

**PROJETO DE IDENTIFICAÇÃO,
MONOTORIZAÇÃO E ACOMPANHAMENTO
REGULAR DE IDOSOS SÓS**

**Levantamento da população com 65 ou mais anos
a residir só na ilha de Santa Maria**

MUNICÍPIO DE VILA DO PORTO
Serviço Municipal de Ação Social
Vila do Porto, Julho de 2014



Projeto de identificação, monitorização e acompanhamento regular de idosos sós –
Levantamento da população com 65 ou mais anos a residir só na ilha de Santa Maria

Versão 0

Esta página foi propositadamente impressa em branco.

PROJETO DE IDENTIFICAÇÃO, MONOTORIZAÇÃO E ACOMPANHAMENTO REGULAR DE IDOSOS SÓS

Levantamento da população com 65 ou mais anos
a residir só na ilha de Santa Maria



Município de Vila do Porto

Serviço Municipal de Ação Social

Vila do Porto, Julho de 2014



Antes de imprimir este relatório
pense se é mesmo necessário.

Proteja o ambiente!

Poupe energia e recursos.

Esta página foi propositadamente impressa em branco.

ÍNDICE

ÍNDICE ANEXOS	ii
ÍNDICE GRÁFICOS	iii
LISTA DE SIGLAS	v
INTRODUÇÃO	1
I. PROJETO	2
1. CARATERIZAÇÃO GERAL DO PROJETO	2
1.1. Elementos Gerais	2
1.2. Elementos Institucionais	3
1.3. Elementos Específicos	4
2. DEFINIÇÃO POPULAÇÃO/AMOSTRA	5
3. INSTRUMENTO RECOLHA DE DADOS	7
II. ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS DADOS	8
1. CARATERIZAÇÃO AMOSTRA INICIAL	8
1.1. Recolha Dados	8
2. CARATERIZAÇÃO DOS IDOSOS COM 65 OU MAIS ANOS A VIVER SÓS NA ILHA DE SANTA MARIA	13
2.1. Caraterização Geral	13
2.2. Economia	17
2.3. Habitação	19
2.4. Saúde	21
2.5. Suporte Social	28
2.6. Participação Comunitária	33
III. NECESSIDADES	35
1. NECESSIDADES ENCONTRADAS E PROPOSTAS DE APOIOS/ATIVIDADES	35
1.1. Participação Comunitária	35
1.2. Novas Tecnologias	37
1.3. Habitação	39
1.4. Saúde	40
1.5. Trabalho em Rede	43
BIBLIOGRAFIA	44

INDICE DE ANEXOS

ANEXO I	a
Consentimento Informado e Guião de Inquérito	
ANEXO II	g
Pesquisa e Exemplificação de Soluções de Comunicação Sénior	
ANEXO III	i
Pesquisa e Exemplificação de Soluções de Mobilidade	

ÍNDICE GRÁFICOS

Gráfico 1	5
Indivíduos com 65 ou mais anos de idade, por freguesia de residência, (Censos da População 2011)	
Gráfico 2	6
Total de indivíduos com 65 ou mais anos sinalizados (amostra) pelas várias entidades, por freguesia de residência e género, na Ilha de Santa Maria (dez. 2013)	
Gráfico 3	8
Local de recolha de informação para o Projeto	
Gráfico 4	9
Idosos Sinalizados que não aceitaram participar no Projeto	
Gráfico 5	10
Idosos que, á data do contato, tinham falecido	
Gráfico 6	10
Idosos sinalizados que não cumpriam os critérios de integração no projeto	
Gráfico 7	11
Idosos sinalizados cujo contato não foi possível	
Gráfico 8	12
Total da amostra que não foi incluída no projeto	
Gráfico 9	13
Entrevistas aplicadas aos idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos, á data do contato, na Ilha de Santa Maria, por freguesia de residência e género (jan. – jul. 2014)	
Gráfico 10	14
Grupos de idades dos idosos contactados com 65 e mais anos a residir sozinhos na Ilha de santa maria	
Gráfico 11	15
Escolaridade dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos, à data do contato, na Ilha de Santa Maria	
Gráfico 12	16
Utilização de Novas Tecnologias (Telemóvel, Computador, Internet) por parte dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)	
Gráfico 13	17
Rendimento líquido mensal dos idosos com 65 ou mais anos de idade a residir sozinhos, à data do contato, na Ilha de Santa Maria	
Gráfico 14	19
Tipo de habitação e tipo de ocupação dos idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos, á data do contato, na Ilha de Santa Maria (Jan. – Jul. 2014)	
Gráfico 15	20
Condições gerais da habitação dos idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos, á data do contato, na Ilha de Santa Maria (Jan. – Jul. 2014)	
Gráfico 16	21
Perceção por parte dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, do Estado de Saúde em que se Encontram, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)	

Gráfico 17	22
Meio de transporte utilizados pelos idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria para a USISMA e/ou Consultório Médico, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)	
Gráfico 18	22
Idosos contatados que se deslocam de táxi para consultas e tratamentos, por freguesia de residência, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)	
Gráfico 19	23
Rendimento Per Capita dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria que utilizam o Táxi como Meio de Transporte para a USISMA e/ou Consultório Médico, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)	
Gráfico 20	24
Condição Física / Mobilidade dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)	
Gráfico 21	25
Percepção dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria das Dificuldades de Mobilidade perante Degraus / Banheira, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)	
Gráfico 22	26
Outras dificuldades demonstradas pelos idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)	
Gráfico 23	28
Atividades de vida diárias: tipo de apoio prestado pela rede de suporte social dos idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)	
Gráfico 24	30
Tempo que os Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, permanecem Sós (Dia / Noite), à data do contato (Jan. – Jul. 2014)	
Gráfico 25	31
Sentimento de Solidão dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, permanecem Sós (Dia / Noite), à data do contato (Jan. – Jul. 2014)	
Gráfico 26	32
Percepção do Suporte Social pelos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)	
Gráfico 27	33
Participação Comunitária dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)	

LISTA DE SIGLAS

CMVP – Câmara Municipal de Vila do Porto

GSSM – Grupo Sénior de Santa Maria

INE – Instituto Nacional de Estatística

IPSS – Instituição Particular de Solidariedade Social

PSP – Polícia de Segurança Pública

RSMM – Recolhimento de Santa Maria Madalena

SREA – Serviço Regional de Estatística dos Açores

USISMA – Unidade de Saúde da ilha de Santa Maria

Esta página foi propositadamente impressa em branco

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um dos fenómenos demográficos mais preocupantes das sociedades modernas do século XXI, facto que leva a que se estabeleçam alterações profundas não só ao nível da sustentabilidade económica, como também nos estilos de vida e nas relações intergeracionais.

Na ilha de Santa Maria, segundo os últimos resultados censitários, a população idosa equivale a aproximadamente 12.9% do total da população residente. Constatou-se, da análise dos dados, que houve um agravamento do fenómeno do envelhecimento na ilha de Santa Maria no último período intercensitário (2001-2011). As freguesias de Santo Espírito e de Santa Barbara assumem-se como as mais envelhecidas no panorama mariense, apresentando um índice de envelhecimento¹ em 2011 de 107.79% e 123.21%, respetivamente.

A par deste acréscimo da esperança média de vida, que facilitou o aumento das pessoas com idade cada vez mais avançada, emerge, por outro lado, situações de agregados familiares unipessoais com idade igual ou superior a 65 anos, cujas necessidades de apoio e suporte assumem contornos específicos.

Com o propósito de promover uma tomada de consciência da dimensão deste fenómeno na ilha de Santa Maria, mediante o contato direto com as pessoas com 65 ou mais anos a viver sozinhas, promoveu-se um levantamento desta população e das suas necessidades emergentes.

Para a concretização deste desígnio foi solicitado a vários parceiros locais que intervêm no âmbito da terceira idade a sinalização dos participantes para o projeto.

O presente relatório tem como finalidade apresentar e analisar os principais resultados obtidos do levantamento efetuado no período de janeiro a julho de 2014 em todo o concelho, propondo algumas atividades e apoios consoante as necessidades encontradas.

O documento encontra-se dividido em 3 capítulos. O primeiro capítulo denominado de Projeto, o segundo capítulo intitulado de Análise e Interpretação dos Dados e o terceiro capítulo designado de Necessidades.

O texto encontra-se redigido sob as regras do novo acordo ortográfico.

¹ Relação entre a população idosa e a população jovem. Normalmente é definida pela seguinte fórmula:
 $N.º \text{ pess. } 65 \text{ e mais anos} \div N.º \text{ pess. } 0 \text{ aos } 14 \text{ anos}$

I. PROJETO

1. CARATERIZAÇÃO GERAL DO PROJETO

1.1. Elementos Gerais

Designação	“Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento Regular de Idosos Sós”
Motivação	<p>O aumento da esperança média de vida possibilitou o surgimento de pessoas com idade cada vez mais avançada. Esta situação leva ao aumento de agregados familiares constituídos por um único indivíduo, com idade igual ou superior a 65 anos, cujas necessidades de apoio e suporte assumem contornos específicos.</p> <p>Mediante esta realidade, é importante tomar consciência da real extensão deste fenómeno na ilha de Santa Maria, consolidando ações no sentido de identificar os idosos que vivem sozinhos e as condições em que se encontram.</p>
Ideia Central	Identificar, em todo o concelho, os idosos que vivem sozinhos, em que condições, que tipo de suporte têm e quais as necessidades emergentes e riscos minimizáveis.
Objetivos Gerais	<ol style="list-style-type: none">1. Identificar a população com 65 ou mais anos, a residir sozinha, na ilha de Santa Maria, caracterizando-a através das condições em que vivem;2. Diagnosticar as necessidades e riscos da população idosa a residir sozinha;3. Propor a implementação de novas soluções que venham a minimizar as necessidades identificadas e seus consequentes riscos.
Objetivos Específicos	<ol style="list-style-type: none">1. Elaborar uma base de dados de pessoas com 65 e mais anos a residir sozinhas no concelho de Vila do Porto;2. Propor novas soluções tecnológicas que permitam ao grupo-alvo um rápido contato com a sua rede de apoio/suporte e serviços de emergência;3. Propor outras iniciativas com base na realidade apurada.
Público-Alvo	Pessoas com 65 ou mais anos a residir sozinhas.
Âmbito Geográfico	Concelho de Vila do Porto, ilha de Santa Maria.

1.2. Elementos Institucionais

Instituição Implementadora	Câmara Municipal de Vila do Porto
Serviço	Ação Social
Coordenação e supervisão	Ezequiel dos Santos Gaspar Pereira Araújo Vereador do pelouro da Ação Social, Educação, Desporto e Formação Profissional
Responsabilidade técnica	Leonor de Chaves Batista Assistente Social Estagiária
Tarefas técnicas	<ul style="list-style-type: none">- Enquadramento, organização e planeamento teórico do projeto;- Contatos interinstitucionais (telefónicos, e-mail, reuniões);- Construção do instrumento de recolha de dados;- Levantamento das respostas sociais para a terceira idade, na ilha de Santa Maria;- Elaboração das listas de idosos sinalizados (amostra), em formato digital e respetivo cruzamento de dados;- Contatos telefónicos/agendamento de entrevistas com os idosos sinalizados no projeto;- Realização de entrevistas/visitas domiciliárias para recolha de informação;- Análise dos dados e interpretação dos resultados;- Construção de uma base de dados (em suporte digital e suporte papel);- Elaboração do relatório da atividade;- Outras atividades complementares.

1.3. Elementos Específicos

Unidade de Análise	Pessoa Idosa
Critérios de Integração	Pessoas com 65 ou mais anos, (nascidos até dezembro 1948), a residirem sozinhas.
Fontes de Informação / Sinalização	<ul style="list-style-type: none">- Recolhimento de Santa Maria Madalena (IPSS);- Projeto SOS Idosos da IPSS Associação de Desenvolvimento e Solidariedade Social Mariense – Salvaterra;- Projeto Unidade de Apoio ao Idoso da Unidade de Saúde de Ilha de Santa Maria;- Projeto Idoso em Segurança da Polícia de Segurança Pública (Esquadra de Vila do Porto);- Serviços de Ilha de Santa Maria da Secretaria Regional da Solidariedade Social;- Cartão Municipal do Idoso e Grupo Sénior de Santa Maria da Câmara Municipal de Vila do Porto.
Temporalidade	<p><u>Recolha bibliográfica e enquadramento teórico</u> Outubro de 2013 a julho de 2014</p> <p><u>Estabelecimento de contactos institucionais - Pedidos de colaboração</u> Outubro e novembro 2013</p> <p><u>Entrega de sinalizações</u> Novembro e dezembro de 2013</p> <p><u>Organização das listagens de sinalizações</u> Dezembro de 2013 e janeiro de 2014</p> <p><u>Recolha de informação junto à população idosa</u> Janeiro a julho de 2014</p> <p><u>Introdução, análise e construção da base de dados</u> Julho de 2014</p> <p><u>Elaboração do relatório final</u> Julho 2014</p>

2. DEFINIÇÃO POPULAÇÃO/AMOSTRA

População

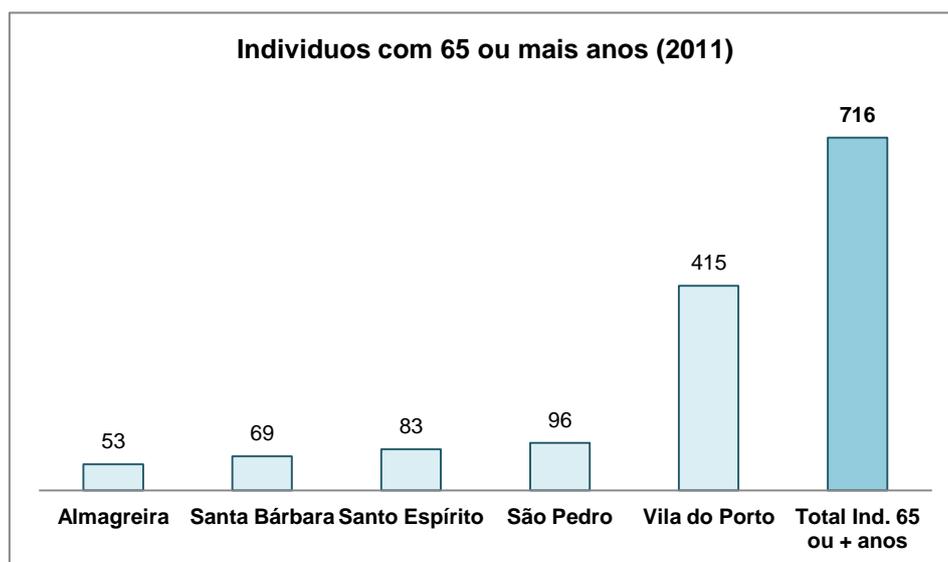
Todas as pessoas com 65 ou mais anos, feitos até dezembro de 2013

Apesar de não existir nenhuma base de dados atual, com o número total de indivíduos com 65 ou mais anos de idade, a residir na ilha de Santa Maria, toma-se como referência, para a população total do projeto, os resultados obtidos nos Censos de 2011.

