

Universidade do Minho
Escola de Economia e Gestão

Ana Eduarda Portilho da Mota

As IPSS e a Inclusão Social: a sua contribuição para a inclusão da população sénior

Caso prático Associação Gerações

Relatório de Estágio

Economia Social

Trabalho efetuado sob orientação do

Professor Doutor Carlos Arriaga Costa

julho de 2019

DIREITOS DE AUTOR E CONDIÇÕES DE UTILIZAÇÃO DO TRABALHO POR TERCEIROS

Este é um trabalho académico que pode ser utilizado por terceiros desde que respeitadas as regras e boas práticas internacionalmente aceites, no que concerne aos direitos de autor e direitos conexos.

Assim, o presente trabalho pode ser utilizado nos termos previstos na licença [abaixo](#) indicada.

Caso o utilizador necessite de permissão para poder fazer um uso do trabalho em condições não previstas no licenciamento indicado, deverá contactar o autor, através do RepositóriUM da Universidade do Minho.

Licença concedida aos utilizadores deste trabalho



Atribuição
CC BY

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Agradecimentos

Os agradecimentos nem sempre cumprem com justiça o momento de homenagear todos aqueles que de alguma forma, direta ou indiretamente, ajudaram a que este trabalho se tornasse uma realidade.

Ainda assim, um especial agradecimento ao Professor Doutor Carlos Arriaga Costa, por todo o apoio, ânimo, encorajamento e disponibilidade como docente, mas principalmente como orientador na realização deste Relatório de Estágio.

À Dra. Cristiana Oliveira, Assistente Social e responsável pelo Clube Sénior da Associação Gerações, pela confiança depositada em mim durante todo o período de estágio, pelo carinho e apoio, sem os quais não seria possível a conclusão deste relatório de estágio. Agradeço também a toda a equipa da Associação Gerações pela forma como me acolheram, assim como aos seniores que aceitaram participar nesta investigação.

Por último, mas claramente não menos importante, agradeço aos grandes pilares da minha vida: os meus pais, o meu irmão e o meu namorado, pelo apoio incondicional durante todo o percurso académico, e por nunca me terem deixado desistir, principalmente nos momentos em que os obstáculos pareciam ser inultrapassáveis.

A todos muito obrigada.

DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE

Declaro ter atuado com integridade na elaboração do presente trabalho académico e confirmo que não recorri à prática de plágio nem a qualquer forma de utilização indevida ou falsificação de informações ou resultados em nenhuma das etapas conducente à sua elaboração.

Mais declaro que conheço e que respeitei o Código de Conduta Ética da Universidade do Minho.

Resumo

As IPSS e a Inclusão Social: a sua contribuição para a inclusão da população sénior

O presente trabalho surgiu com a intenção de aprofundar o estudo sobre as Instituições Particulares de Solidariedade Social e o serviço que estas prestam na área da inclusão social, nomeadamente no trabalho com a população sénior.

Perante o progressivo envelhecimento da população torna-se imperativo o desenvolvimento de políticas que promovam a qualidade de vida dos seniores, assim como o seu envelhecimento ativo.

O Estado e as Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) tornam-se parceiros fundamentais para a prossecução das políticas sociais.

O objetivo concreto deste trabalho é investigar se as atividades das IPSS, nomeadamente da Associação Gerações (a instituição em estudo), são ou não promotoras de inclusão social. Para isso foi efetuado um estágio na instituição mencionada, de forma a conhecer as atividades diárias dos seniores. Para este estudo foram utilizados métodos quantitativos e qualitativos, recorrendo às técnicas de inquérito por questionário e à entrevista. Com esta metodologia mista foi possível analisar resultados e conteúdos importantes sobre o envelhecimento e como promover a inclusão social.

Na globalidade deste estudo concluímos que as IPSS são, efetivamente, muito importantes na vida dos seniores, e cada vez mais isso está comprovado, como é o caso da Associação Gerações.

Palavras-Chave: Inclusão Social; Instituições Particulares de Solidariedade Social; Seniores.

Abstract

As IPSS e a Inclusão Social: a sua contribuição para a inclusão da população sénior

The present work arised with the intention to deepen the studies on Particular Institutions of Social Solidarity and the service that they do in the area of social inclusion, specially with the senior population.

Against the progressive aging, it became imperative the development of policies that promote that promotes the quality of life of seniors, as well as their active process of growing old.

The State and Private Institutions of Social Solidarity (IPSS) have become central and fundamental coworkers in the implementation of social policies.

The main objetive of this study is to know if the activities of “Associação Gerações” are promoters of social inclusion. For that, an internship was carried out at the mentioned institution, in order to know the daily activities of the seniors. In addition, the two research methods were used: quantitative and qualitative,

Overall, this study concluded that IPSS are increasingly important in the daily life of the elderly population, being “Associação Gerações” an exemple of that.

Key-words: Private Institutions of Social Solidarity; Senior Population; Social Inclusion

Índice

Resumo.....	v
Lista de Siglas.....	ix
Lista de Gráficos.....	x
Introdução.....	1
Capítulo 1. Enquadramento Teórico.....	3
1.1 Instituições Particulares de Solidariedade Social.....	4
1.1.1 Evolução histórica das formas assistenciais em Portugal.....	4
1.1.2. A importância das IPSS.....	5
1.1.3. As IPSS e o Estado.....	8
1.2. Envelhecimento.....	11
1.2.1. Uma Sociedade Envelhecida.....	11
1.2.2. Evolução dos Conceitos de Velhice e Envelhecimento.....	13
1.2.3. Definição de Envelhecimento.....	15
1.2.4. Políticas Sociais de Apoio à Terceira Idade.....	17
1.3. Inclusão e Exclusão Social.....	20
1.3.1. Inclusão Social.....	20
1.3.2. Exclusão Social.....	24
Capítulo 2. Associação Gerações.....	27
2.1. Descrição da Instituição.....	28
2.2. Objetivos Gerais.....	29
2.3. Serviços Disponíveis.....	30
2.4. Atividades.....	31
2.5. Em relação ao Estágio.....	32
Capítulo 3. Metodologia.....	33
3.1. Pesquisa Qualitativa.....	36
3.1.1. Entrevista.....	37
3.2. Pesquisa Quantitativa.....	39
4. Análise dos Resultados.....	42
4.1.1. Análise global das entrevistas.....	52
5. Conclusão.....	71
Referências Bibliográficas.....	74
Apêndices.....	79

Apêndice 1 – Guião da Entrevista	80
Apêndice 2 - Questionário sobre Inclusão Social dos Seniores nas IPSS.....	82
Apêndice 3 – Transcrição das Entrevistas	86
Apêndice 4 – Gráficos de análise dos questionários	104

Lista de Siglas

CCE	Comissão das Comunidades Europeias
CEE	Comunidade Económica Europeia
EIPSS	Estatuto das Instituições Particulares de Solidariedade Social
INE	Instituto Nacional de Estatística
IPSS	Instituição Particular de Solidariedade Social
ISS	Instituto da Segurança Social
TIC	Tecnologias de Informação e Comunicação
UE	União Europeia
WHO	World Health Organization

Lista de Gráficos

Gráfico 1 – Género dos inquiridos

Gráfico 2 – Classe de idades dos inquiridos

Gráfico 3 – Estado Civil dos inquiridos

Gráfico 4 – Agregado Familiar dos inquiridos

Gráfico 5 – Perceção de inclusão social por parte dos seniores

Gráfico 6 – As políticas sociais promovem a inclusão social

Gráfico 7 – As IPSS são um meio para a promoção da inclusão social

Gráfico 8 – A Associação Gerações tem práticas de inclusão social

Gráfico 9 – Importância para o sénior das práticas de inclusão social na instituição

Gráfico 10 – Sénior sente-se incluído na instituição

Gráfico 11 – As atividades da instituição fomentam a inclusão social

Gráfico 12 – Instituição realça mais umas atividades do que outras?

Gráfico 13 – População sénior tem revelado dificuldades em relação aos avanços tecnológicos

Gráfico 14 – Seniores estão excluídos do processo digital?

Gráfico 15 – Associação Gerações ajuda os seniores a melhorar as suas relações interpessoais

Gráfico 16 – Habilitações literárias dos inquiridos

Gráfico 17 – Profissões que inquiridos exerciam em idade ativa

Gráfico 18 – Satisfação em relação às atividades da instituição

Gráfico 19 – Preferência de umas atividades face a outras

Gráfico 20 – Inclusão digital e inclusão social estão diretamente relacionadas

Gráfico 21 – Dominar o computador permite aos seniores sentirem-se capazes de lidar com situações novas

Gráfico 22 – Seniores que não sabem utilizar as TIC sentem-se excluídos socialmente?

Gráfico 23 – Seniores sabem trabalhar com computadores?

Gráfico 24 – Seniores relevam importância de trabalhar com as TIC

Gráfico 25 – Apesar da idade seniores ainda se sentem motivados para aprender?

Gráfico 26 – Apesar da idade, seniores ainda se sentem capacitados para aprender

Gráfico 27 – Participação nas atividades beneficia os seniores

Gráfico 28 – Associação Gerações promove o convívio social

Gráfico 29 – Seniores frequentam instituição por causa do convívio

Introdução

O presente trabalho resulta do interesse despertado durante um período de voluntariado que se prolongou em estágio curricular na Associação Gerações. Este estudo teve como principal objetivo perceber se, efetivamente, a instituição fomenta atividades que promovem a inclusão social, dando também a conhecer um pouco do projeto que a mesma vem desenvolvendo, que motivou o aprofundamento do tema.

Deste modo, tratando-se de um relatório de estágio, decidi explorar a análise de alguns conceitos e também alguns documentos da própria instituição que me auxiliaram no estudo prático.

Embora as IPSS sejam instituições sem fins lucrativos e o seu objetivo seja dar resposta a necessidades sociais, pode ocorrer que as atividades de algumas, quer pela sua função principal quer pela sua ação, não estejam focadas na redução da inclusão social.

As minhas motivações para a escolha deste tema de pesquisa, estão associadas a um conjunto de incentivos quer pessoais quer relacionais. As minhas motivações pessoais estão relacionadas com o facto de me ver como uma cidadã consciente e envolvida com a população sénior que, cada vez mais, precisa de estar inserida na sociedade atual. As minhas motivações relacionais vão de encontro às pessoais, uma vez que pratiquei voluntariado durante muito tempo numa IPSS, onde convivi com seniores. Além disso, acompanham-me algumas inquietações no que respeita às políticas e programas sociais existentes direcionados a este grupo de pessoas.

A escolha por este grupo e tema em específico tem um valor pessoal, pois acredito e defendo que não é porque atingem uma determinada idade que estas pessoas deixam de ter importância para a sociedade. Contrariamente, pelas experiências, trabalho e dedicação que ofereceram durante toda a sua vida, estes indivíduos merecem o nosso respeito e estima, e devemos tentar eliminar a ideia que de eles são sujeitos doentes e acabados, tentando incluí-los cada vez mais na nossa sociedade.

Preocupo-me genuinamente com essas pessoas que, de alguma forma, se sentem excluídas socialmente, e acredito que as IPSS podem servir como escapatória para a exclusão social. Assim, este tema de pesquisa assume uma grande importância, ajudando na construção de novas imagens sobre o envelhecimento ativo.

As questões de partida para este estudo são: em que medida as atividades das IPSS promovem a inclusão social? Todas as IPSS promovem a inclusão social? A que nível promovem a inclusão social?

Acredito que estas questões sejam bastante importantes, uma vez que a inclusão social é, cada vez mais, um tema de grande discussão e preocupação. Atualmente, os problemas sociais assumem uma complexidade cada vez maior, o que vai exigir, conseqüentemente, uma maior e melhor intervenção.

Em termos de estrutura o documento encontra-se dividido em duas partes: uma abordando o conceito teórico, mais precisamente uma revisão sobre o impacto da exclusão social e do surgimento das IPSS e outra referente ao estudo empírico apresentado, relacionada com o trabalho de campo, através de uma metodologia específica.

Para apresentação deste estudo, o Relatório de Estágio foi desenvolvido em quatro capítulos. No primeiro capítulo apresenta-se, de acordo com vários autores, a definição de IPSS, de envelhecimento e de inclusão e exclusão social, desde a antiguidade até os dias de hoje, evidenciando a sua transformação ao longo da história.

O segundo capítulo contextualiza, brevemente, a história da Associação Gerações, assim como a sua estrutura e funcionamento atual, com destaque às atividades realizadas na mesma e aos sentimentos experienciados durante o período de estágio.

O terceiro capítulo, por sua vez, apresenta a pesquisa metodológica, explicando os meios utilizados para o estudo, e o último capítulo apresenta a análise aos resultados dos inquéritos e ao conteúdo das entrevistas efetuadas.

Por fim são apresentadas as conclusões gerais do estudo, assim como limitações ao estudo e proposta de futuros desenvolvimentos nesta área.

Capítulo 1. Enquadramento Teórico

1.1. Instituições Particulares de Solidariedade Social

1.1.1 Evolução histórica das formas assistenciais em Portugal

A solidariedade e a proteção social vêm sendo analisadas ao longo dos séculos com o propósito de prestar caridade aos mais necessitados, como é o caso das pessoas vítimas de pobreza, mas também dos doentes e das pessoas com deficiência, das crianças e dos idosos. Assim, no decorrer dos séculos foram desenvolvidos vários projetos no âmbito da assistência social, tanto por elementos do Clero, da Nobreza, como dos municípios e ao nível particular.

As primeiras Misericórdias nasceram em Portugal há mais de 500 anos. A primeira foi fundada em Lisboa por ação da Rainha D. Leonor e do Frei Miguel Contreiras em 1498 com o intuito de prestar assistência aos mais carenciados. Durante o século XVI, o Rei D. Manuel organizou várias Irmandades por todo o país.

A partir do século XVII, tanto o Estado como a sociedade, em geral, começaram a desenvolver o seu papel no que concerne à assistência social, uma vez que a solidariedade começa a demarcar-se do sentido puramente religioso da caridade, deixando de ser desenvolvida apenas por iniciativas privadas, e assumindo um dever social, quer do Estado quer da própria sociedade civil.

Com a emergência do Estado Novo, a ajuda à população mais necessitada foi menosprezada, havendo apenas um assistencialismo entregue à Igreja. De acordo com Hespanha et al (2000), o Estado não prestava assistência aos mais pobres, nem às instituições que o faziam, uma vez que considerava que essas funções não lhe pertenciam.

É com a Lei 2115 de 1962 que este cenário se modifica, graças a um aumento da população e das situações abrangidas, que resultam num aumento do número de instituições. Contudo, a assistência continua a ser fraca e principalmente garantida pela família, uma vez que o sistema continua a ser financiado somente pelo trabalho e condicionado pelas necessidades setoriais da economia. Segundo Hespanha et al (2000), as práticas assistenciais estavam muito ligadas à tradicional moral e caridade cristã, estando a ajuda aos mais pobres nas mãos dos filantropos.

Após o 25 de Abril de 1974, procedeu-se a uma intensa reestruturação das políticas de proteção social, que resultou na maior intervenção do Estado em questões de políticas de bem-estar social, com o objetivo de reduzir a pobreza. Esta remodelação causou o esbatimento do

papel das Instituições Particulares de Assistência, que iriam ser substituídas por um sistema integrado de Segurança Social. Contudo, o Estado apercebeu-se de que não tinha recursos para suportar sozinho estas novas políticas e, por isso, teve que procurar parceiros a que pudesse delegar competências (Hespanha et al, 2000).

Aparece uma ação social que é realizada, maioritariamente, por IPSS e outras organizações privadas apoiadas economicamente pelo Estado, mediante a celebração de protocolos de cooperação (Neves, 1998).

Segundo Hespanha et al (2000), a Constituição de 1976 passa a reconhecer as Misericórdias e outras organizações, como as IPSS, desde que elas aceitem prosseguir sem fins lucrativos os objetivos da Segurança Social. Este reconhecimento implica que estas não sejam prejudicadas desde que cumpram toda a regulamentação legal e fiscalização do Estado.

Nos anos 80 verifica-se o grande boom das IPSS, que passam a ser as detentoras quase monopolistas da ação social em Portugal. O domínio destas instituições foi sendo alargado pelo Estado (educação, formação profissional, saúde, habitação, entre outras funções), uma vez que o domínio da ação social tem de ser assumido por um setor não lucrativo, para que todas as pessoas tenham acesso a estes cuidados, como dita a Constituição de 1976 (Hespanha et al, 2000).

Verifica-se, então, que ao longo do século XX a responsabilização do Estado ao nível social começa a enfraquecer, uma vez que este opta por relegar essa função às IPSS, incentivando à criação das mesmas.

1.1.2. A importância das IPSS

Percebemos que, nas últimas décadas, os serviços sociais se têm expandido bastante e que isto se explica pela mudança das estruturas demográficas.

Ao longo dos anos têm sido recolhidos vários dados que demonstram que existe um processo de envelhecimento global que se tem vindo a acentuar nas últimas décadas.

Esta alteração demográfica vem proporcionar a emergência de uma sociedade envelhecida, que se deve, principalmente, a um acentuado decréscimo da taxa de natalidade e a um aumento

da esperança de vida, resultantes de hábitos de vida mais adequados e melhores cuidados de saúde.

Segundo Paschoal et al (2005), nas últimas três décadas tem sido observado um crescimento considerável no número de pessoas que têm vivido até mais tarde. Isso significa o aumento da proporção de idosos numa estrutura etária, tendo como consequência o envelhecimento populacional.

A acompanhar o envelhecimento da população tem-se observado o aumento dos serviços de apoio a idosos na Europa, sendo que aumenta também a procura dos mesmos devido ao envelhecimento acentuado da população.

Este trabalho é feito, na maior parte das vezes, pelas IPSS que se podem definir por instituições sem fins lucrativos que têm como princípio orientador a solidariedade e devem ter como objetivo o benefício dos seus membros ou de terceiros (Martins, 2006; Fernandes, 2001; Martins, 2009).

Mais concretamente, de acordo com o artigo 1º do Estatuto das Instituições Particulares de Solidariedade Social (EIPSS) aprovado pelo Decreto-Lei nº 119/83, são Instituições Particulares de Solidariedade Social as constituídas por iniciativa particular, sem finalidade lucrativa, com o propósito de dar expressão organizada ao dever moral de solidariedade e de justiça entre os indivíduos, que não sejam administradas pelo Estado ou por um corpo autárquico para prosseguir, entre outros, com objetivos de apoio social à família, crianças e jovens, idosos e integração social e comunitária, mediante a concessão de bens e a prestação de serviços.

Segundo o artigo 2º do EIPSS, as IPSS podem revestir a forma de associações de solidariedade social, associações de voluntários de ação social, associações de socorros mútuos, Fundações de solidariedade social e Irmandades da Misericórdia, para além de poderem ainda revestir a forma de Uniões, Federações e Confederações.

De acordo com o Instituto da Segurança Social (2015), os serviços de apoio a idosos são: serviço de apoio domiciliário; centro de convívio; centro de dia; centro de noite; acolhimento familiar; estruturas residenciais; centro de férias e lazer. Para além disso, as pessoas idosas que têm acesso a estas respostas sociais podem ter também direito a outros subsídios ou prestações da Segurança Social.

Não há dúvidas da importância destes serviços e das instituições que os fornecem para aqueles que deles usufruem.

A Economia Social tem vindo a desempenhar um papel importante na erradicação da exclusão social. Conforme os resultados da Conta Satélite da Economia Social¹, em 2013 existiam, em Portugal, mais de 61 mil organizações de Economia Social, das quais mais de 5 mil detinham o estatuto de IPSS.

Torna-se, assim, imperativo entender melhor o papel destas instituições na Economia Social numa ótica de curto e médio prazo, como entidades criadoras de emprego e como entidades que ajudam a contribuir para uma sociedade mais inclusiva.

Segundo dados da Agência Lusa², em Portugal existem mais IPSS do que em qualquer outro país, e a maior parte delas nasce por iniciativa dos cidadãos.

