

Universidades Lusíada

Almeida, Beatriz

Espaços seniores e promoção de bem-estar no envelhecimento

<http://hdl.handle.net/11067/8119>

<https://doi.org/10.34628/8Q42-J612>

Metadados

Data de Publicação	2024
Editor	Universidade Lusíada Editora
Tipo	article
Revisão de Pares	Não
Coleções	[ULL-ISSSL] IS, n. 64 (2024)

Esta página foi gerada automaticamente em 2026-10-31T17:20:09Z com informação proveniente do Repositório

ESPAÇOS SÊNIORES E PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR NO ENVELHECIMENTO

SENIOR SPACES AND WELL-BEING PROMOTION IN AGEING

Beatriz Almeida

Assistente social

Mestre em Serviço Social

ORCID: 0000-0001-8879-1155

DOI: <https://doi.org/10.34628/8Q42-J612>

Data de submissão / Submission date: 18.07.2024

Data de aprovação / Acceptance date: 02.09.2024

Resumo: O envelhecimento demográfico constitui uma das principais características e desafios na sociedade contemporânea. Os Espaços Sénior podem constituir-se como uma resposta que atende às necessidades e expectativas dos utilizadores, promovendo um modelo de funcionamento e qualidade nos serviços prestados e no bem-estar da pessoa idosa.

Este artigo engloba uma parte da investigação, de natureza qualitativa, realizada no âmbito do Mestrado em Serviço Social, tendo incidido numa amostra composta por 26 indivíduos, sendo três assistentes sociais que exercem funções em Espaços Séniores e vinte e três pessoas idosas utilizadoras de três Espaços Sénior no Município de Cascais. Neste artigo apresentam-se resultados dos focus group realizados com as pessoas idosas.

Os resultados permitiram identificar que as pessoas idosas afirmam uma melhoria do seu bem-estar após terem iniciado a frequência dos Espaços Sénior, sobretudo pela diversidade de atividades, verificando-se uma perceção positiva quanto ao seu funcionamento e organização, assim como sobre a influência na sua vida quotidiana.

Palavras-chave: Bem-estar; Envelhecimento; Políticas sociais locais; Espaços Séniores; Serviço Social.

Abstract: Demographic ageing is one of the main characteristics and challenges in contemporary society. Senior Spaces can be a response that meets the needs and expectations of users, promoting a model of operation and quality in the services provided and the well-being of the elderly.

This paper is part of a qualitative research project that focused on a sample of 26 individuals made up of social workers and users of Senior Spaces. The results of the focus groups conducted with the elderly are presented here.

The results showed that older people reported an improvement in their wellbeing after starting to visit the Spaces, above all because of the diversity of activities, with a positive perception of their functioning and organisation, as well as the influence on their daily lives.

Keywords: Wellbeing; Ageing; Local social policies; Senior Spaces; Social Work.

1. Introdução

O envelhecimento é um processo universal, irreversível e complexo, que ocorre com a passagem do tempo do indivíduo, desde o seu nascimento até à morte, associado à forma de envelhecer e, nesse sentido não pode ser encarado apenas pela perspectiva cronológica (Lima, 2010, p. 14-15). Das múltiplas definições conceptuais sobre o conceito de envelhecimento, constata-se que existe uma ideia transversal a todas elas, abordando um conjunto de aspetos fundamentais, tais como os demográficos.

Em Portugal, e segundo as projeções do INE¹ entre 2018 e 2080, o número de pessoas idosas (65 e mais anos) sofrerá um aumento significativo de 2,2 para 3,0 milhões. Associado a este aumento, o índice de envelhecimento quase duplicará, aumentando de 159 para 300 idosos por cada 100 jovens, em 2080, em virtude do declínio da população jovem e do aumento da população idosa. Prevê-se ainda que, em 2080, a Região Autónoma da Madeira seja a região mais envelhecida, com este índice a atingir os 429 idosos por cada 100 jovens, e a região menos envelhecida será o Algarve, com um índice de 204. Os dados definitivos dos Censos 2021 (INE, 2022) revelam-nos que a pirâmide etária da população apresentou uma crescente disparidade já evidenciada em décadas anteriores, produzindo desta forma, um agravamento do envelhecimento populacional, caracterizado pelo aumento da longevidade e pela redução da natalidade. Em Portugal, a percentagem da população idosa (65 ou mais anos) era 23,4% da população total enquanto a percentagem da população jovem (0-14 anos) representava 12,9% (INE, 2022).

¹ Instituto Nacional de Estatística (2020). Projeções de população residente 2018-2080. Disponível em: https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=406534255&DESTAQUESmodo=2&xlang=pt

O mesmo acontece nos países da União Europeia que apresentam uma estrutura etária muito mais envelhecida, correspondente a uma quota de 20,6 % da população total da UE- 27, aumentando 3 pontos percentuais face à década anterior. Em 2020, os Estados-Membros da União Europeia que registaram mais idosos na população total foram: Itália (23,2%), Grécia e Finlândia (22,3% cada), Portugal (22,1%), Alemanha (21,8%) e Bulgária (21,6%); as menores proporções registadas são Irlanda (14,4%) e no Luxemburgo (14,5%) (Eurostat, 2021²). Segundo a ONU³, em 2020 existiam 727 milhões de pessoas com 65 anos ou mais na população mundial, e projeta-se que este número duplique até 2050, atingindo mais de 1,5 bilhão (Department of Economic and Social Affairs & Population Division, 2020).