Como é possível observar no gráfico abaixo existem cerca de 716 indivíduos com 65 ou mais anos de idade na Ilha, sendo as freguesias de Vila do Porto e São Pedro as que registam os valores mais elevados.

Gráfico 1

Indivíduos com 65 ou mais anos de idade, por freguesia de residência



Fonte: XV Recenseamento Geral da População | V Recenseamento Geral da Habitação (2011)

Apesar de se defender que só com a análise total da população ter-se-ia uma maior precisão dos resultados, para o presente projeto este desígnio não faria sentido, uma vez que o objetivo é a identificação do máximo de indivíduos com 65 ou mais anos de idade que residam, à data da sinalização (dezembro de 2013), sozinhos na ilha.

A amostra selecionada para o projeto, corresponde às sinalizações efetuadas pelas várias entidades da comunidade contactadas e os resultados apresentados apenas podem ser aplicados a ela própria.

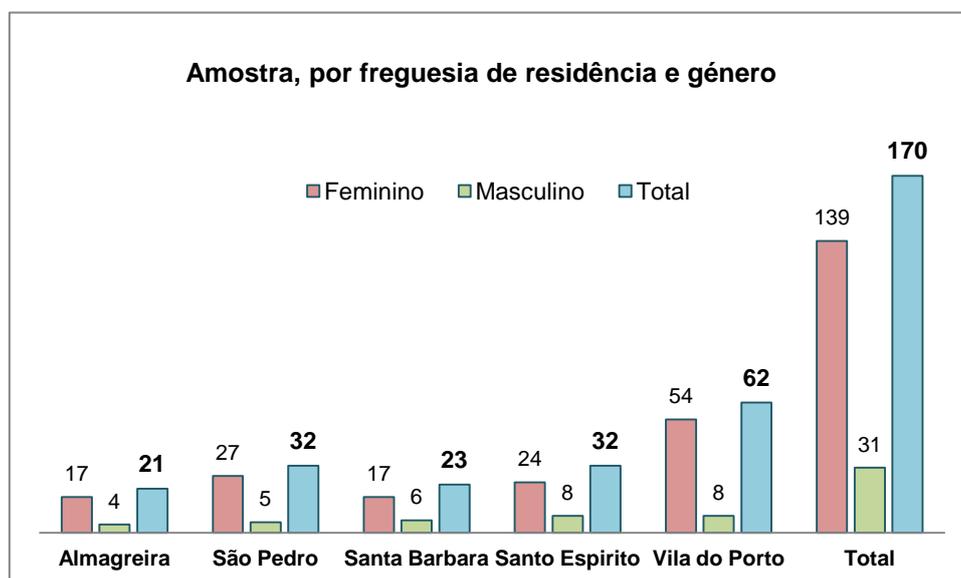
Amostra

Indivíduos com 65 ou mais anos, que residam à data da sinalização (dezembro 2013), sozinhos na Ilha de Santa Maria

Foram contactados vários parceiros locais cuja população-alvo de intervenção é a terceira idade, como a PSP (Projeto Idoso em Segurança), os Serviços de Ilha de Santa Maria da Secretaria Regional da Solidariedade Social, o RSMM, a USISMA (Projeto Unidade de Apoio ao Idoso), a Associação de Desenvolvimento e Solidariedade Social Mariense – Salvaterra (Projeto SOS Idoso) e a própria CMVP (Cartão Municipal do Idoso e GSSM).

Gráfico 2

Total de indivíduos com 65 ou mais anos sinalizados (amostra) pelas várias entidades, por freguesia de residência e género, na Ilha de Santa Maria (dez. 2013)



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Como é possível observar, foram sinalizados no total cerca de 170 indivíduos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha, pelas várias entidades. Observa-se uma prevalência do género feminino, uma vez que das 170 sinalizações, cerca de 139 eram mulheres e apenas 31 eram homens.



3. INSTRUMENTO RECOLHA DE DADOS

Instrumento de Recolha de Dados

Guião de Inquérito, construído consoante os objetivos do projeto, baseado em inúmeras pesquisas sobre as necessidades sociais no envelhecimento e outros instrumentos de recolha de dados ligados à terceira idade.

Dimensão Ética

Consentimento Informado cujo objetivo é informar o idoso acerca do projeto, seus objetivos e uso da informação recolhida. O documento fica assinado pelo entrevistado, sempre que possível.

As informações recolhidas por meio do guião foram as consideradas fundamentais num primeiro contato com o idoso. Foram contempladas seis dimensões essenciais: educação, trabalho, habitação, economia, saúde, suporte social e participação comunitária, no sentido de se ter uma visão o mais completa possível da população-alvo (Anexo I).

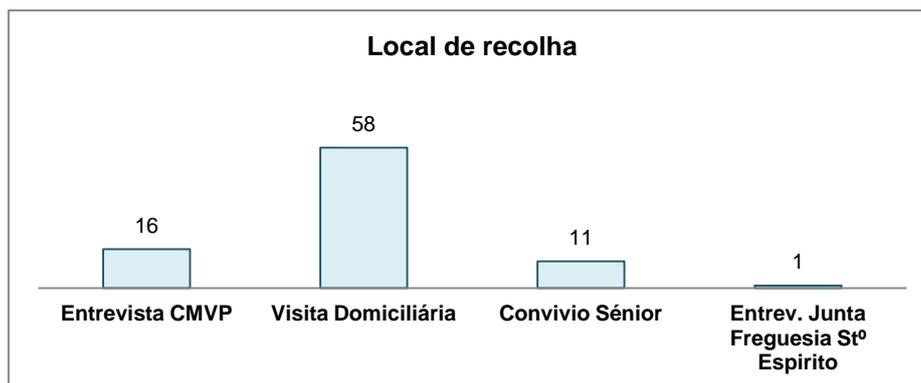
II. ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS DADOS

1. CARATERIZAÇÃO AMOSTRA INICIAL

1.1. Recolha Dados

Gráfico 3

Local de recolha de informação para o Projeto



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

A recolha de informação junto da amostra fez-se em vários locais, como mostra o gráfico 3. O contato inicial com os idosos foi realizado telefonicamente, para apresentação do projeto e marcação de entrevista pessoal. Contudo na maioria dos casos não foi possível o contato telefónico prévio, tendo-se optado por Visitas Domiciliárias, sem marcação.

Através da Visita Domiciliária foram contactados cerca de 58 idosos (a maioria da amostra), permitindo assim uma melhor avaliação das reais condições em que a população vive, ao nível de barreiras arquitetónicas, condições gerais de habitação, localização geográfica e redes de vizinhança.

Das Visitas Domiciliárias destaca-se o apoio da Junta de Freguesia de Santo Espírito que cedeu a carrinha/conductor para efetuar a maioria dos contatos aos idosos na respetiva freguesia.

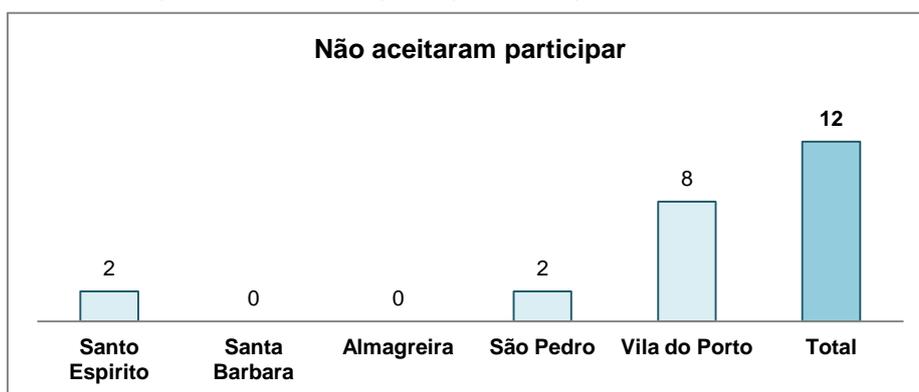
Por outro lado, alguns idosos foram contactados no sentido de se deslocarem ao edifício da Câmara Municipal, local onde foi aplicada a entrevista a cerca de 16 idosos, e ao

edifício da Junta de Freguesia de Santo Espírito, onde foi aplicado a entrevista a 1 idoso².

A recolha de informação também decorreu nos espaços dos Convívios Sêniores da CMVP (durante os meses de fevereiro e março de 2014), aquando da colaboração com o GSSM, com a dinamização dos grupos das diferentes freguesias, substituindo a animadora responsável, sempre que foi necessário.

Gráfico 4

Idosos Sinalizados que não aceitaram participar no Projeto



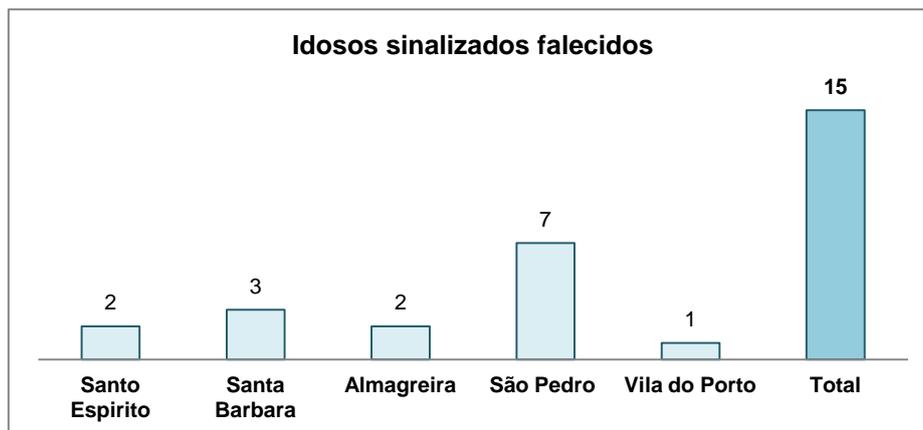
Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Dos 170 idosos da amostra inicial, cerca de 12 idosos não aceitaram participar no projeto, alegando que não conseguiam identificar resultados imediatos, nem proveitos pessoais nesta colaboração. De salientar que a maioria destas situações ocorreu na freguesia de Vila do Porto.

² Estavam agendadas mais entrevistas no edifício da Junta de Freguesia de Santo Espírito, contudo eram para recolha de informação para outro projeto a decorrer paralelamente.

Gráfico 5

Idosos que, à data do contato, tinham falecido

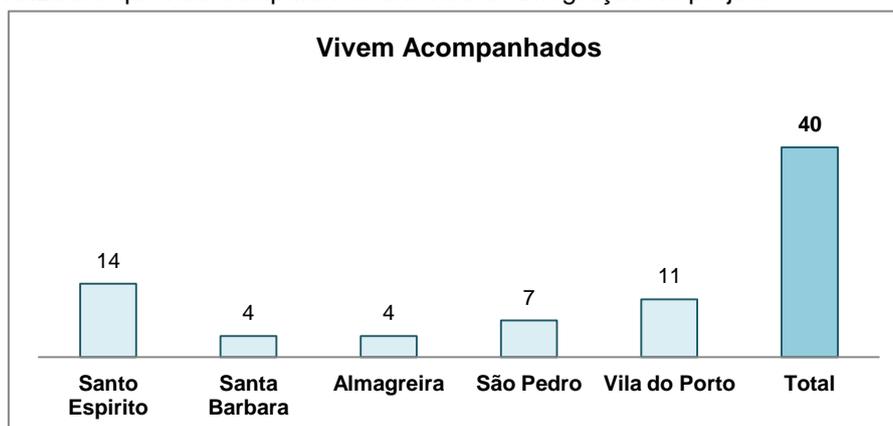


Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

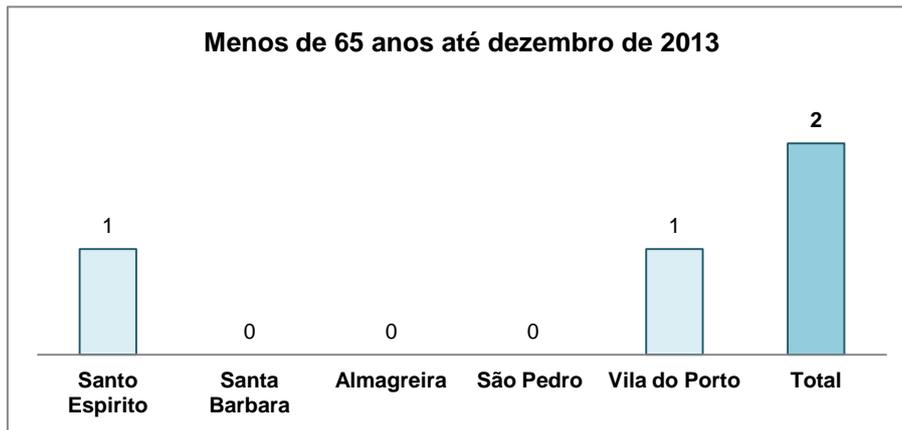
Devido às oscilações, ao nível da mortalidade, a que esta população está sujeita, das sinalizações efetuadas pelas várias instituições, vários idosos identificados já tinham falecido, alguns mesmo durante o período de recolha de dados. Da amostra inicial, contabilizam-se, nesta situação, cerca de 15 idosos.

