêndice 4.10 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos profissionais da instituição

Codificação do participante: P10.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 12 minutos e 38 segundos, tendo iniciado às 14H46.

Data da entrevista: 31/03/2022.

Entrevista

I: A tua idade?

P10: “56”.

I: Sexo?

P10: “feminino”.

I: Habilitações académicas?

P10: “9º ano”.

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

P10: “há 24 anos”.

I: Local de residência?

P10: “Alqueidão da Serra e desloco-me a pé para o trabalho”.

I: Na tua opinião, que ações são desempenhadas pela IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes?

P10: “[...] no apoio domiciliário fazemos o que temos a fazer (higiene, limpeza, alimentação) e depois damos um bocadinho de conversa que eles gostam [...]”.

I: o que está a ser feito para estimular esta comunidade, a envelhecer melhor?

P10: “Não há muitas, só a xxx é que está ali a fazer umas atividades com os de centro de dia [...] nós, para além da higiene e alimentação não fazemos mais nada”.

I: Na sua opinião, qual ou quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a casa do povo oferece aos idosos?

P10: “[...] Por fora (nos SAD) não se vê muito, porque nós não podemos, não temos tempo para estar com eles [...] agora aqui em centro de dia eu não sei”.

I: Na sua opinião, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?

P10: “[...] eles não se querem envolver, só se for assim o passeio [...] aos utentes em SAD falta mais a companhia porque alguns estão muito isolados”.

I: Consideras que a casa do povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?

P10: “Acho que sim”.

I: Na tua opinião, achas que é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?

P10: “Sim [...] porque [...] o essencial é a companhia [...]”.

I: Na tua opinião, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela casa do povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?

P10: “[...] dantes faziam-se as almofadas com tiras, cortavam [...] faziam-se muitos trabalhos artesanais [...] e depois vendiam-se as coisas aqui, estávamos de portas abertas e tínhamos coisas para mostrar [...] hoje em dia não [...] o senhor que está aí mais mexido é o xxx [...] ele é o principal [...] os de SAD não se envolveriam nessas coisas, não conseguiriam colaborar”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

P10: “[...] por mim acho que deveria de haver mais atividades, mas por outro lado eles também não se querem mexer, o problema é esse [...] e os de casa também não, porque alguns têm dores nas mãos e nos pés e isso não ajuda [...]”.

Apêndice 4.11 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos profissionais da instituição

Codificação do participante: P11.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 13 minutos e 47 segundos, tendo iniciado às 15H03.

Data da entrevista: 31/03/2022.

Entrevista

I: A tua idade?

P11: “59”.

I: Sexo?

P11: “feminino”.

I: Habilitações académicas?

P11: “9º ano”.

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

P11: “há 15 anos mais ou menos”

I: Local de residência?

P11: “Alqueidão da Serra e atualmente venho a pé para o trabalho”.

I: Na tua opinião, que ações são desempenhadas pela IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes?

P11: “ [...] Não estou muito ocorrente do que está aqui a ser feito (em centro de dia), mas no nosso trabalho de SAD, é fazer a higiene, fazer o mínimo na casa, fazer a cama [...] mas na minha opinião a necessidade deles passa mais por terem um bocadinho de conversa, serem ouvidos, um bocadinho de carinho, porque são pessoas que estão bastante sozinhas [...] à pessoas que só nos vêm a nós durante o dia [...] os familiares andam numa azafama [...]”

I: o que está a ser feito para estimular esta comunidade, a envelhecer melhor?

P11: “[...] a nossa boa disposição [...] temos que deixar a nossa vida pessoal e não transmitir se temos problemas [...] eles notam se nós não estivermos bem, quer os que estão acamados quer não [...]”.

I: Na sua opinião, qual ou quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a casa do povo oferece aos idosos?

P11: “[...] quando eles pedem para lhes comprarmos coisas do supermercado, da farmácia [...] as vezes recorrem mais a nós do que aos próprios familiares [...] os que têm autonomia gerem o seu próprio dinheiro [...] nós é temos que dizer À família o que se está a passar com o idoso uma vez que lidamos com eles todos os dias”.

I: Na sua opinião, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?

P11: “um pouco mais de paz e sossego, porque eles também sentem o stress. Eles próprios lamentam-se com as dificuldades económicas porque têm reformas pequenas e é complicado [...]eu acho que deviam ter mais algum apoio dos próprios familiares, pois eles sentem-se muito sozinhos [...]”.

I: Consideras que a casa do povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?

P11: “Eu já aqui estou Há 15 anos, e nós somos todas responsáveis [...] erramos como toda a gente, mas tentamos dar o nosso melhor [...] eles querem sempre mais do que aquilo que nós conseguimos dar, mas não conseguimos fazer milagres”.

I: Na tua opinião, achas que é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?

P11: “As pessoas jovens não se interessam tanto pelos mais velhos [...] temos dificuldade em encontrar alguém que faça este tipo de serviço de SAD [...]”.

I: Na tua opinião, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela casa do povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?

P11: “isso é importante, mas vamos fazer o quê? [...] a maioria dos utentes em centro de dia não é muito recetiva a fazer certas coisas [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

P11: “Não [...] bom trabalho!”.

Apêndice 4.12 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos profissionais da instituição

Codificação do participante: P12.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 19 minutos e 46 segundos, tendo iniciado às 15H25.

Data da entrevista: 31/03/2022

Entrevista

I: A tua idade?

P12: “47”.

I: Sexo?

P12: “feminino”.

I: Habilitações académicas?

P12: “tenho o 6º ano e o 9º ano nas novas oportunidades”

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

P12: “há 14 anos”.

I: Local de residência?

P12: “Alqueidão da Serra e desloco-me no meu carro para o trabalho”.

I: Na tua opinião, que ações são desempenhadas pela IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes?

P12: “[...] Nos SAD, vamos de manhã, damos o pequeno-almoço, fazemos as higiènes, damos as medicações e depois fazemos o levante, a diária, o banho, depois vamos ao almoço e há utentes em que vamos à tarde fazer mudas de fraldas [...]”

I: o que está a ser feito para estimular esta comunidade, a envelhecer melhor?

P12: “Nós temos pouco tempo e dentro do que podemos temos um diálogo com eles e acho que eles gostam, vamos atualizando-os com informações, outras vezes são eles que nos informam e o pouco tempo que estamos com eles acho que é bem aproveitado e isso estimula-os [...]”.

I: Na sua opinião, qual ou quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a casa do povo oferece aos idosos?

P12: “[...] a família não tem tempo de os cuidar [...] e é bom porque se mantêm nas suas próprias casas e mantem as suas rotinas [...]”.

I: Na sua opinião, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?

P12: “[...] eles precisavam todo o dia da nossa companhia [...] há casas ainda antigas que não têm muito conforto, onde não há casa de banho nem aquecimento [...] mas temos aí um exemplo de uma senhora onde lhe conseguimos arranjar uma casa melhor, com mais condições, mas ela mostrava-se mais feliz na sua anterior habitação, porque estava habituada áquilo [...] se lhe damos um bocadinho melhor até estranham [...]”.

I: Consideras que a casa do povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?

P12: “[...] Neste momento não temos grande apoio dessa parte (dos superiores) [...] acho que devia haver mais apoio da direção, não vimos incentivo da parte deles [...]”.

I: Na tua opinião, achas que é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?

P12: “sim [...]no fim da vida deles, acho que se tiverem um bom apoio, um bom conforto [...] e às vezes é preciso tão pouco, um sorriso para eles já é muito, já ajuda ao dia [...]”.

I: Na tua opinião, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela casa do povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?

P12: “Não sei quem manda, mas Acho que a direção deveria promover mais convívios e mais abertura [...] nós aqui no Alqueidão vimos as coisas muito divididas por exemplo À a direção da igreja, há a do centro da bola, acho que estão divididos. Ao invés, na terra onde eu cresci, quando era preciso fazer alguma coisa, íamos todos, por exemplo: quando íamos para as tasquinhas era a terra toda a trabalhar para as tasquinhas, e aqui no Alqueidão não é assim [...] o que eu noto aqui é que há mais divisões entre grupos (não se misturam) [...] sessões de cinema regulares para juntar a comunidade [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

P12: “ [...] muitas vezes nós queremos fazer e os idosos não querem participar [...] eles querem vir para o centro de dia para descansar, não é para fazerem trabalhos, dizem-nos [...] eles agora estão a fazer um tralho para a Páscoa, mas o mais empenhado é sempre o mesmo, o xxx [...] eles as vezes dizem: “eu não estou aqui para ir trabalhar”, porque eu acho que eles vêm isto como um trabalho [...] aqui é melhor do que estarem num lar, eles têm liberdade, vão às compras, vão ao terço, vão ao café [...] desejo-te boa sorte Tatiana!”.

Apêndice 4.13 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos profissionais da instituição

Codificação do participante: P13.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 9 minutos e 57 segundos, tendo iniciado às 14H31.

Data da entrevista: 04/04/2022.

Entrevista

I: A tua idade P13?

P13: “48”.

I: Sexo?

P13: “feminino”.

I: Habilitações académicas?

P13: “12º ano”.

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

P13: “vai fazer 26 anos agora em maio”.

I: Local de residência?

P13: “Alqueidão da Serra e desloco-me a pé para o trabalho”.

I: Na tua opinião, que ações são desempenhadas pela IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes?

P13: “[...] Não há muitas atividades [...] dantes havia [...] em termos de envelhecimento ativo agora não temos, nem temos tempo [...]”.

I: o que está a ser feito para estimular esta comunidade, a envelhecer melhor?

P13: “Está aí a associação alecrim e salva que tem uns projetos. As vezes vão visitar os idosos, agora andam aí a fazer uma serie de fotografias com a xxx e eles andam todos contentes, de resto não se faz muito [...]”.

I: Na sua opinião, qual ou quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a casa do povo oferece aos idosos?

P13: “nós temos os cuidados com a alimentação, se houver algum idoso com tensão alta ou diabetes, nós tentamos fazer alguma dieta mediante prescrição médica, avisamos a família quando está alguma coisa diferente que nós notemos neles, e é por aí [...]”.

I: Na sua opinião, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?

P13: “é a disponibilidade das famílias [...] nós andamos a correr, tentamos fazer o nosso melhor [...] é a falta de tempo [...]”.

I: Consideras que a casa do povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?

P13: “[...] por ter havido um corte de tarefas devido à pandemia eu nem sei muito bem o que se passa aqui dentro [...]”.

I: Na tua opinião, achas que é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?

P13: “Pois com certeza que é. Quanto mais atividades eles tiverem, combate a solidão, a depressão e etc. [...] eles dizem que muitas das vezes, nós somos as pessoas que eles vêm. Os vizinhos, os familiares, ninguém tem tempo para nada [...]”.

I: Na tua opinião P13, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela casa do povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?

P13: “[...] Por exemplo, só promovendo os encontros [...] dantes ainda vinham aqui os grupos da catequese, os meninos da escola, no Natal ou na Páscoa vinha a conferencia de São Vicente de Paulo, de vez em quando o padre passava por aí, e eles gostavam [...] mas foi-se acabando aos pouquinhos [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

P13: “Este tema, tem muito pano para mangas e daqui para a frente, os idosos, isto ainda vai ser pior [...] os nossos filhos já não vão ter paciência para nos aturar. Vai ser muito complicado [...] para quem é idoso não está fácil”.