Neste sentido, o aumento da longevidade dos indivíduos, segundo a OMS, é “uma das nossas conquistas coletivas mais notáveis” (World Health Organization, 2020, p.1), contudo, o viver mais tempo significa também um desafio para a sociedade, uma vez que se está mais exposta a fatores de risco, que conforme Zimerman (2002), traduzem-se nas alterações progressivas das capacidades cognitivas e funcionais dos indivíduos, tais como, o aumento da probabilidade de alguns problemas cardiovasculares e/ou reumáticos, menopausa, falta de motivação, cansaço, baixa auto-estima, crise de identidade, provocada pela ausência do papel social, entre outras.

Para o mesmo autor, “[...] o velho é um mais: tem mais experiência, mais vivência, mais anos de vida, mais doenças crônicas, mais perdas, sofre mais preconceitos e tem tempo disponível” (Zimmerman, 2000, p. 20). Nesta linha de pensamento, Berzins & Waranabe (2005) afirmam que quando o idoso chega à última etapa da vida, é alvo de discriminação pela sociedade em geral, pois com a entrada da reforma, isto é, vida inativa, começa a ser encarado

² Eurostat(2021). More than a fifth of the EU population are aged 65 or over. Disponível em: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/ddn-20210316-1?redirect=%2Feurostat%2F>

³ WHO. Disponível em: https://cdn.who.int/media/docs/default-source/decade-of-healthy-ageing/decade-proposal-final-apr2020-en.pdf?sfvrsn=b4b75ebc_28

como incapaz, vulnerável, inútil e alguém que está a chegar ao fim da vida e não planeia qualquer futuro. Também, Cabral et al. (2013) afirma que o processo de envelhecer aumenta riscos associados à idade e vulnerabilidade do estado de saúde; dependência, seja física, mental ou económica; estigmatização, seja ela por discriminação, exclusão ou atitudes paternalistas. Igualmente o isolamento social, a solidão e o afastamento e desinteresse com as redes de suporte da pessoa idosa contribuem para níveis mais baixos de bem-estar físico e psicológico (Organisation for Economic Co-operation and Development, 2018).

O presente estudo enquadra-se como parte da dissertação de mestrado em Serviço Social intitulada “Políticas locais e promoção do bem-estar no envelhecimento: o papel dos Espaços Séniores”, que teve como geral perceber o contributo dos Espaços Séniores, pela visão dos utentes, na promoção do bem-estar individual e coletivo. Procede-se à contextualização do estudo, à apresentação da abordagem metodológica e dos resultados e, por fim, as principais conclusões e perspetivas futuras.

2. Políticas locais e respostas de proximidade: os espaços seniores no Município de Cascais e a intervenção do Serviço Social

Desde há muito tempo que as autarquias assumem um motor de desenvolvimento local e bem-estar das suas populações, cujo objetivo era a garantia de liberdade e desenvolvimento das suas áreas territoriais, todavia nem sempre isso foi possível, nomeadamente, no regime ditatorial do Estado Novo⁴, liderado por António de Oliveira Salazar, e depois substituído em 1969 por Marcelo Caetano que se mantém até 1974.

Segundo Marques (1986, p. 2), o poder local durante o Estado Novo foi um “(...) longo período de centralização feroz, que transformou os órgãos autárquicos em extensões menores de administração central, presididos por mandatários nomeados pelo Governo que haviam de se caracterizar pelo seu espírito de obediência, aco-

⁴ Regime político vigorado de 28 de Maio de 1926 até 25 de Abril de 1974.

modação e reivindicação controlada”. Também Oliveira (1996) afirmava que o município, enquanto parte da nação, é absorvido pela sua unidade, sendo muito limitadas as funções desempenhadas pelas autarquias para a resolução dos problemas, naquele período, muito limitadas. Na prática, o poder local dependia totalmente da estrutura poderosa e centralizadora do regime autoritário, não tendo, assim, espaço de manobra para ter qualquer tipo de iniciativa, pois quem decidia era o Chefe de Estado. Percebe-se, então, que nesse período difícil para Portugal, as autarquias locais não possuíam autonomia local, dependendo as suas decisões de aprovações, autorizações, subsídios da administração central⁵, uma vez que, o executivo local não possuía poder de decisão sobre nenhum domínio camarário (Portas, 1979), levando-nos a saber que António Salazar, pois recusava a ideia de descentralização do poder absoluto que detinha, sob pena de perder de autoridade. Com isto, confirma-se que as autonomias não assumiam quaisquer competências que lhe permitissem ser autossuficientes, tal como anteriormente descrito.