Gráfico 6

Idosos sinalizados que não cumpriam os critérios de integração no projeto



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

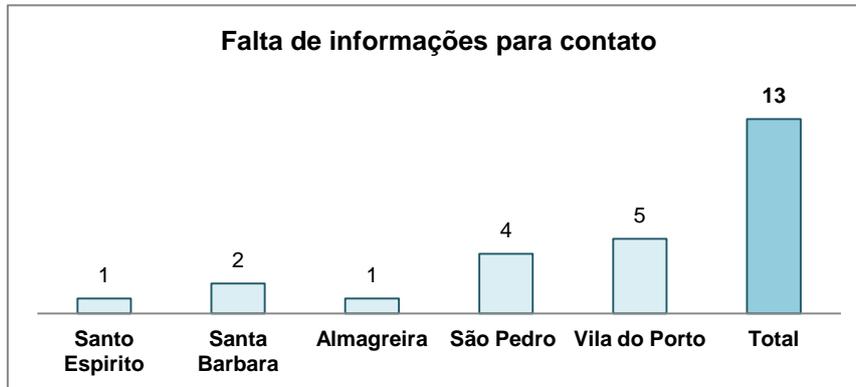


Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

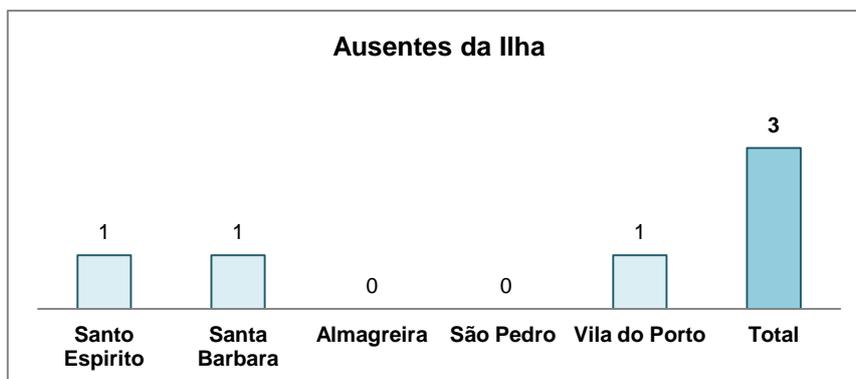
Da amostra inicial, cerca de 42 idosos sinalizados não preenchiam os critérios de integração no projeto, uma vez que 40 viviam acompanhados e 2, apesar de viverem sozinhos, não tinham os 65 anos de idade.

Gráfico 7

Idosos sinalizados cujo contato não foi possível



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

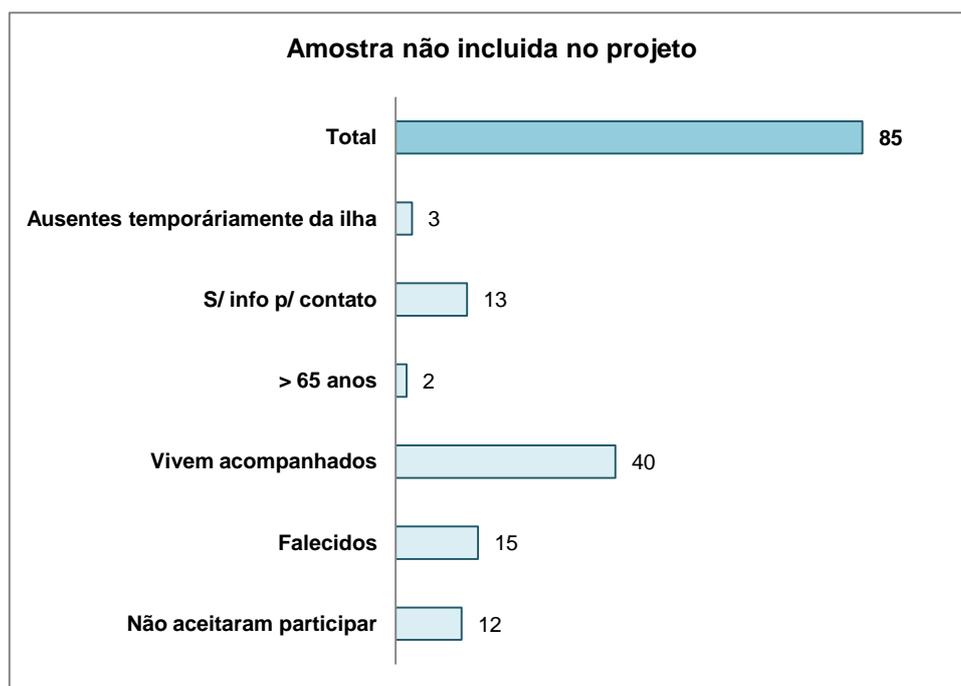


Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

A 16 idosos sinalizados não foi possível efetuar contato para recolha de informação, sendo que 13 dos quais não tinham qualquer informação para contato (morada ou telefone) e 3 idosos estavam ausentes temporariamente da Ilha.

Gráfico 8

Total da amostra que não foi incluída no projeto



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Desta forma, da amostra inicial dos 170 idosos sinalizados inicialmente, a cerca de 85 não foi possível a recolha de dados pelas razões apontadas anteriormente.

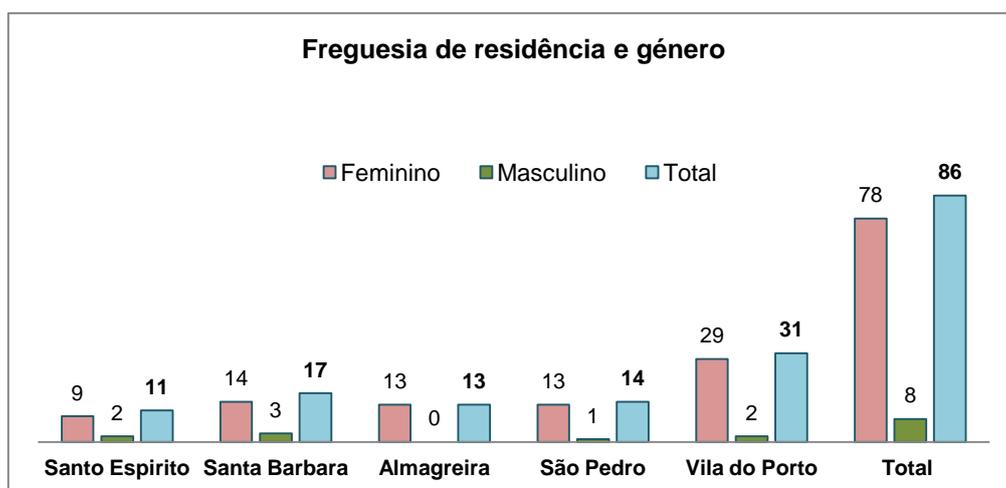


2. CARATERIZAÇÃO DOS IDOSOS COM 65 OU MAIS ANOS A VIVER SÓS NA ILHA DE SANTA MARIA

2.1. Caraterização Geral

Gráfico 9

Entrevistas aplicadas aos idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos, à data do contato, na Ilha de Santa Maria, por freguesia de residência e género (jan. – jul. 2014)



Fonte: Projeto de Identificação, Monotorização e Acompanhamento de Idosos Sós

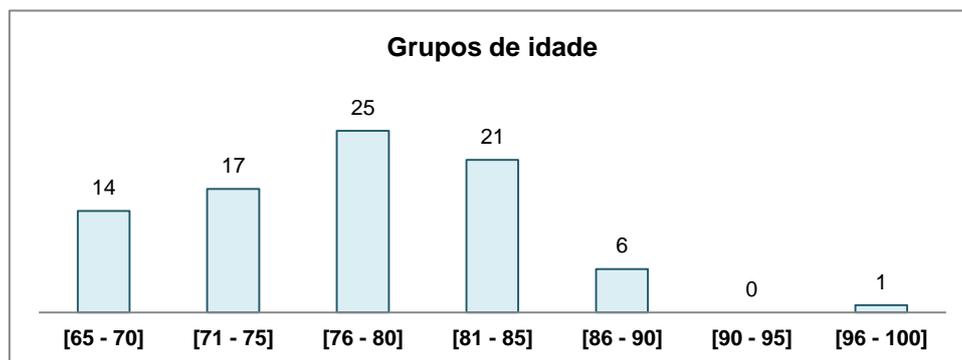
Da amostra inicial foram contactados cerca de 86 idosos, todos eles com 65 ou mais anos e a residir sozinhos na Ilha, à data do contato. Ressalva-se 2 casos em que o idoso residia temporariamente acompanhado, situação que não é definitiva, pelo que foram contabilizados, devido à instabilidade apresentada.

Destaca-se uma predominância do género feminino sobre o masculino (78 mulheres para 8 homens), que confirma a tendência geral de que as mulheres, em Portugal, têm uma maior esperança média de vida, comparativamente aos homens.

Numa análise por freguesia, Vila do Porto é a que apresenta o maior número de casos (31 idosos), seguida por Santa Barbara (14 idosos), São Pedro (14 idosos), Almagreira (13 idosos) e Santo Espírito (11 idosos).

Gráfico 10

Grupos de idades dos idosos contatados com 65 e mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

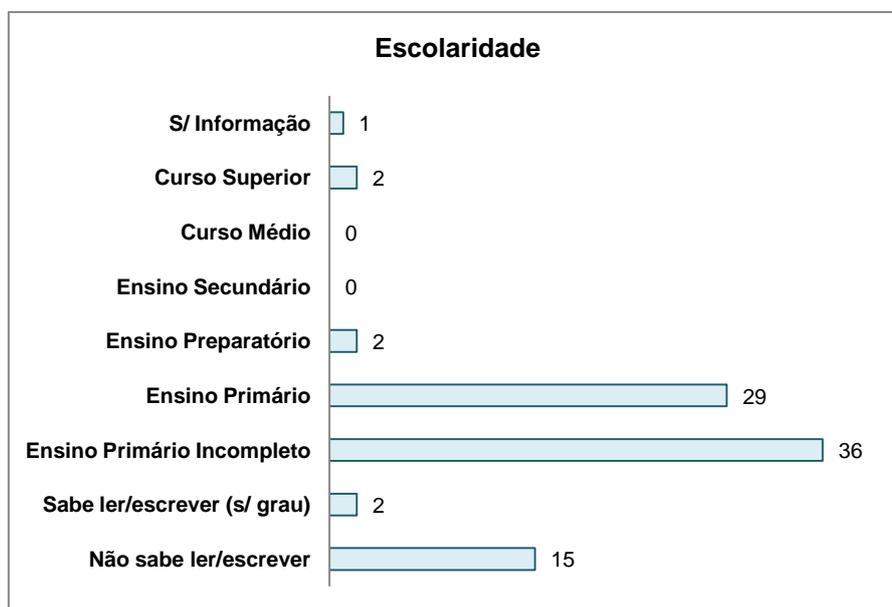
Por ordem decrescente, a maioria dos idosos insere-se no grupo dos 76 aos 80 anos, cerca de 25 idosos encontram-se no grupo dos 81 aos 85 anos, 17 idosos estão no grupo dos 71 aos 75 anos, 14 idosos estão no grupo dos 65 a 70 anos, 6 idosos estão no grupo dos 86 aos 90 anos e 1 idoso encontra-se no grupo dos 96 aos 100 anos.

Segundo a classificação de idades em categorias funcionais de Shephard (2003 como citado em Fechine & Trompieri, 2012), na ilha de Santa Maria a maioria dos idosos contatados que residem sozinhos encontram-se na “velhice avançada” (dos 75 aos 85 anos). Nesta categoria, segundo o autor, encontra-se, geralmente, no idoso um dano substancial nas funções ligadas às atividades diárias.

Encontramos uma percentagem dos idosos contatados mais reduzida na categoria da “velhice” ou “fase inicial da velhice” (dos 65 aos 75 anos). Por fim, é possível encontrar na ilha de Santa Maria idosos que residem sós na categoria da “velhice muito avançada” (mais de 85 anos). Nesta categoria o autor menciona que o idoso apresenta cuidados especiais e necessidades específicas.

Gráfico 11

Escolaridade dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos, à data do contato, na Ilha de Santa Maria



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

A maioria dos idosos integrados no projeto apresenta uma escolaridade muito baixa. Dos 86 idosos contatados, 15 deles não sabem ler/escrever, 2 sabem ler/escrever, mas não possuem grau formal, cerca de 36 idosos não completaram o ensino básico e 29 idosos têm o ensino básico.

Apenas 4 idosos contatados ultrapassaram a escolaridade básica, sendo que 2 deles possuem o ensino preparatório e 2 possuem curso superior.

Contudo, este fenómeno, característico da população portuguesa, sobretudo da mais velha, assenta na reduzida escolaridade mínima exigida durante o século XX, bem como do fato da escolaridade obrigatória fixada não ter sido cumprida por uma grande parte dos cidadãos.

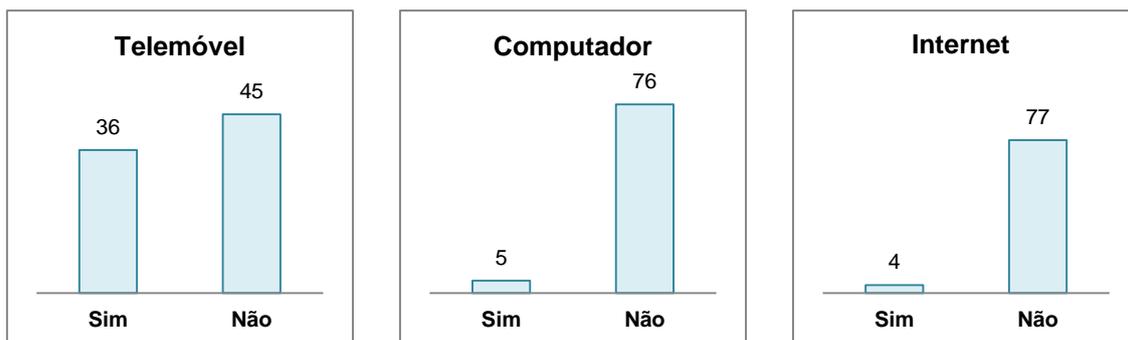
As implicações da baixa escolaridade são muitas, principalmente nesta faixa etária.