As IPSS atuam com o objetivo de contribuírem para a melhoria das condições da população social em geral, promovendo a inclusão social dos mais desfavorecidos. Para isso, desenvolvem um conjunto de atividades que visam dar resposta às carências existentes na sua área de intervenção.

Estas instituições geram, assim, no âmbito da sua génese, um conjunto de respostas sociais, que têm implícito a produção de um conjunto de bens e serviços destinados às suas populações alvo. Segundo Salomon et al (2012), a maioria das atividades deste tipo de organizações advém da prestação de serviços, sobretudo relacionado com a área dos serviços sociais.

Em Portugal, as organizações da Economia Social têm assumido uma função relevante ao nível da coesão social, uma vez que atuam no combate a diferentes formas de exclusão social e estimulam a criação de emprego, melhorando as condições de empregabilidade.

As IPSS ajudam o Estado a conseguir chegar a um maior grupo de pessoas, uma vez que ele, enquanto agente único, não o consegue fazer sozinho. As IPSS, para além de tudo o que foi já referido, ainda conseguem ajudar a população local na criação de emprego, continuando assim a contribuir para a economia do país (Soares, 2012).

¹ Divulgado pelo Instituto Nacional de Estatística em 2016

² Notícia da Agência Lusa publicada em 2009

1.1.3. As IPSS e o Estado

As IPSS enquadram-se no âmbito da Economia Social e têm como principal objetivo a solidariedade social. Promovem a sua atuação em proximidade com a população e em cooperação com o Estado, procurando dar resposta aos problemas sociais emergentes na comunidade em que se inserem.

Estas instituições têm um papel de extrema importância pois preenchem algumas lacunas do Estado no que respeita às respostas sociais adequadas às necessidades concretas da população. Assim, ao facultarem respostas sociais aos indivíduos mais desfavorecidos constituem um ponto crucial de garante do equilíbrio social.

Desta forma, as IPSS mantêm uma relação de dependência com o Estado. De acordo com Hespanha et al (2000), isto acontece porque estas associações têm a particularidade de repartirem as suas funções com o Estado, e isso distingue-as das suas congéneres europeias. Do mesmo modo, é o Estado que as comparticipa na grande maioria das suas despesas (cerca de 70%), sendo as restantes pagas pelos próprios utentes e familiares.

Em 1979, o EIPSS definiu os principais pontos que marcam a relação destas instituições com o Estado, sendo eles: a liberdade de associação, no sentido de poderem escolher as suas áreas de atuação e formas de organização; a responsabilidade social das instituições perante o Estado e os beneficiários; a cooperação interinstitucional e das instituições com os serviços públicos; a sua integração no sistema da Segurança Social, o que as obriga a que tenham de seguir as leis definidas pelo sistema e o carácter privado, de onde decorre o respeito pela vontade dos fundadores ou doadores, mas também o reconhecimento de que os apoios estatais se destinam a reforçar os recursos próprios.

Segundo o artigo 6º do mesmo Estatuto, o Estado tem como objetivo uma ação orientadora e tutelar cuja principal finalidade é promover a compatibilização dos seus fins e atividades com os do sistema da Segurança Social, garantir o cumprimento da lei e defender os interesses dos beneficiários e das próprias instituições. Verifica-se, assim, uma tentativa de universalização dos padrões de qualidade dos serviços. De acordo com Hespanha et al (2000), o Estado tem um papel importante na universalização destes padrões através da inspeção e fiscalização que é levada a cabo pelos Centros Distritais.

Contudo, apesar desta relação de dependência face ao Estado, estas instituições possuem um grande poder de negociação, devido ao facto de o seu papel ser essencial para a sociedade. Isto leva a que tenham liberdade de atuação e de escolha das atividades a desenvolver, assim como autonomia, embora sempre acompanhadas de uma grande dependência financeira.

A Lei da Segurança Social de 1984 define como prioridade do Estado o desenvolvimento de instituições privadas que prestem os serviços que este lhes delega. Desta forma, é reconhecido a estas instituições um papel significativo na sociedade, tendo o Estado obrigação de lhes prestar apoio para que estas alarguem a sua área de intervenção e melhorem a qualidade dos serviços.

É importante ressaltar que tanto as IPSS como o Estado têm deveres a cumprir. De acordo com Hespanha et al (2000), as IPSS comprometem-se a assegurar o bom funcionamento de equipamentos e serviços; a priorizar grupos económicos com escassos recursos; a garantir condições de bem-estar aos utentes; a prestar serviços adequados e eficientes; a assegurar a existência de recursos humanos adequados a um bom funcionamento das respostas sociais; a fornecer informações à Segurança Social sobre os serviços que lhe permitam avaliá-los e a facilitar a fiscalização da mesma. A Segurança Social, por seu turno, dá apoio técnico para que haja um bom funcionamento dos serviços; fornece apoios financeiros nos prazos estabelecidos; estimula a formação técnica dos funcionários; avalia o tipo de serviços prestados e estimula a cooperação.

É nos acordos de cooperação que se definem os apoios que o Estado dá às IPSS, destinados ao pagamento das despesas de funcionamento e das suas respostas sociais. Estes acordos são, também, uma forma de identificar os tipos de respostas que há nas instituições. Há respostas que continuam a ocupar um lugar preferencial, como as que dizem respeito à infância e à terceira idade, embora haja um esforço por parte das IPSS para desenvolverem novos tipos de respostas que passem pelo combate à pobreza e exclusão social (Hespanha et al, 2000).

É importante ainda referir que, na perspetiva da Segurança Social, estas instituições revelam aspetos positivos e negativos. Os pontos positivos são: o preenchimento das lacunas do Estado; o respeito pela economia dos recursos e uma maior proximidade ao meio social, o que motiva, na maioria dos casos, rapidez de resposta. Os aspetos negativos expostos são: a falta de técnicos; o facto de os dirigentes nem sempre serem os mais adequados, uma vez que na maioria dos casos não têm qualificações para ocupar esse cargo e a rotatividade é, praticamente, inexistente; a forma

como são fixadas e administradas as comparticipações dos utentes, nomeadamente no caso de pessoas mais carenciadas e situações menos regulares (Hespanha et al, 2000).

Para finalizar, e ainda segundo Hespanha et al (2000), podemos dizer que a doutrina que está por trás do apoio atribuído pelo Estado a estas instituições é a seguinte: apoiar as instituições que se propõem a desenvolver atividades no âmbito da ação social, mas somente aquelas que se demonstrarem capazes no trabalho que desenvolvem. Por esse motivo, antes de se celebrar o contrato são avaliadas as condições de cada instituição, e a parte financeira nunca é um fator impeditivo para se criar um IPSS.

1.2. Envelhecimento

1.2.1. Uma Sociedade Envelhecida

De acordo com Oliveira (2010), o Século XXI será, certamente, o século dos idosos, pelo menos no mundo ocidental. O envelhecimento da população é um fenómeno observado na maioria dos países.

Assim, o estudo do processo de envelhecimento ganha, neste início de século XXI, um relevo e uma prioridade indiscutíveis (Fonseca, 2004). O envelhecimento deverá ser um dos temas abordados com mais intensidade, uma vez que é um dos fenómenos de maior impacto atualmente. Deste modo, as mudanças provocadas por esta nova realidade demográfica refletem novos desafios sociais.

Segundo dados do World Health Organization (WHO, 2005) o número de pessoas com idade igual ou superior a 60 anos em todo o mundo tem vindo a aumentar significativamente em relação às outras faixas etárias. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2015), num número cada vez maior de países, mais de 1 em cada 5 pessoas têm mais de 60 anos.

Em conformidade com dados da Declaração do Rio³, a cada segundo duas pessoas alcançam a idade de 65 anos, e estima-se que até 2050 o número de pessoas acima de 80 anos ou mais aumente em 26 vezes.

Isso significa o aumento da proporção de idosos numa estrutura etária, o que pode ser denominado de envelhecimento populacional (Paschoal et al, 2005). Em demografia, segundo Berzins (2003), entende-se por envelhecimento populacional o processo de crescimento da população considerada idosa numa dimensão tal que, de forma sustentada, se amplia a sua participação relativa no total da população.

De acordo com Jacob (2007), o envelhecimento da população é um dos maiores triunfos da humanidade e também um dos grandes desafios, devido às suas consequências sociais, económicas e políticas. Uma vida mais longa é um recurso incrivelmente valioso ⁴(Margaret Chan, 2015). E a longevidade do homem é, cada vez mais, uma realidade indiscutível: vive-se mais e

³ Com o tema: “Além da Prevenção e Tratamento: Desenvolvendo uma Cultura do Cuidado em resposta à Revolução da Longevidade”, em 2013

⁴ Frase proferida no Prefácio do Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde

prolonga-se o tempo de existência ao máximo. Tudo isso acarreta desafios ao nível da saúde, da educação, da economia e da cultura, mas também oportunidades para desenvolver a permuta intergeracional de experiências e conhecimentos.

Seguindo o pensamento de Camarano (2002), o crescimento da população idosa está diretamente ligado a dois processos: a alta fecundidade no passado, ocorrida essencialmente nos anos de 1950 e 1960, comparada à baixa taxa de fecundidade nos dias de hoje, e a redução da mortalidade devido à melhoria das condições de vida. A queda da taxa de fecundidade é explicada, segundo Paschoal (2005), pela industrialização e pela urbanização que fizeram com que a mulher participasse ativamente no mercado de trabalho e passasse a dedicar menos tempo à família, alimentando a ideia da família reduzida.

A redução da mortalidade, por sua vez, é explicada, de acordo com alguns especialistas, por diversos fatores, principalmente pelo desenvolvimento tecnológico, traduzido nos avanços da medicina, nas campanhas regulares de vacinações, na procura de novos medicamentos e na prevenção de doenças.

O envelhecimento demográfico constitui, assim, uma nova realidade nas sociedades, e as projeções apontam para que esta tendência se mantenha e, ainda, se acentue.

Durante a II Assembleia Mundial do Envelhecimento em Madrid (2002), o então Secretário Geral das Nações Unidas, Kofi Annan, assinalava que temos razões fundamentais para refletir sobre o envelhecimento, uma vez que o mundo atravessa uma transformação demográfica sem precedentes.

Como reportado no World Population Ageing (2013)⁵, o envelhecimento da população está a progredir rapidamente em muitos países. De acordo com a mesma fonte, este processo deverá continuar ao longo das próximas décadas e irá, provavelmente, afetar todo o mundo. Ainda conforme os dados divulgados no relatório supramencionado, a proporção mundial de pessoas com 60 e mais anos de idade aumentou de 9,2% em 1990 para 11,7% em 2013, e espera-se que continue a aumentar, podendo atingir 21,1% em 2050. Em valores absolutos, as projeções das Nações Unidas (NU) apontam para que o número de pessoas com 60 e mais anos de idade aumente para mais do dobro, de 841 milhões de pessoas em 2013 para mais de 2 mil milhões

⁵ Divulgado em 2013 pela Divisão de População das Nações Unidas

em 2050, e o número de pessoas com 80 e mais anos de idade poderá mais do que triplicar, atingindo os 392 milhões em 2050.

Segundo o Instituto Nacional de Estatística (INE) (2015), as alterações ocorridas tanto em Portugal como na União Europeia (UE) para os 28 países ao nível da composição etária da população, são reveladoras do envelhecimento demográfico da última década. Neste contexto, Portugal apresenta no cenário da UE: o 5º valor mais elevado do índice de envelhecimento; o 3º valor mais baixo do índice de renovação da população em idade ativa e o 3º maior aumento da idade mediana entre 2003 e 2013.

A agudização deste fenómeno em Portugal transformou-se num desafio, quer pela sua intensidade, quer pela amplitude que atinge nos nossos dias (Cabete, 2005). Um dos principais desafios com que se defronta a sociedade portuguesa é o da demografia, ou melhor, o aumento do peso dos grupos etários seniores e redução do peso da população jovem. À semelhança dos países desenvolvidos, o número de idosos em Portugal tem apresentado um aumento significativo (Sequeira, 2010).

1.2.2. Evolução dos Conceitos de Velhice e Envelhecimento

Como já foi referido anteriormente, o envelhecimento traduz-se numa das maiores conquistas do século vigente, uma vez que os indivíduos vivem mais e não morrem de doenças que antes matavam em grande escala (Nunes, 2012)

O conceito de envelhecimento passou por várias alterações ao longo dos tempos, e foi evoluindo de acordo com as crenças e os conhecimentos de cada época.

De acordo com Silva (2003), quando as sociedades se começaram a organizar, a conceção e o papel dos idosos era determinado pelos usos e costumes de cada cultura, em referência a uma determinada conjuntura histórica. Em certas comunidades antigas eles eram transmissores de cultura, dos valores religiosos, guardiões do saber e responsáveis por instruir os mais jovens, sendo assim muito respeitados e tendo alguns privilégios. Noutras comunidades, só os indivíduos mais velhos conseguiam vencer os desafios da debilitação progressiva das funções intelectuais,

ou seja, manterem-se lúcidos e com capacidade física para trabalhar e participar nas guerras, conseguindo lugares de destaque. Por outras palavras, estes eram vistos com muito respeito devido à experiência de vida acumulada.

Amaral (1991), por sua vez, considera que o conceito de velhice difere em cada sociedade, a partir do significado que o envelhecimento tem, o que origina uma multiplicidade de análises.

Nas civilizações antigas, como o Egito e a China, a velhice era considerada uma parte importante da comunidade, onde os idosos apareciam associados à divindade, à política, à família e à sabedoria. Por seu turno, os Maias, Astecas e Incas, relacionavam o idoso com questões mitológicas, filosóficas e religiosas, considerando-os indivíduos com sabedoria e experiência (Esquivel, Calleja, Hernández, Medellín & Paz, 2009).

Na obra “A República”, Platão (427-347 A.C.) define a velhice como uma fase onde perdura a prudência, sensatez e capacidade de juízo. Contrariamente, Aristóteles considerava a velhice como uma quarta idade, caracterizada pela senilidade, deterioração e doença, situando-a nos 50 anos de idade. Já Hipócrates associou a velhice ao Inverno e aos 56 anos (Ribeiro, 2007; Silva, 2006).

Cícero (106-43 A.C.) volta a apresentar a velhice de uma maneira positiva, sendo a idade de máximo exponencial a nível intelectual os 80 anos. No ano de 129-199 D.C, surge Galeno de Pérgamo, caracterizando a velhice não como uma doença, mas como uma fase normal da vida (Ribeiro, 2007).

Ainda de acordo com Ribeiro (2007), na Idade Renascentista e na Idade Média, a conceção negativa do envelhecimento voltou a manifestar-se, uma vez que a mulher idosa era vista como uma bruxa, aliada a agentes diabólicos e os idosos, no geral, eram vistos como obedientes e escravos dos mais fortes. Nesta altura valorizava-se sobretudo a juventude e a beleza das mulheres jovens (Santos, 2008).

Segundo Silva (2006), o Século XVIII concebe uma nova imagem da velhice, onde a pessoa velha passa a ser vista como mais simpática, associada à sabedoria, e os avós assumem o papel de educadores, passando às crianças o gosto pelas histórias.

A partir do Século XIX, com a emergência da classe operária, surge uma ideia de velhice abandonada, numa sociedade que privilegia o trabalho na fábrica. Isto leva que o Estado, juntamente com as associações, inicie um processo de institucionalização para essas pessoas,

que acabam por não ter rendimentos nem proteção familiar. De acordo com Ribeiro (2007), é também neste século que os avanços científicos permitem um maior conhecimento do envelhecimento, permitindo o aumento da longevidade da população idosa, porém, continuando-se a encarar o envelhecimento como algo negativo.

Atualmente, há ainda diferentes opiniões sobre este processo, mas esta fase já começa a ser mais valorizada. De acordo com Zimmerman (2000), é cada vez mais importante dar atenção à velhice, uma vez que os idosos têm necessidades próprias, características e peculiaridades que devem ser atendidas. Assim, assiste-se a uma preocupação crescente com esta faixa etária e percebe-se que este é um processo natural e inerente a todos os seres humanos.

De facto, para um número cada vez maior de pessoas, a terceira idade representa cerca de um terço da totalidade do tempo das suas vidas, circunstância que tem conduzido a inúmeras transformações sociais e, conseqüentemente, a uma organização dos serviços de saúde que permitam o enquadramento de respostas às novas necessidades (Gonçalves, 2014).

Arroteia e Cardoso (2006) defendem que o envelhecimento da população, nomeadamente da portuguesa, deve levar a uma maior responsabilidade social e maior solidariedade intergeracional, facilitando aos idosos maior participação cívica. Com o crescente aumento da população idosa, devemos começar a ter novos olhares para os idosos e a pensar como melhorar essa fase da vida, mesmo diante de tantos limites que o envelhecimento lhes proporciona.

Beauvoir (1990) classificou a velhice como um fenómeno biológico que acarreta conseqüências psicológicas, tem dimensão existencial, não é um fenómeno estático e sim o resultado e prolongamento de um processo.

1.2.3. Definição de Envelhecimento

Como referido e verificado anteriormente, e também de acordo com Ribeiro (2007), tem sido uma tarefa difícil e pouco consensual definir os conceitos de velhice e de envelhecimento, uma vez que são conceitos ambíguos e em constante mudança (Parales e Ruíz, 2002).

Segundo Ribeiro (2007), a definição destes conceitos varia conforme a maior valorização de aspetos biológicos, sociais, psicológicos, estéticos ou profissionais. Os conceitos de velhice e envelhecimento são formas de conhecimento criado a partir de informações e imagens externas, experiências e, acima de tudo, a partir de variáveis sociais e históricas da nossa cultura (Ribeiro, 2007).

É importante deixar bem explícito que a velhice e o envelhecimento são conceitos diferentes, que podem ser concebidos como idênticos, mas que, na realidade, não o são. De acordo com Guimarães (2006, p.83), “o envelhecimento é um processo e a velhice um período cujos limites nem sempre são nítidos.”

Assim, neste trabalho é mais relevante focar o conceito de envelhecimento uma vez que o estudo recai sobre seniores completamente autónomos e independentes, que, muito provavelmente, ainda não estão na fase final das suas vidas.

A velhice é vista como um estado, a fase final da vida. Neri (2002) considera a velhice como a última fase do ciclo da vida, sendo marcada por perdas motoras, afastamento social e deterioração cognitiva. Simone de Beauvoir (1990), por sua vez, considera a velhice como um conceito abstrato que serve para referir o período de vida em que as pessoas ficam velhas.

O envelhecimento, por seu turno, é um processo, que nos acompanha desde o dia em que nascemos até ao dia da nossa morte. De acordo com Bicudo (2009, p.56), o processo de envelhecimento deve ser visto como “um processo natural do envelhecimento humano, que começa no início da vida e que prossegue ao longo da trajetória vital”.

Berger e Mailloux-Poirier (1995), referem-se ao envelhecimento como sendo um processo contínuo que culmina na velhice e que se desenvolve de diferentes formas em cada pessoa.

Na opinião de Camacho (1991, p.16), o envelhecimento é “um processo complexo em que intervêm fatores biológicos, socioeconómicos e culturais num sistema de relações entre indivíduos, sociedade e meio ambiente”.

Segundo Silva (2009), citado por Spies (2006, p.6): “O envelhecimento é um processo sequencial, cumulativo, irreversível e não patológico da vida de todo o indivíduo. Assim como o nascimento, o envelhecimento deve ser encarado como uma etapa natural do desenvolvimento, uma vez que não se inicia subitamente aos 60 anos, mas consiste no acúmulo e interações de

processos sociais, médicos e comportamentais durante toda a vida. É único para cada pessoa, sendo resultado da interação dos fatores genéticos e ambientais.”

Apesar de o processo de envelhecimento ser um processo natural pelo qual toda a gente passa desde o nascimento até à morte, a verdade é que, como nos diz Simões (2006), ele não é experienciado da mesma forma, em toda a parte e por todos os indivíduos.