Apêndice 4.14 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos profissionais da instituição

Codificação do participante: P14.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 10 minutos e 25 segundos, tendo iniciado às 14H47.

Data da entrevista: 04/04/2022.

Entrevista

I: A tua idade P14?

P14: “57”.

I: Sexo?

P14: “feminino”.

I: Habilitações académicas?

P14: “6º ano”.

I: Há quanto tempo trabalhas na instituição?

P14: “vai fazer 3 anos para julho”.

I: Local de residência?

P14: “Alqueidão da Serra e desloco-me a pé para o trabalho”.

I: Na tua opinião, que ações são desempenhadas pela IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes?

P14: “[...] acho que não é muito [...] não tenho visto, não.”

I: o que está a ser feito para estimular esta comunidade, a envelhecer melhor?

P14: “Eu acho que não [...] os familiares é que deveriam de ir com eles andar, por isso é que eles ficam acamados, porque não andam [...] eles estão muito tempo sentados [...] eles as vezes acabam por cair”.

I: Na sua opinião, qual ou quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a casa do povo oferece aos idosos?

P14: “É nós irmos lá prestar os serviços [...]”.

I: Na sua opinião, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?

P14: “[...] Mais atenção, estar mais tempo, ajudar mais [...] eles gostam muito de conversar connosco, a pessoas que estão sempre sozinhas e estão à espera de que agente vá e esteja lá um bocadinho a conversar [...]”.

I: Consideras que a casa do povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?

P14: *A RESPOSTA NÃO FOI dada por interrupção do decorrer da entrevista. Quando retomada, passou-se para a questão seguinte por lapso da Investigadora, mas foi retomada no decorrer dessa.*

I: Na tua opinião, achas que é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?

P14: “Acho que sim [...] é a preocupação de tudo [...] é importante o apoio. Os dirigentes deveriam de se preocupar mais, nomeadamente saber como é que eles estão, ir visitá-los de vez em quando [...] por exemplo, quando há aumentos ninguém telefona e as pessoas são apanhadas de surpresa [...] mais comunicação”.

I: Na tua opinião, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela casa do povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?

P14: “[...] entreter as pessoas a fazerem trabalhos [...] não há animadoras sociais [...] a doutora Às vezes sai com eles [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

P14: “Não [...] boa sorte!”.

Apêndice 4.15 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em centro de dia

Codificação do participante: C1.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 15 minutos e 02 segundos, tendo iniciado às 10H36.

Data da entrevista: 30/03/2022.

Entrevista

I: Senhor C1, qual é a sua idade?

C1: “Tenho 63 anos”.

I: Sexo?

C1: “masculino”.

I: Estado civil?

C1: “Divorciado”.

I: Habilitações académicas?

C1: “6ª classe primária”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C1: “calceteiro”.

I: Local de residência?

C1: “Alqueidão da Serra e venho sempre a pé para aqui”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C1: “oito anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C1: “Sim, estou [...]”.

I: O Sr. C1 considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C1: “Sim, sim. Para mim e para as pessoas deficientes que estão a precisar de ajuda. Porque estou praticamente paralisado [...] para mim é uma grande ajuda, porque é o que tenho, é do que eu posso disfrutar é deste centro de dia e da ajuda da segurança social [...] de outra forma não posso viver [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C1: “Esta continuação das coisas como estão, as coisas estão a correr bem, e que as possibilidades de vida para nós cheguem, por exemplo, para termos água luz e gás em casa, que a segurança social veja que as pessoas precisam disso e que tenham esses meios para poder sobreviver em sua e casa e ter aqui esta continuação deste bom centro de dia, desta boa alimentação e conjugação de toda a gente uns com os outros. [...]”

Apêndice 4.16 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em centro de dia

Codificação do participante: C2

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 8 minutos e 30 segundos, tendo iniciado às 11H17.

Data da entrevista: 30/03/2022.

Entrevista

I: Senhor C2, qual é a sua idade?

C2: “Tenho 88 anos”

I: Sexo?

C2: “masculino”.

I: Estado civil?

C2: “casado”.

I: Habilitações académicas?

C2: “andei até à 3ª classe”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C2: “pedreiro”.

I: Local de residência?

C2: “Alqueidão da Serra, na Carreirancha e venho de carrinha”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C2: “Já sou utente há uns seis anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C2: “Estou satisfeito e a alimentação é boa.”

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C2: “São. Porque eu tenho necessidade destes serviços, também para não estar sozinho em casa”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C2: “[...] devíamos dar mais uns passeios, porque nós dantes passeávamos mais um bocadinho e eramos mais felizes. Antes do covid íamos a muitos lados passear, a Tomar, à praia [...]”.

Apêndice 4.17 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em centro de dia

Codificação do participante: C3.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 8 minutos e 35 segundos, tendo iniciado às 11H29.

Data da entrevista: 30/03/2022.

Entrevista

I: D G3.2, qual é a sua idade?

C3: “81 anos”.

I: Sexo?

C3: “feminino”.

I: Estado civil?

C3: “solteira”.

I: Habilitações académicas?

C3: “Fiz a 4ª classe em adultos”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C3: “empregada fabril”.

I: Local de residência?

C3: “Alqueidão da Serra e venho na carrinha para aqui”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C3: “[...] não sei ao certo [...] quatro anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C3: “Eu estou, mas devíamos ter alguém que alegrasse mais isto. Está um bocadinho apagado [...]”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C3: “Para mim têm sido bons. Porque estou aqui, tenho comer a horas, como, vou para casa, levo a sopinha, como-a À noite e deito-me descansadinha [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C3: “Isto agora está aqui muito morto e dantes fazia-se aqui muita coisa, quando eu era cá voluntária [...] Estou cá eu e mais estas duas, uma não fala, outra está acolá toda a vida [...] só se viesse uma pessoa de novo para alegrar isto. Uma animadora [...] Eu gosto de aqui estar porque acontece-me qualquer coisa, elas chamam logo a ambulância [...]”.

Apêndice 4.18 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em centro de dia

Codificação do participante: C4.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 21 minutos e 08 segundos, tendo iniciado às 11H58.

Data da entrevista: 30/03/2022.

Entrevista

I: qual é a sua idade?

C4: “88 anos”.

I: Sexo?

C4: “masculino”.

I: Estado civil?

C4: “viúvo”.

I: Habilitações académicas?

C4: “andei na escola, mas não aprendia nada”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C4: “agricultor”.

I: Local de residência?

C4: “Casais dos Vales, mas sou natural do concelho de Alenquer, Paúla”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C4: “quatro anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C4: “Eu estou. Eu não faço nada aqui. É comer e descansar [...] Isto aqui é tudo aseado, o comer é tudo bom [...]”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C4: “São, porque as pessoas são boas, são meigas, o comer é bom. só que os que estão aqui sofrem todos da cabeça. Eu gosto de conversar e aqui não consigo. O que me faz falta é companhia para falar [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C4: “eu já lhe disse, o trabalho que eu sei fazer melhor é o da agricultura. Posso pôr umas flores ou qualquer coisa assim [...] eu sou capaz de fazer tudo numa casa [...]”.

Apêndice 4.19 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em centro de dia

Codificação do participante: C5.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 9 minutos e 45 segundos, tendo iniciado às 11H13.

Data da entrevista: 31/03/2022

Entrevista

I: Senhor C5, qual é a sua idade?

C5: “57 anos”.

I: Sexo?

C5: “masculino”.

I: Estado civil?

C5: “casado”.

I: Habilitações académicas?

C5: “4ª classe”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C5: “motorista de camiões pesados”.

I: Local de residência?

C5: “Porto de Mós e as carrinhas vão-me buscar e levar”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C5: “Há dois anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C5: “Eu estou satisfeito. Não encontro melhor do que isto [...] a alimentação tem dias melhores, dias piores, quando é peixe é que eu não gosto”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C5: “Sim. Estar aqui para não andar lá por casa. A minha mulher não pode fazer alimentação e chega-se ao meio-dia e eu também não sei cozinhar e venho para aqui passar o tempo e tenho aqui o almoço já feito e preparado, e em casa não. Por um lado, é bom estar aqui, mas só é pena eu não ter coisas para fazer. Estou ali assentado, durmo, vejo televisão”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C5: “Uma ginástica [...] não tenho habilidade, nem pachorra, nem paciência para estar a fazer trabalhos manuais [...]”.

Apêndice 4.20 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em centro de dia

Codificação do participante: C6.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 3 minutos e 21 segundos, tendo iniciado às 15H40.

Data da entrevista: 31/03/2022.

Entrevista

I: qual é a sua idade?

C6: “76 anos”.

I: Sexo?

C6: “masculino”.

I: Estado civil?

C6: “casado”.

I: Habilitações académicas?

C6: “4ª classe”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C6: “canalizador”.

I: Local de residência?

C6: “Alqueidão da Serra, mas sou natural de tomar, venho a pé para aqui”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C6: “dois anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C6: “Sim, a alimentação é boa, eu não sou esquisito”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C6: “Sim, sim. Para mim é tudo bom, venho para aqui para não estar sozinho em casa [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C6: “Aqui está tudo bem, eu não mudava nada”.

Apêndice 4.21 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em centro de dia.

Codificação do participante: C7.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 15 minutos e 30 segundos, tendo iniciado às 14H34.

Data da entrevista: 01/04/2022.

Entrevista

I: Senhor C7, qual é a sua idade?

C7: “Tenho 40 anos”.

I: Sexo?

C7: “masculino”.

I: Estado civil?

C7: “solteiro”.

I: Habilitações académicas?

C7: “sei ler e escrever, andei numa escola especializada em França”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C7: “lá em França trabalhava num centro de ajuda para o trabalho. Eu tenho dificuldades. Fiz um estágio em jardinagem [...] no CEARIA em Alcobça escolhi a costura [...]”.

I: Local de residência?

C7: “Alqueidão da Serra e venho sempre a pé para aqui”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C7: “oito anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C7: “sim.”

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C7: “Porque é uma ajuda que eu tenho. Se fosse eu a fazer comer em casa, eu só fazia aquilo que eu gosto e isso não pode ser porque eu sou diabético. [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C7: “o que fazem aqui já é bom [...] as vezes podíamos ir passear onde não há casas, caminhar”.

Apêndice 4.22 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C8.

Local de realização da entrevista: Casa do CLIENTE.

Duração da entrevista: 7 minutos e 50 segundos, tendo iniciado às 10H36.

Data da entrevista: 30/03/2022.

Entrevista

I: Senhor C8, qual é a sua idade?

C8: "Tenho 82 anos".

I: Sexo?

C8: "feminino".

I: Estado civil?

C8: "casada".

I: Habilitações académicas?

C8: "3ª classe".

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C8: "domestica".

I: Local de residência?

C8: "casais dos Vales".

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C8: "dois anos".

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C8: "A sopa é muito líquida. Podia ser mais grossa. Só limpam à segunda-feira".

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C8: “Sim, importante é. Só elas virem cá trazer os alimentos é um descanso para mim [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C8: “Sei lá. Está tudo bem!”.

Apêndice 4.23 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C9.

Local de realização da entrevista: Casa do cliente.

Duração da entrevista: 7 minutos e 48 segundos, tendo iniciado às 10H36.

Data da entrevista: 30/03/2022.

Entrevista

I: Senhor C9, qual é a sua idade?

C9: “Tenho 82 anos”.

I: Sexo?

C9: “masculino”.

I: Estado civil?