As competências adquiridas na escola por parte dos idosos, por mais básicas que sejam (apenas ler/escrever), permitem não só uma inclusão distinta dos que não sabem ler/escrever, mas também permitem, se houver motivação para tal, o acesso a atividades de estimulação mental (enigmas, problemas de raciocínio, procura de letras/palavras, procura de diferença em imagens, entre outras), as quais poderão funcionar como protetor da deterioração cognitiva.

Por outro lado, destaca-se os inúmeros e rápidos desenvolvimentos da sociedade, principalmente ao nível da grande valorização do conhecimento, informação e das tecnologias, no qual o fator saber ler/escrever é fator essencial.

Gráfico 12

Utilização de Novas Tecnologias (Telemóvel, Computador, Internet) por parte dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Neste seguimento, constatou-se que a maioria dos idosos (45 não sabem utilizar o telemóvel) não tem os conhecimentos necessários para beneficiar das inúmeras vantagens das novas tecnologias.

Estando o público-alvo a viver sozinho, o não saber utilizar o telemóvel, por ser um aparelho portátil e de fácil transporte, poderá fazer a diferença numa situação de risco, como uma queda, por exemplo.

Relativamente ao computador e à internet, cujo grau de dificuldade já é mais elevado do que a utilização do telemóvel, constatou-se que apenas 5 idosos mencionaram que sabiam utilizar o computador e apenas 4 idosos sabem navegar na internet.

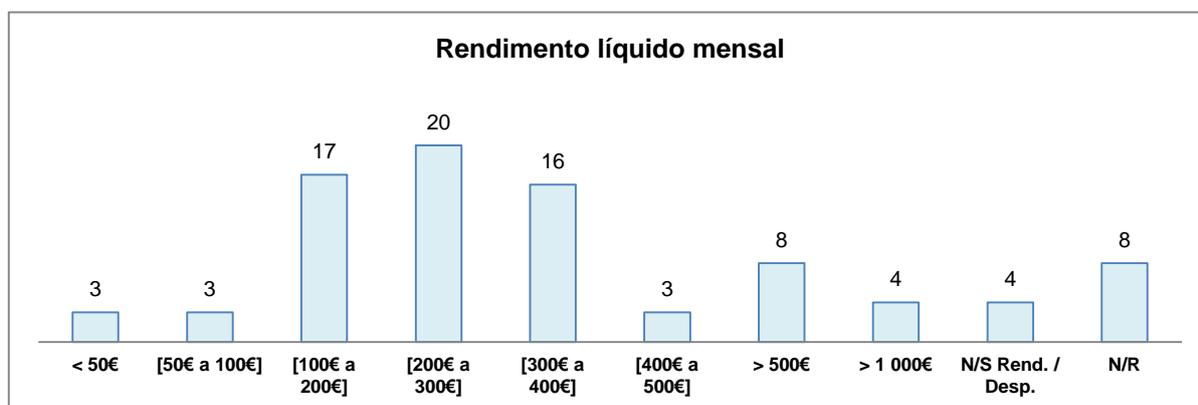
Do levantamento efetuado, encontramos três idosos que não tem telefone fixo em casa, nem nenhum outro meio que possam comunicar com a família/rede de apoio. Nestes casos, o risco é relativamente elevado, uma vez que o contato por parte dos familiares para o idoso, ou vice-versa, numa situação de emergência é relativamente complicado.

Importa referir que três idosos dispõem de equipamento telefónico e pulseira com botão SOS e dois idosos têm telemóvel com botão SOS, o que permite o rápido contato em caso de emergência para familiares/vizinhos/amigos.

2.2. Economia

Gráfico 13

Rendimento líquido mensal dos idosos com 65 ou mais anos de idade a residir sozinhos, à data do contato, na Ilha de Santa Maria



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Os dados relativos ao rendimento líquido (rendimentos vs despesas mensais) foram proferidos verbalmente pelos idosos contactados, sem recurso a comprovação (declarações de rendimentos ou documentos comprovativos de despesas).

Foram consideradas as despesas fixas mensais como a água, a eletricidade, o gás, a renda e/ou amortização, a televisão, internet ou telefone, a medicação e outras cujo carácter de compromisso mensal seja relevante para o cálculo do rendimento líquido. Não foram consideradas despesas de alimentação.

Cerca de 8 idosos não aceitaram fornecer esta informação e 4 idosos não sabiam os montantes dos seus rendimentos/despesas. A larga maioria vive de pensões de sobrevivência, de velhice e/ou invalidez, complemento regional de pensão e/ou reforma (nacional ou estrangeira).

Foi possível constatar, do levantamento efetuado que na ilha de Santa Maria, que a maioria dos idosos com 65 e mais anos a residir sozinhos, tem um rendimento líquido mensal entre os €200 a €300 (cerca de 20 idosos).

Com um poder económico mais elevado encontramos cerca de 15 idosos (mais de €400 de rendimento líquido mensal). No outro extremo encontramos casos de precaridade económica, em que o rendimento líquido mensal não ultrapassa os €100 (cerca de 6 idosos).

O nível socioeconómico dos idosos tem implicações ao nível do acesso a recursos, sejam eles básicos, como a alimentação e condições mínimas de habitabilidade (minimização dos impactes das barreiras arquitetónicas que aumentam de certa forma a qualidade e bem-estar do idoso), sejam eles de outra ordem, como o acesso a recursos intelectuais e culturais, ou mesmo os de apoio formal a algumas atividades da vida diária (apoio na higiene habitacional).

Evitando uma análise reducionista da situação, constatou-se, no levantamento efetuado, que apesar da maioria dos idosos possuir um rendimento líquido mensal superior a €100 e do poder económico não ser baixo (em relação à maioria), é fundamental analisar caso-a-caso, uma vez que as necessidades e riscos na terceira idade não se resumem unicamente à precaridade económica.

2.3. Habitação

Gráfico 14

Tipo de habitação e ocupação dos idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos, á data do contato, na Ilha de Santa Maria (Jan. – Jul. 2014)



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós



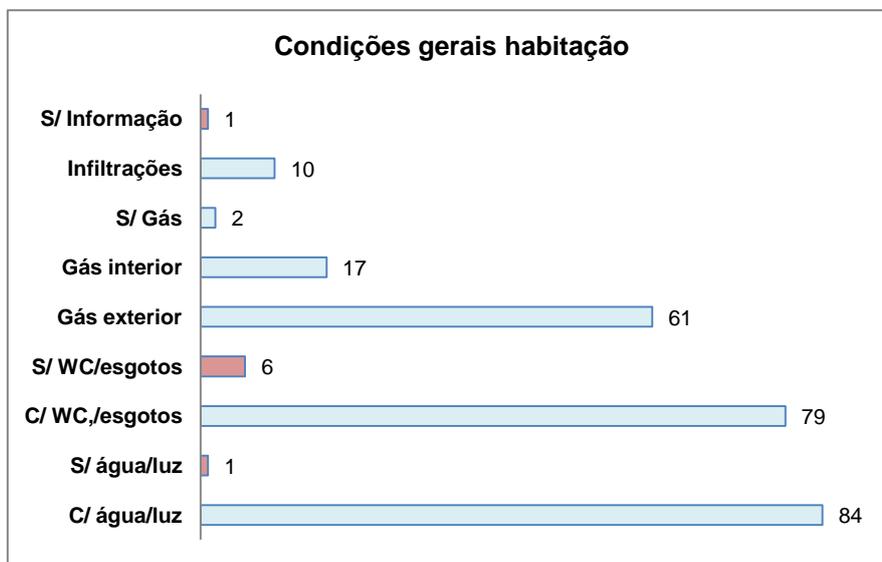
Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Constata-se, pelos gráficos, que a maioria dos idosos contactados vive em moradia. Identificou-se, durante o levantamento efetuado, a situação de 1 Idoso a residir num *anexo*, a idosa possui uma moradia própria, mas como não tem uma rede de vizinhança que a possa auxiliar, fato que a levou a ir viver num *anexo*, próximo de um familiar.

Quanto ao tipo de ocupação constata-se que a maioria vive em habitação própria (69 idosos), 8 idosos em habitação de herdeiros, 6 idosos em habitação arrendada e 2 idosos em habitação sob empréstimo.

Gráfico 15

Condições gerais da habitação dos idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos, á data do contato, na Ilha de Santa Maria (Jan. – Jul. 2014)



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Com é possível observar, a maioria dos idosos contactados possui habitações com as condições mínimas de habitabilidade (acesso a água canalizada, eletricidade, gás e saneamento básico).

Contudo existem casos em que estas condições mínimas não estão garantidas. Cerca de 6 idosos não possuem instalações sanitárias, 1 idoso revelou que não possui água canalizada e eletricidade na sua habitação e 2 idosos referiram que não tem gás dentro da habitação, sendo as refeições confeccionadas com lenha. 10 Idosos mencionaram que ter problemas com infiltrações.

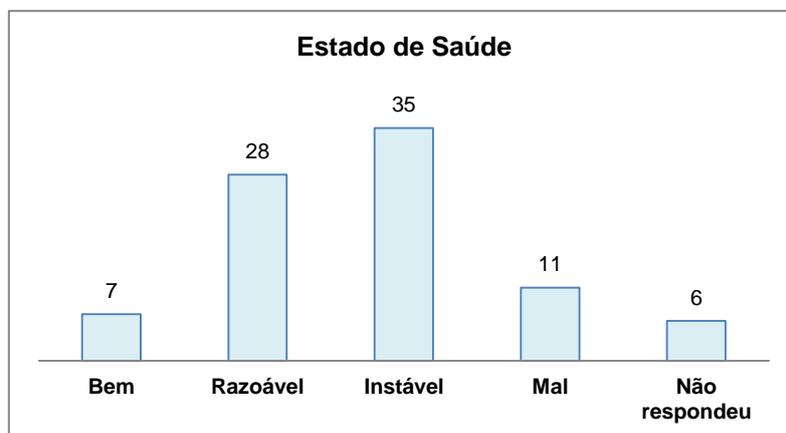
No decorrer dos contatos a técnica aproveitou para fornecer informações ao nível dos apoios da habitação, principalmente o apoio municipal, uma vez que a maioria dos idosos não tinham conhecimento destes programas.

Quanto às instalações de gás, a maioria dos idosos contactados possuem a botija de gás no exterior da habitação (61 idosos). Contudo, ainda 17 idosos têm a botija de gás no interior da habitação, o que constitui uma situação de risco e vai contra as normas de segurança.

2.4. Saúde

Gráfico 16

Percepção por parte dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, do Estado de Saúde em que se Encontram, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Nesta faixa etária existem inúmeras transformações biológicas, físicas e psicológicas que afetam a vida e o bem-estar do idoso. Se por um lado, existe um conjunto de alterações orgânicas e funcionais que ocorrem em consequência do processo de envelhecimento, existem outras que ocorrem com alguma frequência, mas que não tem necessariamente de estar presentes, como por exemplo as patologias.

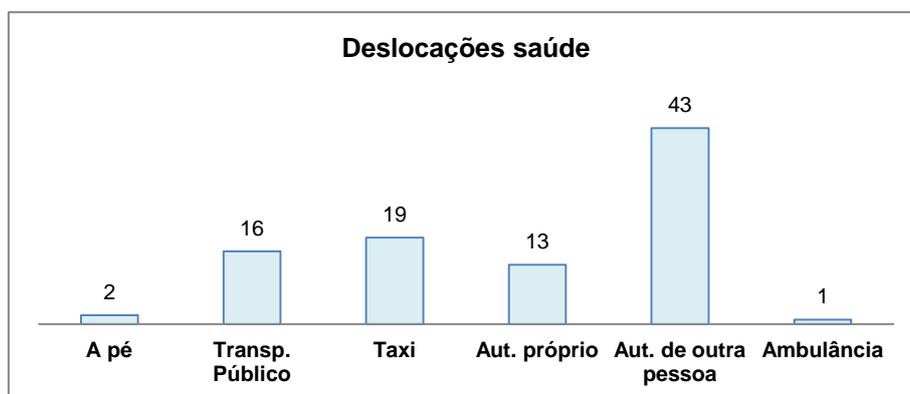
A importância de perceber qual é a percepção que os idosos contactados tem quanto ao seu estado de saúde é fulcral, uma vez que podemos avaliar a sua perspectiva de como a “doença” os afeta diariamente e não apenas nos focalizar no tipo de problemas de saúde que têm.

Cerca de 11 idosos referiram que o seu estado de saúde era mau e 35 idosos referiram que era instável. Num outro contexto, cerca de 28 idosos referiram que o seu estado de saúde era razoável e 7 que se sentiam bem de saúde. Podemos constatar que a maioria dos idosos descreve o seu estado de saúde de forma “negativa”.

Houve três idosos que, segundo a família, têm Alzheimer. Nestes casos, a doença tem algumas implicações não só na vida diária do idoso, como da própria família.

Gráfico 17

Meio de transporte utilizados pelos idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria para a USISMA e/ou Consultório Médico, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)



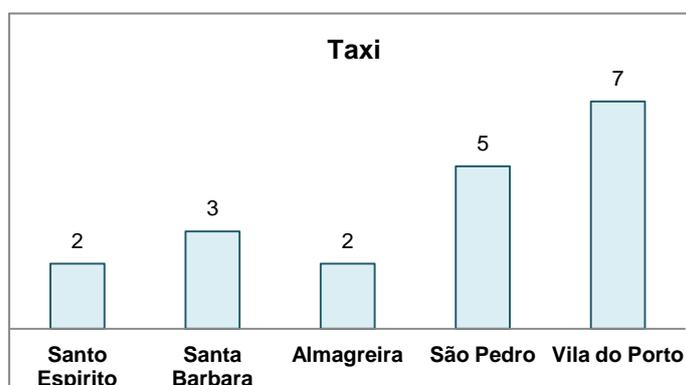
Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Algo que se constatou no levantamento de informação foi que a maioria dos idosos, apenas vai à urgência quando se sente mal, não mantendo consultas regulares com os respetivos médicos de família. Alguns afirmam mesmo não saber quem é o médico de família atribuído.