De acordo com Klein (1995), o envelhecimento é um processo fisiológico natural, mas encontramos diferenças no ritmo e forma de atuação do tempo em cada indivíduo.

Barreiros (1999, p.93), menciona que o envelhecimento é um fenómeno biossocial de regressão que se verifica em todos os seres vivos, e que implica a “perda de capacidades ao longo da vida, devido à influência de diferentes variáveis, como as genéticas, danos acumulados, condições de vida e fatores nutricionais, entre outras.”

Segundo Sequeira (2010) apesar de o envelhecimento ocorrer ao longo da vida, é na velhice que se faz notar mais este processo, sendo essencial a promoção de um envelhecimento bem-sucedido, com autonomia física, psicológica e social da pessoa idosa.

Peixoto (2000), por sua vez, considera que a noção de velho está fortemente associada à decadência e confundida com incapacidade para o trabalho. Antigamente a velhice também estava associada à doença, apesar de hoje essa maneira de pensar ter mudado. A verdade é que envelhecer não é adoecer, nem é sinónimo de dependência, apesar de ser nesta fase que o indivíduo se apercebe de algumas alterações e debilidades, necessitando dos cuidados necessários no amparo dessas alterações que são, nomeadamente, físicas, psíquicas, emocionais e sociais.

1.2.4. Políticas Sociais de Apoio à Terceira Idade

Hoje o envelhecimento da população é um processo que tem ganho relevância, devido ao facto de ser cada vez maior o número de idosos no país e no mundo. Assim, torna-se imperativo e desafiante que as pessoas desfrutem de uma velhice com qualidade de vida.

De acordo com Guillemard (1988), o envelhecimento constitui, para as sociedades contemporâneas desenvolvidas, uma questão cada vez mais central, assumindo reflexos, consequências e implicações cada vez mais relevantes na dimensão da vida social. Deste modo, o envelhecimento deixa de ser um problema simplesmente demográfico, transformando-se num problema de economia e de organização social (Guillemard, 1991).

Tudo isto resulta na emergência de preocupações com os mais velhos, preocupações essas que nunca existiram durante o regime fascista, muito menos no que diz respeito à criação de políticas para os idosos. De acordo com Quaresma (1998), até ao final da década de 60 do Século XX, os problemas da população idosa não foram objeto de uma política social específica, sendo a proteção social das pessoas mais velhas praticamente inexistente.

As preocupações em torno da velhice não constituíam um problema em si, mas integravam-se no conjunto das preocupações da providência e da assistência (Fernandes, 1995).

Segundo Gomes (2000), só em 1969 é que se discute na Assembleia Nacional sobre os problemas da população idosa em Portugal, o fenómeno do envelhecimento da população e a política de velhice.

Estas políticas surgiram com a Constituição de 1976, e passaram por um período de grande desenvolvimento na adesão e pré-adesão à CEE, em 1985 e, posteriormente, no período de 1995 a 2000 (Hespanha, 2012; Capucha, 2005).

Para Santos (1987), Portugal foi, após o 25 de Abril de 1974, um dos países da Europa mais avançados em termos de direitos sociais.

De acordo com Martins (2006), as políticas sociais de apoio à terceira idade podem definir-se como o conjunto de intervenções públicas ou ações coletivas, cujo objetivo consiste em estruturar de forma explícita ou implícita as relações entre a velhice e a sociedade.

O crescente envelhecimento populacional fez com que as políticas tivessem de ser repensadas. Segundo Torres, citado por Capucha (2005), o aumento da esperança média de vida torna o idoso mais dependente e solitário, devido às alterações das dinâmicas familiares e ao cada vez menor número de pais que vivem com os seus filhos, sendo as famílias mais complexas, as esferas institucionais e as redes de sociabilidade crescentemente segmentadas e a participação da mulher no mercado de trabalho cada vez maior. Deste modo, existe uma necessidade cada vez maior de

desenvolvimento dessas políticas, pois é, também, cada vez maior a procura de instituições de apoio aos idosos e revela-se imperativo a proliferação das mesmas.

De acordo com Tomassini & Lamura (2009), o envelhecimento demográfico tem implicações sociais e financeiras significativas para as famílias e para os governos no que diz respeito ao suporte para a população idosa e ao balanço entre cuidados fornecidos diretamente pela família e cuidados fornecidos pelo Estado.

Assim, torna-se pertinente assinalar que o envelhecimento constitui um dos principais tópicos de interesse para a Política Social, não sendo possível compreender as origens, desenvolvimentos e os debates contemporâneos acerca dos “Welfare States” (Estados de Bem-estar) sem uma dimensão do envelhecimento (Walker, 2009).

O envelhecimento da população é hoje um dos fenómenos demográficos mais desafiantes nas sociedades modernas e tem vindo a ocorrer de forma generalizada em todo o território nacional (INE, 2011). Contudo, Carvalho (2012) realça que apesar dos vários esforços no sentido de criar respostas de cuidados às pessoas idosas, estas são ainda insuficientes e por vezes desadequadas face ao número e à heterogeneidade de cuidados necessários.

A velhice deve então ser entendida como uma fase da vida dos indivíduos em que estes têm necessidades específicas, o que pressupõe, conseqüentemente, o desenvolvimento de políticas sociais que se adaptem a estas novas necessidades. Por isso, e como refere Fernandes (2008), este será o sentido que as políticas deverão seguir, orientadas por princípios de promoção de bem-estar ao longo da vida, enquanto trajetória contínua.

1.3. Inclusão e Exclusão Social

1.3.1. Inclusão Social

A inclusão social é um tema que tem ganho espaço na sociedade, atendendo a uma maior sensibilidade da população para as razões de exclusão social e de um maior grau de abertura das pessoas para as minorias. Este conceito tem sido aplicado em diversas áreas, nomeadamente no campo das políticas sociais.

A verdade é que podemos observar a inclusão social em distintos setores, como o da educação, da saúde, do desporto, mesmo que, na generalidade, não se saiba exatamente o que ela significa ou como ela acontece.

Constata-se que, ao procurar uma definição do que seria a inclusão social, sobre a qual tanto se tem falado, este tema acaba por se revelar algo complexo, uma vez que existem caminhos diferentes na tentativa de defini-lo.

Como sabemos e também como a história nos comprova, as sociedades sempre tiveram dificuldades em lidar com a diferença. A ameaça àquilo que consideramos “normal” faz com que a exclusão prevaleça, acabando por distinguir aqueles que são mais aptos à integração. Como prova disso temos o aparecimento dos manicómios e dos conventos que, embora também tivessem como missão dar apoio humanitário às pessoas com deficiência, justificavam maioritariamente a sua existência na proteção da sociedade contra a ameaça representada por essas pessoas, que não se adaptavam às normas definidas.

Segundo Honora e Frizanco, (2008), na antiguidade e também entre alguns povos primitivos, era normal a prática do extermínio, uma vez que as pessoas que possuíam qualquer tipo de necessidade especial eram vistas como incómodos para a sobrevivência do grupo. Já nos registos bíblicos, as pessoas em tais situações eram, quase sempre, ilustradas como mendigos, à margem da sociedade.

A igreja católica explicava a existência de cegos, mudos, paralíticos, loucos e leprosos como instrumentos de Deus para alertar os homens e as mulheres sobre comportamentos inadequados, sendo que assim a “desgraça” de uns proporcionava meios de salvação a outros (Bianchetti 1998).

Na Grécia, tudo aquilo que fugia ao padrão de beleza estabelecido e que influenciou quase todo o ocidente, era considerado feio, repudiado, deficiente (Gaio, 2004). Na Roma Antiga, ainda segundo o mesmo autor, a Lei das Doze tábuas (uma antiga legislação que está na origem do Direito Romano) permitia que os pais matassem os filhos “defeituosos”. Em casos menos graves, embora maus do mesmo modo, estas pessoas serviam como bobos da corte para divertirem a nobreza.

Na Idade Média, com a ascensão da Igreja Católica ao poder e conseqüente domínio do Cristianismo, começa-se a olhar para estas pessoas de forma diferente: se antes estas eram negadas, elas passam agora a ser vistas como seres humanos; o deficiente deixa de ser visto como uma “coisa” e passa a assumir-se como “pessoa”. Contudo, este continua a estar à margem da sociedade e a ser notado como um miserável. Segundo Mazzotta (2005), a própria religião ao colocar o homem como “imagem e semelhança de Deus” incutia a ideia da condição humana como perfeição física e mental e, assim, não sendo “parecidos com Deus”, os portadores de deficiências eram postos à margem da condição humana.

O século XX apresenta-se, antagonicamente, como um período em que se começam a ouvir discursos de caráter mais humanitário, como por exemplo o respeito pelas minorias, a tolerância às diversidades culturais e étnicas e, ainda, o respeito pelas pessoas com deficiência, estando, desde modo, dados os primeiros passos para a inclusão social.

De acordo com Holanda (1993), o termo “incluir” significa estar incluído ou compreendido, fazer parte. Contudo, o significado semântico do termo “inclusão social” revela-se insuficiente, escasso. Desta forma, rapidamente se chegou à conclusão de que as primeiras formas de trabalhar este assunto estiveram sempre associadas à inclusão social de pessoas com doenças mentais e necessidades especiais.

No entanto, e como já foi enunciado anteriormente, podemos considerar que o idoso também acaba por ser portador de necessidades especiais, nomeadamente mais cuidados e mais atenção, apesar de se saber que a velhice não pode nem deve ser vista como doença.

De acordo com Sasaki (1997), a inclusão social é o processo pelo qual os sistemas sociais comuns são tornados adequados para toda a diversidade humana – composta por etnia, raça, língua, nacionalidade, género, orientação sexual, deficiência e outros atributos – com a participação das próprias pessoas na formulação e execução dessas adequações. É a forma como

a sociedade, se reconstrói para poder incluir, nos seus sistemas sociais, pessoas com necessidades especiais e, simultaneamente, essas também se preparam para assumir os seus papéis na sociedade. Ainda segundo o autor, a inclusão social é um processo que contribui para a construção de um novo tipo de sociedade.

A inclusão é um processo bilateral: por um lado, a sociedade executa transformações pequenas e grandes, nos ambientes físicos (espaços internos e externos, equipamentos, aparelhos e utensílios, mobiliários, meios de transporte) e nos procedimentos humanos (atitudes, normas) e, por outro lado, cada pessoa com deficiência vai adquirindo competências e habilidades para viver com o nível máximo de autonomia e independência (Sassaki, 2010).

De acordo com o autor, a sociedade precisa de se modificar. Ela deve ser capaz de atender às necessidades dos seus membros. A sociedade deve diminuir ou, de preferência, eliminar todas as barreiras que dificultem ou impeçam as pessoas de participar plenamente nos sistemas sociais comuns. Desta feita, este pensamento pode abrir caminho para a inclusão dos idosos na sociedade. Interessa sublinhar que Sassaki (1997) não fala em integração, isto é, para o autor, inclusão e integração não significam a mesma coisa. Na sua visão, integração é a inserção de uma pessoa com necessidades especiais preparada para conviver na sociedade, ou seja, a pessoa deverá ser instruída para se adaptar ao movimento da sociedade. Já a inclusão é entendida como a modificação da sociedade como pré-requisito para que essas mesmas pessoas possam procurar o seu desenvolvimento e exercer a cidadania.

Segundo a Comissão das Comunidades Europeias (CEE) (2003), a inclusão social é um processo que garante que as pessoas em risco de pobreza e exclusão social acedem às oportunidades e aos recursos necessários para participarem plenamente nas esferas económica, social e cultural, e beneficiem de um nível de vida e bem-estar considerado normal na sociedade em que vivem.

Barry (1998) retrata a inclusão social como solidariedade social, que é um processo diferente da exclusão social uma vez que reflete companheirismo. A inclusão social é uma questão de abertura e de gestão: abertura, entendida como sensibilidade para identificar e recolher as manifestações de insatisfação e dissensos sociais, para reconhecer a “diversidade” social e cultural; gestão, entendida como crença no carácter quantificável, operacionalizável, de tais

demandas e questionamentos, administráveis por meio de técnicas gerenciais e da alocação de recursos em projetos e programas (as políticas públicas) (Laclau, 2006).

De acordo com Wixey et al (2005), este é um processo pelo qual a exclusão social é atenuada. Caracteriza-se pela procura da redução da desigualdade através de objetivos estabelecidos que contribuam para o aumento do rendimento e do emprego.

Sheppard (2006) por outro lado, referiu que a inclusão social está relacionada com a procura de estabilidade social através da cidadania social, isto é, todos os cidadãos têm os mesmos direitos na sociedade.

Podemos perceber que, apesar de serem todas diferentes, há uma certa convergência entre as definições apresentadas pelos vários autores. Esta pesquisa bibliográfica revelou algo interessante: existem mais trabalhos sobre a exclusão social do que sobre a inclusão social, o que demonstra que a exclusão social é um fator de preocupação da sociedade atual e que as políticas de inclusão social não têm sido suficientes para fazer face aos imperativos sociais.

Relacionando agora um pouco a inclusão social com a população sénior, uma vez que é esse o foco deste trabalho, importa referir que há ainda um longo trabalho a fazer neste sentido.

Acredito que muitas pessoas que estão na terceira idade têm ainda uma grande vitalidade, podendo participar em muitos projetos e contribuir para algumas mudanças sociais e políticas. Como nos diz Delors (2004), o prolongamento da vida após a aposentadoria aumenta o tempo disponível para outras atividades. E isto comprova que envelhecer já não tem a mesma conotação de há alguns anos atrás, uma vez que agora as pessoas que atingem a terceira idade desejam continuar a “dar frutos”, isto é, continuar a aprender, a envolver-se e a participar, cada vez mais, nestas mudanças que vivemos diariamente.

Fazer parte de um grupo é importante para a sobrevivência do ser humano, a inclusão é fundamental. Assim como a ocupação, estar envolvido numa ocupação é estar envolvido no processo de vida. Preenche uma profunda necessidade que os indivíduos têm de agir sobre o mundo e de ter impacto sobre os que os rodeiam (Paquete, 2004).

Paquete (2004) refere, ainda, que para que a pessoa se sinta incluída a atividade não pode criar frustração, isto é, tem que estar adequada à pessoa.

Concluindo esta secção e refletindo sobre o papel das IPSS na inclusão social, parece-nos fundamental que as IPSS têm de se adaptar e ajudar os seniores a inserirem-se nas atividades que mais se adequam a cada um. Uma atividade não serve para todos da mesma forma. Da mesma maneira, Paquete (2004) defende que não se pode tentar ocupar alguém a qualquer custo, não se pode ocupar por ocupar sem ter em conta quem vai ser ocupado. Isso, além de não ser terapêutico pode até ser prejudicial, porque apenas vai aumentar a sensação de isolamento.

Existem diversos programas de inclusão social, quer ao nível turístico, de ocupação de tempos ou de participação em serviços da comunidade. Por exemplo, na Inglaterra, muitos seniores ocupam parte do seu tempo nas estradas, nomeadamente a “comandar” o trânsito para as crianças poderem passar na passadeira com segurança.

Em Portugal existem também programas de apoio ao desenvolvimento social, como por exemplo: o programa operacional de apoio às pessoas mais carenciadas, redes locais de intervenção social, a rede nacional de cuidados continuados integrados, o programa comunitário de ajuda alimentar a carenciados.

1.3.2. Exclusão Social

Os fenómenos de exclusão social têm merecido grande atenção dos investigadores, na qual Hunter e Jordan (2010); Lesbaupin, (2000); Proença, (2005); Sen (2000), consideram a exclusão social um conceito recente. Faleiros (2006) realça o facto de a inclusão social estar profundamente vinculada à exclusão.

A conceção de exclusão social foi introduzida por Lenoir (1974), e abrange uma grande variedade de problemas socioeconómicos. Lesbaupin (2000) diz-nos que este termo se encontra relacionado com a mão de obra marginalizada na América Latina. Para este autor o conceito de exclusão está presente em todos os países, independentemente do seu nível de desenvolvimento, tendo em comum a questão social.

O conceito de exclusão social representou, para o mundo ocidental, no alvor dos anos 1980, uma resposta às crescentes divisões e desigualdades sociais, e que tinham cada vez mais visibilidade nas cidades (Hayes et al. 2008; Béland 2007; Bradshaw 2003). De acordo com Costa

(2006), a expressão “exclusão social” é usada hoje de forma generalizada, contudo, nem mesmo entre os especialistas existe unanimidade quanto ao sentido do mesmo. Para Gilles Lamarque (1995), a exclusão social nada mais é do que o prolongamento do conceito de “nova pobreza”, que havia sido concebido no início da década de 1980 para designar todos os indivíduos vítimas da crise econômica. Do mesmo modo, para Martins (2003), um dos recortes da exclusão social é considerá-la como pobreza, uma vez que a pobreza hoje não se expressa apenas pela ausência de renda ou de comida, ela agora possui novas formas, como também consequências. Assim, de acordo com Pochmann (2004), a pobreza é uma forma de desigualdade social. Para o autor a desigualdade de renda, de oportunidade de emprego, de acesso a saúde, educação, justiça, lazer, constituem faces de uma única questão chamada de exclusão social.

Lustosa (2001) considera que a pobreza e a exclusão social estão intimamente ligadas, uma vez que a pobreza envolve a exclusão de bens e serviços essenciais à sobrevivência do homem. Já a exclusão está ligada tanto a elementos materiais como não materiais e, portanto, é entendida como sendo mais abrangente do que o conceito de pobreza, pois envolve habitação, alimentação e segurança. Para Holanda (1993), excluir significa, entre outras coisas, pôr de lado, abandonar; pôr fora, eliminar. Na sociedade contemporânea os sujeitos excluídos são todos os que se encontram do lado de fora de um contexto, não pertencem a um determinado grupo, não têm mais serventia ou importância e, por isso, são postos fora, são eliminados.

A exclusão social é a impossibilidade de poder partilhar na sociedade e leva à vivência da privação, da recusa, do abandono e da expulsão, inclusive com violência, de uma parcela significativa da população (Sposati, 1996). De acordo com a mesma autora, a exclusão está presente nas mais variadas formas de relações: econômicas, sociais, culturais e políticas da sociedade. Por isso é que ela é social, porque a privação é coletiva. Ela inclui a pobreza, mas também a submissão, não equidade, não acessibilidade, não representação pública. Portanto, pode-se dizer que a exclusão pode existir em graus e formas diferentes.

Num outro aspecto do conceito de exclusão, Costa (1998) menciona que a noção de exclusão social surge sobretudo ligada à existência de um contexto de referência, do qual se é ou se está excluído. Dele fazem parte cinco sistemas sociais básicos: social, econômico, institucional, territorial e simbólico. Martins (2002) realça que a sociedade que exclui é a mesma sociedade que inclui e integra, que cria formas também desumanas de participação, na medida em que delas se faz condição de privilégios e não de direitos.

Em Portugal, o debate político em torno da exclusão social é algo recente. No início dos anos 1980 a pobreza e a exclusão social eram ainda assuntos não muito abordados nem pelos políticos nem pelos *mass media* (Guerra, 2002). Nos princípios da década de 1990, o Governo apercebeu-se de que apesar de ter um considerável crescimento económico, continuavam a existir casos de pobreza. Assim, este tornou-se um tema dominante no discurso político.

Por fim, podemos concluir que a exclusão social é um problema que se agudizou com a globalização e com as alterações tecnológicas. Mesmo fora do contexto europeu, este assunto tem assumido proporções intensas, tornando-se generalizado e contribuiu para modificar a representação tradicional da pobreza.

Capítulo 2. Associação Gerações

2.1. Descrição da Instituição

A instituição onde decorreu este estágio é a Associação Gerações, que se localiza no centro da cidade de Vila Nova de Famalicão. Esta é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, sob forma de associação sem fins lucrativos, que aposta na diferenciação dos serviços, através de rigor e competência.