C9: “casado”.

I: Habilitações académicas?

C9: “3ª classe”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C9: “agricultor”.

I: Local de residência?

C9: “Casais dos Vales”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C9: “dois anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

G3.8: “Os serviços que elas cá vêm fazer é pouco. Lavam a roupa e passam aqui com a esfregona [...]”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C9: “É importante porque sempre ajudam a mulher alguma coisa. [...] eu ainda tomo banho sozinho”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C9: “Eu sei lá! Está tudo bem”.

Apêndice 24 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C10.

Local de realização da entrevista: Casa do Cliente.

Duração da entrevista: 6 minutos e 26 segundos, tendo iniciado às 19H11.

Data da entrevista: 31/03/2022.

Entrevista

I: Senhor C10, qual é a sua idade?

C10: “Tenho 86 anos”.

I: Sexo?

C10: “masculino”.

I: Estado civil?

C10: “casado”.

I: Habilitações académicas?

C10: “3ª classe na escola e a 4ª em casado, para tirar a carta”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C10: “agricultor”.

I: Local de residência?

C10: “Casais dos Vales”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C10: “quatro anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C10: “[...] trazem-me a comida e vêm cá uma vez por semana limpar alguma coisa e lavam a roupa também. Umas vezes a comida saber melhor que outras, mas isso é em todo o lado [...]”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C10: “Então pois! Sempre é uma ajuda. Eu não tenho mais ninguém, eu estou sozinho e por isso tem que haver quem faça alguma coisa [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C10: “Sei lá! Melhorado, era haver mais assistência e levarem menos dinheiro [...] que as pessoas que estivessem mais isoladas pudessem conversar mais um bocadinho para ajudar a passar o tempo [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C10: “Eu não. Para quê! Não vale a pena”.

Apêndice 4.25 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C11.

Local de realização da entrevista: Casa do cliente.

Duração da entrevista: 3 minutos e 03 segundos, tendo iniciado às 15H27.

Data da entrevista: 04/04/2022.

Entrevista

I: Senhor C11, qual é a sua idade?

C11: “79 anos”.

I: Sexo?

C11: “masculino”.

I: Estado civil?

C11: “casado”.

I: Habilitações académicas?

C11: “3ª classe de adultos”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C11: “cantoneiro”.

I: Local de residência?

C11: “Alqueidão da Serra”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C11: “quase um ano”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C11: “Estou, gostamos. Umas vezes calha-se melhor, outras calha-se pior, mas estou satisfeito.”

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C11: “Sim, São importantes, porque preciso deles”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C11: “[...] Estou contente. Não preciso de nada de novo [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C11: “Não”.

Apêndice 4.26 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora.

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C12.

Local de realização da entrevista: Casa do cliente.

Duração da entrevista: 03 minutos e 26 segundos, tendo iniciado às 11H29.

Data da entrevista: 04/04/2022.

Entrevista

I: Dona C12, qual é a sua idade?

C12: “80 anos”.

I: Sexo?

C12: “feminino”.

I: Estado civil?

C12: “casada”.

I: Habilitações académicas?

C12: “3ª classe”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C12: “fábrica de lanifícios em Minde”.

I: Local de residência?

C12: “Alqueidão da Serra”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C12: “quase um ano”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C12: “Estou, gosto e estou satisfeita”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C12: “São, porque eu já não estava em condições de fazer as coisas, por isso é que as minhas filhas me lá inscreveram [...] estou mais descansada agora.”

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C12: “Eu acho que estou bem”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C12: “O que podia ser melhor era eu não ter dores. De resto está tudo bem”.

Apêndice 4.27 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C13.

Local de realização da entrevista: Casa do cliente.

Duração da entrevista: 20 minutos e 07 segundos, tendo iniciado às 12H55.

Data da entrevista: 31/03/2022.

Entrevista

I: Senhora C13, qual é a sua idade?

C13: “Tenho 89 anos”.

I: Sexo?

C13: “feminino”.

I: Estado civil?

C13: “viúva”.

I: Habilitações académicas?

C13: “1ª classe [...]”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C13: “empregada fabril [...]”.

I: Local de residência?

C13: “Alqueidão da Serra [...]”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C13: “perto de um ano [...]”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C13: “Por enquanto fazem pouco [...] trazem-me o comer e lavam-me a louça do pequeno-almoço [...] levam a roupa para lavar e trazem-me passada a ferro [...] eu gostava de mais, mas elas dizem que não pode ser [...] a comida é boa, a sopa as vezes é um bocado deslavada [...]”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C13: “Para mim é igual. Sinto-me igual [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C13: “Podiam limpar mais a casa toda [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C13: “Não. Não digo mais nada, para quê! Não vale a pena. Eu também cá estarei pouco tempo”.

Apêndice 4.28 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C14.

Local de realização da entrevista: Casa do cliente.

Duração da entrevista: 32 minutos e 15 segundos, tendo iniciado às 14H45.

Data da entrevista: 08/04/2022.

Entrevista

I: Senhora C14, qual é a sua idade?

C14: “Tenho 88 anos”.

I: Sexo?

C14: “feminino”.

I: Estado civil?

C14: “viúva”.

I: Habilitações académicas?

C14: “3ª classe”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C14: “empregada fabril e depois doméstica”.

I: Local de residência?

C14: “Alqueidão da Serra”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C14: “vai fazer dois anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C14: “Sim Senhora. Estou satisfeita com tudo. Não podia ser melhor para mim [...] e as moças são muito simpáticas, qualquer uma delas”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C14: “Sinto-me bem porque estava cá sozinha e assim vêm cá. Tenho cá companhia, e fazem-me tudo. Mando aviar os medicamentos por elas [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C14: “Para mim não é preciso. O que eu tenho são dores nas costas e mais falta de vista [...] eu estou muito esquecida, não me posso lembrar de tudo [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C14: “Não. Já falei muito”.

Apêndice 4.29 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C15.

Local de realização da entrevista: Casa do utente em SAD.

Duração da entrevista: 16 minutos e 36 segundos, tendo iniciado às 17H51.

Data da entrevista: 01/04/2022.

Entrevista

I: Senhor C15, qual é a sua idade?

C15: “87 anos”.

I: Sexo?

C15: “masculino”.

I: Estado civil?

C15: “casado [...]”.

I: Habilitações académicas?

C15: “4ª classe [...]”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C15: “empregado fabril em Vila Moreira- Alcanena”.

I: Local de residência?

C15: “sempre vivi no Alqueidão da Serra”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C15: “Há três meses”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C15: “Estou satisfeito. São muito boas meninas e servem muito bem. Elas vêm trazer comer de manhã, vêm ao almoço e trazem o almoço e jantar. Além disso ao fim-de-semana vêm dar banho à minha senhora e vêm todos os dias lavá-la. Gosto da alimentação, elas servem muito bem”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C15: “São importantíssimos, porque nós não o podemos fazer e estamos sempre seguros de que vem cá alguém [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C15: “ouça, eu com franqueza, antes de estar na casa do povo, já dizia muita vez À minha senhora que quando nós não pudéssemos íamos para lá, e assim foi. Eu acho que não pode ser melhor. Estou contentíssimo”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C15: “Isto da casa do povo eu acho que está bem organizada e as pessoas que lá estão é uma grande responsabilidade [...] só dá valor a esta casa quem se serve dela, porque por exemplo, se não fosse esta casa, eu e a minha senhora, como é que era? Não sei

como é que nós nos havíamos de desenrascar [...] o meu irmão foi o autor desta casa do povo [...] ele fez no Alqueidão tanta coisa que está à vista [...] tinha paixão por estas coisas [...]”.

Apêndice 30 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C16.

Local de realização da entrevista: Casa do cliente.

Duração da entrevista: 11 minutos e 03 segundos, tendo iniciado às 15H13.

Data da entrevista: 01/04/2022.

Entrevista

I: D. C16, pode dizer-me a sua idade?

C16: “Tenho 83 anos”.

I: Sexo?

C16: “feminino”.

I: Estado civil?

C16: “casada”.

I: Habilitações académicas?

C16: “3ª classe”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C16: “agricultora”.

I: Local de residência?

C16: “Alqueidão da Serra”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C16: “Não me recordo [...] talvez cinco anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C16: “Sim. Estou. Gosto”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C16: “Sim, são. Porque as minhas filhas também não tinham possibilidades, o meu marido está inválido [...] eu tive uma pneumonia e não podia cuidar dele, então as minhas filhas decidiram inscrever-nos lá [...] eu já não tinha capacidades nem forças porque fiquei muito debilitada [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C16: “[...] eu acho que isto agora está melhor [...] ouve uma altura, em que, pelo menos a sopa não se podia comer, [...] depois as minhas filhas ralhavam-me, dizendo que eu era muito biqueira e muito esquisita [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C16: “eu não. Não tenho queixas”.

Apêndice 4.31 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C17.

Local de realização da entrevista: Casa do cliente.

Duração da entrevista: 08 minutos e 08 segundos, tendo iniciado às 15H50.

Data da entrevista: 01/04/2022.

Entrevista

I: Senhor C17, qual é a sua idade?

C17: “64 anos”.

I: Sexo?

C17: “masculino”.

I: Estado civil?

C17: “solteiro”.

I: Habilitações académicas?

C17: “11º ano”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C17: “padeiro”.

I: Local de residência?

C17: “Alqueidão da Serra”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C17: “16 anos [...]”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C17: “Eu estou satisfeito com tudo”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C17: “São indispensáveis [...] garantem-me alimentação e assistência diárias”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C17: “Eu nem sei. A coisa é tão boa que eu nem sei! Não estou à espera de serviços especiais [...] eu estou satisfeito [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C17: “Não especialmente. O que vier a mais é sempre bom [...]”.

Apêndice 4.32 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C18.

Local de realização da entrevista: Casa do cliente.

Duração da entrevista: 11 minutos e 21segundos, tendo iniciado às 16H00.

Data da entrevista: 04/04/2022.

Entrevista

I: Senhora C18, gostava de saber a sua idade?

C18: “81 ano”.

I: Sexo?

C18: “feminino”.

I: Estado civil?

C18: “viúva há 4 anos”.

I: Habilitações académicas?

C18: “3ª classe”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C18: “domestica”.

I: Local de residência?

C18: “Alqueidão da Serra”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C18: “Não sei. Já lá estive por duas vezes [...] por aí Há três anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C18: “Estou. Sempre estou melhor do que se estivesse sozinha [...] eu comia melhor quando era eu a fazer, mas pronto, está bom [...]”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C18: “São importantes, porque eu também já não posso. Elas vêm cá à quarta-feira, uma dá-me banho e outra limpa um pouco o chão da casa e lavam a louça do pequeno-almoço. Estou satisfeita [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C18: “Eu acho que aquilo está bem. Para mim, eu não sou muito biqueira [...] se eu alguma vez deixar de poder e a minha filha não poder vir cá, eu tenho que pedir para que o serviço da limpeza seja mais abrangente”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C18: “[...] as que cá vêm tratam-me bem, a minha vida é aqui como tu vês, a fazer as coisas que eu posso [...] sinto-me triste porque eu estou aqui À noite sozinha e estava acostumada a ter sempre companhia [...] entretanto, Deus chama-me [...] olha, a noite passada tive sempre acordada e era um barulho que eu tinha na minha cabeça [...]”.

Apêndice 4.33 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C19.

Local de realização da entrevista: Casa do cliente.