Relativamente ao meio de transporte utilizado para as deslocações à USISMA e/ou Consultório Médico (seja para consultas, requisição de medicação, exames ou tratamentos), à data do contato, observa-se que a maioria (cerca de 43 idosos) tem o apoio de uma segunda pessoa, cerca de 19 deslocam-se de táxi, 16 deslocam-se de transporte público, 2 deslocam-se a pé e 1 desloca-se de ambulância.

Gráfico 18

Idosos contactados que se deslocam de táxi para consultas e tratamentos, por freguesia de residência, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)

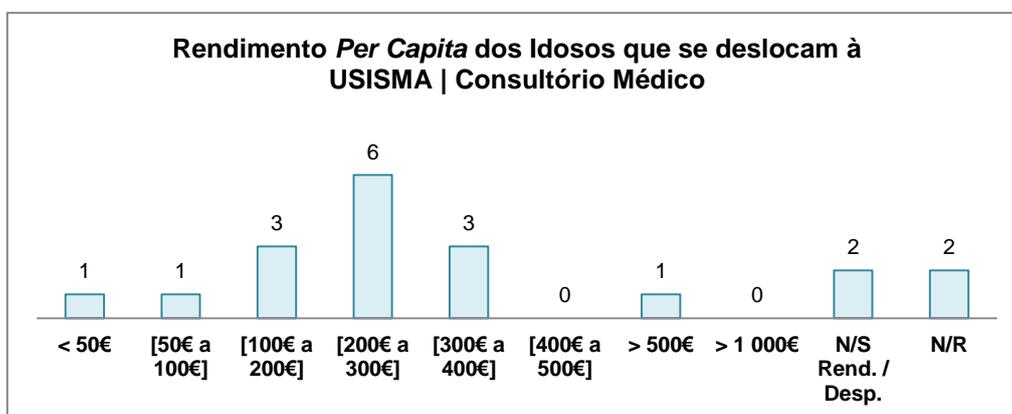


Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós



A maioria dos idosos contactados que se desloca à USISMA/Consultório Médico para consultas e tratamentos é proveniente da Freguesia de Vila do Porto.

Gráfico 19 – Rendimento *Per Capita* dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria que utilizam o Táxi como Meio de Transporte para a USISMA e/ou Consultório Médico, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)



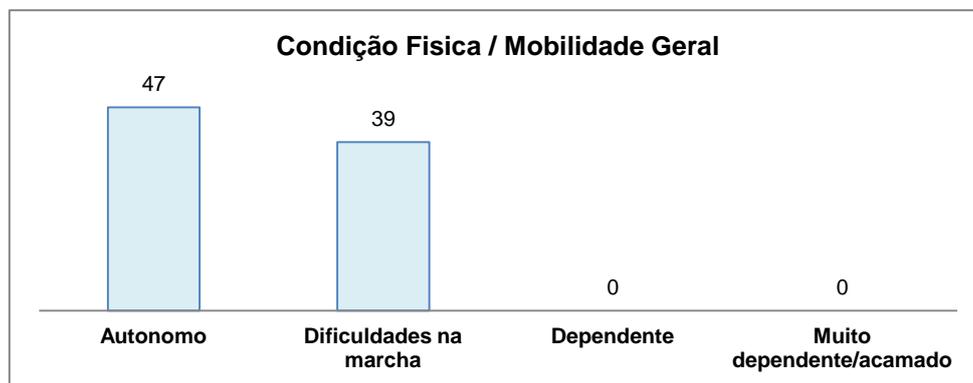
Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Se analisarmos o rendimento *per capita* dos idosos contactados que utilizam o táxi como meio de transporte para a USISMA e/ou Consultório Médico, podemos observar que a maioria situa-se entre os €200 a €300 mensais.

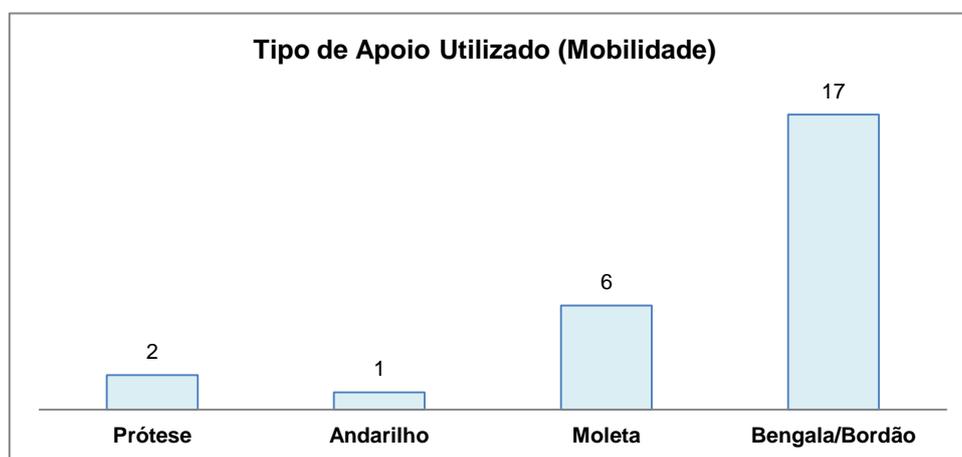
Com alguma precaridade económica encontramos dois idosos que utilizam o táxi nas suas deslocações de saúde. Em ambos os casos o contexto geográfico afastado, entre a residência do idoso e a paragem do autocarro, é apresentado como justificação. No caso em que o rendimento *per capita* é inferior a 50 mensais, a idosa relatou que não consegue subir/descer os degraus do transporte público, uma vez que a sua mobilidade não lhe permite.

Gráfico 20

Condição Física / Mobilidade dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

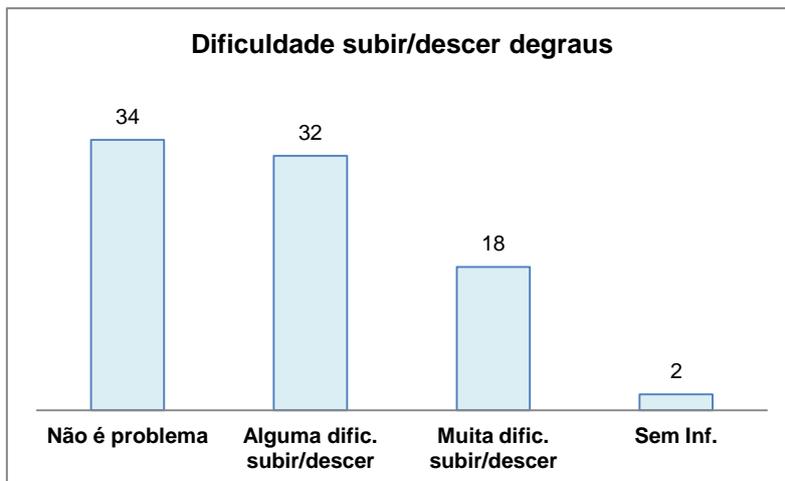
Relativamente ao estado físico dos idosos contatos, 47 era autônomos nas suas atividades de vida diária e 39 idosos apresentavam dificuldades ao nível da marcha. Ao nível dos idosos com 65 ou mais anos que vivem sozinhos não foi encontrado nenhum caso de dependência ou acamado.

Da maioria dos idosos que apresentaram dificuldades na marcha, à data do contato, 17 idosos utilizavam bengala/bordão, 6 utilizavam moletas, 2 têm prótese e 1 idoso tem o apoio do andarilho. Cerca de 13 idosos, apesar de apresentarem dificuldades na marcha, não possuíam qualquer apoio.



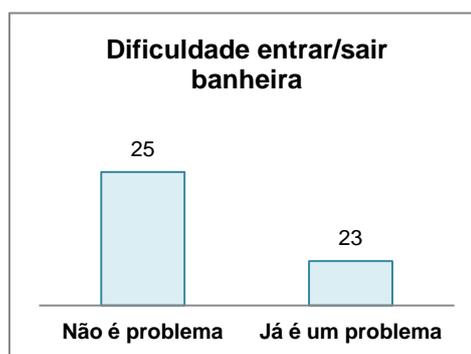
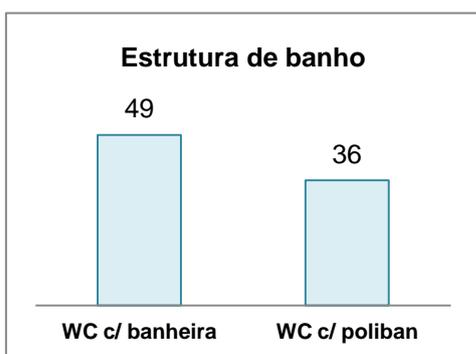
Gráfico 21

Percepção dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria das Dificuldades de Mobilidade perante Degraus / Banheira, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Dos 86 idosos contatados, cerca de 34 idosos, referiram que o subir/descer degraus não é percebido como um problema. 32 Idosos responderam que já têm alguma dificuldade e 18 mencionaram que têm muita dificuldade a subir/descer degraus. Nestes últimos notou-se que esta grande dificuldade perante os degraus tem implicações nas suas atividades da vida diária e participação comunitária (isolamento).



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Pelo levantamento efetuado, observou-se que dos 86 idosos contatados, cerca de 79 idosos tinham na sua habitação instalações sanitárias, com o mínimo de condições. Destes 79 idosos, cerca de 36 revelaram que possuíam poliban e 49 idosos referiram que possuíam banheira.

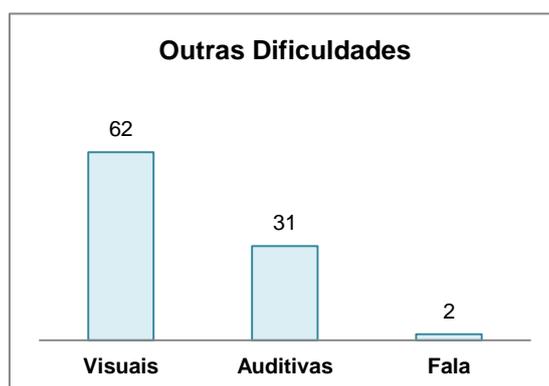
Para este público, no qual a idade acarreta perdas de ordem física, a banheira poderá representar um risco. Apesar da maioria dos idosos que possuem banheira referir que esta não é um problema, cerca de 23 idosos mostraram que entrar/sair da banheira já é um problema e uma preocupação constante. Contudo, a maioria refere que não tem condições financeiras para fazer a transição da banheira para o poliban.

Houve da parte da Técnica uma sensibilização para a manutenção de tapetes antiderrapantes (dentro da banheira e fora) ou mesmo para a colocação de apoios de metal nas paredes da banheira.

Para os idosos que vivem sozinhos e que têm banheira-o risco é ainda mais elevado, pois em situação de queda e, não havendo a possibilidade de se pedir auxílio imediato, o incidente poderá apresentar uma gravidade considerável.

Gráfico 22

Outras dificuldades demonstradas pelos idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)



Fonte: Projeto de Identificação, Monotorização e Acompanhamento de Idosos Sós

A visão e a audição podem deteriorar-se com a idade, levando a dificuldades na distinção das cores, e na focagem de imagens e na audição, quer em locais de muito ruído de fundo, quer, nas situações mais graves, em locais sem ruído de fundo.

A maioria dos especialistas defende que algumas dificuldades cognitivas podem ser consequência dos défices sensoriais, os quais poderão ser compensados com próteses: óculos e aparelhos auditivos.

Por parte dos idosos contactados, a maioria refere que tem dificuldades em ver, havendo a possibilidade de a maior parte ter cataratas no olho. Muitos idosos utilizam

óculos, mas mesmo esses referem que os óculos já não são uma “ajuda”, uma vez que não são mudados há muitos anos.

Cerca de 31 idosos referem que têm dificuldades a ouvir, situação observada no decorrer das entrevistas. Apenas 2 idosos possuem aparelho auditivo.

Alguns destes idosos têm problemas de audição graves, tendo implicações no quotidiano do idoso ao nível da comunicação. Em alguns casos, não foi possível efetuar contato para marcação de entrevista diretamente com o idoso, mas com a família, bem como na própria entrevista a família/vizinhos auxiliaram no questionamento ao idoso, em algumas questões de índole pessoal.

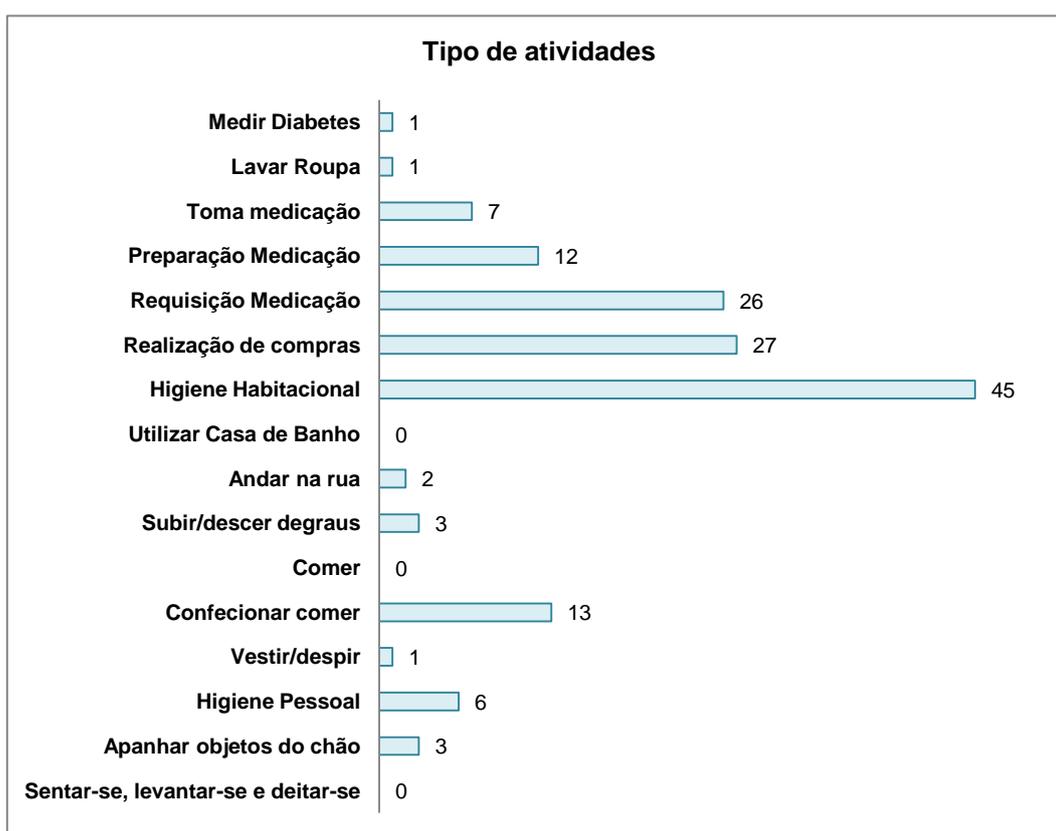
2.5. Suporte Social

Gráfico 23

Atividades de vida diárias: tipo de apoio prestado pela rede de suporte social dos idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Pelas inúmeras alterações e transformações existentes nesta fase da vida, alguns idosos poderão sentir uma dificuldade acrescida na realização de atividades de vida diária que anteriormente faziam parte da normalidade quotidiana.