A Associação Gerações nasceu em 1999, na altura com a designação de Ludotecas de Famalicão, tendo sido registada no livro n.º 8 das Associações de Solidariedade Social, no dia 6 de novembro de 2000, sob o n.º 110/2000 a fls. 97 verso.

O principal objetivo da instituição era, inicialmente, a atividade lúdica, sendo que haviam, nessa altura na cidade de Vila Nova de Famalicão, muito poucos espaços com capacidade para isso; e, portanto, podemos dizer que a Associação nasceu para dar resposta a essa problemática.

Entretanto, dada a evolução que a instituição registou nos primeiros 10 anos de atividade, surgiu a necessidade de se pensar numa nova definição. Assim, em 2010 a direção da instituição, juntamente com os associados da mesma, votaram unanimemente por uma nova denominação: “Associação Gerações: Associação de Educação, Solidariedade e Serviços”.

É importante referir que esta não foi uma sucessão provocada por falha ou insucesso da instituição, foi sim, uma sucessão de adequação a novas exigências, a novas realidades e a novos tempos. No início, a Associação de Ludotecas de Famalicão estava apenas direcionada para a atividade lúdica tendo, entretanto, começado a crescer noutras direções, nomeadamente nas áreas da infância, juventude e terceira idade. Assim, esta nova etapa de novas respostas a solicitações e necessidades da comunidade passa a ser corporizada na “Gerações: Associação de Educação, Solidariedade e Serviços”.

“Gerações” significa um novo tempo, um novo rumo e um novo salto para a exigência e para a qualidade nos serviços prestados à sociedade, nomeadamente aos Famalicenses.

Desde a sua fundação até aos dias de hoje, a instituição tem vindo a sofrer diversas alterações que têm em vista o aumento da qualidade de vida e do conforto dos seus utentes.

2.2. Objetivos Gerais

De acordo com a documentação institucional, a Associação Gerações tem como principal objetivo promover e defender o bem-estar geral da população, nomeadamente daqueles que mais necessitam, proporcionando serviços ao nível da educação, da solidariedade, da atividade lúdica e cultural, abrangendo todas as classes sociais e diferentes fases de vida de cada um.

A Associação visa também a prevenção de situações de carência e desigualdade socioeconómica, de dependência, exclusão e vulnerabilidade social, assim como a integração das pessoas na comunidade e o desenvolvimento das respetivas capacidades.

Para além destes serviços, nos últimos anos a Associação tem vindo a criar um conjunto de iniciativas no âmbito do centro comunitário que possui. Este engloba um diferenciado leque de atividades e respostas, de acordo com as necessidades e expectativas sociais, nomeadamente serviços de psicologia, serviços de educação parental, um clube sénior, um centro educativo, entre outros serviços de apoio à comunidade.

2.3. Serviços Disponíveis

A Associação Gerações tem ao dispor da sociedade um conjunto variado de serviços, e que acompanha todas as fases da vida do indivíduo: a creche, o jardim de infância, o centro educativo e o clube sénior.

Para além destes serviços a instituição dispõe ainda de um serviço de psicologia que foi criado com o objetivo de responder às necessidades emergentes tanto das crianças como dos seus pais. Este é um tipo de acompanhamento que serve como pilar fundamental na construção de indivíduos socialmente dispostos. Para além disto, existe ainda a educação parental, onde ocorre o contacto direto com os pais sobre como estes devem lidar com os seus filhos e principalmente sobre como educá-los, através de Workshops, tertúlias, palestras.

A Associação dispõe, ainda, de uma Ludoteca itinerante, sendo esta uma viatura devidamente apetrechada com os materiais necessários para promover atividades lúdicas nas escolas, de forma a preencher de forma ativa os tempos livres das crianças nas escolas.

Um dos projetos que eu considero mais importante e inovador dentro desta organização é a “Loja Social – Mão Amiga”. Esta é uma nova resposta da instituição e representa a preocupação da mesma em agir contra problemáticas diretamente relacionadas com a pobreza e a exclusão social. Esta “loja” funciona através de donativos tanto de particulares como de empresas a famílias economicamente vulneráveis, que normalmente apresentam rendimentos muito baixos ou nulos do agregado familiar e que muitas vezes estão impedidas de trabalhar por motivos de saúde, ou simplesmente que vivem em situações de desemprego prolongado. As Lojas Sociais têm-se constituído com uma vertente comunitária muito forte, principalmente no apoio a famílias que pode acontecer através da doação ou da venda (a um preço muito simbólico) de determinados bens, como vestuário, calçado, mobílias, brinquedos, alimentação.

2.4. Atividades

O Clube Sénior existe desde 2010 e foi criado, segundo palavras da Diretora Geral para dar resposta a uma população que se reformou muito cedo, mas que ainda está muito ativa e muito capaz, sendo que a sociedade não tinha, nessa altura, uma resposta para esta população, uma vez que os centros de dia e os lares de idosos não se adequavam às necessidades desta população, que apesar de já se encontrar num perfil de população sénior ainda é uma população jovem, totalmente autónoma e independente, com uma grande capacidade ainda de aprendizagem e de renovação de vida social.

O Clube Sénior oferece atividades a preços simbólicos e o único critério para a inserção da pessoa é ter mais de 55 anos.

Assim, as atividades propostas são: pilates, ioga, ginástica, dança, informática, inglês, artes com agulhas, decoração de materiais e pintura, smartphone, desenho, fotografia, treino da memória, relaxamento e bem-estar, reeducação do equilíbrio, sessões individuais de fisioterapia e chá às terças. Estas são as atividades semanais, sendo que existem depois uma série de outras atividades que ocorrem mais ocasionalmente como a meditação, o ioga do riso, os workshops de culinária, as classes de movimento, workshops em colaboração com algumas fundações do concelho, workshops de tablet, sessões de saúde e bem-estar, algumas atividades intergeracionais com as crianças da instituição e ainda os passeios.

O Clube Sénior possibilita aos seus utentes contar as suas histórias, uma vez que muitos seniores sofrem com falta de atenção devido às novas dinâmicas das famílias; realizar atividades, proporcionando-lhes a autonomia, o melhoramento das relações interpessoais e a inclusão social, fazendo com que se sintam incluídos num grupo que os valoriza.

2.5. Em relação ao Estágio

Durante os quatro meses em que estive a estagiar na instituição senti que foi tudo muito simples, uma vez que já estava familiarizada com a instituição porque no passado já havia praticado voluntariado lá, tendo sido esse um dos grandes motivos para o tema do trabalho. Deste modo, já estava bastante inserida naquilo que eram os princípios e orientações da instituição, assim como as atividades promovidas.

Não posso elencar nenhuma dificuldade que tenha tido, uma vez que, como disse, já conhecia a instituição assim como a maioria dos seniores, que sempre foram impecáveis comigo e sempre me trataram com muito carinho. Não houve um dia em que não me sentisse motivada e sempre tentei dar o meu melhor.

Durante todas as atividades realizadas com os seniores sempre os senti motivados, com vontade de fazer e aprender sempre mais. Percebi nos seniores comprometimento e envolvimento ao longo dos meses de trabalho, assim como um enorme prazer da parte deles em serem integrantes e utentes do Clube Sénior.

A verdade é que este grupo de convívio acaba por funcionar como uma escapatória para os seus problemas diários, sendo este o local onde eles se sentem protegidos.

Relativamente a alguma adversidade que possa ter sentido, penso que a única coisa que posso apontar foi o facto de apenas ter conseguido a resposta de 60 pessoas aos questionários, tendo em consideração que a instituição tem cerca de 180 utentes. Revelou-se um pouco complicado devido ao facto de muitos utentes da instituição não terem grandes estudos e, por isso, não se sentirem à vontade para responder ao inquérito.

Capítulo 3. Metodología

De acordo com Quivy e Campenhoudt (1998), o investigador deve procurar enunciar o projeto de investigação na forma de uma pergunta de partida, através da qual tenta exprimir o mais exatamente possível o que procura saber, elucidar, compreender melhor. A formulação da pergunta de partida obriga o investigador a uma clarificação frequentemente muito útil, das suas intenções e perspetivas espontâneas.

Assim, para desenvolver este relatório de estágio estabeleci algumas questões de partida, sendo elas: “Em que medida as atividades da IPSS promovem a inclusão social? A que nível a Instituição promove a inclusão social?”. Conforme apresentado na introdução, o objetivo principal desta investigação consiste em analisar o papel que a IPSS tem na inclusão social. Deste modo, estas questões de partida serviram como linha de orientação para todo o trabalho.

Segundo Silva e Menezes (2005), a pesquisa é um processo formal e sistemático de desenvolvimento do método científico. O objetivo fundamental da pesquisa é descobrir respostas para problemas mediante o emprego de procedimentos científicos. Esta pesquisa é feita, de acordo com Gil (2008), primeiramente através de documentos já elaborados, constituídos principalmente por livros e artigos científicos. Depois, através de alguns métodos e investigação, obtemos informações de uma gama de fenómenos muito mais ampla do que aquela que se poderia pesquisar diretamente.

Para dar resposta às questões de partida é necessária uma metodologia de investigação. Assim, a investigação seguirá dois tipos de estudo: a pesquisa e análise qualitativa, através da análise de conteúdos de entrevistas semiestruturadas efetuadas aos técnicos da IPSS; e a pesquisa quantitativa com a aplicação de um questionário dirigido aos seniores, com o objetivo de analisar as respostas dadas e pertinentes para a investigação.

O estágio teve uma componente mais prática, de observação e participação nas tarefas diárias do Clube Sénior da Associação Gerações, com o propósito de me relacionar com as técnicas e atividades desenvolvidas na instituição. Para além disso foi necessário realizar uma revisão bibliográfica dos conceitos mais importantes, de forma a familiarizar-me com o tema em estudo.

Dentro da investigação qualitativa, optei por utilizar a análise de conteúdo que, de acordo com Bardin (2013), é uma análise de respostas a questões abertas e a entrevistas. O objetivo das entrevistas com alguns dos “elementos-chave” da associação foi compreender a sua sensibilidade

para a inclusão social e para atividades relacionadas com a mesma, tendo os mesmos contribuído de forma útil para o meu estudo.

Para complementar este processo realizei um questionário aos utentes seniores da instituição, de forma a conseguir interpretar quais os seus sentimentos, as suas motivações e até as suas inquietações em relação à instituição e à inclusão social. Acredito que esta seja a técnica que mais se adequa ao estudo que quero fazer, uma vez que me permite uma recolha direta dos dados, assim como uma maior proximidade com a fonte dos mesmos. Além disso permite a obtenção de uma maior quantidade de dados que podem ser analisados e correlacionados.

3.1. Pesquisa Qualitativa

De acordo com Vergara (2007) as análises qualitativas são exploratórias, isto é, visam extrair dos entrevistados os pensamentos que foram livremente ditos sobre algum tema, objeto ou conceito. Estas investigações são adequadas ao estudo de questões complexas uma vez que permitem aprofundar conhecimentos e explorar problemas de investigação sobre os quais ainda se sabe pouco. Segundo Silva e Menezes (2005), a pesquisa qualitativa pretende aumentar a familiaridade do investigador com o ambiente, de forma a tornar o problema mais explícito, através da interpretação de fenómenos e da atribuição de significados. Ou seja, como referido anteriormente, este tipo de pesquisa pode ter inicialmente objetivos exploratórios procurando informações acerca de um assunto. Todavia, a pesquisa qualitativa visa também aprofundar razões de um problema e compreender, através uma análise de conteúdo, as raízes desse problema.

Deste modo, Denzin e Lincoln (1994) defendem esta investigação como sendo um método que aborda de forma interpretativa e naturalista, e no seu ambiente natural, o objeto de estudo. Este tipo de pesquisa é naturalista pois estuda os objetos e os seres vivos nos seus ambientes naturais e quotidianos; e é interpretativo, uma vez que procura descobrir o propósito dos factos através do significado que as pessoas lhes dão.

Segundo Gil (2002), na maioria dos casos as pesquisas qualitativas envolvem: levantamento bibliográfico; entrevistas com pessoas que tiveram experiências práticas com o problema pesquisado e análise de exemplos que estimulem a compreensão. Por sua vez, a entrevista pode ser: estruturada, onde a estrutura da mesma está previamente estabelecida; semiestruturada, em que a estrutura da entrevista também já vai definida mas se for pertinente pode explorar-se outras questões; ou não estruturada, onde se pode explorar mais amplamente as questões, uma vez que não existe rigidez do guião.

Como o objetivo do trabalho é compreender se as IPSS promovem, efetivamente, a inclusão social, a pesquisa mais adequada a utilizar, para além da pesquisa bibliográfica, é a entrevista, uma vez que esta é uma forma de interação social e é uma técnica onde o investigador formula questões com o intuito de obter dados importantes para a investigação.

Assim sendo, neste caso específico, o mais indicado seria uma entrevista semiestruturada, de forma a que, em caso de necessidade, se possa entrar noutros campos, dependendo das respostas dos entrevistados.

3.1.1. Entrevista

Segundo Richardson (1999), o termo entrevista é construído a partir de duas palavras: entre e vista. Entre indica a relação de lugar ou estado no espaço que separa duas pessoas ou coisas. Vista refere-se ao ato de ver, ter preocupação com algo.

De acordo com Salvador (1980) e Ribeiro (2008), a entrevista tornou-se, nos últimos anos, um instrumento do qual se servem constantemente, e com maior profundidade, os investigadores das áreas das ciências sociais e psicológicas. Estes recorrem à entrevista sempre que têm necessidade de obter dados que não podem ser encontrados em registos ou fontes documentais, podendo estes ser fornecidos por determinadas pessoas.

Para Gil (1999), a entrevista é, seguramente, a mais flexível de todas as técnicas de coleta de dados de que dispõem as ciências sociais.

Ribeiro (2008) aponta como vantagens da utilização da técnica da entrevista: a flexibilidade na aplicação, a facilidade de adaptação de protocolo, a taxa de resposta elevada e o facto de poder ser aplicada a pessoas que não saibam ler nem escrever.

Além das vantagens apresentadas, Gil (1999) considera que, se comparada com a técnica do questionário, a entrevista apresenta outras vantagens: possibilita a obtenção de maior número de respostas; oferece uma flexibilidade muito maior, uma vez que o entrevistador pode esclarecer o significado das perguntas; possibilita a captação da expressão corporal do entrevistado, bem como a tonalidade de voz e ênfase nas respostas.

Esta técnica apresenta, no entanto, desvantagens que podem levar a que seja menos viável, em algumas situações, do que outras técnicas de recolha de dados. Para Gil (1999) as principais limitações da entrevista são: a falta de motivação do entrevistado para responder às perguntas que lhe são feitas; a não ou mal compreensão do significado das perguntas; o fornecimento de

respostas falsas (por razões conscientes ou inconscientes); a incapacidade do entrevistado para responder adequadamente (em casos de insuficiência vocabular ou problemas psicológicos); a influência exercida do entrevistador sobre o entrevistado; a influência das opiniões pessoais do entrevistador sobre as respostas do entrevistado. Ribeiro (2008) identifica, ainda, como pontos fracos da técnica: o custo elevado; o consumo de muito tempo na aplicação; a sujeição à polarização do entrevistador; a não garantia do anonimato; a sensibilidade aos efeitos no entrevistado; as características do entrevistador e do entrevistado. Todas estas limitações podem intervir na qualidade da entrevista, visto que o sucesso desta técnica depende fundamentalmente do nível da relação pessoal entre entrevistador e entrevistado.

A entrevista efetuada a alguns membros da Associação Gerações encontra-se no apêndice 1, e as respostas e a sua transcrição na íntegra situam-se no apêndice 3.

3.2. Pesquisa Quantitativa

Segundo Fonseca (2002), a investigação quantitativa centra-se na objetividade e considera que a realidade só pode ser compreendida com base na análise de dados brutos, recolhidos com a ajuda de instrumentos padronizados e neutros.

De acordo com Richardson (1989), o método quantitativo caracteriza-se pelo emprego da quantificação, tanto nas modalidades de coleta de informações, quanto no tratamento dessas através de técnicas estatísticas, desde as mais simples até às mais complexas.

No mesmo sentido, Silva e Menezes (2001) defendem que a pesquisa quantitativa considera que tudo pode ser quantificável, isto é, traduzir em números opiniões e informações com o objetivo de as classificar e analisar. Requer o uso de recursos e de técnicas estatísticas (percentagem, média, moda, mediana, desvio-padrão, coeficiente de correlação, análise de regressão, etc.).

Segundo Teixeira (2007), a pesquisa quantitativa utiliza a descrição matemática como linguagem, ou seja, a linguagem matemática é utilizada para descrever as causas de um fenómeno.

A investigação quantitativa estuda ações ou intervenções, fornece dados para provar hipóteses, produz informações quantificáveis sobre a magnitude de um problema e é conclusiva, pois permite inferir os resultados a toda uma população.

Para Gil (2008), a técnica de investigação deverá ser o questionário, que inclui um conjunto de questões que são submetidas a um determinado público com o intuito de obter informações sobre crenças, sentimentos, conhecimentos, valores, comportamentos, entre outros.

Este questionário em concreto destina-se à população sénior que frequenta a Associação Gerações e tem como principal objetivo perceber qual a sua ideia acerca da inclusão social e se acreditam que a instituição promove efetivamente atividades que fomentam a inclusão social sénior.

3.2.1 Questionário

Segundo Parasuraman (1991), um questionário é tão somente um conjunto de questões, feito para gerar os dados necessários para se atingir os objetivos do projeto. O autor defende que nem todos os projetos de pesquisa utilizam essa forma de instrumento de coleta de dados, contudo o questionário é muito importante na pesquisa científica, especialmente nas ciências sociais.

Parasuraman (1991) afirma também que construir questionários não é uma tarefa fácil e que aplicar tempo e esforço adequados para a construção do questionário é uma necessidade. Não existe uma metodologia padrão para o projeto de questionários, porém existem recomendações de diversos autores em relação a essa importante tarefa no processo de pesquisa científica

Por outro lado, para (Marconi e Lakatos, 1999), o questionário é um instrumento desenvolvido cientificamente, composto por um conjunto de perguntas ordenadas de acordo com um critério predeterminado) e que deve ser respondido sem a presença do entrevistador.

Oliveira (1997) afirma que o questionário deve reunir todas as informações necessárias e deve possuir linguagem adequada. Os questionários geralmente são utilizados para a obtenção de grandes quantidades de dados, nomeadamente para análises qualitativas. Nesse caso, os inquiridos escrevem ou respondem por escrito a um conjunto de questões que devem ser cuidadosamente elaboradas (Ruiz, 1996). Um questionário pode conter perguntas abertas ou perguntas fechadas. A pergunta aberta geralmente é mais fácil de elaborar e não restringe a resposta. Já a pergunta fechada é mais difícil de ser elaborada, uma vez que o investigador também tem que elaborar as possíveis respostas e força o inquirido a escolher uma das respostas apresentadas (Hair et al., 2004).

Finalmente, e de acordo com Almeida e Pinto (1995), são consideradas algumas vantagens sobre este tipo de técnica de recolha de dados, tais como: a possibilidade de atingir um grande número de pessoas; pode garantir o anonimato das respostas e dos questionados; permite que as pessoas respondam no momento que lhes pareça mais apropriado. Todavia, Gil (2008), por sua vez, apresenta algumas limitações a este instrumento de pesquisa: exclui pessoas que não sabem ler e escrever, o que pode transformar os resultados da investigação; impede o auxílio ao questionado quando este não entende as perguntas; não oferece garantia de que as pessoas respondam, o que pode implicar uma redução da representatividade da amostra e pode revelar

resultados críticos em relação à subjetividade, uma vez que as questões podem ter significados diferentes para cada pessoa inquirida.

O desenho do questionário aplicado aos seniores da Associação Gerações situa-se no anexo 2, sendo que toda a sua análise está realizada no seguinte capítulo.