Duração da entrevista: 17 minutos e 21 segundos, tendo iniciado às 12H17.

Data da entrevista: 31/03/2022.

Entrevista

I: Senhora C19, qual é a sua idade?

C19: “já são 88 anos [...]”.

I: Sexo?

C19: “feminino”.

I: Estado civil?

C19: “casado”.

I: Habilitações académicas?

C19: “[...] 1º ano [...]”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C19: “empregada fabril”.

I: Local de residência?

C19: “Alqueidão da Serra”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C19: “um ano”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C19: “Elas vêm levantar o meu marido e à sexta-feira dão uma lavadela na casa [...] se fosse uma coisinha melhor na limpeza eu gostava. O comer umas vezes é melhor, umas vezes é pior, às vezes não tem bom sabor [...] mas não é sempre [...]”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C19: “Aqui nas nossas casas estamos tranquilos, não fazemos mais nada [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C19: “[...] Eu estou e mais o meu marido o que é que eu hei-de fazer! O meu marido não se mexe. Acho que está bem para mim [...] quando é um dia diferente trazem sempre qualquer coisa para agente, olha, ainda tenho aqui esta rosa, que me trouxeram quando foi o Dia da Mulher [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C19: “[...] Não [...] eu sou muito esquecida”.

Apêndice 4.34 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C20.

Local de realização da entrevista: Casa do cliente.

Duração da entrevista: 06 minutos e 37 segundos, tendo iniciado às 15H03.

Data da entrevista: 04/04/2022.

Entrevista

I: C20, qual é a sua idade?

C20: “85 anos”

I: Sexo?

C20: “feminino”.

I: Estado civil?

C20: “viúva há nove anos”.

I: Habilitações académicas?

C20: “nunca andei na escola”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C20: “[...] empregada fabril”.

I: Local de residência?

C20: “Alqueidão da Serra”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C20: “Não sei [...] há seis anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C20: “Trazem-me a comida que eu gosto [...]”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C20: “Para mim são, porque eu gosto do ambiente e eu gosto do convívio, percebe?! [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C20: “Sei lá [...] quando eu não poder, para elas me virem ajudar aqui a casa [...] eu sou sozinha aqui [...] eu espero por elas se precisar [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C20: “Não. Se fossem todos como eu até à data, gostava. Até ver ainda me sinto bem, ainda saio, vou à casa das minhas colegas e tenho convívio com as pessoas. Sinto-me feliz [...] gosto”.

Apêndice 4.35 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C21.

Local de realização da entrevista: Sede da Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Duração da entrevista: 11 minutos e 15 segundos, tendo iniciado às 10H36.

Data da entrevista: 30/03/2022.

Entrevista

I: Qual é a sua idade?

C21: “77”.

I: Sexo?

C21: “feminino”.

I: Estado civil?

C21: “casada [...]”.

I: Habilitações académicas?

C21: “4ª classe primária [...]”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C21: “[...] doméstica [...]”.

I: Local de residência?

C21: “Alqueidão da Serra”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C21: “[...] 13 anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C21: “Estou. Não estou desgostosa [...] Gosto de lá estar, se não gostasse já tinha saído”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C21: “[...] lavam-me os lençóis e trazem-me a comida e isso é importante [...] as pessoas que estão desta idade deviam de ir para lá ou fazer como eu, virem ao domicílio [...] eu até gostava que o meu marido fosse para o centro de dia [...] mas ele não quer para lá ir [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C21: “Isso não sei. Não tenho nenhuma ideia para dar [...] eu não pediria mais nada para além do que me fazem [...] eu sou de poucas exigências”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C21: “Eu não. O que é que eu hei-de estar a acrescentar mais. Não tenho ideia nenhuma [...]”.

Apêndice 4.36 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C22.

Local de realização da entrevista: Casa do cliente.

Duração da entrevista: 10 minutos e 40 segundos, tendo iniciado às 15H13.

Data da entrevista: 01/04/2022.

Entrevista

I: Senhor C22, qual é a sua idade?

C22: “[...] 84 anos”.

I: Sexo?

C22: “masculino”.

I: Estado civil?

C22: “casado”.

I: Habilitações académicas?

C22: “4ª classe”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C22: “pintor de construção civil”.

I: Local de residência?

C22: “Alqueidão da Serra”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C22: “[...] à volta de cinco anos”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C22: “Estou”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C22: “Sim, porque passam cá todos os dias, de manhã e à noite. Lavam alguma roupa [...]”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C22: “Para mim está tudo bem. Eu gosto do comer [...] trazem bastante quantidade”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C22: “Não”.

Apêndice 37 - Transcrição das entrevistas

Legenda (comum a todas as transcrições):

I = Investigadora

Entrevista aos utentes em SAD.

Codificação do participante: C23.

Local de realização da entrevista: Casa do cliente.

Duração da entrevista: 44 minutos e 42 segundos, tendo iniciado às 16H13.

Data da entrevista: 01/04/2022.

Entrevista

I: Senhor C23, qual é a sua idade?

C23: “[...] Fiz 90 anos [...]”.

I: Sexo?

C23: “feminino”.

I: Estado civil?

C23: “casado”.

I: Habilitações académicas?

C23: “nenhuma”.

I: Profissão que desempenhava antes da reforma?

C23: “agricultura [...]”.

I: Local de residência?

C23: “Alqueidão da Serra”.

I: Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo?

C23: “[...] há uns quatro anos [...]”.

I: Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?

C23: “Eu estou satisfeita e gosto que elas cá venham [...] mas gostava que fizessem mais coisas [...] e viessem numa hora mais apropriada para mim [...]. Agora só me levantam, dão-me banho e dão-me o pequeno-almoço [...]”.

I: Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?

C23: “Sim, mas eu gostava de ter um leque mais abrangente de serviços”.

I: Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?

C23: “Eu gostava que me fizessem a cama de vez em quando [...] mas se for para aumentar o pagamento, não quero que me vão à carteira [...] também gostava que me estendessem a roupa [...]”.

I: Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema?

C23: “Eu gostava que me limpassem mais a casa, mas o meu ordenado são cerca de 300 € e se calhar não posso pagar [...] quando começaram faziam-me mais coisas e agora já não fazem”.

ANEXO 5

Transcrição dos questionários realizados aos familiares/responsáveis do idoso.

Quadro nº5.1: Questionário ao familiar do idoso.

Código do participante	idade	sexo	Habilitações acadêmicas	Profissão	Grau de parentesco com o idoso	Reside próximo do familiar idoso	Está satisfeito com os serviços prestados ao seu familiar?
F1	47	feminino	Licenciatura	Professora do ensino básico	filha	sim	Muito satisfeito
F2	50	feminino	Licenciatura	Contabilista certificado	sobrinha	sim	Totalmente satisfeito
F3	57	feminino	3º ciclo do ensino básico	cabeleireira	filha	sim	satisfeito
F4	62	feminino	licenciatura	professor	filho	sim	satisfeito
F5	59	feminino	Ensino secundário	Gestora administrativa	prima	sim	Totalmente satisfeito
F6	53	feminino	licenciatura	Educadora de infância	filha	sim	Muito satisfeito
F7	67	feminino	licenciatura	reformada	irmã	sim	Muito satisfeito
F8	53	feminino	licenciatura	Educadora de infância	filha	não	satisfeito
F9	61	masculino	enfermeiro	licenciatura	filho	não	satisfeito
F10	61	feminino	2º ciclo do ensino básico	doméstica	sobrinha	sim	Muito satisfeito
F11	48	masculino	3º ciclo do ensino básico	adagueiro	filho	sim	satisfeito

F12	41	feminino	licenciatura	gestora	filha	sim	Muito satisfeito
F13	56	feminino	2º ciclo do ensino básico	Empregada de limpeza	vizinha	sim	satisfeito
F14	65	Feminino	1º ciclo do ensino básico	Doméstica	Vizinha	sim	satisfeito
F15	42	feminino	3º ciclo do ensino básico	Empregada fabril	Filha	Sim	Muito satisfeito

Quadro nº 5.2: Resposta às Perguntas abertas do questionário

Código do participante	Considera que estes serviços são importantes para o bem-estar do seu familiar idoso? porquê?	Quais seriam <u>as suas propostas de serviços</u> prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?	Gostaria de dizer algo mais em relação a este tema?
F1	Sim, pois facultá-lhes serviços que a sua condição física já não lhes permite executar	Realização de exercícios/ jogos variados para exercitar o cérebro e o corpo. Ementas mais equilibradas	

F2	Sim, porque há um acompanhamento permanente e de proximidade.	Atividades de convívio entre a comunidade e utentes.	
F3	Sim, são importantes.	Deveriam fazer mais atividades com os idosos	
F4	Sim, proporciona maior conforto.		É um serviço importante à comunidade.
F5	Muito importantes, porque ele tem incapacidade. Ele não sabe cozinhar e precisa ter um controlo alimentar.	Mais atividades, como ver filmes com alguém que explique, e uma animadora, seria excelente.	Não, nada.
F6	Sim. São fundamentais, porque funcionam como parceria no apoio a nível da alimentação, higiene pessoal e do espaço de habitação, sobretudo nos momentos em que a família está a desenvolver a sua atividade profissional.	Ações de sensibilização para os idosos frequentarem o Centro de Dia, porque lá desenvolvem atividades de convívio, manutenção das capacidades físicas, cognitivas e de sociabilização.	
F7	Sim, porque para além de ser uma ajuda para os familiares, é-a igualmente para o utente, de modo que não se sintam só. É uma mais-valia.		

F8	Sim, porque promove a sociabilização e o bem-estar das pessoas que necessitam	Aulas de ginástica, cursos de trabalhos manuais, arranjos florais, culinária.	Que continuem a apoiar os idosos.
F9	Facilitam que estejam no seu lar, ritardando assim a ida para um lar	Serviços de ambulatório, mais presença a pessoas dependentes.	Não
F10	É um bom acompanhamento. Estão seguros. é uma tranquilidade para os familiares.	Mais limpeza da casa. Dois banhos por semana. Mais ocupação, mais simpatia, mais cuidado.	
F11	Liberta o idoso das responsabilidades domésticas, por esta ter problemas de locomoção.	Limpeza mais profunda à cas.	
F12	Sim, sei que o meu pai está em boas mãos. Sei que ele é higienizado e bem alimentado. A companhia diária também é importante. O meu pai fica feliz por contactar COM PESSOAS de “fora2.	Penso que este estudo pode ser importante para os idosos	Sim, gostava de receber o resultado do estudo.
F13	Sim, porque está só e precisa de comida e roupa lavada.	Levarem o idoso mais vezes ao centro de dia para conviver	Não se sente estimulação para aumentar a sua atividade/envelhecimento ativo.

F14	Limpeza mais profunda da casa. Mais comida para o fim-de-semana e comida mais variada	Mais convívio, para promover mais laços de amizade. serem mais acompanhados por movimentos organizados. Terem mais presença e maior assistência.	
F15	sim		

ANEXO 6

Planificações de cinco intervenções no âmbito da promoção do envelhecimento ativo a desenvolver pela Instituição.

Quadro nº 6.1: Atividades ocupacionais, convívios, atividades de estimulação sensorial e cognitiva, valorização do idoso e dos seus saberes.