A maioria dos idosos contatados, cerca de 56, refere que necessita de auxílio para a realização de alguma ou algumas atividades quotidianas.

De todas as tarefas questionadas, a higiene habitacional foi a que mais idosos identificaram como sendo a que mais dificuldade impõe. Em alguns casos, os idosos referiram que necessitam de ajuda para trabalhos *mais pesados*, como a limpeza das janelas e de armários/móveis altos, em que é necessário o apoio de cadeira/escadote.

Quanto à higiene pessoal, apenas 6 idosos referiram que necessitam de ajuda, contando com o auxílio ou de família ou de empregados de limpeza (remunerados). 1 idoso referiu que já necessita de ajuda para se vestir/despir.

Cerca de 27 idosos referiram que necessitam de ajuda na realização de compras e 26 idosos na requisição da medicação. Neste tipo de tarefas constatou-se que alguns idosos ainda conseguiriam realizá-las, contudo algum membro da família assumiu essa responsabilidade.

A preparação da medicação do idoso é outra tarefa que cerca de 12 idosos necessitam de ajuda. Observou-se que existia alguma desorientação em relação à divisão dos comprimidos, responsabilidade assumida por algum membro da família, resultado, por vezes, das inúmeras mudanças de marcas dos medicamentos (genéricos).

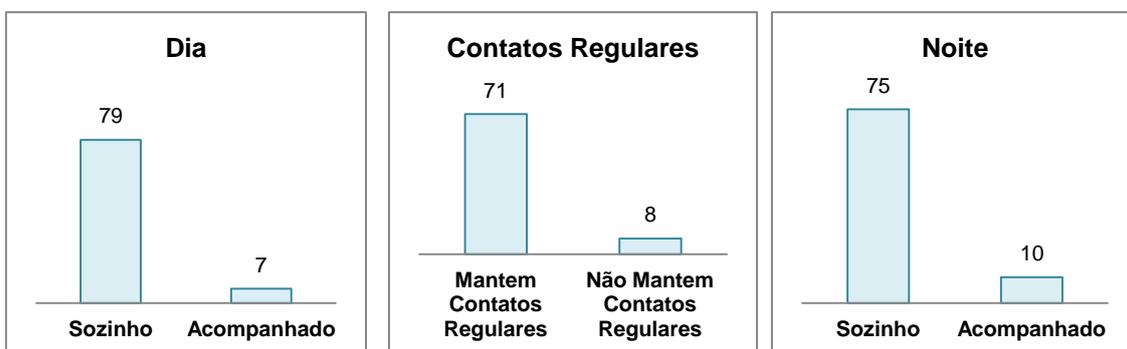
Cerca de 7 idosos revelaram que necessitam de ajuda na toma de medicação. A maioria tem algum filho/filha/vizinho que supervisiona a toma e, num dos casos porque o idoso tem Alzheimer.

Tarefas domésticas, como confeccionar alimentos e lavar a roupa, também foram mencionadas por cerca de 14 idosos.

Tarefas que implicam a mobilidade, como o andar na rua e subir/descer degraus, e flexibilidade, como o apanhar objetos do chão, foram outras necessidades que alguns idosos identificaram. Apenas 1 referiu que necessitava de ajuda para medir a diabetes.

Gráfico 24

Tempo que os Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, permanecem Sós (Dia / Noite), à data do contato (Jan. – Jul. 2014)



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Relativamente à questão do tempo que os idosos contatados permanecem sós, 79 idosos referiram que durante o dia estão sozinhos e 7 mencionaram que normalmente estão acompanhados. Dos 79 idosos que passam o dia sozinhos, cerca de 71 referiu que mantem contatos regulares com outras pessoas e 8 afirmaram que não mantinham contatos regulares com outras pessoas.

Destaca-se aqui o papel importante que o telefone assume na vida dos idosos contatos. Com ele podem contactar familiares, amigos e vizinhos sem sair da sua habitação, bem como estes últimos tem a possibilidade de saber se está tudo bem com o idoso rapidamente.

Relativamente ao período da noite, apenas 10 idosos ficam acompanhados, sendo que a maioria pernoitam sozinhos.

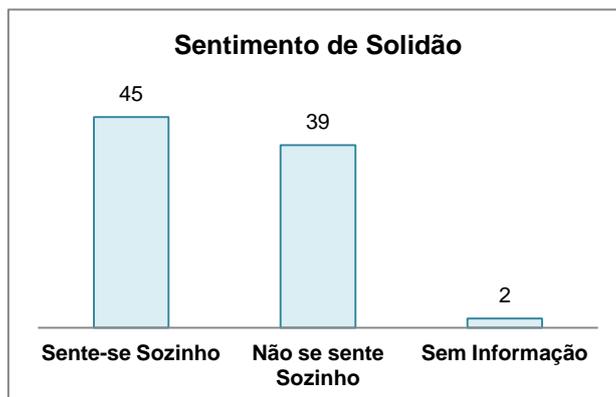
Importa, por outro lado, mencionar que muitos dos idosos apoiam-se na religião, uma vez que quando lhes era questionado se ficavam sozinhos ou acompanhados, muitos respondiam espontaneamente “sozinho não, com Deus”.

Alguns idosos referiram a importância da companhia dos animais de estimação (mais frequente o gato e o cão) que assumem na sua vida diária. Muitos autores referem que além dos animais serem um bom motivo para o idoso se levantar de manhã, estimulam a comunicação verbal, fazem companhia (24 horas por dia), são pouco exigentes, fazem rir, fornecem contato físico e demonstração de afeto e permitem, de certa forma, confirmar ao idoso que ainda é possível assumir a tarefa de cuidar.

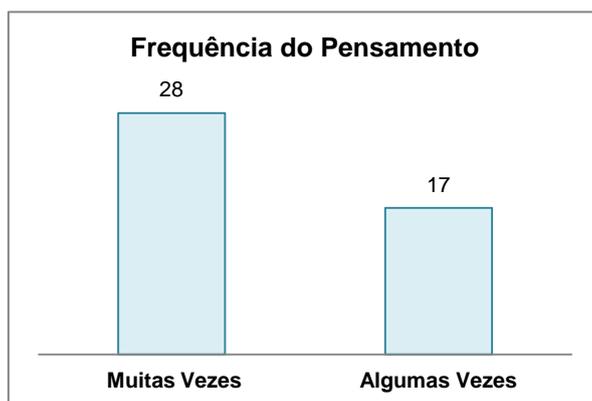


Gráfico 25

Sentimento de Solidão dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, permanecem Sós (Dia / Noite), à data do contato (Jan. – Jul. 2014)



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

Estando o público-alvo deste projeto a residir sozinho, importa perceber de que forma percebem esta situação.

Observou-se que em muitos casos o viver sozinho é uma opção do idoso, mesmo quando já existe algum "receio" em ficar só no período da noite. Existe uma resistência relativamente grande, principalmente quando falamos de idosos que têm algumas atividades quotidianas comprometidas, de deixar o seu espaço, mesmo que haja disponibilidade por parte da família em acolher o idoso na sua residência.

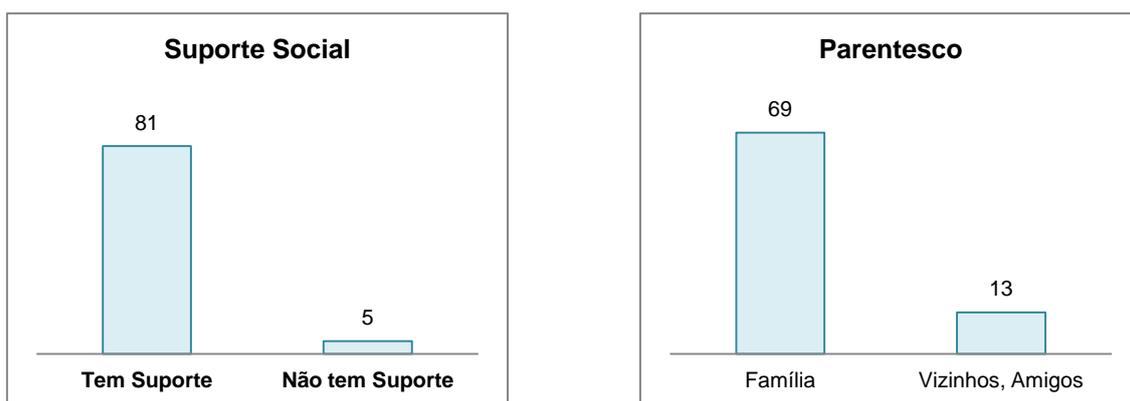
No levantamento efetuado, cerca de 45 idosos referiram que se sentem sós e destes 28 idosos dizem que pensam nesta questão muitas vezes.

Importa esclarecer que independentemente do contexto que o idoso vive, associado ao isolamento físico e geográfico está, na maioria dos casos, pessoas com um estilo

de vida solitário. A solidão não é sinónima de isolamento social, situação que se constatou em alguns casos, uma vez que os idosos referiam que tinham apoio para as suas atividades diárias e mantinham contatos regulares com outras pessoas, contudo afirmavam que se sentiam sós.

Gráfico 26

Perceção do Suporte Social pelos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

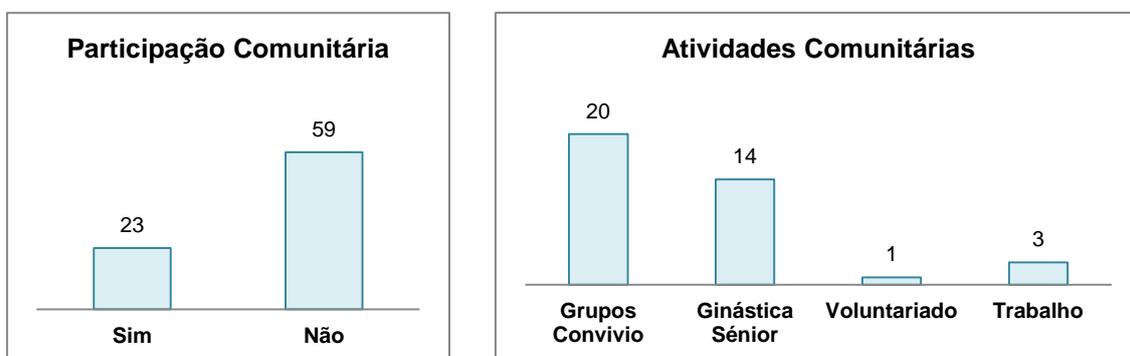
A maioria dos idosos contactados menciona que tem alguém a quem recorrer sempre que necessita. Destes, 69 idosos referem que o apoio é prestado por alguém com relação de parentesco (na maioria dos casos são irmãos, filhos, netos, sobrinhos, primos). 13 Idosos referem que tem apoio por parte dos vizinhos, amigos. Existem casos em que as empregadas de limpeza são a primeira pessoa que o idoso chama quando necessita de algo, existindo assim uma relação não só de “patrão-empregado”, mas também uma relação de auxílio.

Segundo a maioria dos autores, ao longo dos anos existe uma diminuição gradual das redes sociais, principalmente quando falamos da terceira idade. Cerca de 5 idosos referiram que não ter alguém a quem recorrer se necessitarem de algo ou numa situação de emergência. Apesar de no total dos idosos contactados, apenas uma minoria revela que não tem suporte, esta é uma situação preocupante pelo fato de viverem sozinhos.

2.6. Participação Comunitária

Gráfico 27

Participação Comunitária dos Idosos com 65 ou mais anos a residir sozinhos na Ilha de Santa Maria, à data do contato (Jan. – Jul. 2014)



Fonte: Projeto de Identificação, Monitorização e Acompanhamento de Idosos Sós

A terceira idade caracteriza-se, na maioria dos casos, por uma diminuição gradual da participação social do idoso, traduzindo-se na prática, por uma diminuição das redes sociais e dos contatos intersociais.

Pelo fato do público-alvo residir sozinho, importava perceber se havia a ocupação do seu tempo com atividades comunitárias. Foram consideradas como atividades comunitárias a participação em grupos de convívio sénior, em equipas de ginástica sénior, voluntariado e trabalho.

Podemos observar que a maioria dos idosos não participa em nenhuma atividade comunitária. Observou-se que a alteração de rotinas (de muitos anos) e a saída da sua zona de conforto é algo difícil para estes idosos. Para muitos idosos, principalmente aqueles que se sentem sós, o receio do desconhecido leva a que não participem em grupos de convívio sénior.

Alguns idosos mencionaram que participam nas atividades do Dia do Idoso e no Almoço de Natal, promovidos pela Câmara Municipal de Vila do Porto. Contudo, apesar destas atividades promoverem o convívio, por serem iniciativas de caráter anual não apresentam as inúmeras vantagens dos espaços de convívio sénior semanais.