4. Análise dos Resultados

4.1. Conteúdo das entrevistas

Após as entrevistas, as gravações em áudio foram transcritas (ver apêndice 3 para ler as transcrições na íntegra), tendo as respostas de cada entrevistado sido, resumidamente, organizadas na tabela seguinte.

Tabela 1 – Sinopse das principais ideias dos entrevistados face às questões

Questão	Entrevistado A	Entrevistado B	Entrevistado C
1 – O que entende por inclusão social?	“(…) proporcionar condições para que todos os indivíduos tenham igual oportunidade de acesso a bens e serviços (…).”	“(…) inclusão social tem de promover a participação ativa de todos. (...) focando-nos na população sénior, a inclusão social tem de passar por uma promoção de práticas de envolvimento e participação ativa da população sénior nas atividades da sociedade, em atividades que efetivamente eles queiram participar. (...) têm de ser eles a decidir quais são as atividades em que querem participar (...). (...) inclusão social passa por isso, por escutar a	“(…) a inclusão social é a possibilidade que se dá às pessoas do ponto de vista material, do ponto de vista institucional, de poderem realizar os sonhos que qualquer pessoa tem. Eu não me posso sentir incluído socialmente se não conseguir satisfazer as minhas necessidades de natureza mais material e também as minhas necessidades de natureza mais espiritual, no sentido cultural. (...) a inclusão social é a possibilidade que se dá às pessoas de poderem escolher um caminho (...). (...) incluir socialmente é basicamente isto, é eu ter a oportunidade (...) de

		população sénior, ouvir as suas necessidades, os seus interesses, as suas motivações e incluí-los naquilo que, verdadeiramente, lhes diz respeito e que os motiva (...).”	poder dar curso aos meus sonhos, aos meus anseios, ao meu projeto de vida, às minhas necessidades físicas e às minhas necessidades culturais.”
2 – Que tipo de ações podem ser sugeridas na Associação Gerações no sentido de tornar mais eficaz a inclusão social?	<p>“A nível da instituição num todo, as práticas existentes são de forma a que os indivíduos que procurem pela mesma possam usufruir de serviços que tenham em conta a inclusão social. (...) Em relação aos seniores o que nós temos são mensalidades muito simples, valores simbólicos que permitem até quem tem menos possibilidades económicas possa, pelo menos uma vez por semana, participar em alguma</p>	<p>“Eu penso que uma das coisas que se torna urgente na nossa sociedade (...) tem muito a ver com as relações intergeracionais. Então eu acho que a nossa instituição (...) tem uma grande responsabilidade ao nível da promoção de propostas (...) que promovam a inclusão social através das relações intergeracionais, nomeadamente através de propostas e atividades, projetos e iniciativas entre os seniores e (...) as crianças que também</p>	<p>“(…) nós (em teoria) somos uns praticantes de inclusão social. Nós não temos a veleidade de querer chegar a toda a gente, até porque depois aparecem aqui as barreiras: barreiras físicas ao nível das instalações, barreiras institucionais ao nível da segurança social e do ministério do trabalho e da solidariedade social e também barreiras de outro tipo que têm a ver diretamente com as pessoas. Nós temos um número de vagas pré-definido pelas entidades de tutela, (...) temos as instalações que temos e depois prestamos um</p>

	<p>atividade, seja ela paga ou não porque também ao longo de todo o ano letivo vamos tendo muitas sessões e atividades gratuitas, (...) e assim permitimos a que todos os seniores possam participar e estar incluídos em alguma atividade, promovendo desta forma a inclusão social.”</p>	<p>frequentam a instituição. (...) Ao nível das propostas para os seniores eu acho que nós já temos um leque muito alargado (...). Acho que a inovação passaria mesmo pela criação de projetos de intervenção comunitária envolvendo a população sénior (...).”</p>	<p>serviço que não é integralmente gratuito. (...) E portanto, esta abertura que a Associação Gerações tem com as limitações que anteriormente referi, parece-me ser importante a este nível, proporcionando em número limitado a todas aquelas pessoas que querem e que se envolvem, a frequência de um conjunto de atividades (...). Portanto a esse nível eu penso que a Associação Gerações (...) deu um passo que eu considero importante em termos da integração de um grupo alargado de idosos (...).”</p>
<p>3 – Quais as atividades desenvolvidas na instituição dedicadas aos seniores?</p>	<p>“(...) aulas de informática, inglês, ioga, pilates, pintura, desenho, fotografia, fisioterapia, aulas em grupo de fisioterapia, sessões de meditação, ioga do riso, treino da</p>	<p>“(...) nós temos atividades ao nível do bem-estar físico (...) como dança, ioga, ginástica, pilates, têm também as sessões de fisioterapia (...). Depois temos atividades</p>	<p>“(...) nós temos a funcionar o ioga, o pilates, as aulas de pintura, o inglês, a informática, a dança, enfim toda uma grande diversidade de situações no campo das artes (...). (...) passeios e visitas de estudo (...). Isto</p>

	<p>memória (...), dança, ginástica. (...)</p> <p>passeios e visitas culturais, sessões de saúde e bem-estar (...), workshops de culinária, parcerias com fundações do concelho que vêm cá fazer atividades (...) e também atividades com a Biblioteca Municipal.</p>	<p>relacionadas com as questões das novas tecnologias, desde a informática aos telemóveis, também a questão da fotografia (...). E depois temos outro conjunto de atividades: temos o inglês, os bordados, sessões e dinâmicas de grupo baseadas em técnicas de coaching (...). E depois temos os passeios e as atividades culturais (...). Depois vamos fazendo parcerias com a biblioteca, com a Fundação Cupertino Miranda, com outros organismos da cidade, até já fizemos com a Universidade do Minho (...).”</p>	<p>passando também por um projeto contínuo que eu considero extremamente importante, que são os projetos ligados à intergeracionalidade. (...)”</p>
<p>4 – Considera que as atividades da instituição são promotoras de inclusão social?</p>	<p>“Sim, considero (...). Temos é uma desvantagem (...) que é o acesso ao edifício que pode limitar algumas pessoas com</p>	<p>“Sim (...). Nós sempre nos preocupamos muito em responder às reais necessidades dos nossos utentes e</p>	<p>“Sem dúvida que sim. (...) E eu dou o exemplo concreto da informática (...). A informática personifica, no caso concreto dos seniores que</p>

	<p>dificuldades ao nível do andar em vir às atividades, devido às escadas. (...) nós temos uma rampa e realmente numa situação extrema podemos usar a rampa, mas pessoas com cadeiras de rodas já não podemos aceitar porque efetivamente as nossas portas já não são adequadas para a largura das cadeiras de rodas. (...) ao nível das questões de escolaridade, que muitas vezes nas universidades seniores há uma imposição de um requisito (...) e nós aqui não temos esse tipo de critério de exclusão. Nós o que precisamos é que as pessoas tenham mais de 55 anos, (...) e que não tenham nenhum tipo de demência em</p>	<p>como há essa preocupação constante (...), eu penso que há uma efetiva inclusão social.</p> <p>Eu penso que essa inclusão também está reconhecida até pelos nossos parceiros, por exemplo, nós temos situações já aconteceu de, nomeadamente ao nível da saúde, termos médicos que reencaminham para cá alguns utentes acreditando que o nosso projeto favorece de facto essa inclusão (...). (...) também há esse feedback dos seniores que de facto dizem que se sentem mais úteis, que se sentem melhor, que se sentem mais felizes (...).”</p>	<p>frequentam a instituição, um passo em frente na inclusão social dessas pessoas. (...) Com as atividades que são desenvolvidas na Associação Gerações, nós procuramos dar este sinal mais à inclusão de todos nas mais variadas vertentes: artísticas, culturais, científicas, técnicas, de recreio, de lazer, enfim, cobrindo, na medida do possível, todas as áreas que são importantes para o ser humano.”</p>
--	---	--	---

	<p>estado avançado porque teríamos de ter outro tipo de recursos para acompanhar os seniores (...) e também não é essa a base do nosso trabalho. (...) a nível de critérios não fazemos diferenciação, (...) se sabem escrever ou não, porque mesmo que não saibam escrever podem participar em atividades que não envolvam a escrita e leitura. (...) Inclusive temos dois ou três casos nas aulas de pintura de senhoras que têm algum tipo de dificuldade e que se encaixam completamente (...). Nessas situações como é algo muito leve e que não há nenhum tipo de cuidado extra, eles</p>		
--	---	--	--

	<p>podem participar nas atividades. Assim como temos uma senhora com Alzheimer e que nós acompanhamos em aulas de ginástica (...).”</p>		
<p>5 - A instituição aplica alguma restrição a seniores que apresentem dificuldades físicas e/ou psicológicas?</p>	<p>“(...) o Clube Sénior é para pessoas autónomas e independentes. O que não quer dizer que, em certas situações específicas, (...) nós não possamos aceitar algumas pessoas para frequentar algumas atividades específicas. (...) Tendo em atenção situações específicas que é bem conversado com a família, (...) é possível frequentar a instituição. Em situações avançadas de demência ou transtornos mentais complicados já não podemos aceitar, porque nem sequer</p>	<p>“Não, nós não temos restrições definidas. Nós vamos avaliando todos os pedidos que nos chegam, e vamos procurando dar resposta. Por exemplo, nós temos inclusive a frequentar as nossas propostas alguns seniores que têm já Alzheimer diagnosticado. (...) O que acontece é que nós temos que adequar as nossas propostas e isso é que se chama inclusão, que é não fazer igual para todos, ou seja, de acordo com o perfil de cada utente nós adequamos a nossa</p>	<p>“Fazemos questão que isso não aconteça. Para nós é um princípio a igualdade de tratamento para todos os cidadãos (...). Nós o que procuramos é que as pessoas, através da ação da Gerações, possam atenuar um ou outro sentimento de inferioridade que sempre acontece nestas situações e que nós procuramos combater. (...) tentado que a vida de todos seja, efetivamente, uma vida melhor.”</p>

	temos acompanhamento específico e técnicos preparados para lidar com essas situações.”	oferta e a nossa resposta.”	
6 - Onde é que se encontram as principais resistências no sentido de se conseguir uma efetiva inclusão social?	(...) as principais resistências estão presentes em todos nós, porque uma coisa é a nossa prática no dia a dia (...) em que tentamos ser inclusivos, (...) mas quantas vezes (...) nós próprios excluímos certas pessoas e temos preconceitos e estereótipos relativamente a essas pessoas. (...) efetivamente o problema parte de nós e depois parte também de muitas instituições, empresas que se esquecem de dar oportunidades iguais a todas as pessoas que batem à porta. (...)”	“(...) penso que a nossa sociedade está demasiado formatada para respostas padronizadas, ou seja, todos a fazer igual e mais do mesmo. (...) as respostas sociais, os serviços que existem à comunidade, não podem ser tão tipificados, têm de ser mais personalizados. (...) Eu acho que, de facto, um dos principais problemas da nossa sociedade para promover a inclusão é que respostas iguais para todos não têm em conta a individualidade do ser humano, logo não promovem uma verdadeira inclusão	“(...) E o maior problema da inclusão social ao nível dos países é exatamente este: é nós preocuparmos em excesso com algumas classes esquecendo objetivamente as outras classes de poder reivindicativo mais reduzido (...). (...) nas nações, nos países, a inclusão social existe ou não existe de acordo com as políticas que os governos podem ou não implementar. (...) enquanto as pessoas não tiverem um salário digno que permita ter uma casa com relativo conforto, que permita ter uma alimentação como nós dizemos hoje saudável, que impeça que os filhos frequentem a escola e a universidade, que não

		<p>(...). É claro que depois podemos falar na questão dos financiamentos, na questão dos apoios, efetivamente deveriam haver mais apoios para estas áreas sociais, deveria apostar-se mais na formação e qualificação dos profissionais que trabalham nestas áreas (...). (...)</p> <p>Pensando na nossa instituição, eu acredito que nós já fazemos um bom trabalho. (...) acho que neste momento talvez o que fizesse falta no nosso Clube Sénior fosse alguma melhoria em termos de infraestruturas (...). (...) mas eu penso que o grande salto que o nosso Clube Sénior poderá dar é o desenvolvimento de</p>	<p>permita que as pessoas tenham acesso a bens culturais, bens desportivos e bens intelectuais, obviamente que ainda estaremos imensamente longe daquilo que entendemos por inclusão social.”</p>
--	--	--	---

		projetos comunitários em que se reconheça o valor que o sénior ainda tem (...).”	
--	--	--	--

4.1.1. Análise global das entrevistas

1ª Questão: A inclusão social é um fenómeno que é cada vez mais estudado e, portanto, eu gostaria de saber a sua opinião acerca desse mesmo fenómeno, ou seja, o que é que entende por inclusão social?

No que diz respeito a esta primeira questão, percebemos que se verifica exatamente aquilo que foi já referido na revisão bibliográfica: apesar de a inclusão social ser um tema que está cada vez mais em voga na nossa sociedade, a verdade é que é ainda difícil encontrar uma definição única para o conceito, uma vez que cada pessoa individual acaba por ter a sua opinião.

Relativamente ao primeiro entrevistado (entrevistado A), compreende-se que a resposta dada vai de encontro a uma noção básica de inclusão social, que é a ideia de todos os indivíduos terem oportunidades iguais de acesso a bens e serviços, independentemente da sua raça, sexo, idade, entre outros.

O segundo entrevistado (B) apresenta uma proposta um pouco diferente das conceções “normais” de inclusão social, uma vez que se foca na população sénior e na promoção de práticas de participação ativa em atividades que eles queiram participar, ouvir os seus interesses e incluí-los naquilo que os motiva.

Por sua vez, o terceiro entrevistado (C) vê a inclusão social como a possibilidade que se dá às pessoas de poderem realizar os seus sonhos, de realizarem as suas necessidades materiais, espirituais e culturais.

2ª Questão: Que tipo de ações podem ser sugeridas na Associação Gerações no sentido de tornar mais eficaz a inclusão social?

Relativamente a esta questão mais específica acerca da Associação Gerações, as opiniões acabam por convergir um pouco.

O entrevistado A refere que, de alguma forma, as práticas existentes na instituição já estão de acordo com a inclusão social, uma vez que as mensalidades pagas pelos seniores são de valores simbólicos, que acabam por permitir a que todos possam participar pelo menos numa atividade por semana, e também têm algumas atividades gratuitas.

O entrevistado B realça que a inclusão social pode passar pela realização de atividades intergeracionais, que já existem na Associação Gerações com as crianças que também frequentam a instituição, para além das atividades que já são destinadas aos seniores, sendo que a verdadeira inovação passaria pela criação de projetos de intervenção comunitária por parte desta população.

Por fim, o entrevistado C realça também a ideia que o entrevistado A expôs, referindo que a instituição já é, pelo menos em teoria, praticante de inclusão social. Contudo, este é o único que refere as barreiras existentes, nomeadamente ao nível das instalações e também algumas relacionadas com os utentes.

3ª Questão: Quais as atividades desenvolvidas na instituição dedicadas aos seniores?

Esta questão tem, obviamente, a mesma resposta por parte de todos os entrevistados, uma vez que não é uma questão pessoal e sim uma questão com uma resposta unânime. Desta forma, as atividades são: aulas de informática, inglês, ioga, pilates, pintura, desenho, fotografia, fisioterapia, aulas em grupo de fisioterapia, sessões de meditação, ioga do riso, treino da memória, dança, ginástica, passeios e visitas culturais, sessões de saúde e bem-estar, workshops de culinária, parcerias com fundações do concelho e também com a Biblioteca Municipal.

4ª Questão: Considera que as atividades da instituição são promotoras de inclusão social?

Esta é mais uma daquelas questões que acaba por pedir uma opinião mais pessoal, apesar de ser sempre sobre um tema comum, de cada um dos entrevistados.

O entrevistado A considera que apesar de as atividades da instituição serem promotoras de inclusão social, existe uma desvantagem, que já foi referida numa das questões anteriores por outro entrevistado, que é ao nível das instalações, uma vez que o acesso ao edifício é feito através de umas escadas, o que pode causar transtornos a pessoas com dificuldades de locomoção, assim como as portas que são de construção antiga e não permitem a passagem de uma cadeira de rodas, por exemplo. Contudo, não existe nenhum tipo de restrição no que diz respeito à escolaridade, até porque uma grande parte dos utentes (como se poderá ver na análise dos questionários mais à frente) tem apenas o 4º ano, sendo que alguns nem sequer sabem ler nem escrever.

O entrevistado refere que a instituição é apenas para seniores que sejam autónomos e independentes, uma vez que as propostas que eles apresentam são mesmo destinadas a pessoas ativas, para além de que não dispõem dos recursos necessários para acompanhar seniores com dificuldades. Porém, existem dois ou três casos nas aulas de pintura de senhoras que têm algum tipo de dificuldade e que se encaixam completamente, uma vez que não há a necessidade de nenhum cuidado extra. Assim como existe também uma senhora com Alzheimer e que é acompanhada em aulas de ginástica.

O entrevistado B declara que sempre foi uma preocupação da instituição responder às necessidades dos utentes, considerando até que a prática de inclusão por parte da instituição está também reconhecida pelos parceiros, como por exemplo médicos que reencaminham para lá alguns utentes acreditando que o projeto favorece essa inclusão. Importaneamente, segundo o entrevistado, há também feedback dos seniores que se sentem mais úteis e mais felizes por frequentarem a Associação.

Por fim o entrevistado C, concorda também que as atividades são promotoras de inclusão social e enfatiza até o exemplo concreto da informática que personifica, no caso concreto dos seniores que frequentam a instituição, um passo em frente na inclusão social dessas pessoas,

mas refere também que as atividades da instituição tentam cobrir, na medida do possível, todas as áreas que são importantes para o ser humano.

5ª Questão: A instituição aplica alguma restrição a seniores que apresentem dificuldades físicas e/ou psicológicas?

No que diz respeito às restrições aplicadas a seniores com dificuldades físicas e/ou psicológicas, os quadros da instituição garantem que não existem. Contudo, não deixam de referir que o Clube Sénior é, efetivamente, para pessoas ativas, autónomas e independentes.

O entrevistado A realça que, apesar disso, não quer dizer que em algumas situações específicas não possam aceitar alguns casos, desde que não sejam situações avançadas de demência ou transtornos mentais graves, uma vez que nem sequer têm acompanhamento que se adequa a esse tipo de necessidades. É-nos dado o exemplo de uma senhora com Alzheimer, que começou por frequentar as aulas de pilates, mas não foi possível a sua continuação, uma vez que essas aulas exigem algum cuidado pois podem causar lesões e a senhora não era capaz de seguir os comandos sem um acompanhamento permanente da professora, o que se tornou insustentável. Apesar disso, houve sempre uma preocupação por parte da instituição para que a senhora se sentisse incluída, tentando encaixá-la noutras atividades que melhor se adequassem às suas capacidades.

O entrevistado B revela que não existem restrições definidas, apesar de, obviamente, não poderem chegar a todos da maneira que gostariam. O que a Associação Gerações procura fazer é, dentro das suas capacidades, tentar adaptar-se de acordo com os pedidos que vão chegando, tentando adequar a sua resposta às necessidades de cada utente, sendo esse o verdadeiro significado de inclusão social.

Por fim, o entrevistado C reforça que o verdadeiro propósito da instituição é atenuar algum sentimento de inferioridade que possa surgir com a idade ou devido a alguns problemas de saúde. É para a Associação Gerações um princípio fundamental o da igualdade de tratamento para todos os cidadãos. Este entrevistado revela ainda que se sentem muito satisfeitos quando a instituição é recomendada aos seniores por conselho médico, sentindo que o seu esforço e trabalho diários são reconhecidos.

6º Questão: Onde é que se encontram as principais resistências no sentido de se conseguir uma efetiva inclusão social?

Esta última questão foi desenvolvida com o intuito de apelar a uma reflexão dos entrevistados, de forma a perceber qual a sua opinião acerca dos entraves à inclusão social, começando pela Associação Gerações e terminando na sociedade em geral.