Dinamizadores / orientadores	Os que se ocupam das atividades em Centro de Dia.
Sinopse (Breve descrição da experiência a proporcionar ao público a envolver)	Mais convívio para estimular o dia-a-dia dos idosos, maior relacionamento uns com os outros
Objetivos (O que se pretende que os participantes alcancem?)	Mais alegria e animo em frequentarem as diferentes respostas sociais
Público-alvo (quem irá participar? Para quem será preparada a intervenção?)	Clientes em Centro de dia e Clientes em SAD que acedam à iniciativa.
Atividades a desenvolver (descrever a sequência de ações do dinamizador e dos participantes)	<p><i>Dinamizador:</i> Convidar cada idoso a apresentar-se aos colegas dizendo o que mais gosta ou gostaria de fazer em grupo e sozinho. Procurar desenvolver o senso de empatia entre eles, começando por ditar algumas regras para a autopromoção e valorização do outro. Encontrar pontos comuns para se juntarem em pequenos grupos (até 5 pessoas) para desenvolverem uma atividade representativa.</p> <p><i>Participantes:</i> Respeitarem os interesses do outro e construir algo em comum (Ex.: um texto, um poema, um desenho, um objeto, um bolo, organizarem um roteiro para saída de campo) que possa ser apresentado e explicado aos demais grupos participantes.</p>
Espaço(s) (em que espaço será realizada a intervenção; requisitos necessários)	Sede da Instituição, zona do Centro de Dia.

Quadro nº6.2: – Limpeza da Habitação e combate à solidão.

Dinamizadores / orientadores	Pessoas voluntárias, associações e/ ou grupos paroquiais locais (Ex: catequese, junta de freguesia, Alecrim e Salva, CCR, etc.)
-------------------------------------	---

Sinopse (breve descrição da experiência a proporcionar ao público a envolver)	Conhecer melhor a comunidade local e proporcionar ajuda aos que estão mais sós e incapacitados/ ou limitados temporariamente, priorizando os clientes da IPSS.
Objetivos (o que se pretende que os participantes alcancem?)	Conhecer e identificar as pessoas que na comunidade mais necessitam de ajuda.
Público-alvo (quem irá participar? Para quem será preparada a intervenção?)	Clientes e associados da IPSS que solicitem esta benesse e outros indivíduos da comunidade (identificados à priori).
Atividades a desenvolver (descrever a sequência de ações do dinamizador e dos participantes)	<i>Dinamizador:</i> Reforçar a limpeza e assistência há habitação. Poderá incluir a confeção um género alimentício para criar empatia por meio da gastronomia (opcional). <i>Participantes:</i> Obter uma lista dos clientes da IPSS e entrar em contacto com os mesmos e seus familiares ou representantes, de modo a verificar o interesse ou necessidade desta intervenção.
Espaço(s) (em que espaço será realizada a intervenção; requisitos necessários)	Casa dos Clientes da Instituição e outros pontualmente identificados como casos de risco.

Quadro nº 6.3: – Contratação especializada e formação para os profissionais

Dinamizadores / orientadores	A designar pela direção da Instituição
Sinopse (breve descrição da experiência a proporcionar ao público a envolver)	Contratar novos profissionais especializados, para entreviram em SAD e Centro de dia, e investir-se na formação continua das funcionárias de modo a saberem cada vez mais e melhor, lidar com os problemas que vão surgindo com os clientes e dar-lhes respostas válidas dentro da especificidade do seu trabalho e do da instituição no geral.
Objetivos (o que se pretende que os participantes alcancem?)	Mais atividades de estimulação físicas e capacidade cognitiva. Estimular e cativar potenciais novos clientes para frequentarem a Instituição, vendo-a como um mais-valia para o envelhecimento ativo.

Público-alvo (quem irá participar? Para quem será preparada a intervenção?)	Profissionais especializados, como ex.: uma animadora, um professor de educação física ou fisioterapeuta, e todas as funcionárias da instituição.
Atividades a desenvolver (descrever a sequência de ações do dinamizador e dos participantes)	<i>Dinamizador:</i> Ensinar e aplicar práticas de acordo com as necessidades sentidas. <i>Participantes:</i> aprenderem e replicarem práticas e procedimentos adequados.
Espaço(s) (em que espaço será realizada a intervenção; requisitos necessários)	Auditório da Casa do Povo e outras infraestruturas pertencentes à Instituição que estejam apropriadas para a formação.

Quadro nº 6.4: – Promover Convívios intergeracionais e maior presença da família e amigos

Dinamizadores / orientadores	A designar pela direção da Instituição
Sinopse (breve descrição da experiência a proporcionar ao público a envolver)	Envolver os idosos e promover mais convívios entre eles, projetando-se uma festa com música a seu gosto, ou uma festa temática e envolvê-los a eles e aos seus familiares a participar, (chamando especialmente as crianças e jovens), para que os mais velhos possam passar o testemunho do conhecimento.
Objetivos (o que se pretende que os participantes alcancem?)	Mais laços de amizade e conceção entre pares, divertimento, e por outro lado, com as famílias promover mais encontros e sociabilização que levam a um envelhecimento ativo e bem-sucedido.
Público-alvo (quem irá participar? Para quem será preparada a intervenção?)	Todos os Clientes interessados desta IPSS e respetivos familiares/ ou representantes
Atividades a desenvolver (descrever a sequência de ações do dinamizador e dos participantes)	<i>Dinamizador:</i> Convidar as partes interessadas (familiares que se queiram juntar) a participar numa festa de convívio organizada na Instituição. <i>Participantes:</i> Elevando a sua autoestima, que possam preparar-se da forma que acharem mais bonita para receberem e presentearem os demais com alegria pelo convite e disposição para a sociabilização
Espaço(s) (em que espaço será realizada a intervenção; requisitos necessários)	Os designados pela Instituição.

Quadro nº6.5: – Parcerias com as entidades e instituições de ensino locais	
Dinamizadores / orientadores	A designar pela direção da Instituição (e que incluam também a promoção das iniciativas nos meios digitais)
Sinopse (breve descrição da experiência a proporcionar ao público a envolver)	Envolver os idosos com e nas iniciativas das escolas e das instituições locais (criar para isso um plano temático) para troca de experiências do antigamente, desejos e expectativas em relação ao presente e medidas para o futuro. Dar e receber.
Objetivos (o que se pretende que os participantes alcancem?)	Prepararem iniciativas para que possam ser levadas as escolas e convidar os estudantes a participarem, por ex.: em oficinas dos saberes, organizarem jogos tradicionais com uma narrativa introdutória, designarem objetivos para faixas etárias distintas e pensarem em prémios de participação com significado memorável, pode p.ex.: incluir foto de grupo.
Público-alvo (quem irá participar? Para quem será preparada a intervenção?)	Todos os Clientes desta IPSS e entidades e instituições de ensino locais.
Atividades a desenvolver (descrever a sequência de ações do dinamizador e dos participantes)	<i>Dinamizador:</i> Pensar em atividades para as diferentes faixas etárias. Elaborar plano de ação com datas e metas a alcançar. <i>Participantes:</i> Desenvolverem adivinhas, brincadeiras, trava-línguas, perguntas culturais relacionadas com o meio onde estão inseridos, ensinarem trabalhos manuais como rendas, cultivar, etc
Espaço(s) (em que espaço será realizada a intervenção; requisitos necessários)	Os espaços da instituição e os espaços designados pelas entidades parceiras.

ANEXO 7

Guiões das entrevistas.

Anexo 7.1 - Guiões das entrevistas

Tema: Envelhecimento ativo e bem-sucedido

Questão de investigação: De que modo é que a Casa do Povo de Alqueidão da Serra contribui para a promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido da comunidade onde se insere?

Guião de entrevista semiestruturada – **DIRETORA TÉCNICA**

Objetivos de investigação selecionados (considerados para o presente guião):

Objetivo 1) - Mapear o trabalho desenvolvido pela Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido a nível comunitário

Objetivo 4) – Identificar propostas de melhoria a serem realizadas pela Casa do Povo no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido;

Caracterização dos entrevistados: Diretora técnica da Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Local/Meio da entrevista:

Data da entrevista:

Observações:

Designação dos Blocos	Objetivos	Formulário de questões
A) Legitimação da entrevista	Legitimar a entrevista e motivar os participantes para a sua realização.	<p>Pontos a abordar nas perguntas desta fase inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Clarificar os fundamentos/objetivos da entrevista; ○ Solicitar a colaboração do entrevistado; ○ Obter a sua autorização para a gravação áudio da entrevista; ○ Garantir a confidencialidade do entrevistado (relembrar que foi preenchido o documento de consentimento informado); ○ Clarificar a forma como pretende ser tratado durante a entrevista (ex.: Dra./você/tu); ○ Esclarecer o entrevistado de que pode solicitar uma clarificação/reformulação sempre que não compreender uma determinada pergunta; ○ Agradecer a colaboração do entrevistado.
B) Caracterização dos entrevistados	Recolher informações gerais sobre os participantes.	<p>Pontos a abordar nas perguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Idade 2. Sexo 3. Habilitações académicas 4. Tempo que trabalha na instituição 5. Local de residência

Designação dos Blocos	Objetivos	Formulário de questões
<p>C) Mapear o trabalho desenvolvido pela Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido a nível comunitário âmbito desta investigação.</p>	<p>Recolher informações sobre o trabalho da instituição</p>	<p>6. Na agenda atual da IPSS, que importância tem o tema do envelhecimento ativo e bem-sucedido?</p> <p>7. Que ações concretas estão a ser feitas no sentido de o promover?</p> <p>8. Dessas ações todas são do resultado direto do trabalho dos profissionais ou há outro investimento/ ações fora do contexto da IPSS? Quais?</p>
<p>D) Identificar propostas de melhoria a serem realizadas pela Casa do Povo no âmbito da promoção do envelhecimento</p>	<p>Recolher informações sobre proposta a melhorar na IPSS</p>	<p>9. Que novos serviços poderia prestar o Centro de Dia e os SAD tendo essa capacidade?</p> <p>10. Que tipo de novas iniciativas poderiam ser promovidas junto dos utentes/clientes para a promoção de um envelhecimento ativo e bem-sucedido?</p>

Designação dos Blocos	Objetivos	Formulário de questões
ativo e bem-sucedido;		11. Quais são as principais potencialidades da Casa do Povo no que se refere à promoção do envelhecimento ativo?
E) Finalização da entrevista	Concluir a entrevista e agradecer a colaboração dos participantes.	<p>Pontos a abordar na fase final da entrevista:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema? ○ Agradecer a disponibilidade e a participação do entrevistado; ○ Reforçar que o entrevistado pode ter acesso à transcrição da entrevista, caso assim o entenda.

Apêndice 7.2 - Guiões das entrevistas

Tema: Envelhecimento ativo e bem-sucedido

Questão de investigação: De que modo é que a Casa do Povo de Alqueidão da Serra contribui para a promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido da comunidade onde se insere?

Guião de entrevista semiestruturada – **IDOSOS /CLIENTES**

Objetivos de investigação selecionados (considerados para o presente guião):

Objetivo 2) – Conhecer as propostas dos clientes e seus familiares no que se refere ao envelhecimento ativo e bem-sucedido.