Apesar dos benefícios do trabalho voluntário, principalmente nesta fase da vida, esta não é uma prática muito recorrente entre os idosos contactados, sendo que apenas 1 pratica voluntariado.

Relativamente ao trabalho, a maioria dos idosos são reformados/pensionistas. Contudo, 3 idosos referiram que ainda ocupam o seu tempo numa atividade profissional, por conta própria.

III. NECESSIDADES

1. NECESSIDADES ENCONTRADAS E PROPOSTAS DE APOIOS/ATIVIDADES

Efetuada o levantamento junto dos idosos com 65 ou mais anos a residir, à data do contato, sozinhos na Ilha de Santa Maria, importa destacar as necessidades encontradas junto da população-alvo e algumas sugestões de apoios/atividades que possam ser implementadas.

1.1. Participação Comunitária

Constatou-se que a maioria dos idosos contactados não participa em atividades comunitárias, como convívios sénior, ginástica sénior ou mesmo voluntariado, atividades vulgarmente dinamizadas na ilha de Santa Maria.

Existe ainda muita resistência por parte dos idosos contactados em sair da sua zona de conforto (casa e rotinas diárias), mesmo que a maioria deles tenha proferido que se sente sozinho.

Desta forma, se apenas $\frac{1}{4}$ dos idosos que vivem sozinhos frequentam os convívios seniores, os benefícios desta atividade semanal (conhecer novas pessoas, conviver com outras que já conhece, aumentar as suas relações sociais, adquirir/estimular novas aprendizagens e aumentar, de certa forma, a participação na sociedade) não estão a ser devidamente aproveitado pelos idosos que mais beneficiariam com ela (principalmente os que vivem sozinhos).

Necessidade 1	Convívio/contacto social
Proposta de atividade/apoio	<i>Atividades de animação mensais</i>
Descrição	Atividades de animação, paralelas e distintas dos convívios seniores, acessíveis aos idosos de toda a ilha, dinamizadas pelo Município em parceria com os parceiros locais.
Objetivos	Juntar o maior número possível de idosos (quer os que frequentam o convívio, quer aqueles que não frequentam) de forma a promover o convívio entre eles; Sensibilizar para os benefícios dos convívios seniores semanais e angariar novas inscrições.
Observações	Sempre que possível, planear atividades com parceiros locais para minimizar os custos e ter a maior abrangência comunitária possível.

Necessidade 2	Monotorização/avaliação de necessidades constante
Proposta de atividade/apoio	<i>Monotorização Constante (Visitas domiciliárias + contatos telefónicos)</i>
Descrição	Definir um responsável pela monotorização mensal dos idosos que vivem sós, quer por contatos telefónicos, quer por deslocações às habitações (principalmente os que se encontram em maior risco de isolamento).
Objetivos	Manter uma monotorização/avaliação constante; Diagnosticar alguma necessidade e desbloquear serviços de apoio ao idoso (promovendo o auxílio necessário, sempre que possível).
Observações	

1.2. Novas Tecnologias

A maioria dos idosos contactados possui telefone fixo e tem os conhecimentos base para utilizar este equipamento.

Por outro lado, e considerando as tecnologias de fácil transporte, como o telemóvel, apenas 42% dos idosos contactados sabem utilizar (utilização básica) o equipamento. Constatou-se que cerca de 3 idosos não possuem qualquer equipamento de comunicação, o que os coloca numa situação de risco acrescido numa situação de emergência.

Podemos considerar que a situação agrava-se quando à variável “viver só” se reúne outras situações de risco como dificuldades de mobilidade (quer seja em degraus ou na banheira), dificuldades de visão/audição, problemas de saúde que provocam instabilidade no idoso (diabetes, hipertensão arterial, problemas cardíacos, etc.), bem como o não acesso a tecnologia como o telefone fixo (para os que não o possuem) e/ou telemóvel (aparelho de preço relativamente acessível), que permite a rápida comunicação com rede de apoio (família, vizinhos e amigos) e serviços de emergência (Polícia e Bombeiros).

Necessidade 3	Comunicação rápida com rede de apoio e/ou serviços de emergência
Proposta de atividade/apoio	<i>Equipamento telefónico + pulseira com botão SOS + serviço de apoio</i>
Descrição	Equipamento telefónico adaptado ao idoso com pulseira e/ou pendente c/ botão SOS, de fácil transporte para o idoso, que inclua serviço de apoio (encaminhar para a melhor resposta, consoante a necessidade).
Objetivos	Rápido contato com a rede de suporte e serviços de emergência; Minimizar consequências resultantes de acidentes no domicílio; Segurança/tranquilidade para os idosos e rede de apoio.
Observações	Ver <i>Anexo II</i> - Pesquisa e Exemplificação de Soluções de Comunicação Sénior

Necessidade 4	Comunicação rápida com rede de apoio e/ou serviços de emergência
Proposta de atividade/apoio	<i>Telemóvel com botão SOS</i>
Descrição	Para os idosos que sabem utilizar o telemóvel, existe o telemóvel adaptado ao idoso com botão SOS, no qual é possível associar um número de telefone.
Objetivos	Rápido contato com a rede de suporte e serviços de emergência; Minimizar consequências resultantes de acidentes no domicílio; Segurança/tranquilidade para os idosos e rede de apoio.
Observações	Ver <i>Anexo II</i> - Pesquisa e Exemplificação de Soluções de Comunicação Sénior

1.3. Habitação

A maioria dos idosos possui condições habitacionais mínimas. Contudo, existem casos em que as condições básicas não estão garantidas.

Encontramos cerca de 6 idosos sem instalações sanitárias, que compromete a higiene pessoal do idoso, 2 idosos sem instalação de gás, 10 idosos com problemas de infiltrações e 1 idoso sem instalação de eletricidade e sem água canalizada. Apesar de serem uma minoria, comparado com o total, estas situações comprometem de certa forma a qualidade de vida do idoso e as suas atividades de vida diária.

Por outro lado, identificou-se cerca de 17 casos em que as botijas de gás ainda se encontram no interior da habitação. Nestas situações, em que o sistema de ventilação poderá não ser o mais adequado, o risco é mais elevado do que os idosos que tem as botijas de gás no exterior.

Necessidade 5	Melhoramento das condições habitacionais
Proposta de atividade/apoio	<i>Apoio Habitação (obras de beneficiação)</i>
Descrição	Apoio em obras habitacionais: casas de banho (construção e atualização da banheira para poliban), infiltrações, mudanças de gás para o exterior, etc.
Objetivos	Melhorar as condições habitacionais dos idosos, tendo em vista o bem-estar.
Observações	O atual Regulamento Municipal de Apoio à Melhoria das Condições de Habitabilidade das Famílias poderá colmatar esta necessidade, para os idosos que cumpram os requisitos lá presentes. Seria benéfico, quando as inscrições tivessem abertas, que os idosos interessados tivessem acesso a esta informação.

1.4. Saúde

Pelas perdas de ordem física que os idosos têm nesta fase da vida, constatou-se que existem idosos com problemas de mobilidade, que revelam algumas dificuldades a subir/descer degraus ou mesmo a entrar/sair da banheira, situações que podem representar um risco acrescido de quedas.

Por outro lado, verificou que a maioria dos idosos contatados apresenta problemas de visão (situação normal para a idade). A situação preocupante está no fato de alguns idosos não terem consultas regulares no oftalmologista³ e conseqüentemente os óculos não serem mudados há muito tempo⁴.

Os problemas auditivos, que dificultam as relações interpessoais e comunicação, também são apresentados como uma dificuldade para os idosos, mas a maioria não dispõe de aparelho auditivo.

Contudo, na maioria dos casos os idosos não vão ao especialista, ficando desta forma sem saber se o seu problema tem solução ou não. Vários estudos afirmam que o tratamento da perda de audição está associado a melhorias na autoconfiança, nos relacionamentos, na vida social e na saúde física e mental.

Relativamente ao meio de transporte utilizado nas deslocações, alguns idosos contatados revelaram que o táxi é o melhor meio, quer por facilidade de horário ou mesmo por dificuldades de mobilidade (subir/descer degraus do transporte público).

Necessidade 6	Subir/descer degraus + entrar/sair banheira
Proposta de atividade/apoio	<i>Colocação de corrimões e suportes de ajuda Ajudas técnicas para banho</i>
Descrição	Colocação de apoios para subir/descer degraus (caso tenham alguma barreira física na habitação); Colocação de apoios na banheira para entrar/sair; Comparticipação na compra de ajudas técnicas para o banho.
Objetivos	Promover uma maior segurança nas habitações dos idosos de modo a que possam fazer as suas atividades diárias com o mínimo de comodidade.
Observações	Anexo III – Pesquisa e Exemplificação de Soluções de Mobilidade

³ Alguns idosos proferiram que não mantêm consultas regulares com o médico de família, também.

⁴ Na questão da muda dos óculos, o fator financeiro é fulcral.

Necessidade 7	Problemas de Visão
Proposta de atividade/apoio	<i>Consultas de visão (rastreo) + Participação na compra</i>
Descrição	Consultas de oftalmologia e ajuda na compra dos óculos.
Objetivos	Promover espaços de consulta/rastreo para os idosos (quer seja os que vivem sós, quer os que sintam necessidade de ir); Facilitar a deslocação (transportes) a consultas de visão; Facilitar o acesso a informação de apoios/participação na compra de óculos; Auxílio financeiro na compra dos óculos para os beneficiários da Segurança Social.
Observações	
Necessidade 8	Problemas de Audição
Proposta de atividade/apoio	<i>Participação na compra de aparelho auditivo</i>
Descrição	Apoio financeiro, tendo em conta os apoios existentes.
Objetivos	Auxílio financeiro na compra de aparelho auditivo para os beneficiários da Segurança Social.
Observações	

Necessidade 9	Deslocações de saúde dentro da Ilha
Proposta de atividade/apoio	<i>Apoio no transporte para consultas e tratamentos aos idosos com dificuldades económicas</i>
Descrição	Apoio financeiro no transporte para consultas e tratamentos
Objetivos	Auxiliar os idosos com dificuldades económicas e dificuldades de mobilidade (subir/descer degraus do transporte público) no valor do táxi.
Observações	<p>Apesar de ser um número reduzido de idosos que utiliza táxi nas deslocações por saúde (apenas 19 dos 86 idosos contatados) e do RPC, na maioria, não ser propriamente baixo, esta resposta faria sentido se houvesse informação sobre as necessidades de deslocação à USISMA por este meio referente aos idosos não contemplados na presente recolha.</p> <p>Esta situação implicaria que outros projetos de avaliação ao público da terceira idade contemplassem nos seus questionários esta questão/necessidade.</p> <p>Do contato efetuado com a Unidade de Apoio ao Idoso da USISMA (projeto que promove uma recolha ampla aos idosos de toda a Ilha) não existe esta informação no questionário em uso.</p>

1.5. Trabalho em Rede

Numa linha conclusiva, e depois de se apresentarem aqui as necessidades que mais se destacaram no levantamento de informação a este público, importa mencionar que apesar da grande disponibilidade demonstrada pelas várias entidades sinalizadoras em cooperar no presente projeto, não existe um trabalho de colaboração e articulação em matéria de terceira idade entre todas, no sentido não só de partilha de informação como de busca por novas soluções/projetos conjuntos.

Esta questão tem repercussões na população em causa, uma vez que existe uma saturação por parte dos idosos em fornecer constantemente, mas a entidades distintas, as mesmas informações, sem verificar de resultados.

Necessidade 10	Trabalho em rede (terceira idade)
Proposta de atividade/apoio	<i>Equipa de trabalho</i>
Descrição	Equipa de trabalho com a colaboração das diversas entidades da Ilha que intervém na questão da terceira idade.
Objetivos	Promover o trabalho em equipa entre os diferentes parceiros; Não saturar os idosos com as mesmas questões feitas por técnicos e entidades distintas; Desenvolver novos projetos e parcerias de ajuda ao idoso, centrando a questão na minimização das suas dificuldades e desbloqueamento de serviços/apoios, promovendo assim o seu bem-estar.
Observações	Possibilidade de complementar o trabalho em rede com um gabinete de apoio e uma linha telefónica (ver necessidade abaixo).
Necessidade 11	Orientação e informação
Proposta de atividade/apoio	<i>Gabinete de apoio + Linha telefónica</i>
Descrição	Gabinete de Apoio ao idoso e familiares (com a colaboração das várias entidades da ilha na partilha de informações e apoios direcionados a este público); Linha telefónica para os idosos da ilha de Santa Maria
Objetivos	Facilitar o rápido acesso à informação por parte do idoso/família, desbloqueio de serviços e acompanhamento constante do idoso na sua habitação.