Com a queda da ditadura, em 25 de Abril de 1974, foi possível recuperar o regime político democrático e reposto o poder local, sendo esta a nova realidade que veio a ser reconhecida e consagrada dois anos mais tarde, na Constituição da República Portuguesa (CRP) de 1976. Nos termos do artigo 235º da CRP a “organização democrática do Estado compreende a existência de autarquias locais” (nº.1), definindo-as como “pessoas coletivas territoriais dotadas de órgãos representativos, que visam a prossecução de interesses próprios das populações respetivas” (nº. 2). A CRP, consagra, no seu artº. 236, no seu n.º 1, que, a existência de três categorias de autarquias, nomeadamente: município, a freguesia, e a região administrativa, esta última sem êxito na prática, dada a baixa participação dos eleitores para a sua concretização, na sequência do referendo de 8 de novembro de 1998. Ao contrário do sucedido no

⁵ Esta “a insuficiência de receitas municipais, a penúria de meios, ferramentas e quadros técnicos adequados conduzia a uma situação de dependência do poder local face ao Estado, podendo a intervenção municipal criar situações em que todas as arbitrariedades eram possíveis”, como refere Cerca (2007, p. 19-20).

Antigo Regime, a descentralização e a autonomia de poderes das autarquias já era possível, a partir da Constituição, pois concede às autarquias, a capacidade de ter recursos patrimoniais e finanças próprias, e a dispor de poderes tributários nos casos e nos termos previstos na lei (art.º 238 da CRP).

Vinte anos depois da aprovação da CRP, foi publicada, em 14 de Setembro de 1999, a Lei das Autarquias, Lei n.º 159/9922, que estabelece o quadro de transferência de atribuições e competências para as autarquias locais, com o intuito de assegurar o reforço da coesão nacional e da solidariedade inter-regional e promover a eficiência e a eficácia da gestão pública assegurando os direitos dos administrados (n.º1, art.º 2). Estabelecem-se, na referida lei, dois níveis de administração: o central e o local (n.º 3, art.º2), devendo o exercício de competências próprias e atribuições ser exercidas pelo nível da administração melhor colocado para as prosseguir com racionalidade, eficácia e proximidade aos cidadãos, assegurando a concretização do princípio da subsidiariedade (nº2, art.º2). A mesma lei concretiza um real processo de transferência de atribuições e competências para as autarquias locais, sendo que as mesmas apresentam órgãos representativos privados: Município e Freguesia. O Governo reconheceu o processo de descentralização como algo fundamental, pois, estas instituições encontram-se mais próximas dos cidadãos, permitindo por sua vez dar resposta às necessidades de forma mais rápida e eficaz, através da criação de medidas locais.

As constantes mutações sociais colocam, a todo o momento, importantes desafios e esperam das organizações, de natureza privada e pública, respostas adequadas que atendam às necessidades e interesses igualmente mutáveis. No centro destas alterações, encontram-se Pessoas, na sua multiplicidade de papéis e para os quais pretendem soluções rápidas e eficazes. Por isso, existem diversos programas de proteção social a nível nacional, sendo que os mesmos exigem uma forte colaboração das autarquias locais, assim como, da articulação das mesmas com as respostas do próprio Instituto de Segurança Social (Cardoso, 2012, p.81). No que respeita a pessoas idosas, existem ações e iniciativas que podem ser desenvolvidas de formas diversas, com diferentes finalidades, como por

exemplo, a criação de Espaços Sénior que abordaremos com objetivo empírico desta investigação.

Ao procurar uma definição sobre Espaços Séniores, dificilmente encontramos uma conceptualização que seja totalmente clara, pois os Espaços Séniores não são classificados pela Segurança Social como resposta social e poderão ser coisas diversas. Contudo, alguns Municípios têm apostado neste tipo de respostas, no âmbito da sua intervenção de proximidade, como é o caso do Município de Cascais, que define os Espaços Séniores como “respostas sociais dirigidas às pessoas mais velhas, que promovem a participação ativa e oferecem uma diversidade de atividades culturais, de lazer, convívio, aprendizagem informal, exercício físico, entre outros programas e projetos que pretendem atuar a nível da prevenção da solidão e do isolamento”. Acrescentam também, que visam “as relações interpessoais e interoperacionais, a promoção da auto-estima e da inclusão social, no quadro de um envelhecimento mais saudável e ativo”⁶.

Neste sentido, poder-se-á dizer que os Espaços Sénior são espaços de partilha, convívio e aprendizagem que têm como génese a promoção do envelhecimento ativo e saudável, tendo como finalidade a satisfação dos interesses e expectativas dos seus utilizadores. O modo de funcionamento do campo de Ação Social em contexto de Espaço Sénior depende sempre de um conjunto de fatores que carecem de especial atenção, nomeadamente, os recursos financeiros e humanos (equipa técnica e voluntários, caso existam); horário de funcionamento; capacidade de oferta face à procura; número de inscritos e gestão de lista de suplentes, quando esta exista; reuniões periódicas de equipa e utilizadores dos serviços.