Caracterização dos entrevistados: Os idosos que são clientes da Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Local/Meio da entrevista:

Data da entrevista:

Observações:

Designação dos Blocos	Objetivos	Formulário de questões
F) Legitimação da entrevista	Legitimar a entrevista e motivar os participantes para a sua realização.	Pontos a abordar nas perguntas desta fase inicial: <ul style="list-style-type: none">○ Clarificar os fundamentos/objetivos da entrevista;○ Solicitar a colaboração do entrevistado;

Designação dos Blocos	Objetivos	Formulário de questões
		<ul style="list-style-type: none"> ○ Obter a sua autorização para o registo áudio da entrevista; ○ Garantir a confidencialidade do entrevistado (relembrar que foi preenchido o documento de consentimento informado); ○ Clarificar a forma como pretende ser tratado durante a entrevista (ex.: Sr. (a)/você/tu); ○ Esclarecer o entrevistado de que pode solicitar uma clarificação/reformulação sempre que não compreender uma determinada pergunta; ○ Agradecer a colaboração do entrevistado.
G) Caracterização dos entrevistados	Recolher informações gerais sobre os participantes.	<p>Pontos a abordar nas perguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> 12. Idade 13. Sexo 14. Estado civil 15. Habilitações académicas 16. Profissão desempenhada antes da reforma 17. Local de residência 18. Há quanto tempo é cliente da Casa do Povo
H) Conhecer as propostas dos	Recolher informações sobre novas propostas para o	

Designação dos Blocos	Objetivos	Formulário de questões
clientes e seus familiares no que se refere ao envelhecimento ativo e bem-sucedido.	envelhecimento ativo e saudável.	<p>19. Está satisfeito com os serviços que lhe são prestados pela Casa do Povo?</p> <p>20. Considera que estes serviços são importantes para o seu bem-estar? Porquê?</p> <p>21. Quais seriam as suas propostas de serviços prestados pela Casa do Povo, no âmbito da promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido?</p>
I) Finalização da entrevista	Concluir a entrevista e agradecer a colaboração dos participantes.	<p>Pontos a abordar na fase final da entrevista:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema? ○ Agradecer a disponibilidade e a participação do entrevistado; ○ Reforçar que o entrevistado pode ter acesso à transcrição da entrevista, caso assim o entenda.

Apêndice 7.3- Guiões das entrevistas

Tema: Envelhecimento ativo e bem-sucedido

Questão de investigação: De que modo é que a Casa do Povo de Alqueidão da Serra contribui para a promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido da comunidade onde se insere?

Guião de entrevista semiestruturada – **PROFISSIONAIS/FUNCIONÁRIOS**

Objetivos de investigação selecionados (considerados para o presente guião):

Objetivo 1) - Mapear o trabalho desenvolvido pela Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido a nível comunitário;

Objetivo 3) – Identificar as representações dos profissionais da Instituição relativamente ao papel da Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo dos clientes;

Caracterização dos entrevistados: Funcionários/profissionais da Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), Casa do Povo de Alqueidão da Serra.

Local/Meio da entrevista:

Data da entrevista:

Observações:

Designação dos Blocos	Objetivos	Formulário de questões
J) Legitimação da entrevista	Legitimar a entrevista e motivar os participantes para a sua realização.	Pontos a abordar nas perguntas desta fase inicial: <ul style="list-style-type: none">○ Clarificar os fundamentos/objetivos da entrevista;○ Solicitar a colaboração do entrevistado;

Designação dos Blocos	Objetivos	Formulário de questões
		<ul style="list-style-type: none"> ○ Obter a sua autorização para o registo áudio da entrevista; ○ Garantir a confidencialidade do entrevistado (relembrar que foi preenchido o documento de consentimento informado); ○ Clarificar a forma como pretende ser tratado durante a entrevista (ex.: Sr. (a)/você/tu); ○ Esclarecer o entrevistado de que pode solicitar uma clarificação/reformulação sempre que não compreender uma determinada pergunta; ○ Agradecer a colaboração do entrevistado.
K) Caracterização dos entrevistados	Recolher informações gerais sobre os participantes.	<p>Pontos a abordar nas perguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> 22. Idade 23. Sexo 24. Habilitações académicas 25. Tempo que trabalha na instituição 26. Local de residência
L) Mapear o trabalho desenvolvido	Recolher informações sobre o trabalho da instituição	27. Na sua opinião, que ações são desempenhadas na IPSS, que proporcionam um envelhecimento ativo e bem-sucedido dos utentes/clientes?

Designação dos Blocos	Objetivos	Formulário de questões
<p>pela Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido a nível comunitário âmbito desta investigação.</p>		<p>28. O que está a ser feito para estimular esta comunidade a envelhecer melhor?</p> <p>29. Na sua opinião, qual ou quais são os serviços mais importantes, no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido, que a Casa do Povo oferece aos idosos?</p> <p>30. Na sua opinião, o que é que faz mais falta para os idosos envelhecerem melhor?</p>
<p>M) Identificar as representações dos profissionais da Instituição relativamente ao papel da Casa do Povo no âmbito do envelhecimento</p>	<p>Recolher informações sobre proposta a melhorar na IPSS</p>	<p>31. Considera que a Casa do Povo se tem preocupado com o envelhecimento ativo dos utentes?</p> <p>32. Na sua opinião, é importante a promoção do envelhecimento ativo dos clientes? Porquê?</p>

Designação dos Blocos	Objetivos	Formulário de questões
ativo dos clientes;		33. Na sua opinião, que iniciativas poderiam ser desenvolvidas pela Casa do Povo no âmbito do envelhecimento ativo e bem-sucedido dos seus clientes e restante comunidade?
N) Finalização da entrevista	Concluir a entrevista e agradecer a colaboração dos participantes.	<p>Pontos a abordar na fase final da entrevista:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Gostava de dizer mais alguma coisa em relação a este tema? ○ Agradecer a disponibilidade e a participação do entrevistado; ○ Reforçar que o entrevistado pode ter acesso à transcrição da entrevista, caso assim o entenda.

ANEXO 8

Grelhas de análise de conteúdo dos entrevistados.

Grelha de análise de conteúdo das entrevistas aos profissionais.

Objetivo: objetivos 1 e 4 da investigação.

Quadro nº 6: Grelha de análise temática da entrevista da diretora técnica			
Tema	Categorias	Subcategorias	Unidades de Registo
Promoção do envelhecimento ativo e bem-sucedido	O que está a ser feito pela instituição	Retoma da valorização do assunto	“[...] o nosso plano já vem um bocadinho ao encontro mais dessa questão e está em cima da mesa, claro, agora vamos retomar a pouco e pouco esse objetivo”. (P1)
		Retoma de atividades em grupo	“[...] internamente, para já, estamos a retomar as nossas atividades devagarinho porque, para já, temos que manter as orientações da DGS a nível da exposição dos espaços físicos e das interações entre os utentes. Estamos a retomar as atividades em grupo para permitir a interação entre eles. [...]”
		Desenvolver atividades diferenciadas	“Aqui, vamos desenvolvendo atividades diferenciadas, a vários níveis: cognitivo, de estimulação, de grupo, as saídas, os trabalhos manuais. Vamos tentando fazer este tipo de atividades”.

		Articulação com os técnicos	“Em termos de técnicos cá, vou sendo eu que vou aqui delineando as atividades e depois em conjunto com as funcionárias vamos tentando promover ao máximo [...]eu já recorri várias vezes aos técnicos [...]”
		Reforço do apoio domiciliário	“canalizei mais para o apoio domiciliário porque era mais difícil chegar lá por ser um trabalho mais individualizado e ela fazia reabilitação psicomotora em vários níveis, motor, sensorial, fazia sessões de 45minutos, programadas com determinados utentes, o que era uma mais-valia. É um investimento que a instituição poderia fazer no futuro porque é importante”. (P1)
	Propostas de Melhoria	Contratação de técnicos	“[...] falta um técnico de reabilitação para os SAD [...] e um animador [...]”. (P1)
		Atividades de estimulação cognitiva e sensorial	“[...] aulas de alfabetização [...] Ações que possam promover a manutenção física e depois a estimulação cognitiva, sensorial, mas trabalho muito individualizado [...]”.

		Atividades físicas	“[...] para manutenção da qualidade de vida e para a promoção de um envelhecimento mais bem-sucedido seria muito individualizado, para a manutenção e reabilitação psicológica e motora em ambos os serviços [...] implementar salas de <i>snoezelen</i> [...]”.
	Potencialidades da IPSS	Espaços físicos	“Espaços físicos existem [...] a instituição está ao serviço da comunidade também. Podem-nos emprestadas as carrinhas, o auditório, os espaços físicos e nós estamos sempre disponíveis e abertos à comunidade [...]”
		Relação próxima com a comunidade	“[...] Hoje em dia, [...] as pessoas procuram-me aqui para aconselhamento, orientação e até encaminhamento, quer a nível de segurança social quer a nível de saúde, e em casos mais particulares e acho que isso é uma mais-valia [...]”.

Grelha de análise de conteúdo das entrevistas aos profissionais (continuação).

Objetivo: objetivos 1 e 3 da investigação

Quadro nº 7: Grelha de análise das entrevistas aos profissionais da instituição			
Tema	Categorias	Subcategorias	Unidades de registo
Trabalho desenvolvido pela casa do povo	O que está a ser feito pela instituição	Cuidados básicos	<p>“O apoio domiciliário fazemos o que temos a fazer (higiene, limpeza, alimentação) e depois damos um bocadinho de conversa que eles gostam [...]” (P10);</p> <p>“[...] os serviços básicos que é a alimentação, higiene e o transporte” (P3);</p> <p>“[...] Nos SAD, vamos de manhã, damos o pequeno-almoço, fazemos as higiènes, damos as medicações e depois fazemos o levante, a diária, o banho, depois vamos ao almoço e há utentes em que vamos à tarde fazer mudas de fraldas [...]” (P12).</p> <p>“Eu acho que é o acompanhamento deles diariamente, tanto no domicílio como aqui, dentro da casa.” (P7);</p> <p>“[...] se contar alimentação, bem-estar, limpeza. Nós fazemos isso tudo [...]” (P9);</p>

			<p>“[...] a nossa boa disposição [...]” (P11);</p> <p>“temos um diálogo com eles e acho que eles gostam, vamos atualizando-os com informações [...] e isso estimula-os [...]” (P12);</p>
		Atividades de estimulação física	<p>“[...] ginástica, dança de vez em quando [...]” (P2);</p> <p>“[...] aqui dentro com eles [...] todas as semanas há um dia até para a culinária, [...]” (P7);</p> <p>“[...] eles terem uma rotina, saírem de casa também é bom porque falam entre eles, jogam às cartas [...]” (P5);</p>
		Reforço de autonomia	<p>“[...] Tentar que eles comam sozinhos, que eles se vistam sozinhos, que eles tomem banho sozinhos [...]” (P9);</p>
		Saídas de campo	<p>“[...] atividades banais [...] para mim atualmente serão esses passeios que eles dão. As visitas locais à serra, ao moinho e atualmente é só [...] o serviço que fazemos ao sábado é inteiramente da responsabilidade da IPSS [...]” (P8);</p>