Deste modo, o entrevistado A referiu que as principais resistências estão presentes em todos nós, uma vez que todos os dias acabamos por ter comportamentos erráticos e preconceituosos, muitas vezes até sem nos apercebermos. E depois parte também de muitas instituições e empresas, que não são capazes de dar oportunidades iguais a todas as pessoas. Neste sentido há ainda muito para ser pensado, estudado, refletido e, acima de tudo, feito.

O entrevistado B, por sua vez, apresenta uma visão muito inovadora no que respeita à inclusão social. No que respeita à sociedade em geral, o entrevistado afirma que estamos todos demasiado formatados para dar respostas padronizadas, nomeadamente ao nível das respostas sociais, onde os serviços acabam por ser muito tipificados. Na sua opinião, um dos principais problemas da sociedade é que tenta promover respostas iguais para todos, não sendo esse o significado de inclusão social, uma vez que não temos todos as mesmas capacidades. Desta forma, é necessário que se comece a ter em conta a individualidade do ser humano. No caso da instituição em específico, é referido que faz falta ao Clube Sénior uma melhoria em termos de infraestruturas, melhoria essa que já foi também solicitada pelos outros dois entrevistados. E por fim, a ideia principal que o entrevistado B desenvolve é a criação de projetos comunitários pelos seniores, que ajudem a reconhecer o valor que esta população ainda tem.

Por fim, o entrevistado C enverga por uma opinião mais política, referindo o modelo europeu em que estamos inseridos e também a democracia em que vivemos, explicando que uma das principais funções do nosso governo é combater as desigualdades sociais. Deste modo, a inclusão existe ou não existe, em cada país, de acordo com as políticas que os governos podem ou não implementar. O entrevistado enfatiza ainda que enquanto as pessoas não tiverem um salário digno que permita ter uma casa com relativo conforto, que permita ter uma alimentação como nós dizemos hoje saudável, que impeça que os filhos frequentem a escola e a universidade, que não permita que as pessoas tenham acesso a bens culturais, bens desportivos e bens intelectuais, obviamente que ainda estaremos imensamente longe daquilo que entendemos por inclusão social. No que respeita à Associação Gerações, o entrevistado realça

que a instituição desenvolve um trabalho fundamental em termos de garantir aos utentes aquilo que é mais essencial nas suas vidas. Na sua opinião, as IPSS no geral são sempre a última barreira entre quem é excluído socialmente e a possibilidade de inclusão dessa pessoa.

4.2. Análise dos resultados dos questionários

Dados de Identificação

Desta investigação fizeram parte 60 indivíduos utentes da Associação Gerações, onde cerca de 70% correspondem ao sexo feminino, e 30% pertencem ao sexo masculino (gráfico 1), sendo todos residentes do concelho de Vila Nova de Famalicão. As idades dos inquiridos estão compreendidas entre 55 e 85 anos, sendo que a maioria (35%) se situa entre os 70 e os 75 anos (gráfico 2). Verifica-se, ainda que quase 67% dos inquiridos são casados, o que resulta que 60% vive com o cônjuge e 6,7% vive com o cônjuge e os filhos. Importa ainda ressaltar que cerca de 21% dos seniores vivem sozinhos, o que justifica o facto de quererem fazer parte da instituição, de forma a combaterem a solidão. No que respeita aos dados pessoais, no apêndice 4 encontram-se ainda os gráficos referentes à escolaridade dos seniores inquiridos e também às profissões que exerciam em idade ativa.

Gráfico 1 – Género dos inquiridos

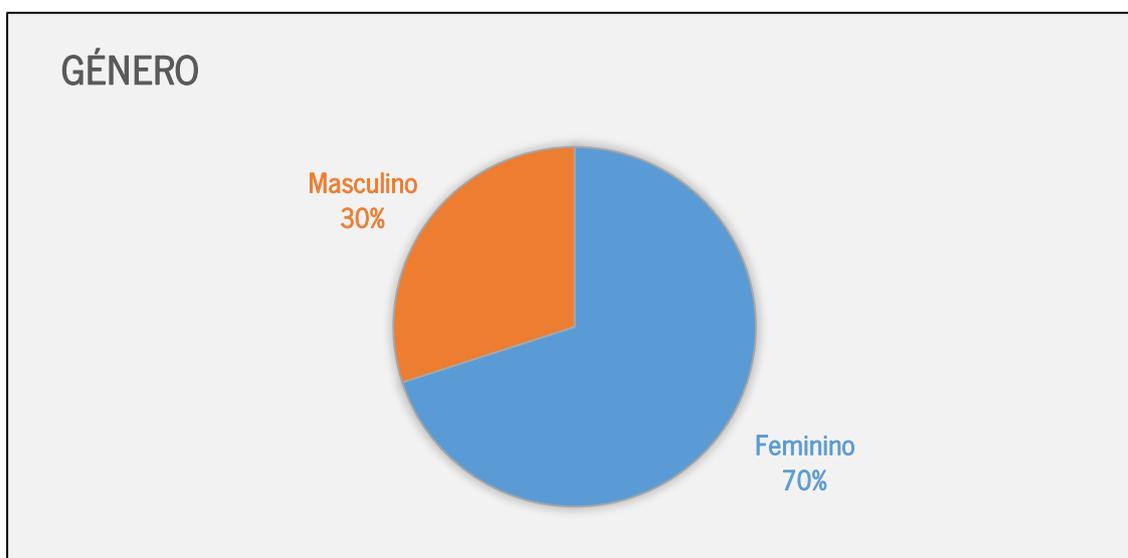


Gráfico 2 – Classe de idades dos inquiridos

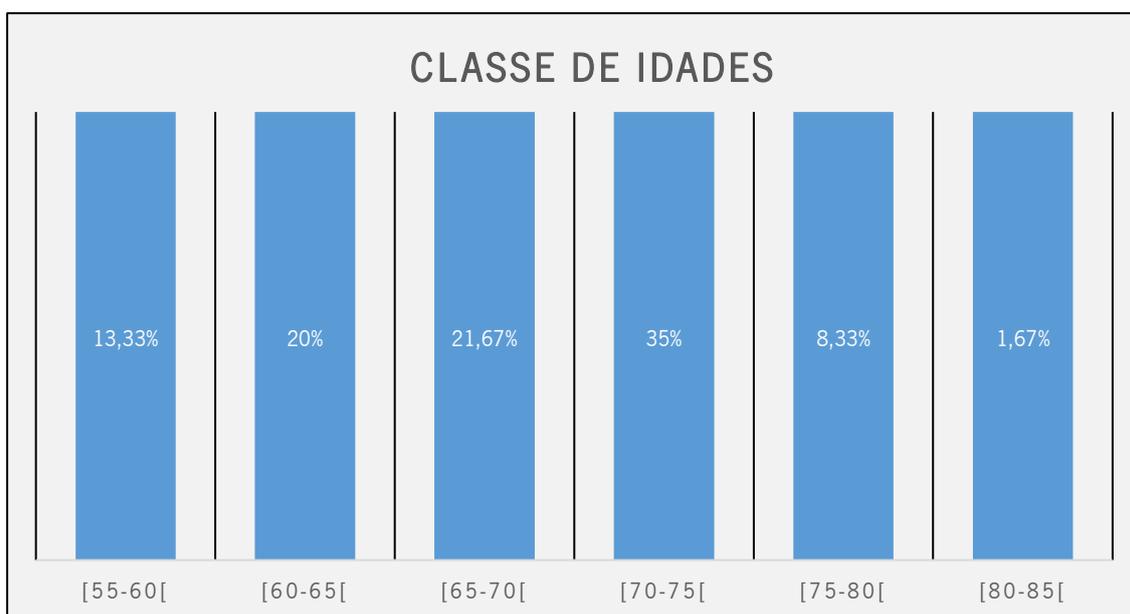


Gráfico 3 – Estado Civil dos inquiridos

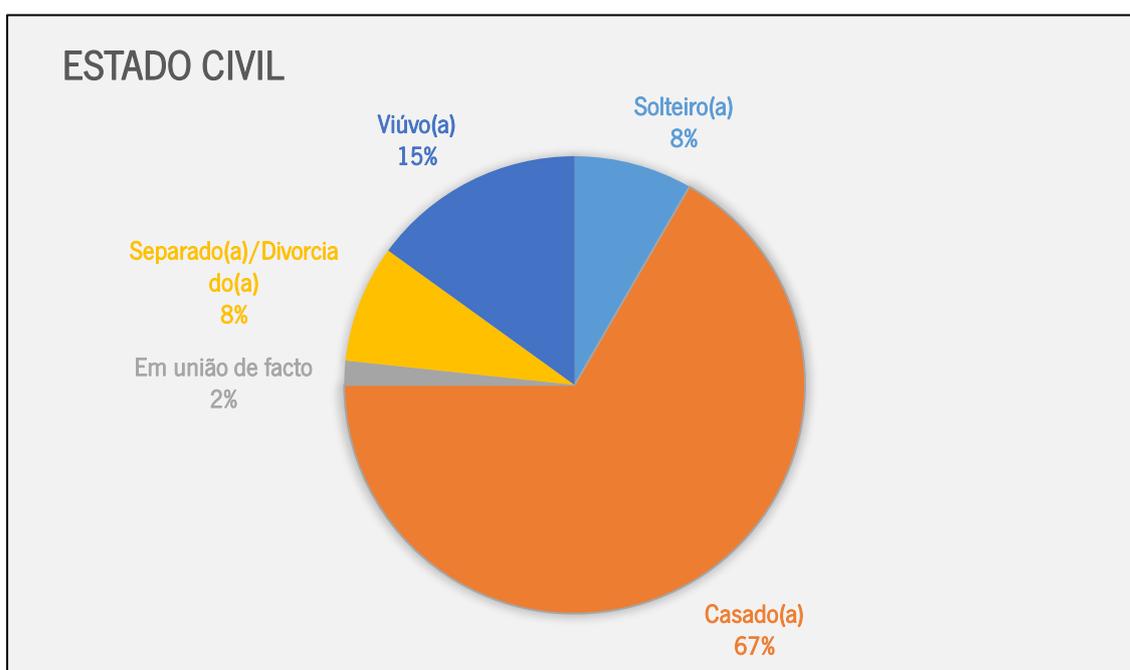
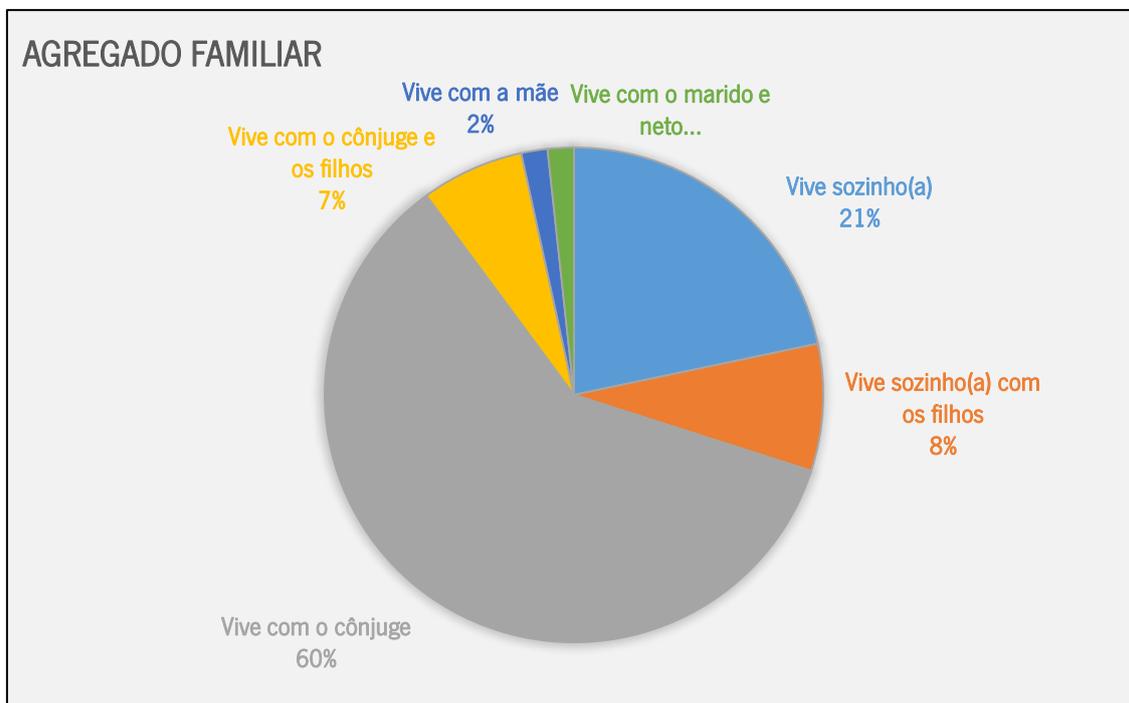


Gráfico 4 – Agregado Familiar dos inquiridos

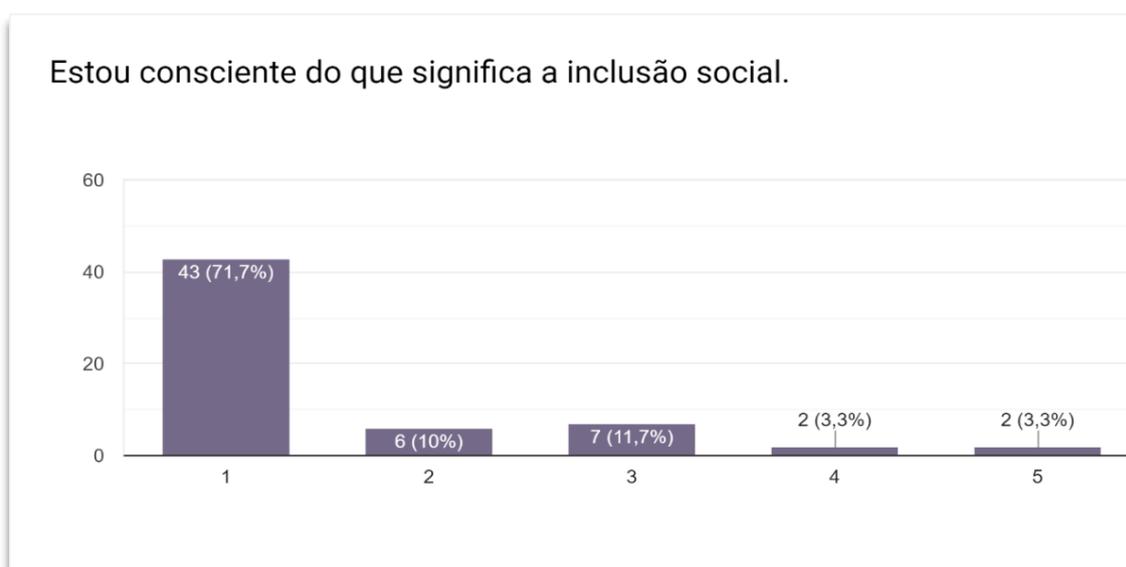


Questões de percepção de inclusão social e meio envolvente

No caso das questões mais específicas de percepção de inclusão social e meio envolvente, aqui serão apenas analisados os resultados das questões consideradas mais relevantes para este estudo, sendo que as restantes estarão no apêndice 4.

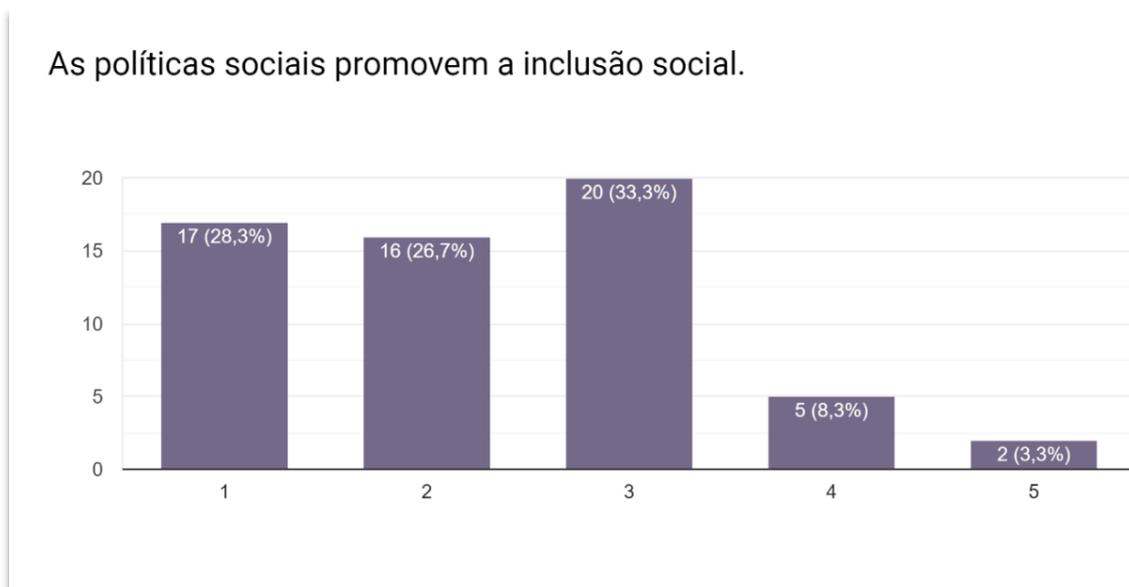
É importante referir que todos os gráficos apresentados nesta secção, correspondem a perguntas que foram elaboradas em conformidade com a escala de Likert, em que de 1 a 5, o 1 significa “Concordo Totalmente” e o 5 significa “Discordo Totalmente”.

Gráfico 5 – Percepção de inclusão social por parte dos seniores



Este gráfico mostra-nos que quase 82% dos inquiridos estão conscientes do que significa a inclusão social e apenas 6,6% não conhecem o significado da mesma. Isto demonstra que a inclusão social é um tema que tem tomado contornos relevantes na nossa sociedade.

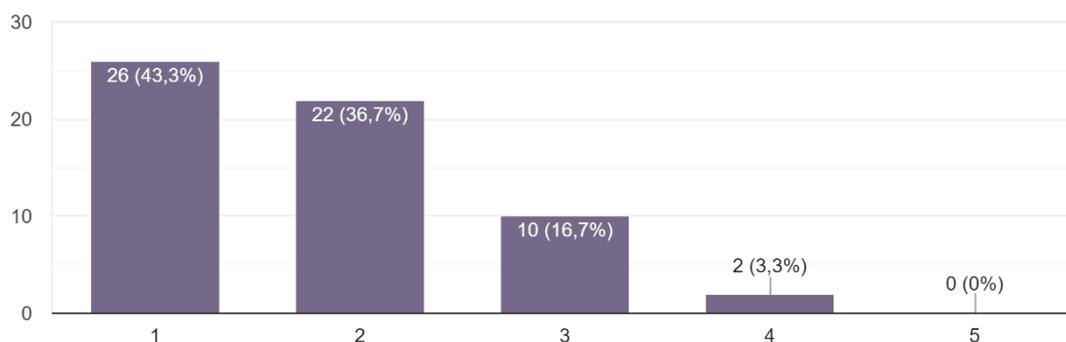
Gráfico 6 – As políticas sociais promovem a inclusão social



Nesta resposta percebemos que cerca de 33% concorda moderadamente que as políticas sociais promovem a inclusão social. A maioria (55%) concorda totalmente ou muito que efetivamente as políticas sociais promovem a inclusão social, ou seja, as políticas sociais levadas a cabo pelo Estado são promotoras de inclusão social.