Contudo, existem princípios éticos e procedimentos metodológicos que têm obrigatoriamente de ser cumpridos e respeitados, independentemente dos fatores referidos anteriormente. No caso de uma instituição ter à sua responsabilidade a gestão de um ou mais Espaços Séniores deverá ser escolhido um técnico que assu-

⁶ Informação disponível em: <https://vida.cascais.pt/servico/centros-de-convivio-e-es-pacos-senior>

ma funções de coordenação, colocando-se em evidência o perfil dos assistentes sociais que os habilitam para a dinamização de Espaços Sénior: conhecimento do processo de envelhecimento, aptidão para a gestão das relações humanas e sociais, o compromisso com os princípios éticos inerentes à profissão, um código deontológico específico que define regras de conduta no relacionamento com a população alvo, com os demais profissionais e com a organização. Esta profissão e disciplina académica contribui para uma sociedade mais justa e pacífica, onde os assistentes sociais não são meramente espectadores na sociedade e, nessa linha, é-lhes exigido um papel proativo na melhoria das políticas públicas sociais para que estas contribuam, efetivamente, para resolver os problemas e inquietações dos cidadãos, sendo esta uma tarefa da “[...] responsabilidade de todos os agentes onde o Serviço Social adquire um papel de relevo[...]

(Carvalho, 2011, p. 50). Nessa linha, destacamos também a posição de Amaro (2015), a propósito da dimensão política do Serviço Social, reivindicando a capacidade reflexiva dos assistentes sociais e o seu compromisso com os valores da justiça social, da democracia e dos direitos humanos como elementos fundamentais para a intervenção social.

Em contexto de Espaços Sénior o/a assistente social possui como funções: realizar a avaliação social; informar a pessoa idosa acerca dos seus direitos e deveres dentro da resposta social; apresentar o utente à equipa multidisciplinar e acompanhar o programa de integração do mesmo, evitando possíveis processos de exclusão pelos grupos já constituídos; realizar reuniões periódicas com a equipa e utentes, que aceitem participar, com vista na troca de ideias, opiniões e experiências; calendarizar atividades e passeios mensais; elaborar relatórios trimestrais acerca das ações e das atividades desenvolvidas; dinamizar o espaço numa ótica assente na promoção do envelhecimento ativo e a desenvolvimento de saberes numa perspetiva de aprendizagem ao longo da vida; promover o convívio entre as pessoas e o diálogo intergeracional, criando espaços de bem-estar, nas suas diferentes formas, entre outras.

Num quadro muito particular de envolvimento dos utentes nos processos deliberativos políticos, culturais e sociais em Espa-

ços Sénior, ganham não só os idosos frequentadores deste tipo de resposta social, como também os serviços. Partilha-se da opinião de Martín (2007), quando este refere que “a participação das pessoas idosas no desenho, planificação, gestão e avaliação dos serviços são a chave para assegurar a qualidade dos serviços sociais que lhes são prestados” (Martín, 2007, p. 396). Para Pinto (2013), o profissional deve pensar na forma de intervenção, não só no que respeita à satisfação das necessidades básicas, mas também na promoção de autonomia, no desenvolvimento de capacidades e na participação ativa dos sujeitos. Desta forma, e em concordância com estes autores, defende-se que o assistente social deve trabalhar com o idoso e não para o idoso, mantendo uma relação horizontal, o que se torna fundamental para uma intervenção concertada e para o sucesso da mesma.

3. Metodologia

Atendendo aos objetivos definidos para a presente investigação delineou-se como estratégia metodológica uma abordagem centrada no método qualitativo, definido como “uma forma de estudo da sociedade que se centra no modo como as pessoas interpretam e dão sentido às suas expetativas e ao mundo em que elas vivem” (Vilelas, 2009, p. 105). Este tipo de metodologia apresenta maior relevância para este estudo, uma vez que possibilita descrever e interpretar o sentido da realidade social da pessoas e/ou grupos sobre determinadas situações ou acontecimentos que decorrem do seu quotidiano.

Quanto à amostra, com base no universo de quatro Espaços Séniores, situados no concelho de Cascais, centrou-se especificamente na freguesia da Cascais e Estoril. A opção de amostra foi intencional, considerando a escolha do território para a recolha de dados de acordo com os seguintes critérios: existência de equipamento social com valência de ES; facilidade em contactar com os utentes dos diversos ES; proximidade da localização geográfica; aceitação da Entidade em colaborar em tempo oportuno para o término desta investigação. No que respeita à seleção dos utentes participantes

neste estudo, delimitaram-se os seguintes critérios de inclusão: ter idade igual ou superior a 65 anos de idade sem distinção de género; frequentar o ES de forma regular; não apresentar limitações a nível cognitivo e da fala, e por último, disponibilidade de participação neste estudo. A amostra foi então constituída por um total de 24 participantes utilizadores dos Espaços Sénior.