Dificuldades sentidas	Desinteresse dos idosos	<p>“[...] As ações desempenhadas neste âmbito, são muito poucas [...] isto também tem muito a ver com o número de utentes que nós temos agora na instituição e o tipo de utentes, que não estão tão recetivos, a mobilidade é muito mais fraca [...] praticamente estão imobilizados [...] eles próprio não estão recetivos. Eles não querem” (P8);</p> <p>“ [...] alguma coisa está a ser feita para os estimular, mas não estamos a conseguir, não está a dar resultado” (P8);</p> <p>“[...] muitos deles também não já não têm aquela coisa de querer fazer certas atividades [...]” (P5),</p> <p>“[...] acabam por estar um bocado ali parados e a ver televisão, [...]” (P3);</p>
	Baixo número de utentes	<p>“[...] haver mais utentes [...] (P7);</p> <p>“[...] não dá para fazer muita coisa porque são poucos utentes e não se estimulam uns aos outros” (P2);</p>
	Poucas atividades de	<p>“Mais atividades, mais cultura [...]”. (P2);</p>

		envolvimento social e cultural	<p>“Por acaso agora até temos aí uma associação que está a tentar trabalhar um bocadinho nessa área. Estamos a falar do “Alecrim e Salva”, que estão a tentar envolver-se mais [...] temos acordo para 25 utentes em centro de dia, mas as instalações têm capacidade para 30 [...] (P8);</p> <p>“[...] Às vezes vão visitar os idosos, agora andam aí a fazer uma serie de fotografias com a xxx e eles andam todos contentes, de resto não se faz muito [...]”. (P13).</p>
	Serviços com maior valorização em SAD e Centro de Dia	Cuidados básicos	<p>“O apoio domiciliário [...] (P2);</p> <p>“[...] têm as refeições, vão buscá-los a casa, se precisarem de compras também as fazem, de ir à farmácia, de se ocuparem pela medicação e acho que isso é uma boa coisa para eles [...]” (P5);</p> <p>“É assegurar-lhes a alimentação e a higiene, porque há muitos que não tem isso [...] eles precisam muito de nós, porque alguns passam fome [...]” (P9);</p> <p>“É a higiene deles, os banhos diários, a nível de medicação [...] a alimentação” (P7);</p> <p>“[...] e é bom porque se mantêm nas suas próprias casas e mantem as suas rotinas [...]” (P12);</p>

			<p>“os cuidados com a alimentação, se houver algum idoso com tensão alta ou diabetes, nós tentamos fazer alguma dieta mediante prescrição médica, avisamos a família quando está alguma coisa diferente que nós notemos neles, e é por aí [...]”. (P13);</p>
		Apoio na gestão doméstica	<p>“[...]se precisarem de compras também as fazem, de ir à farmácia, de se ocuparem pela medicação [...]” (P5)</p> <p>“[...] quando eles pedem para lhes comprarmos coisas do supermercado, da farmácia [...] as vezes recorrem mais a nós do que aos próprios familiares [...] os que têm autonomia gerem o seu próprio dinheiro [...] nós é que temos que dizer À família o que se está a passar com o idoso uma vez que lidamos com eles todos os dias” (P11);</p>
	O que deveria ser feito	Mais presença e maior incentivo por parte da direção.	<p>“[...] se calhar poderia fazer mais se tivesse mais verbas” (P2);</p> <p>“Sim tem, está-lhes sempre em mente, aliás, penso que todas as funcionárias, dirigentes e tudo, é um tema em cima da mesa” (P3);</p> <p>“Eu vou-te dizer, a direção, para mim, não [...] Neste momento para te dizer a verdade acho que não está a ser feito nada” (P4);</p>

<p>Propostas de melhoria</p>			<p>“[...] a direção vem cá poucas vezes [...]” (P6);</p> <p>“[...] a direção também se preocupa, mas não vive diariamente esta realidade [...] a prioridade deles é a atividade profissional [...] até é o assunto do dia, o envelhecimento ativo [...]” (P8);</p> <p>“[...] Neste momento não temos grande apoio dessa parte (dos superiores) [...] acho que devia haver mais apoio da direção, não vimos incentivo da parte deles [...]”. (P12);</p> <p>“Os dirigentes deveriam de se preocupar mais, nomeadamente saber como é que eles estão, ir visitá-los de vez em quando [...] por exemplo, quando há aumentos ninguém telefona e as pessoas são apanhadas de surpresa [...] mais comunicação”. (P14).</p> <p>“A casa do povo vive sempre preocupada em manter as finanças em dia [...] os funcionários têm que estar contentes para prestarem um bom serviço [...] (P9);</p> <p>“[...] eles querem sempre mais do que aquilo que nós conseguimos dar, mas não conseguimos fazer milagres”. (P11);</p> <p>“[...] Às vezes estamos cansadas, porque isto é uma luta, somos poucas e depois vamos de férias e depois é uma correria [...] é desgastante e stressante o dia a dia, o trabalho [...]” (P9);</p>
------------------------------	--	--	---

		<p>Reforço da companhia</p>	<p>“Conversar e recordar os tempos antigos, as histórias deles [...] Eu penso que o que ainda está a fazer mais falta ainda é isso, mais pessoas para cá”. (P3);</p> <p>“[...] eles precisavam todo o dia da nossa companhia [...]”. (P12);</p> <p>“[...] Mais atenção, estar mais tempo, ajudar mais [...] eles gostam muito de conversar connosco, a pessoas que estão sempre sozinhas e estão à espera de que agente vá e esteja lá um bocadinho a conversar [...]”. (P14);</p> <p>“[...] aos utentes em SAD falta mais a companhia porque alguns estão muito isolados” (P10);</p> <p>“[...] mas na minha opinião a necessidade deles passa mais por terem um bocadinho de conversa, serem ouvidos, um bocadinho de carinho, porque são pessoas que estão bastante sozinhas [...] há pessoas que só nos vêm a nós durante o dia [...] (P11);</p> <p>“[...] acho que eles deveriam ser mais integrados [...] faz-lhes falta eles estarem juntos, uma companhia, ir lá alguém falar com eles, sem ser eu [...] falta companhia, falta autoestima a estas pessoas [...]” (P9);</p>
--	--	-----------------------------	--

		<p>Promover convívios intergeracionais</p>	<p>“[...] juntar as famílias com os idosos e proporcionar um almoço convívio e convidarem pessoas de fora” (P5);</p> <p>“[...] Por exemplo, só promovendo os encontros [...]” (P13);</p> <p>“[...] a direção deveria promover mais convívios e mais abertura [...]” (P12);</p> <p>“[...] as pessoas visitarem, trazer ideias, participarem Às vezes com ginásticas, convívios [...]” (P3);</p> <p>“[...] criar interações que possam juntá-los [...] quando a comunidade os envolve, dá bom resultado [...]” (P8);</p> <p>“[...] criar atividades onde eles se possam juntar até os com dez anos de diferença [...]” (P8);</p>
		<p>Parcerias com as entidades e instituições de ensino locais</p>	<p>“[...] ter aqui os tempos livres das crianças [...]” (P7);</p> <p>“[...] sessões de cinema regulares para juntar a comunidade [...]”. (P12);</p> <p>“ [...] temos que nos preparar para ir às escolas, temos que dar alguma coisa e mostrar alguma coisa “[...] Um baile, uma festa, as crianças virem fazer-lhes uma visita [...]” (P9);</p>

			<p>“[...] (a comunidade do exterior) acho que poderiam vir visitar, falar com eles, conversar, a casa está aberta para isso [...] vir a pré-escola com os meninos, eles ficam todos contentes quando vêm crianças [...]” (P7);</p>
		<p>Diversificar atividades para as diferentes faixas etárias</p>	<p>“[...] se houvesse mais atividades e tivéssemos uma animadora que os puxasse [...]” (P2);</p> <p>“[...] termos aqui mais atividade [...] esses jogos tradicionais [...] jogo da pedra, jogo da malha [...] os convívios divertidos [...]” (P3);</p> <p>“Ginástica, passeios pelos campos [...] trabalhos manuais, cantar [...]” (P4);</p> <p>“[...] haver uma animadora [...] eles gostam sempre de ver alguém diferente [...]” (P5);</p> <p>“[...] os idosos haviam de ter ginástica e mais alguma coisa para os cativar porque eles estão muito parados [...]” (P6);</p> <p>“[...] é preciso criar outro tipo de atividade que possa envolver estas faixas etárias tão diferentes (75-90anos) [...] alguns jogos tradicionais “(P8).</p> <p>“[...] entreter as pessoas a fazerem trabalhos [...] não há animadoras sociais [...]”. (P14).</p>

			<p>“[...] deveríamos oferecer um leque de atividades que não sendo obrigatório ter de vir para aqui, mas que eles se pudessem inscrever e participar [...]” (P9);</p>
		<p>Contratação de profissionais especializados</p>	<p>“[...] uma animadora social, nem que fosse a tempo parcial, para os animar mais, para os puxar mais [...]” (P2);</p> <p>“[...] um professor de ginástica [...] e era uma animadora [...]” (P4);</p> <p>“[...] nesta casa o que faz falta neste momento era uma animadora [...]” (P5);</p> <p>“Primeiramente, o que faz aqui falta, e é um sonho, era uma profissional que conseguisse motivá-los, captá-los pra algumas outras atividades que promovessem esse movimento [...] uma fisioterapeuta era o ideal para se deslocar aos nossos utentes em domicílio [...]” (P8);</p>
		<p>Promover a presença da família</p>	<p>“é a disponibilidade das famílias [...] é a falta de tempo [...]”. (P13);</p> <p>“[...]eu acho que deviam ter mais algum apoio dos próprios familiares, pois eles sentem-se muito sozinhos [...]”. (P11);</p> <p>“[...] eles dizem que muitas das vezes, nós somos as pessoas que eles vêm. Os vizinhos, os familiares, ninguém tem tempo para nada [...]”. (P13);</p>

			“[...] acho que eles poderiam receber mais visitas dos netos, [...]” (P7);
		Mais formação interna para os profissionais	“[...] também esta falta de formação que nós temos em lidar com estas novas situações, com estas novas doenças que vão aparecendo. [...] isto está tudo a ficar deprimido [...] falo de pessoas com pouco mais de 60 anos [...]” (P.9).
Promoção do envelhecimento ativo	Comportamentos de promoção	Valorização do idoso	<p>“[...] somos todos seres humanos e acho que envelhecer com o mínimo de bem-estar [...] eles são pessoas e precisam de ser estimadas, acho que sim, acho que é importante [...]” (P7);</p> <p>“É uma etapa da vida que é um bocado triste e com limitações e tornar isso o menos doloroso e mais divertido é um bem essencial para eles” (P3);</p> <p>“sim [...]no fim da vida deles, acho que se tiverem um bom apoio, um bom conforto [...] e Às vezes é preciso tão pouco, um sorriso para eles já é muito, já ajuda ao dia [...]”. (P12);</p> <p>“[...] é importante o apoio [...]” (P14);</p>
		Valorização da confraternização	“[...] Sim, é, porque dá-lhes mais vida [...]” (P4);

			<p>“Sim [...] porque provavelmente ajuda-os a passar melhor o tempo, com mais qualidade [...] pô-los a falar é muito importante [...] e para isso também é preciso ter muita habilidade e saber [...]” (P8);</p> <p>“[...] Quanto mais atividades eles tiverem, combate a solidão, a depressão e etc. [...]” (P13);</p>
		Valorização da sabedoria antiga	<p>“É importante, primeiro que nada porque o que está cá hoje foram eles que contruíram, há um legado, há uma herança e agente esquece-se disso. Eles são a história e nós vamos acrescentando os capítulos para a frente [...] temos que valorizar o que eles sabem [...]” (P9);</p>

Grelha de análise de conteúdo das entrevistas aos Clientes.

Objetivo: Dar resposta ao objetivo 2 das questões de investigação.