BIBLIOGRAFIA

- Bruto da Costa, A. (Coord.), Baptista, I., Perista, P. & Carrilho, P. (2012). *Um Outro Olhar Sobre a Pobreza: vulnerabilidade e exclusão social no Portugal contemporâneo*. Lisboa: Grávida
- Cabral, S. M. S. (2011). *Identificação De Necessidades E Planeamento de Respostas para as Pessoas Idosas*. Dissertação, Universidade dos Açores, Angra do Heroísmo. Carvalho, M. I. de (Coord.) (2013). *Serviço Social no Envelhecimento*. Lisboa: Factor
- Capucha, L. (2005). *Desafios da Pobreza*. Oeiras: Celta Editora
- Carneiro, R. (Coord.), Chau, F., Soares, C., Fialho, J. A. S. & Sacadura, M. J. (2012). *O Envelhecimento da População: Dependência, Ativação e Qualidade*. Relatório Final, Centro de Estudos dos Povos e Culturas de Expressão Portuguesa, Universidade Católica Portuguesa, Portugal. Recuperado a 1 novembro, 2013, de http://www.qren.pt/np4/np4/?newsId=1334&fileName=envelhecimento_populacao.pdf
- Costa, M. da G. M. (Coord.), Milagre, C., Passeiro, J. & Almeida, V. (2002). *Perfis Emergentes: contexto da formação para grupos sociais desfavorecidos*. Lisboa: Instituto para a Inovação na Formação. Recuperado a 18 junho, 2014, de http://www.crcvirtual.org/vfs/old_crcv/biblioteca/estudo_perfis_emergentes/
- Fechine, B. R. A. & Trompieri, N. (2012, janeiro/março). O processo de Envelhecimento: as principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. *Revista Científica Internacional*, 1(7), pp. 106-194. Recuperado a 23 outubro, 2013, de <http://ucbweb2.castelobranco.br/webcaf/arquivos/15482/10910/envelhecimento.pdf>
- INE (2002). *O Envelhecimento em Portugal: situação demográfica e sócio-económica recente das pessoas idosas*. Recuperado a 23 outubro, 2013, de http://alea-estp.ine.pt/html/actual/pdf/actualidades_29.pdf
- INE (2012). *Censos 2011 Resultados Definitivos: Portugal*. Recuperado a 21 outubro, 2013, de http://censos.ine.pt/xportal/xmain?xpid=CENSOS&xpgid=ine_censos_publicacao_det&contexto=pu&PUBLICACOESpub_boui=73212469&PUBLICACOESmodo=2&selTab=tab1&pcensos=61969554
- Oliveira, I. T. de Oliveira, I. T. & Mendes, M. F. (2010). A diferença de esperança de vida entre homens e mulheres: Portugal de 1940 a 2007. *Análise Social*, XLV (194), pp. 115-138. Recuperado a 23 outubro, 2013, de <http://analisesocial.ics.ul.pt/documentos/1268307381P1wGC4sr3Qg28GG4.pdf>
- Perista, H. (coord.), Freitas, F. & Perista, P. (1998). *Levantamento das Necessidades Sociais das Pessoas Idosas em Contexto Local*. Recuperado a 1 novembro, 2013, de http://www4.seg-social.pt/documents/10152/13328/Levantamento_neces_soc_pes_idosas

- Ribeiro, O. (Coord.) & Paúl, C. (Coord.) (2011). *Manual do Envelhecimento Activo*. Lisboa: Lidel
- Sequeira, C. (2007). *Cuidar de Idosos Dependentes: diagnósticos e intervenções*. Coimbra: Quarteto
- Serrano, G. P. (2008). *Elaboração de Projetos Sociais: casos práticos*. Porto: Porto Editora

Esta página foi propositadamente impressa em branco.

ANEXOS

Esta página foi propositadamente impressa em branco.

ANEXO I

CONSENTIMENTO INFORMADO E GUIÃO DE INQUÉRITO



Ação Social

“Identificação, Monitorização e Acompanhamento Regular de Idosos Sós”

Levantamento da População com 65 e mais anos a residir só na Ilha de Santa Maria

Consentimento Informado

O presente questionário tem como objetivo a recolha de informação sobre a população com 65 e mais anos de idade que residem, à data da sinalização pelas várias entidades da comunidade (ano de 2013), sozinhos na Ilha de Santa Maria.

Pretende-se obter uma base de dados em que seja simples identificar, monitorizar e acompanhar este grupo populacional por parte da Câmara Municipal de Vila do Porto e outras instituições marienses, no sentido de se conjugarem esforços para se implementarem novas soluções e respostas às necessidades apuradas.

Para uma melhor e rápida identificação da população alvo do projeto será tirado uma foto de perfil.

Solicita-se a máxima sinceridade nas respostas, referindo desde já que todas as informações recolhidas apenas serão utilizadas para fins profissionais, podendo estas ser transmitidas ou cedidas para outros projetos comunitários de apoio à terceira idade.

Data: ____/____/____

Assinatura:

Nome:

Nº: _____

Data Aplicação: ___/___/___

Freguesia: _____

Local de Aplicação: _____

Caraterização Geral

Morada:

Freguesia:

Naturalidade:

Telefone:

Telemóvel:

Idade:

Género: Masculino Feminino

B.I. ou C.C.:

Estado Civil:

Solteiro(a) Casado/União Fato Viúvo(a) Divorciado(a)/Separado(a) Outro _____

Nível de Instrução:

Não sabe ler nem escrever Sabe ler e escrever (S/ grau de instrução formal)

Ensino Primário incompleto Ensino Primário Ensino Preparatório Ensino Secundário

Curso Médio Curso Superior Outro Qual? NS/NR

Há quanto tempo reside nesta freguesia:

Há menos de 1 ano Entre 2 a 5 anos Há mais de 5 anos Desde sempre/nasceu aqui

Outra situação. Qual? _____

Transporte próprio: Sim Não

Caraterização Socioprofissional

Situação perante o trabalho:

Reformado/pensionista Desempregado(a) Empregado(a) Doméstica(o) Outra _____

Se está reformado, com que idade se reformou? anos

Para quem foi doméstica durante a maior parte da sua vida, como ocupa o seu tempo:

Lida da casa Confeção de Alimentação Trabalhos no quintal Ver Tv Ouvir rádio

Convívios Outros

Qual? _____

Qual foi a principal atividade ou ramo em que trabalhou mais tempo:

Desenvolve alguma atividade (remunerada ou não remunerada)? Sim Não

Ainda se sente apto para trabalhar Deseja sentir-se útil

A reforma ou pensão é insuficiente

Para ocupar o tempo Outra Qual?

Se sim, qual e por que razão a exerce?

Se não, por que motivo deixou de trabalhar?

Quais foram as alterações que identifica no dia-a-dia por ter deixado de trabalhar?

- Maior disponibilidade Interesse por outras atividades Maior autonomia/independência
Maior convívio com outras pessoas Maior restrição financeira Maior debilidade física
Menor autonomia Maior isolamento/falta de ocupação Outra
Qual? _____

Caraterização Socio habitacional

(Baseado em: Visita Domiciliária ____ Perceção entrevistado ____ Outra entidade: _____)

Tipo de habitação

Moradia/Vivenda Apartamento Quarto
Barraca Anexo

Tipo de ocupação

Própria Herdeiros Realojamento Arrendada
 Emprestada

Condições gerais da habitação

N.º Divisões: _____

Água canalizada: Sim Não _____

WC: Sim Não _____

Banheira _____ ou Poliban _____

Luz: Sim Não _____

Esgotos: Sim Não _____

Cozinha: Sim Não _____

Gás no exterior: Sim Não _____

Infiltrações: Sim Não

Dificuldades (Acha que os ... são um problema para si?)

Degraus exterior habitação: Sim Não Obs.: _____

Degraus interior habitação: Sim Não Obs.: _____

Largura das portas: Sim Não Obs.: _____

Banheira WC: Sim Não Obs.: _____

Outros: _____

Caraterização Socioeconómica

Rendimentos	Montante €	Despesas	Montante €
<input type="checkbox"/> Pensão Velhice		Água	
<input type="checkbox"/> Pensão Social de Velhice		Luz	
<input type="checkbox"/> Pensão Invalidez		Gás	
<input type="checkbox"/> Pensão Social de Invalidez		Renda/Amortização	
<input type="checkbox"/> Pensão de Viuvez		Tv / Internet / telefone	
<input type="checkbox"/> Pensão Sobrevivência		Medicação	
<input type="checkbox"/> Complemento Solidário Idosos		Outros	
<input type="checkbox"/> Complemento Regional de Pensão			
<input type="checkbox"/> Outro. Qual?			
		Total rendimentos	
		Total despesas	
		Rendimento Líquido	



Normalmente o dinheiro chega-lhe até ao fim do mês?

Sim Sim, mas com dificuldades Nem sempre Raramente Nunca

Situação de Saúde

Médico de Família

Costuma ir ao Centro de Saúde?

Apenas para consultas Apenas para requisição de medicação Só às emergências

Análises e outros exames Mantem consultas regulares

Última deslocação ao CS:

Como se desloca ao Centro de Saúde:

A pé Transporte público Táxi Automóvel próprio Automóvel de outra pessoa Ambulância

Outro meio _____

Se vai de táxi, quanto costuma a pagar? _____ €

Como se sente em termos de saúde

Bem Razoável Instável Mal

Recebe cuidados de enfermagem ao domicílio:

Sim Não

Doenças que sofre:

Coração Tensão Alta Diabetes Reumatismo Asma/Bronquite Depressão

Outras _____

Mobilidade

Autónomo Dificuldades na Marcha Dependente Muito dependente Acamado Utiliza cadeira de rodas / prótese Andarilho Moletas Outra _____

Outras dificuldades

Visuais Auditiva Outra Qual? _____

Necessita de ajuda para alguma atividade?

Sim Não

Se sim, quais?

Sentar-se, levantar-se e deitar-se Apanhar objeto do chão

Higiene pessoal Vestir-se, despir-se Comer Confeção comida Subir e descer degraus Andar na Rua

Utilizar WC Higiene habitacional Realização de compras

Toma ou preparação de medicação

Suporte Social, Integração e Participação

Durante o dia normalmente está

Sozinho Acompanhado

Tem contatos regulares com outras pessoas Não tem contatos regulares com outras pessoas

Durante a noite normalmente está

Sozinho Acompanhado

Quem lhe faz companhia durante a noite:

Sente-se sozinho: Sim Não

Se sim, com que frequência e porquê?

Muitas vezes Algumas vezes Raramente Nunca

Tem alguém a quem recorrer em caso de emergência: Sim Não

Se sim, quem?

Quem lhe presta auxílio ou ajuda quando precisa?

Nome: _____ Parentesco: _____ Telefone: _____

Nome: _____ Parentesco: _____ Telefone: _____

Nome: _____ Parentesco: _____ Telefone: _____

Sabe usar:

Telemóvel: Sim Não **Computador:** Sim Não **Internet:** Sim Não

Identifique se:

Tem inscrição no lar de idosos:

Sim Não

Participa em grupos de convívio:

Sim Não Qual? _____

Tem apoio domiciliário:

Sim Não Qual? _____

Faz voluntariado em alguma instituição da Ilha:

Sim Não Qual? _____

Obs.:

Encaminhamento / Apoio Social

Data: ____ / ____ / ____

Técnica Superior de Serviço Social

(Ao abrigo do Programa Estagiar L)

ANEXO II

PESQUISA E EXEMPLIFICAÇÃO DE SOLUÇÕES DE COMUNICAÇÃO SÉNIOR

1. Teleassistência MEO (Equipamento + Serviço)

[http://meo.pt/loja-online/comprar-equipamentos/teleassistencia-e-teleseguranca/com-servi%C3%A7o-associado-e-com-ativa%C3%A7%C3%A3o/Brondi/Teleassist%C3%Aancia%20\(equipamento%20+%20servi%C3%A7o\)](http://meo.pt/loja-online/comprar-equipamentos/teleassistencia-e-teleseguranca/com-servi%C3%A7o-associado-e-com-ativa%C3%A7%C3%A3o/Brondi/Teleassist%C3%Aancia%20(equipamento%20+%20servi%C3%A7o))



– O que é?

Telefone com fios + com botão SOS e Pendente para emergência com botão SOS.

Serviço para assistência em situações de urgência que permite pedir ajuda através de um telefone ou de um pequeno comando portátil, ambos com botão SOS.

– Como funciona?

Atendimento 24h/dia, 365 dias/ano.

Premido o botão SOS a ligação é estabelecida automaticamente para o Centro de Atendimento da Europ Assistance.

Depois do diagnóstico é acionado o meio de socorro mais adequado (familiares/vizinhos; Bombeiros, em caso de emergência médica).

– A quem se destina?

Pessoas que vivem sozinhas, seniores e pessoas com algum grau de incapacidade ou dependência física.

– Contrato

Mínimo de 12 meses.

– Características principais

Serviço telefónico de assistência médica de urgência 365 dias/ano, 24h/dia (3.49€/mês);

As chamadas de acesso ao serviço têm um custo de 0.1230€ por minuto;

Fácil instalação (basta ligar o telefone às tomadas elétrica e telefónica);

Sinalizador luminoso de chamada no visor (grandes dimensões);

Possibilidade de efetuar/atender chamadas com mãos livres (alta voz);

Possibilidade de atender chamadas através do pendente;

Agenda telefónica;

Telefone compatível com aparelhos auditivos.

– Condições obrigatórias

Ter telefone fixo MEO.

– **Desvantagens**

Nem todos os idosos que necessitam deste equipamento tem telefone fixo instalado, condição base de instalação do equipamento.

2. Telemóvel com botão SOS (Sénior Phone)

SP42 - SENIOR PHONE (<http://www.ztc.pt/item.php?i=87>)



Características principais

Tecla extra grande para facilitar o uso.

Tecla chamada de emergência.

Lanterna.

Preço recomendado: 39.90€

3. Fundação PT

<http://fundacao.telecom.pt/Home/Sa%C3%BAde/ApoioeAssist%C3%AAnciaRemotos.aspx>

Existe a possibilidade de efetuar protocolo com a Fundação PT, no sentido de implementar projetos para minorar as consequências de situações de idosos em risco e/ou isolamento, através de soluções de teleassistência que permitam aos idosos permanecer nos seus domicílios, evitando a sua institucionalização prematura mas assegurando-lhes o indispensável acompanhamento.

ANEXO III

PESQUISA E EXEMPLIFICAÇÃO DE SOLUÇÕES DE MOBILIDADE

1. Corrimões de Suporte + Apoios Banheira



Corrimão de suporte. Poderá ser utilizado na banheira ou nas portas, como mostra a figura abaixo.



Exemplo de apoios na banheira para auxílio na entrada e na saída do banho. Esta solução poderá ser benéfica para os idosos que sentem alguma dificuldade, mas que com a existência deste apoio ainda conseguem fazer a sua higiene normalmente.



Apoios encontrados numa habitação, aquando das entrevistas, em Almagreira. Todas as portas de entrada dispõem destes apoios.



Exemplo de apoios nos degraus. Esta solução poderá ser viável para os idosos que tenham degraus dentro das habitações e já sintam alguma dificuldade em subir/descer.

2. Ajudas para o banho



Exemplo de ajudas para o banho: banco.

PROJETO DE IDENTIFICAÇÃO, MONITORIZAÇÃO E ACOMPANHAMENTO REGULAR DE IDOSOS SÓS
Levantamento da população com 65 ou mais anos a residir só na ilha de Santa Maria

VERSÃO 0

Julho 2014