Neste estudo foram realizados quatro grupos focais, composto por diferentes participantes em cada um, representando cada grupo a um Espaço Sénior. Todo o planeamento dos grupos focais teve por base a definição dos critérios para seleção dos participantes. Cada grupo contou com seis participantes, seguindo a perspetiva de Amado (2013, pp. 225-226) que afirma que a técnica do Grupo Focal consiste em “envolver um grupo de representantes de uma determinada população numa discussão de um tema previamente fixado, sob o controlo de um moderador que estimulará a interação e assegurará que a discussão não extravase do tema em foco”. Podemos reforçar que a existência da multiplicidade de interações entre os participantes na investigação, que permitiram o fortalecimento do pensamento crítico face a determinados temas, tais como, entendimento sobre o que é envelhecer, o impacto do Espaço Sénior no bem-estar, entre outros. Também surgiram questões que levaram a que os intervenientes sentissem a necessidade de justificar as suas ideias e posições, enriquecendo, desta forma, à discussão em grupo.

Os focus groups foram realizados presencialmente nas instalações dos ES selecionados e decorreram entre os dias 30 de março e 21 de abril de 2023, tendo a duração média de 1 hora. Todos os dados foram registados com o auxílio de um gravador e, posteriormente, as informações recolhidas foram transcritas em formato Word para análise e interpretação dos dados.

4. Resultados

4.1. Caracterização dos Espaços Séniores e perfil dos seus utilizadores

Na freguesia de Cascais e Estoril, pertencente ao Concelho de Cascais, existem sete (7) equipamentos com resposta social de Cen-

tros de Convívios/Espaço Sénior, com capacidade total para 728 munícipes. Porém, e como referido, o presente estudo recaiu sob quatro (4) destes equipamentos sociais, nos quais se recolheram as opiniões dos seus utilizadores em sessões de grupo focal. Estes quatro equipamentos selecionados são da responsabilidade e gestão da Junta de Freguesia de Cascais e Estoril (JFCE): Espaço Sénior da Areia; Espaço Sénior do Bairro do Rosário; Espaço Sénior da Pampilheira; e Espaço Sénior Guilherme Augusto de Santa Rita.

Numa breve caracterização histórica podemos referir que o primeiro centro do convívio associado a esta instituição foi o Centro de Convívio do Poço Novo, criado em 1989, situado nas antigas instalações da Junta de Freguesia de Cascais, tendo sido encerrado em 2018. De seguida surgiu o Centro de Convívio do Bairro do Rosário, em 1990, localizado na Rua Paulo da Gama nº114 Bairro do Rosário, com uma capacidade de acolhimento correspondente a 340 utentes; atualmente encontram-se 283 idosos inscritos neste espaço, constituindo-se como o equipamento social da JFCE com maior número de participantes. Importa referir que é neste último centro que se encontra o gabinete de Serviço Social. Em 2005, este centro sofreu uma alteração ao ter sido criado o pavilhão polivalente do Centro de Convívio do Bairro do Rosário, com a finalidade de ser reforçada a oferta de atividades de ocupação da população sénior, designadamente a atividade física/ginástica.

O Centro de Convívio da Pampilheira, criado em 1991, encontra-se localizado na Praça João de Deus, Pampilheira. Tem uma capacidade de acolhimento de 40 utentes, sendo que estão inscritos neste momento 19 seniores. Em 2002, entrou em funcionamento o Centro de Convívio da Areia, localizado na Rua de Santa Luzia, localidade de Areia. Tem uma capacidade de acolhimento também para 40 utentes, dando resposta, no período em que decorreu o estudo, a 38 idosos.

Por fim, em 2015, foi inaugurado o Espaço Sénior Guilherme Augusto Santa Rita, que se localiza na Rua Vale de Santa Rita, nº45, Estoril. Verificou-se que se encontram inscritos neste equipamento 89 idosos, sendo a sua capacidade máxima de 100 utentes.

Desde 1 de Janeiro de 2018, os até então designados como Cen-

tros de Convívios passam a denominar-se de Espaços Sénior (segundo o regulamento interno da instituição). Todos os Centros funcionam de segunda a sexta-feira entre as 09:00h e as 13:00h (período da manhã) e das 14:00h às 17:00h (período da tarde).

Os Espaços Séniores da JFCE servem um total de 429 utentes, e assentam nos seguintes objetivos: “Proporcionar a criação de serviços permanentes adequados ao bem-estar dos utentes; contribuir para o desenvolvimento pessoal e para a valorização dos fatores positivos do processo de desenvolvimento etário; promover as relações interpessoais, o desenvolvimento cultural e a ocupação dos tempos livres e potenciar o relacionamento intergeracional” (Artigo 2º do Regulamento dos Espaços Séniores). Deste modo, este tipo de resposta social visa acima de tudo prevenir e contribuir para a atenuar a solidão e o isolamento das pessoas idosas, incentivando-as para uma maior participação ativa na comunidade que integram, bem como, fortalecer relações interpessoais e intergeracionais. Como tal, são desenvolvidas diversas atividades nestes espaços, todas elas, orientadas por professoras/monitoras, nomeadamente: Informática, Costura, Pintura, Arraiolos, Teatro, Jogos Didáticos, aulas de inglês e francês, Ginástica Geriátrica, Yoga, Grupo Coral, Grupo de Danças e Cantares, Passeios Culturais e de Lazer/Colónias de Férias, Rastreios Clínicos/ Palestras, Encontros Inter-generacionais.