Gráfico 7 – As IPSS são um meio para a promoção da inclusão social

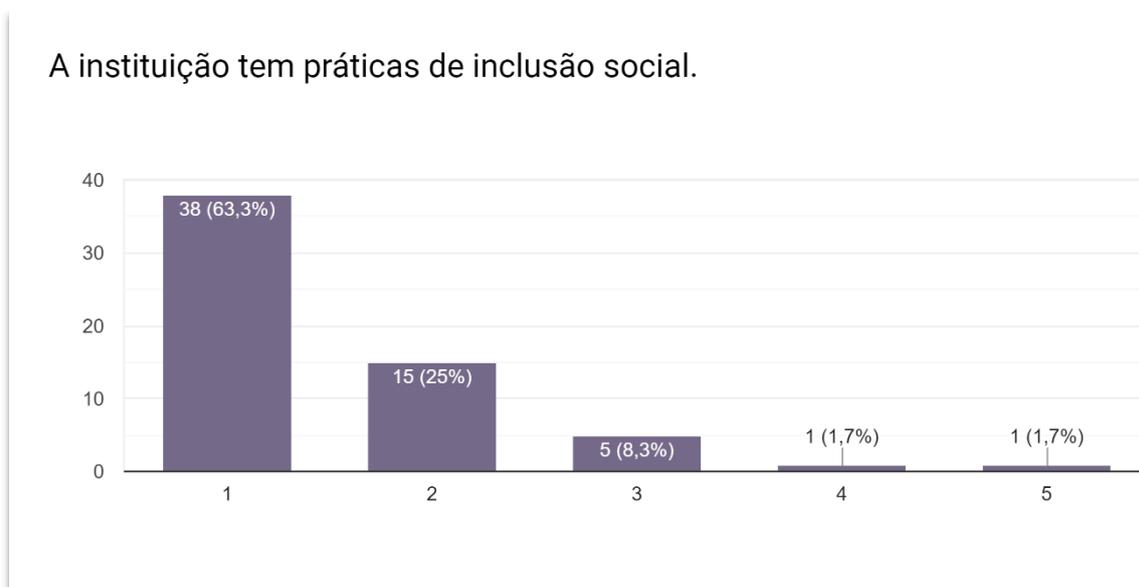
As IPSS (Instituições Particulares de Solidariedade Social) são um meio para a promoção da inclusão social.



Esta é uma questão que praticamente não tem oposição, uma vez que cerca de 80% das respostas confirmam a opinião de que as IPSS são um meio para a promoção da inclusão social.

A verdade é que estas instituições são, efetivamente, uma ferramenta fundamental na área social. As atividades que são realizadas nestes centros de convivência revelam-se muito importantes na reinserção dos seniores na sociedade após o abandono do mercado de trabalho.

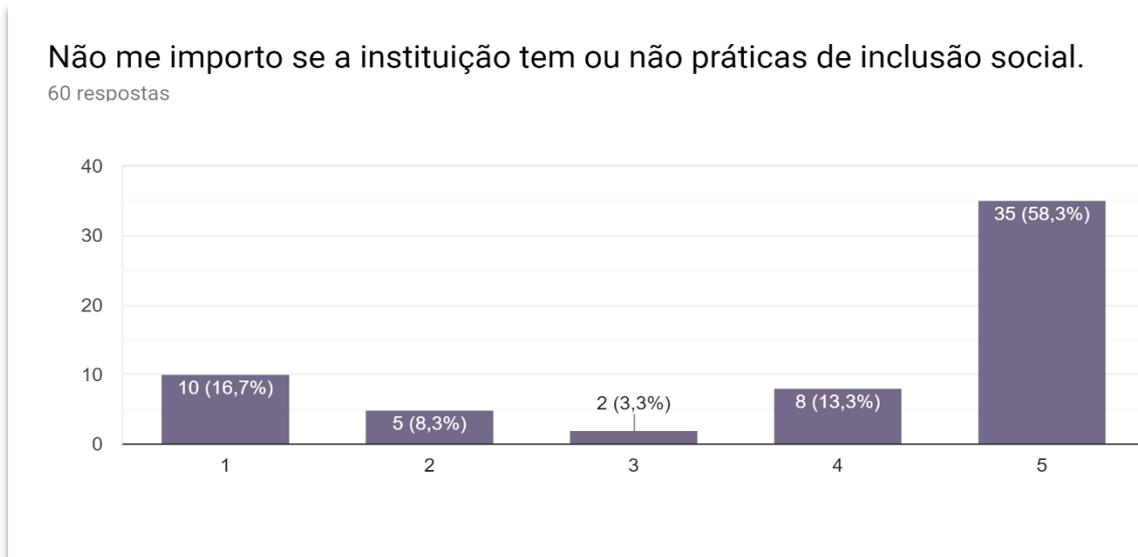
Gráfico 8 – A Associação Gerações tem práticas de inclusão social



Esta é uma pergunta bastante mais específica, até porque está diretamente relacionada com a instituição em estudo.

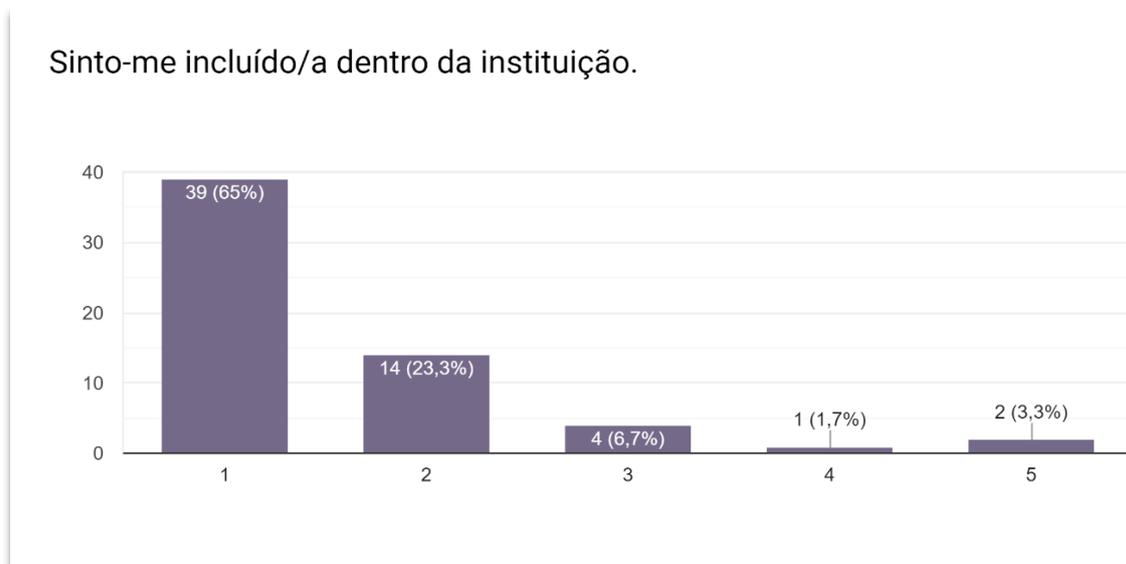
O gráfico demonstra que cerca de 88% dos inquiridos considera que a Associação Gerações tem práticas de inclusão social, e apenas 3,4% não concorda com essa afirmação. Isto revela que a maioria dos seniores da amostra vê a Associação Gerações como um espaço social de convivência

Gráfico 9 – Importância para o sénior das práticas de inclusão social na instituição



Com esta questão o objetivo era perceber se os seniores consideram relevante que a instituição tenha práticas de inclusão social e verificou-se que a maior parte considera, uma vez que cerca de 72% dos inquiridos não concordou com a afirmação proferida.

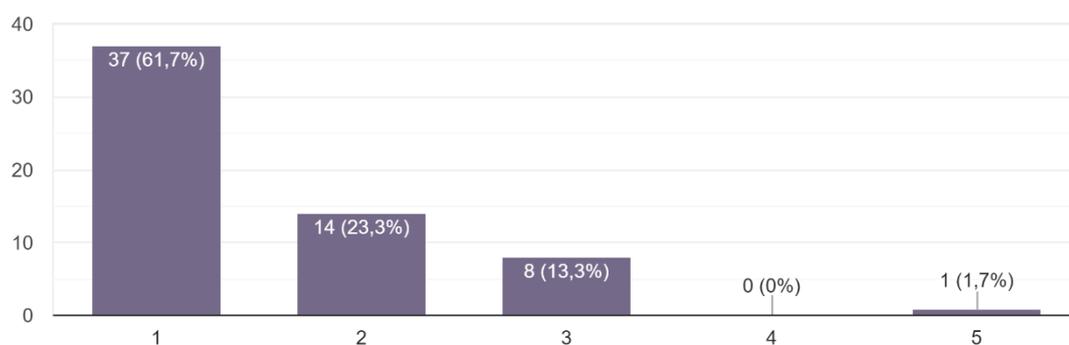
Gráfico 10 – Sénior sente-se incluído na instituição



Esta é uma questão muito importante, porque vai de encontro ao foco deste estudo, e demonstra que a maioria dos inquiridos (88,3%) se sentem completamente incluídos dentro da Associação Gerações, e apenas 5% não concorda com a afirmação.

Gráfico 11 – As atividades da instituição fomentam a inclusão social

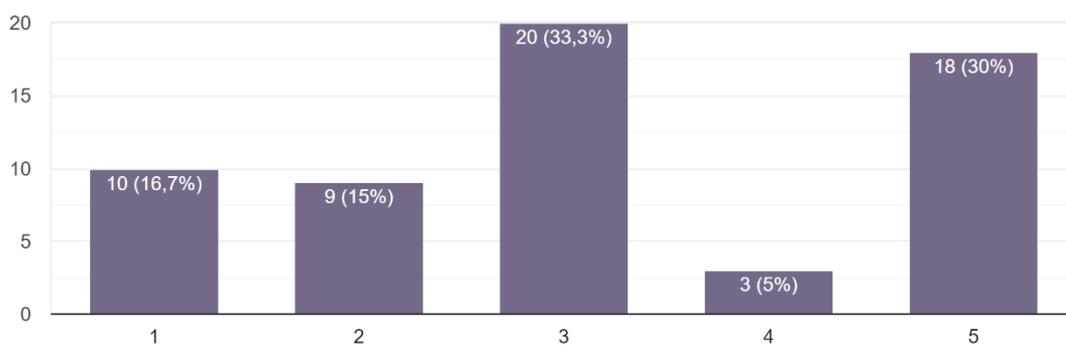
As atividades da instituição (Associação Gerações) fomentam a inclusão social.



Com esta questão, igualmente importante para o estudo, percebe-se que cerca de 85% dos inquiridos concordam totalmente ou muito que as atividades da instituição em estudo são promotoras de inclusão social e cerca de 13% concordam moderadamente com a questão.

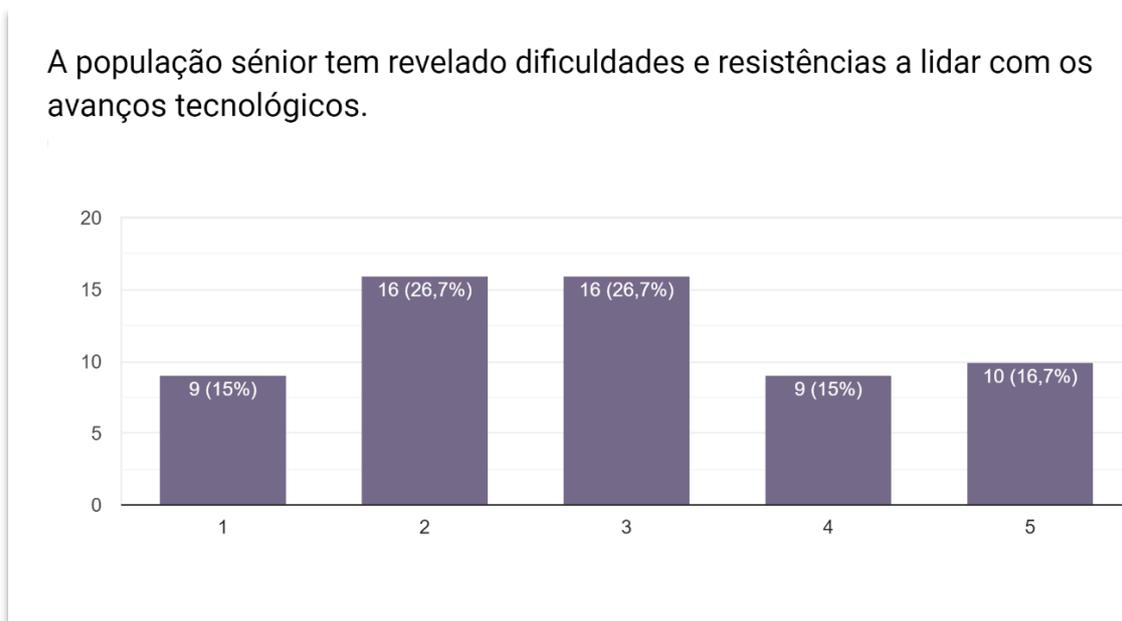
Gráfico 12 – Instituição realça mais umas atividades do que outras?

Considero que a instituição realça mais as atividades relacionadas com as TIC do que as atividades manuais e desportivas.



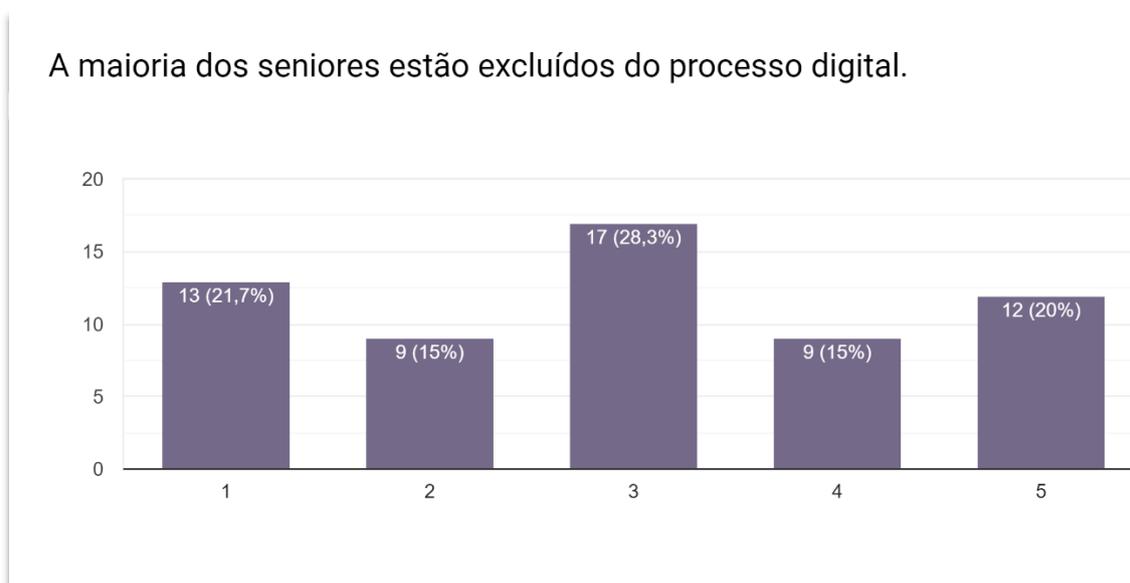
Esta questão revela-se importante, pois demonstra-nos que apesar de uma grande parte dos utentes se sentirem incluídos na instituição, uma parte deles (31,7%) também sentem que a instituição realça mais umas atividades do que outras. Contudo, cerca de 35% não julgam dessa forma e 33,3% concordam moderadamente com a questão.

Gráfico 13 – População sénior tem revelado dificuldades em relação aos avanços tecnológicos



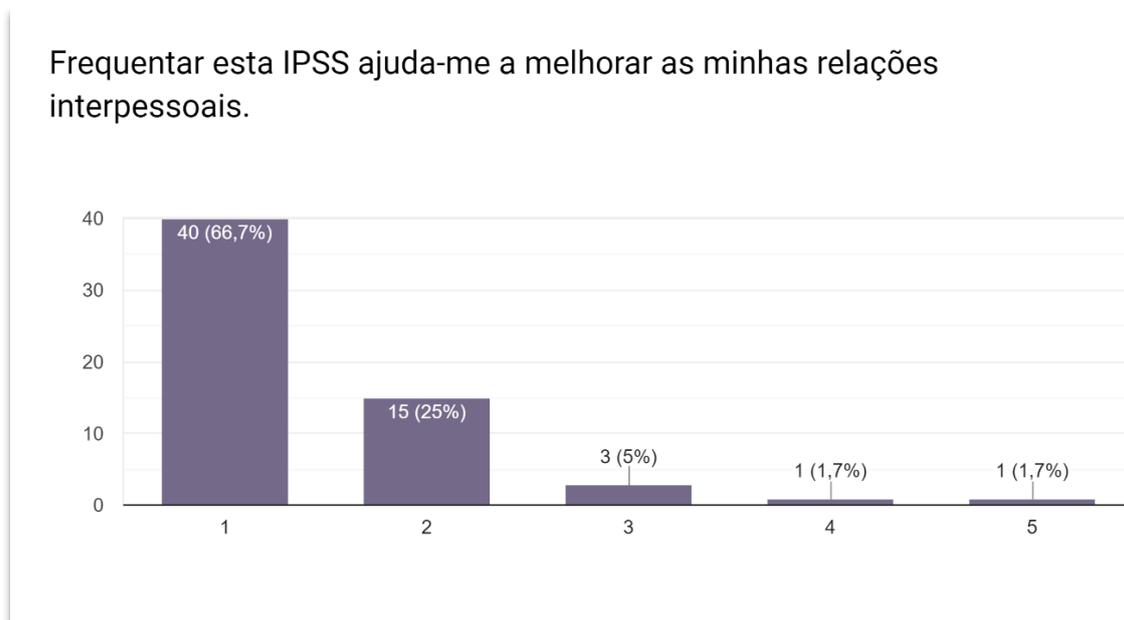
Com este gráfico percebe-se que quase 42% dos inquiridos acreditam que a população sénior tem revelado algumas resistências em relação aos avanços tecnológicos. Contudo, o facto de 26,7% concordar moderadamente com a afirmação e cerca de 31,7% não concordar com a afirmação demonstra que o paradigma pode estar a mudar, uma vez que os próprios seniores já começam a contrariar essa ideia de que os mais velhos não estão aptos para lidar com as novas tecnologias.

Gráfico 14 – Seniores estão excluídos do processo digital?



Esta questão vai de encontro à anterior, e acaba por demonstrar conclusões idênticas. Verifica-se que 28,3% dos abordados concordam moderadamente com a afirmação apresentada. A maioria (36,7%), concorda que, efetivamente a maioria dos seniores ainda está excluída do processo digital. Contudo, é importante também referir que cerca de 35%, não está de acordo com a afirmação. Isto revela que já começa a verificar-se uma mudança de paradigma, no que diz respeito à inclusão dos seniores no processo digital, que é algo que acontece cada vez mais e que também se evidencia como cada vez mais importante.

Gráfico 15 – Associação Gerações ajuda os seniores a melhorar as suas relações interpessoais



Nesta questão percebe-se que a esmagadora maioria dos seniores inquiridos (cerca de 92%) considera que a Associação Gerações os ajuda a melhorar as suas relações interpessoais, assim como a relação com eles próprios, no sentido em que os motivos da participação nas atividades são o afastamento da solidão, a convivência com outras pessoas, a procura de amizades e também de conhecimentos e atividades que promovam a sua qualidade de vida.

5. Conclusão

Depois de apresentados os resultados analíticos da investigação, interessa agora tecer algumas conclusões, de modo a verificar se os objetivos definidos foram alcançados.

Conforme explicado nos objetivos gerais, as primeiras considerações remontam à parte teórica desta dissertação. Assim, verificamos que a inclusão social é um dos conceitos chave de todo o estudo, sendo este um conceito recente e com múltiplas definições.

De uma maneira geral, podemos então concluir que a inclusão social é o processo através do qual a sociedade se adapta para poder incluir todo o tipo de pessoas.

O envelhecimento populacional, sendo outro dos conceitos abordados neste estudo, é um fenómeno cada vez mais atual e que se tem alastrado por todo o mundo.

Deste modo, parece-me cada vez mais importante valorizar o idoso e fazer com que se sinta útil e inserido na sociedade. O facto de muitas vezes terem poucas atividades de ocupação social, desenvolve nos seniores um sentimento de improdutividade, enaltecendo a sensação de inutilidade. (Zimmerman, 2000).