Quadro nº 8: Grelha de análise das entrevistas realizadas aos clientes da instituição			
Tema	Categorias	Subcategorias	Unidades de registo
Satisfação com os serviços prestados pela instituição.	O que é mais valorizado nos cuidados básicos.	A alimentação	<p>“[...] Elas vêm trazer comer de manhã, vêm ao almoço e trazem o almoço e jantar. [...] Gosto da alimentação, elas servem muito bem” (C15)</p> <p>“Estou satisfeito e a alimentação é boa.” (C2);</p> <p>“Eu estou satisfeito. Não encontro melhor do que isto [...] (C5);</p> <p>“[...] a comida é boa [...] “(C13);</p> <p>“[...] Se fosse eu a fazer comer em casa, eu só fazia aquilo que eu gosto e isso não pode ser porque eu sou diabético. [...]”. (C7);</p> <p>“Trazem-me a comida que eu gosto [...]”. (C20);</p> <p>“Para mim está tudo bem. Eu gosto do comer [...] trazem bastante quantidade”. (C22);</p> <p>“[...] Isto aqui é tudo aseado, o comer é tudo bom [...]” (C4);</p>

			<p>“[...] Só elas virem cá trazer os alimentos é um descanso para mim [...]”. (C8);</p> <p>“[...] eu comia melhor quando era eu a fazer, mas pronto, está bom [...]”. (C18);</p>
		A limpeza da casa	<p>“[...] Elas vêm cá à quarta-feira, uma dá-me banho e outra limpa um pouco o chão da casa e lavam a louça do pequeno-almoço [...]”. (C18);</p> <p>“[...] Só limpam à segunda-feira”. (C8);</p>
		A higiene pessoal	<p>“[...] ao fim-de-semana vêm dar banho à minha senhora e vêm todos os dias lavá-la. [...] ”. (C15);</p>
	Importância dos serviços prestados	Satisfação com os serviços no geral	<p>“[...] Porque estou praticamente paralisado [...] para mim é uma grande ajuda, porque é o que tenho, é do que eu posso disfrutar é deste centro de dia e da ajuda da segurança social [...] de outra forma não posso viver [...].” (C1);</p> <p>“Estou satisfeito. São muito boas meninas e servem muito bem. [...] Eu acho que não pode ser melhor. Estou contentíssimo”. (C15);</p>

			<p>Estou satisfeita com tudo. Não podia ser melhor para mim [...] e as moças são muito simpáticas, qualquer uma delas”. (C14);</p> <p>“Estou, gosto e estou satisfeita”. (C12);</p> <p>“Para mim têm sido bons. Porque estou aqui, tenho o comer a horas, como, vou para casa, levo a sopinha, como-a à noite e deito-me descansadinha [...]”. (C3);</p> <p>“[...] as pessoas são boas, são meigas, o comer é bom [...]” C4);</p> <p>“[...] Estar aqui para não andar lá por casa. A minha mulher não pode fazer alimentação e chega-se ao meio-dia e eu também não sei cozinhar e venho para aqui passar o tempo e tenho aqui o almoço já feito e preparado. [...]” (C5);</p> <p>“Porque é uma ajuda que eu tenho. [...]” (C7);</p> <p>“São, porque eu já não estava em condições de fazer as coisas, por isso é que as minhas filhas me lá inscreveram [...] estou mais descansada agora.” (C12);</p> <p>“Esta continuação das coisas como estão, as coisas estão a correr bem [...]” (C1);</p> <p>“Eu estou satisfeito com tudo, São indispensáveis [...] garantem-me alimentação e assistência diárias”. (C17);</p>
--	--	--	---

			<p>“São importantíssimos, porque nós não o podemos fazer e estamos sempre seguros de que vem cá alguém [...]”. (C15);</p> <p>“Sim, importante é. [...] (C8);</p> <p>“São importantes, porque eu também já não posso [...]” (C18);</p> <p>[...] quando é um dia diferente trazem sempre qualquer coisa para agente, olha, ainda tenho aqui esta rosa, que me trouxeram quando foi o Dia da Mulher [...]”. (C19);</p> <p>“[...] lavam-me os lençóis e trazem-me a comida e isso é importante [...] as pessoas que estão desta idade deviam de ir para lá ou fazer como eu, virem ao domicílio [...] eu até gostava que o meu marido fosse para o centro de dia [...] mas ele não quer para lá ir [...]”. (C21);</p>
		<p>Satisfação com a companhia diária que lhes é prestada.</p>	<p>“Estou. Sempre estou melhor do que se estivesse sozinha [...] (C18)</p> <p>“eu tenho necessidade destes serviços, também para não estar sozinho em casa”. (C2);</p> <p>“Eu estou satisfeita e gosto que elas cá venham [...]” (C23)</p> <p>“Para mim é tudo bom, venho para aqui para não estar sozinho em casa [...]”. (C6);</p>

			<p>“Sempre é uma ajuda. Eu não tenho mais ninguém, eu estou sozinho e por isso tem que haver quem faça alguma coisa [...]”. (C10);</p> <p>“Sinto-me bem porque estava cá sozinha e assim vêm cá. Tenho cá companhia, e fazem-me tudo [...]”. (C14);</p> <p>“[...] eu gosto do ambiente e eu gosto do convívio, percebe?! [...]”. [C20];</p>
	Propostas de melhoria dos serviços prestados	Mais assistência à habitação	<p>“Podiam limpar mais a casa toda [...]”. (C13);</p> <p>“Eu gostava que me fizessem a cama de vez em quando [...] também gostava que me estendessem a roupa [...]eu gostava de ter um leque mais abrangente de serviços”. (C23);</p> <p>“[...] haver mais assistência e levarem menos dinheiro [...] “(C10);</p> <p>“[...] se fosse uma coisinha melhor na limpeza eu gostava. [...] (C19) ;</p> <p>“Os serviços que elas cá vêm fazer é pouco. Lavam a roupa e passam aqui com a esfregona [...]”. (C9);</p> <p>“Por enquanto fazem pouco [...] trazem-me o comer e lavam-me a louça do pequeno-almoço [...] levam a roupa para lavar e trazem-ma passada a ferro [...] eu gostava de mais, mas elas dizem que não pode ser [...]” (C13);</p>

			<p>“[...] gostava que fizessem mais coisas [...] e viessem numa hora mais apropriada para mim [...] quando começaram faziam-me mais coisas e agora já não fazem”. (C23).</p>
		<p>Melhoria do cardápio alimentar</p>	<p>“[...] a sopa as vezes é um bocado deslavada [...]”. (C13);</p> <p>“A sopa é muito líquida. Podia ser mais grossa. [...] (C8);</p> <p>“[...] O comer umas vezes é melhor, umas vezes é pior, às vezes não tem bom sabor [...] mas não é sempre [...]”. (C19);</p> <p>“[...] a alimentação tem dias melhores, dias piores, quando é peixe é que eu não gosto” (C5);</p>
		<p>Mais atividades de estimulação física</p>	<p>“devíamos ter alguém que alegrasse mais isto. Está um bocadinho apagado [...]” (C3);</p> <p>“[...] Por um lado, é bom estar aqui, mas só é pena eu não ter coisas para fazer. Estou ali assentado, durmo, vejo televisão. Uma ginástica”. (C5);</p>

		<p>Mais passeios</p>	<p>“[...] devíamos dar mais uns passeios, porque nós dantes passeávamos mais um bocadinho e eramos mais felizes. Antes do covid íamos a muitos lados passear, a Tomar, à praia [...]”. (C2);</p> <p>“[...] as vezes podíamos ir passear onde não há casas, caminhar”. (C7);</p>
		<p>Mais convívios</p>	<p>“[...] O que me faz falta é companhia para falar [...]”. (C4);</p> <p>“[...] que as pessoas que estivessem mais isoladas pudessem conversar mais um bocadinho para ajudar a passar o tempo [...]”. (C10);</p>

Grelha de análise de conteúdo dos questionários aos familiares dos Clientes.

Objetivo: Dar resposta ao objetivo 2 e 4.

Quadro nº 9: Grelha de análise dos questionários aos familiares/responsáveis pelos clientes			
Tema	Categorias	Subcategorias	Unidades de registo
Importância dos serviços prestados ao cliente	Satisfação com os serviços prestados	Serviços básicos assegurados	<p>“Muito importantes, porque ele tem incapacidade. Ele não sabe cozinhar e precisa ter um controlo alimentar.” (F5);</p> <p>“Sim. São fundamentais, porque funcionam como parceria no apoio a nível da alimentação, higiene pessoal e do espaço de habitação, sobretudo nos momentos em que a família está a desenvolver a sua atividade profissional.” (F6);</p> <p>“[...] Sei que ele é higienizado e bem alimentado. A companhia diária também é importante.” (F12);</p> <p>“[...] precisa de comida e roupa lavada.” (F13).</p>
		Companhia e apoio	<p>“[...] há um acompanhamento permanente e de proximidade.” (F2);</p>

			<p>“[...] O meu pai fica feliz por contactar com pessoas de fora”.” (F12);</p> <p>“[...] promove a sociabilização e o bem-estar das pessoas que necessitam.” (F8);</p> <p>“Facilitam que estejam no seu lar, retardando assim a ida para um lar” (F9);</p> <p>“Sim, porque está só [...] (F13)</p>
		Descanso dos responsáveis/cuidadores	<p>“Sim, proporciona maior conforto.” (F4);</p> <p>“[...] É uma mais-valia.” (F7);</p> <p>“É um bom acompanhamento. Estão seguros. é uma tranquilidade para os familiares.” (F10);</p> <p>“Liberta o idoso das responsabilidades domésticas, por esta ter problemas de locomoção.” (F11);</p> <p>“Sim, sei que o meu pai está em boas mãos” (F12);</p>
		Diversificar as atividades ocupacionais	<p>“Deveriam fazer mais atividades com os idosos.” (F3);</p>

Propostas de Melhoria	Amplificar os serviços de apoio		<p>“Realização de exercícios/ jogos variados para exercitar o cérebro e o corpo.” (F1)</p> <p>“Mais atividades, como ver filmes com alguém que explique, e uma animadora, seria excelente.” (F5);</p> <p>“Aulas de ginástica, cursos de trabalhos manuais, arranjos florais, culinária.” (F8);</p> <p>Mais ocupação, mais simpatia, mais cuidado.” (F10).</p> <p>“[...] serem mais acompanhados por movimentos organizados. Terem mais presença e maior assistência.” (F14);</p> <p>“[...] estimulação para aumentar a sua atividade/envelhecimento ativo.” (F13).</p>
		Diversificar o tipo de assistência em SAD	<p>“[...] Dois banhos por semana. [...]” (F10);</p> <p>“Serviços de ambulatório, mais presença a pessoas dependentes.” (F9).</p> <p>“Ações de sensibilização para os idosos frequentarem o Centro de Dia, porque lá desenvolvem atividades de convívio,</p>

			manutenção das capacidades físicas, cognitivas e de sociabilização.” (F6)
		Proporcionar mais encontros	“Atividades de convívio entre a comunidade e utentes.” (F2); “Levarem o idoso mais vezes ao centro de dia para conviver” (F13); “Mais convívio, para promover mais laços de amizade [...]” (F14).
		Reforçar o serviço de limpeza	“Mais limpeza da casa. [...]” (F10); “Limpeza mais profunda à casa.” (F11); “Limpeza mais profunda da casa.” (F14)
		Ementas mais equilibradas	“[...] Ementas mais equilibradas.” (F1) “[...] Mais comida para o fim-de-semana e comida mais variada” (F14)