A partir dos dados da Tabela 1 verifica-se que a mesma instituição oferece em todos os seus equipamentos uma capacidade de acolhimento superior a 40 utentes. No que respeita ao número de inscritos, constata-se que existe uma acentuada discrepância se compararmos o ES2, que tem atualmente 283 utentes, face ao ES1 e ES3, que integram somente 30 e 19 utentes, respetivamente.

Tabela 1 - Caraterização da Instituição/utentes

Natureza jurídica	Nome do equipamento	Codificação	Capacidade de acolhimento (A/B)	Nº. de utentes inscritos (B)	Média de idades/utentes
Entidade pública sem fins lucrativos	ES Areia	ES1	40 (B)	38	77 anos 1 utente com 90 anos
	ES Bairro do Rosário	ES2	340 (A)	283	76 anos 4 utentes com 90 e 92 anos
	ES Pampilheira	ES3	40 (B)	19	81 anos 1 utente com 90 anos
	ES Santa Rita	ES4	100 (A)	89	77 anos 1 utente com 90 anos

Elaboração própria com base nas seguintes fontes:

- A – Carta Social
- B – Dados da instituição

Analisando as médias das idades dos utentes que frequentam os ES, percebe-se que ela é de 78 anos, sendo o ES3 o espaço que apresenta a média mais elevada: 81 anos. No entanto, vale a pena referir que em todos os ES existe pelo menos 1 utente com idade igual ou superior a 90 anos, o que é positivo. Estes resultados podem ser indicativos de elevado investimento, por parte dos utentes, ao longo das suas trajetórias de vida, tais como, adoção de um estilo de vida ativo e saudável, manutenção e fortalecimento das relações interpessoais, para além de fatores de outra natureza.

Como podemos verificar através do quadro seguinte (Tabela 2), a equipa multidisciplinar é composta por 29 elementos, dos quais dezasseis são monitores/professores. Relativamente à equipa técnica, esta é constituída por três assistentes sociais e duas psicólogas, que exercem funções nos quatros ES.

Quadro 2 - Equipa Multidisciplinar existentes nos Espaços Séniores

	Função	Nº.	Sexo	Idade	TS	Afetação	Regime de voluntariado
Equipa multidisciplinar	Pessoal auxiliar	5	F	68A 66A 66A 43A 42A	20A 35A 23A 5A 3 meses	TI	Não
	Assistente social	3	F	59A 49A 23A	30A 20A 2A	TI	Não
	Psicóloga	2	F	44A 26A	19A 1A	TI/TP	Não
	Administrativa	1	F	37A	3A	TI	Não
	Motorista	2	M	63A 51A	28A 2A	TI	Não
	Monitores/professores	16	F/M	Idade variável entre 38A a 85A	Tempo variável entre 1A a 19A	TP	Não (6)/ Sim (10)
Legenda: A – Anos F – Feminino M – Masculino Nº. – Número TI – Tempo inteiro TP – Tempo parcial TS – Tempo de serviço							

Fonte: Elaboração própria

Quanto ao tempo de exercício profissional, verificou-se que a pessoa com mais tempo de serviço trabalha na instituição há 35 anos, e a pessoa mais recente encontra-se apenas há 3 meses. No que respeita a monitores/professores, verificou-se a existência de 10 monitores, em regime de voluntariado, sendo estes os principais responsáveis por planear, orientar e lecionar as aulas e/ou atividades. Acrescenta-se, ainda, que alguns dos voluntários são os próprios utentes, como é o caso da aula de cultura geral e do ateliê de arraiolos.

4.2 Potencialidades e limitações da intervenção: a perspetiva dos utentes

A integração numa resposta social assume uma representação diferente de pessoa para pessoa e, por isso, achou-se importante perceber qual o entendimento dos frequentadores dos Espaços Séniores quanto às práticas interventivas das AS neste tipo de contextos profissionais, de modo a permitir uma reflexão crítica que

incluirá algumas sugestões de melhoria dos serviços prestados.

Neste ponto foi possível apresentar e discutir os resultados obtidos através da análise de conteúdo das entrevistas aos utilizadores dos ES, possibilitando evidenciar as suas opiniões e contributos relativamente aos temas abordados. Através do conceito do envelhecimento, torna-se relevante compreender a percepção dos entrevistados sobre as questões principais em análise nesta pesquisa: envelhecimento (aspetos negativos e positivos) e como encaram o seu próprio envelhecimento.

Nos discursos dos idosos relativamente ao que é envelhecer dizem-nos, na sua maioria, que é um processo doloroso e triste, associado à perda, nomeadamente, perda de autonomia e perda da vida humana. Por outro lado, alguns dos idosos também referem que envelhecer é um processo natural e positivo pois significa que se vive mais tempo e, a partir desse elemento, obtém-se um maior conhecimento da vida. No discurso de alguns dos entrevistados foi referido que:

“é sempre a perder, vai-se perdendo tudo. Se não houver uma doença que nos atire para um precipício talvez a velhice pode-nos trazer algum conforto”. (ES2)

“associo o envelhecimento à saúde que é o principal, e à memória, que não falhe (...)”. (ES2)

“para mim o envelhecimento é o processo da nossa parte física, mas ao mesmo tempo, é o enriquecimento porque vamos tirando proveito disso para ter uma vida mais ou menos razoável, e é fundamental gostar de viver”. (ES2)

“há vários tipos de envelhecimento: há aquela pessoa que se deixa envelhecer e há aquela pessoa que luta para não envelhecer, por vezes essa luta por não envelhecer é ultrapassada por doenças que vão aparecendo (...) a idade está na nossa cabeça temos de utilizar a nossa mente para combater a dor física (...) existe o velho novo e o novo velho”. (ES2)

“se nós nos deixarmos levar porque estamos velhos, porque não podemos fazer isto, não podemos fazer aquilo, envelhecemos muito mais rápido. Eu acho que velhice, a mim, trouxe muitas coisas positivas, muito mais tempo para os meus netos, para viver coisas que não vivia porque não tinha tempo para nada e hoje em dia acabo por usufruir mais. Acho que nesta

altura da vida, sinto-me envelhecida claro porque o tempo passa por todos, mas com alguma qualidade de vida porque vou fazendo coisas que me dão prazer e deixam-me mais ativa.” (ES2)

“acho que é muito triste, eu considero-me já uma pessoa de certa idade e sinto-me triste por saber que já não viverei muito mais.” (ES3)

“a velhice é natural, enquanto nós tivermos cabeça, a trabalhar, a gente não se sente velha (...) posso sentir-me triste, mas a vida é assim.” (ES3)

Também para os entrevistados dos ES1 e ES4 se verificou que existe unanimidade quanto ao envelhecer como um processo natural embora triste, por vezes, devido a problemas de saúde que surgem com o avançar da idade, tendo sido também apontado por alguns dos entrevistados que envelhecer é sinónimo de conhecimento e experiência, como comprovam os excertos do grupo focal:

“sinto muito falta de capacidade, já não consigo fazer as coisas que fazia (...) as vezes tento esquecer e que posso fazer tudo, se nos não mexemos já estava num sofá”. (ES1)

“traz saudade da infância, sabemos que agora as coisas começam a piorar, no entanto, toma-se um conhecimento que a idade nos traz, é muito ano na vida a aprender”. (ES4)

“com a velhice vem tudo: o bom e o mal (...)”. (ES4)

“vejo que há coisas que não posso fazer, mas não me sinto velha (...) vou perdendo umas coisas, mas vou ganhando outras, não queria que o tempo voltasse atrás”. (ES1)

“envelhecer sempre é triste, a visão está a perder-se, o andar (...)”. (ES1)

“há as duas vertentes, não é, perdemos a nossa resistência física, parte da saúde, mas também aprendemos muita coisas. O envelhecimento também nos traz conhecimentos”. (ES4)

Quando se abordou a questão sobre as principais preocupações no dia-a-dia, todos os participantes na pesquisa concordaram que a maior preocupação sentida é a saúde, ou degradação da mesma, ficando patente a ideia da dependência e, em consequência, a necessidade de ajuda de terceiros.

“para mim a saúde é o que me preocupa, é o que me possa acontecer amanhã. Ficar dependente para mim será um problema muito grande porque sei que em casa não se arranja ninguém para cuidar e ir para um lar custa-me muito”. (ES4)

Outras preocupações identificadas pelos participantes relacionam-se com a rede de apoio a nível familiar e as questões financeiras, nomeadamente, insuficientes recursos económicos provenientes das pensões de velhice, entre outras fragilidades mencionadas:

“sou doente oncológica e vivo um dia de cada vez (...)”. (ES2)

“com esta questão atual das casas, preocupa-me muito a vida do meu neto, como vai ser. Se arranja trabalho, se consegue comprar uma casa. O futuro preocupa-me muito”. (ES4)

“a preocupação é com tudo (..) não estou sozinha, mas estou pior do que estivesse. No meu caso, nem é tanto a nível de saúde, é a situação que vivo em minha casa”. (ES2)

“a parte financeira neste momento é muito importante, sem haver parte financeira também não há saúde. Há certos medicamentos caríssimos e não são comparticipados pelo serviço nacional de saúde”. (ES2)

Ao analisar as respostas dos entrevistados no que se refere às motivações que levaram a procurar este tipo de resposta apercebemo-nos de respostas homogêneas, uma vez que o convívio e a maior ocupação do tempo livre são apontados pela maioria dos entrevistados como os principais motivos.

De acordo com as narrativas dos participantes, os mesmos referem como potencialidades das práticas interventivas das assistentes sociais, a capacidade relacional estabelecida com os utentes e suas famílias, assente numa relação de proximidade e confiança. O facto de a assistente social ser uma profissional de referência para a garantia dos direitos das pessoas, nomeadamente, das pessoas idosas nas equipas multidisciplinares, foi também um dos aspetos apontados.

Do mesmo modo que identificaram aspetos positivos, também foram identificados constrangimentos que acabam por limitar a melhoria dos serviços prestados, que passamos a expor.

A primeira limitação identificada relaciona-se com o fator tempo. Este foi o aspeto mais mencionado em todos os grupos focais, explicitamente sobre o tempo de permanência nos ES, considerado insuficiente para o desenvolvimento das atividades e para a atenção que gostariam de ter por parte da profissional.

Outra limitação referida por alguns dos participantes relaciona-se com a baixa taxa de inscritos do sexo masculino, o que acaba por condicio-

nar a frequência por parte de outros homens: “às vezes até me sinto deslocado porque 99% são mulheres”. (ES1).

Em síntese, a visão dos participantes permitiu compreender como é que os espaços séniores podem ser promotores do bem-estar individual e coletivo.

Apesar de se terem atingido os objetivos traçados, reconhece-se que seria importante maior amplitude em termos de amostra, com o intuito de obter resultados generalizáveis quanto aos reais impactos produzidos pelos Espaços Séniores no bem-estar dos seus frequentadores, nomeadamente quanto à sua influência na garantia do direito à autodeterminação.

5. Considerações finais

O envelhecimento é um processo complexo que integra um conjunto de dimensões, sendo a idade apenas uma delas. O acesso aos direitos, nomeadamente, o direito à participação, à autodeterminação e a ver reconhecido o seu potencial e as suas capacidades enquanto Pessoa, constituem elementos que merecem maior atenção por parte da sociedade, das políticas públicas e do conjunto de profissionais que trabalham na área do envelhecimento.

Os resultados obtidos neste estudo, embora não generalizáveis em função da amostra limitada, revelam-se importantes para a discussão sobre os direitos das pessoas idosas, nomeadamente, sobre o direito ao bem-estar, à autodeterminação, à participação na vida social.

Da análise dos contributos das pessoas idosas participantes nos grupos focais verifica-se que os mesmos consideram os Espaços Séniores como locais promotores de bem-estar, vendo o direito à autodeterminação e participação serem respeitados. Tomando em consideração a importância dada à dimensão da participação, poder-se-ia pensar na criação de uma comissão de utentes em cada Espaço Sénior, em que os próprios assumissem a responsabilidade - e o direito - de propor, co-organizar e avaliar as atividades a realizar nos equipamentos. Estas comissões seriam eleitas ou designadas pelos pares, funcionariam durante um período fixo (um ano, por exemplo), constituindo-se como mecanismo potenciador da partici-

pação efetiva dos utilizadores do equipamento social e de dinamização das capacidades de cada um, colocadas ao serviço do grupo.

A criação e apoio ao funcionamento destas comissões por parte do Serviço Social e das assistentes sociais que desenvolvem a sua atividade profissional nos Espaços Sénior, traduziria o seu compromisso de atuação “com e para as pessoas, numa lógica de cooperação.” (APSS, 2018, p. 6), ação orientada pelo “respeito pela igualdade de valor e dignidade dentro das diferenças; consentimento informado; promoção da autonomia e autodeterminação; capacitação e participação ativa dos utentes e famílias; e visão centrada nas necessidades e interesses dos utentes” (Fazenda, 2012, p. 243).

Considera-se que a criação de oportunidades concretas de participação dos próprios utilizadores das respostas sociais pode ser a chave para a mudança dos modelos vigentes e para uma maior adesão por parte das pessoas idosas, constituindo-se como meio para a concretização não só do direito à participação mas de outras dimensões a ele associadas: o direito à autonomia, à autodeterminação e à expressão das suas capacidades e competências (Crawford & Walker, 2008), esperando-se que as/os assistentes sociais atuem no sentido da maior articulação entre as pessoas e a própria comunidade, acionando os meios necessários para que não sejam violados os direitos das pessoas idosas, conferidos por lei.

Referências bibliográficas

- AMARO, I. (2015) – Sociedade, Tecnologia e Serviço Social. Em I. Amaro, Urgências e emergências do serviço social contemporâneo: contributos para a discussão dos fundamentos da profissão (pp. 29-84). Lisboa: Universidade Católica Editora.
- APSS (2018) – Código deontológico dos assistentes sociais em Portugal. Lisboa: APSS
- BERZINS, M.A.V, Watanabe, H.A.W. (2005) – Violência Contra o Idoso: do invisível ao visível?. In: Arcuri, I.G. & Mercadante, E.F. (Organizadoras). Velhice, Envelhecimento, complexidade. São Paulo: Vetor.
- CABRAL, M. V., [et al.] - (2013) – Processos de envelhecimento em