Assim, é crucial que o idoso procure algum tipo de ocupação e participe em algo ou participe num grupo que o faça sentir-se como parte integrante e não isolado.

Verifica-se que os grupos de convivência para idosos revelam-se cada vez mais importantes, uma vez que possibilitam uma ressocialização, sendo que muitas vezes acabam por trazer um novo sentido para as suas vidas.

Particularmente, a Associação Gerações assume uma grande importância na vida de todas as pessoas que a frequentam, nomeadamente na dos seniores.

A procura crescente deste tipo de espaços sociais acaba por revelar a importância dos mesmos. De acordo com Zimmerman (2000), o indivíduo é, por natureza, um ser gregário, uma vez que está em constante interação com outras pessoas, fazendo parte de grupos diferentes durante o seu desenvolvimento, nomeadamente na família, amigos, trabalho. Assim, percebe-se que os indivíduos passam a vida a interagir e a conviver, daí a relevância da utilização dos grupos de convivência como espaços promotores de saúde.

O desenvolvimento deste trabalho revelou exatamente isso, que as relações sociais são muito importantes na vida de todos e em todas as etapas do ciclo vital, sendo que muitas vezes estas acabam por ser a escapatória para o isolamento vivido, principalmente, na terceira idade. A interação diária com pessoas da mesma faixa etária e nas mesmas situações, serve como mecanismo de apoio ao outro, proporcionando sentimentos de inclusão social.

Ainda que não exista, no Clube Sénior, um instrumento formal para medir os ganhos no que respeita à reconquista de autonomia e independência dos seniores, a verdade é que ao participarem nas atividades da Associação Gerações, os utentes demonstram-se mais ativos, mais saudáveis e mais felizes.

Segundo Areosa e Ohweiler (2000), a inserção nos grupos de terceira idade, além de ajudarem a redimensionar a identidade, causam satisfação pessoal, assim como o aumento dos relacionamentos. Na maioria dos casos, o estabelecimento de vínculos afetivos são a grande causa da procura deste tipo de grupos, aliados à ocupação para os seus tempos livres.

Durante a observação participante efetuada no estágio, ficou claro o objetivo dos seniores quando procuram o Clube Sénior: ocupar os seus tempos livres com qualidade de vida e interação social, de forma a tornarem-se mais ativos, tanto a nível físico como cognitivo.

Está também mais do que provado que a maior parte dos idosos que tentam reagir contra o isolamento e a solidão, participando nestes grupos, acabam por se sentir melhor física e psicologicamente, sendo esta uma grande conquista e um momento de realização pessoal para esta faixa etária.

De acordo com Almeida et al (2010), as atividades mostram-se como favorecedoras da melhoria da qualidade de vida dos participantes, beneficiando na recuperação de autonomia, elevação da autoestima, socialização, convivência social e comunitária, assim como interação e inclusão social, comunicação e melhor conexão com equipamentos tecnológicos, como os computadores e os telemóveis, ajudando-os a perceberem-se como seres participantes do contexto social no qual estão inseridos.

A integração dos seniores nestes espaços ocorre, muitas vezes, por indicação médica, por influência de amigos e dos filhos que procuram formas de os incluírem em atividades que lhes proporcionem um envelhecimento saudável.

Estes grupos de convivência acabam por funcionar como uma espécie de refúgio dos problemas quotidianos para os seniores, sendo um dos principais motivos de procura dos mesmos o acesso a atividades que estimulem o exercício físico e mental como meio de manterem a saúde. Para além disso, verifica-se que os seniores demonstram uma maior autoestima, assim como melhor disposição e mais alegria após frequentarem este género de grupos.

A interpretação do material recolhido pelas entrevistas e pelos questionários permite concluir que a Associação Gerações se afigura como um pilar fundamental na vida de cada sénior que a frequenta. Deste modo, o mesmo podemos concluir acerca de todas as IPSS em geral, focando, evidentemente, as que exercem um trabalho com a população mais velha.

Pelo que foi possível apurar, percebe-se que o nível de satisfação dos utentes seniores em relação às atividades da Associação Gerações é elevado, e que a maior parte deles se sente melhor a nível físico e psicológico.

Todos na instituição têm já uma visão inovadora e “openminded” sobre o envelhecimento, tentando transmitir aos seniores que apesar da idade, têm muito ainda para viver e aprender. O grupo colabora na aceitação dos seniores nas transformações diárias que atravessam nesta fase da vida e que são inevitáveis, nomeadamente a adaptação à perda de algumas capacidades e limitações que antes eram inexistentes.

O estudo do envelhecimento é recente, contudo é de extrema importância para a compreensão e consciencialização da necessidade de se pensar em como chegar a esta etapa da vida e manter-se bem, uma vez que ela é inevitável. É assim que acabam por surgir e expandir-se os centros de apoio social, que têm um papel crucial na estimulação das pessoas idosas, para que elas próprias sejam ativas no desenvolvimento das suas próprias capacidades.

Por último, no que diz respeito àquilo que pode ser feito futuramente neste campo de estudo, começa exatamente pelo investimento nesta área de investigação, uma vez que há ainda poucos trabalhos desenvolvidos sobre o tema e este é, incontestavelmente, um tema em ascensão.

As políticas sociais relacionadas com o envelhecimento, podem também ser melhoradas, no sentido em que há muito ainda a ser feito pelo Estado, que tem de garantir uma rede de serviços diversos que assegurem aos seniores respostas às suas necessidades. Estas políticas devem ainda prever a otimização dos serviços, de modo a aumentar a qualidade de vida durante o processo de envelhecimento.

Referências Bibliográficas

- Almeida, E. A.; Madeira, G. D.; Arantes, P. M. M.; Alencar, M. A. (2010). Comparação da qualidade de vida entre idosos que participam e idosos que não participam de grupos de convivência na cidade de Itabira-MG. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, pp. 436-441.
- Almeida, J. F. (1993). Integração social e exclusão social: algumas questões. *Análise Social*, vol. XXVIII, n.º 123/124, pp. 829-834.
- Almeida, J. F. e Pinto, J. M. (1995). *A Investigação nas Ciências Sociais*. 5ª edição Lisboa: Editorial Presença.
- Areosa, S. V. C.; Ohlweiler, Z. N. C. (2000). O idoso e os grupos de convivência no município de Santa Cruz do Sul. *Rede Unisc*, v. 5, n.1, pp.179-187.
- Arroteia, J.; e Cardoso, A. (2006). *O envelhecimento da população portuguesa: responsabilidade social e cidadania*. Psychologica.
- Bardin, Laurence. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70, 1977.
- Barry, B. (1998). *Exclusão social, isolamento social e distribuição de renda*. Centro de Análise de Exclusão Social, London School of Economics and Political Science. Londres, Reino Unido.
- Beauvoir, S. (1990). *A velhice*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Béland, D. (2005). Ideas and social policy: an institutionalist perspective. *Social Policy and Administration*, vol. 39, n. 1, pp. 1-18.
- Berger, L.; Mailloux-Poirer, D. (1995). *Pessoas Idosas: uma abordagem global*. Lisboa: Lusodidacta.
- Berzins, M. A. V. S. Velhice e envelhecimento. *Revista Quadrimestral de Serviço Social*. Ano XXIX. N.º 75. set. 2003.
- Bianchetti, Lucídio; FREIRE, Ida Mara. *Um olhar sobre a diferença: Interação, trabalho e cidadania*. Campinas, SP: Papyrus, 1998. (Série Educação Especial).
- Bicudo, M. J. (2009). Envelhecer com qualidade!... 2 uma questão de atitudes!... *Geriatrics*. Vol.5, n.º27, pp.55-60.
- Cabete, D. (2005). *O idoso, a doença e o hospital: o impacto do internamento hospitalar no estado funcional e psicológico das pessoas idosas*. Lusociência, Loures, Portugal.

- Camarano, A. A. (2002). *Envelhecimento da População Brasileira: uma contribuição demográfica*. Texto para Discussão – Working paper. Rio de Janeiro, n. 858.
- Capucha, L. (2005). *Envelhecimento e políticas sociais: novos desafios aos sistemas de proteção – Proteção contra o “risco de velhice”: que risco?*. Sociologia, série I, vol. 15.
- Carvalho, A., Faria, S., Taborda, A., Melo, M., Gonçalves, C., Paquete, P.S., Costa, A., Branco, R.M., Lopes, L., Alves, J.L. (2014). *Demência na Terceira Idade: Contributos Teóricos, Competências a Mobilizar e Estratégias de Intervenção*. ADRAVE – Agência de Desenvolvimento Regional do Vale do Ave, SA.
- Castro, A.; Guerra, I. (coords.). (2010). *Os Caminhos da Pobreza. Perfis e políticas sociais na cidade de Lisboa*. Santa Casa da Misericórdia, Lisboa.
- Costa, A. B. (2006). Pobreza e Desigualdade no século do desperdício – *Conferência Internacional de Bem-Estar Social*, 32, Brasília, pp. 1-22.
- Denzin, N. K.; Lincoln, Y. S. (1994). *Handbook of qualitative research*. Thousand Oaks, SAGE, Canada.
- Faleiros, V. P. (2006). *Inclusão social e cidadania*. In: Conferência Internacional de Bem-Estar Social. Brasília – Brasil. Palestra.
- Fernandes, A. A. (2007). Determinantes da mortalidade da longevidade: Portugal numa perspectiva europeia (EU-15, 1991-2001). *Análise Social*, 42, 183, pp. 419-443.
- Fonseca, A.M. (2005). *Desenvolvimento humano e envelhecimento*. Lisboa: Climepsi Editores
- Fonseca, A. M. (2004). *O Envelhecimento, uma Abordagem Psicológica*. Lisboa: Universidade Católica Editora
- Fonseca, J. J. S. (2002). *Metodologia da pesquisa científica*. UEC, Fortaleza.
- Gil, A. C. (2002). *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4. Atlas, São Paulo.
- Gil, A.C. (1999). *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 5ª Edição. São Paulo: Atlas.
- Guerra, I. C. (2002). *Fundamentos e Processos de uma Sociologia de Ação: O planeamento em Ciências Sociais*. Principia, 2ª Edição, Cascais.
- Guillemard, A. M. (1988). *Etat et Politique Sociale. Le Cas de la Politique Française de la Veillesse*. Les Cahiers de la Recherche sur le Travail Social, n. 15.
- Guillemard, A. M. (1991). La retraite en mutation (en collab. avec Christine Meunier et Richard Vercauteren). *Recherche IRES*, Paris. Publication FEN.

- Guimarães, R. (2006). Envelhecimento: um processo pessoal? In Freitas, E.; Py, L.; Cançado, F. & Doll, J. G. M., Tratado de Geriatria e Gerontologia. *Guanabara Koogan*, Rio de Janeiro, pp. 84-87.
- Hespanha, P. (2012). *A proteção social em risco. Impacto da crise nos serviços sociais públicos. Intervenção no seminário: O Futuro da Proteção Social: CES*. Coimbra, 29 de setembro.
- Hespanha, P. et al. (2000). *Entre o Estado e o Mercado: As fragilidades das instituições de proteção social em Portugal*. Coimbra, Quarteto.
- Honora, M., Frizanco, M.L.E. (2008). *Esclarecendo as deficiências: aspectos teóricos e práticos para contribuição com uma sociedade inclusiva*. São Paulo, SP: Ciranda Cultural Editora e Distribuidora Ltda.
- Hunter, B., Jordan, K. (2010). *Explaining Social exclusion: Towards Social Inclusion for Indigenous Australians*. Australian Journal of Social Issues.
- Instituto da Segurança Social, I.P (2015). Guia Prático – Apoios Sociais – Pessoas Idosas.
- Instituto Nacional de Estatística (INE). (2015). Envelhecimento da população residente em Portugal e na União Europeia. Obtido em 16 de outubro de 2018 de: www.ine.pt
- Jacob, L. (2007). *Animação de Idosos* (3ª ed.). Porto: Âmbar.
- Laclau, E. (2006). *La razón populista*. Fondo de Cultura Económica, Buenos Aires.
- Lenoir, R. (1974). *Les Exclus: un français sur dix*. Seuil, Paris.
- Lamarque, G. (1995). *L'Exclusion*. Presses Universitaires de France – PUF.
- Lesbaupin, I. (2000). *Poder local x exclusão social: a experiência das prefeituras democráticas no Brasil*. Petrópolis: Vozes.
- Marconi, M.A. e Lakatos, E.M. (1999). *Técnicas de pesquisa*. São Paulo: Atlas.
- Martins, J. S. (2003). *Exclusão social e a nova desigualdade*. São Paulo: Ed. Paulus. 2ª edição
- Martins, L. (2009). *As instituições particulares de solidariedade social*. Coimbra: Almedina.
- Martins, R. M. L. (2006). Envelhecimento e políticas sociais. *Consultado em "Educação, ciência e tecnologia", Revista do ISPV, n.º 32, pp. 126-140.*
- Mazzota, M. J. S. (2005). *Educação Especial no Brasil: História e políticas públicas*. 5ª ed., São Paulo, SP: Cortez.
- Mota Pinto, A. (Coord.) (2001). *Envelhecer vivendo*. Coimbra: Quarteto.

- Neves, I. (1998). *Crise e reforma da Segurança Social. Equívocos e realidades*. Queluz: Edições Chambel.
- Neto, F. (2000). *Psicologia Social* (2º vol.). Lisboa: Universidade Aberta.
- Oliveira, B. (2010). *Psicologia do Envelhecimento e do Idoso*. Livpsic Editora.
- Organização Mundial de Saúde. (2005). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. Tradução Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan Americana de Saúde.
- Organização Mundial de Saúde (2015). *Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde*. Obtido em 8 de janeiro de 2019 de www.who.int.
- Simões, A. (1982). Aspectos da gerontologia. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, n. 16, pp. 39-92
- Parasuraman, A. (1991). *Marketing research*. 2ª Edição. Addison Wesley Publishing Company
- Paschoal, S.M.P. (2005). *Epidemiologia do envelhecimento*. In: PAPANÉTO NETTO, M. Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em uma visão globalizada. São Paulo: Editora Atheneu.
- Pochmann, M. (2004). *Educação e trabalho: como desenvolver uma relação virtuosa?* Educ. Soc., Campinas, v. 25, n. 87.
- Proença, C.S. (2005). *A exclusão social em cabo verde: uma abordagem preliminar*. Lisboa, ACEP – Associação para a Cooperação entre Povos, Centros de Estudo do Instituto Superior de Economia e Gestão da Universidade Técnica de Lisboa.
- Quaresma, M. L. (1998). *Cuidados familiares a pessoas muito idosas*. Lisboa: Direção Geral da Ação Social – Núcleo de Divulgação Técnica.
- Quivy, R., & Campenhoudt, L. V. (1998). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa, Gradiva.
- Ribeiro, A. P. F. (2007). *Imagens da velhice em profissionais que trabalham com idosos: enfermeiros, médicos e técnicos de serviço social*. Aveiro: Universidade de Aveiro, Dissertação de Mestrado.
- Ribeiro, E.A. (2008). *A perspectiva da entrevista na investigação qualitativa. Evidência: olhares e pesquisa em saberes educacionais*. Araxá/MG, n. 4.
- Richardson, R.J. (1999) *Pesquisa social: métodos e técnicas*. 3ª Edição. São Paulo: Atlas.
- Rodrigues, F. (1999). *Assistência social e políticas sociais em Portugal*. Lisboa: ISSS – Dep. Editorial; CPIHTS – Centro Português de História e Investigação em Trabalho.

- Ruiz, J.A. (1996). *Metodologia científica: guia para eficiência nos estudos*. São Paulo: Atlas.
- Salamon, L. M.; Sokolowski, S.W.; Haddock, M. e TICE, H.S. (2012). *Portugal's nonprofit setor in comparative context*. Baltimore: Johns Hopkins Center for Civil Society Studies.
- Santos, B. S. (1987). Estado, sociedade, políticas sociais: o caso da política da saúde. *Revista Crítica de Ciências Sociais*, n. 23, pp. 13-74.
- Sasaki, R. K. (1997). *Inclusão: construindo uma sociedade para todos*. Rio de Janeiro: Ed. WVA.
- Sen, A. (2000). *Social exclusion: concept, application, and scrutiny*. Social Development Papers, Office of Environment and Social Development Asian Development Bank.
- Sequeira, C. (2010). *Cuidar de idosos com dependência física e mental*. Lisboa: Lidel.
- Sheppard, M. (2006). *Social Work and Social Exclusion: The Idea of Practice*. Hampshire, Ashgate Publishing Ltd.
- Silva, E. L.; Menezes, E. M. (2005). *Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação*. 4ª Edição, Florianópolis.
- Silva, J. V. (Org.) (2009). *Saúde do idoso: processo de envelhecimento sob múltiplos aspectos*. São Paulo: Látria.
- Simões, A. (2006). *A nova velhice*. Porto: Âmbar.
- Soares, P. M. (2 de Fevereiro de 2012). Governo de Portugal. Obtido em 16 de Setembro de 2018, de Governo de Portugal: <http://www.portugal.gov.pt/pt/os-ministerios/ministerio-dasolidariedade-e-seguranca-social/mantenha-se-atualizado/20120202-msss-inauguracaonovos-equipamentos-beja.aspx>
- Sposati, A. O. (1996). *Mapa da exclusão/inclusão social na cidade de São Paulo*. São Paulo: EDUC.
- Tomassini, C. e Lamura, G. (2009). Population ageing in Italy and Southern Europe. *In P. Uhlenberger (Ed.), International Handbook of Population Aging* (pp.69-89). USA: Springer.
- Walker, A. (2009). *Ageing and Social Policy: Theorizing the Social*. In V. Bengtson, M. Silverstein, N. Putney, D. Gans (Eds). "Handbook of Theories of Aging". New York: Springer Publishing Company.
- Wixey, S. et al. (2005). *Measuring Accessibility as Experienced by Different Socially Disadvantaged Groups*, funded by the EPSRC FIT Programme – Transport Studies Group – Universidade de Westminster.

- World Health Organization (WHO). (2005). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde.
- Zimerman, G. I. (2000). *Velhice: aspectos biopsicossociais*. Porto Alegre: Artes Médicas Sul.
- Zimerman, D. E. (2000). *Fundamentos básicos das grupoterapias*. 2ª Edição. Porto Alegre: Artmed Editora.

Apêndices

Apêndice 1 – Guião da Entrevista

Apresentação e objetivos da entrevista

Esta entrevista está a ser realizada no âmbito da elaboração de um relatório de estágio, de forma a concluir o Mestrado em Economia Social. O estudo baseia-se nas Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) e na forma como estas se comportam face à inclusão social, sendo o objetivo perceber se estas instituições contribuem ou não para a inclusão da população sénior, nomeadamente a Associação Gerações.

Tema	Questão	Informação Pretendida
Inclusão Social	Uma vez que a inclusão social é um fenómeno cada vez mais estudado atualmente, gostaria de saber qual a sua opinião acerca do mesmo, isto é, o que entende por inclusão social?	Perceber a ideia que os funcionários da associação têm sobre a inclusão social.
Inclusão Social na Instituição	Que tipo de ações é que considera que podem ser sugeridas na instituição, no sentido de tornar mais eficaz a inclusão social?	Perceção da necessidade de mudanças na instituição.
Atividades da IPSS	Quais as atividades desenvolvidas na instituição?	Saber quais as atividades praticadas.
Atividades da IPSS	Considera que as atividades para os seniores praticadas na Instituição são promotoras de inclusão social? Justifique.	Perceber se os funcionários acreditam que a instituição pratica atividades de inclusão social.
Limitações das atividades	A instituição aplica alguma restrição a seniores que apresentem dificuldades físicas e psicológicas? Porquê?	Perceber se há limitações às atividades.
Entraves à Inclusão Social	Na sua opinião, onde é que se encontram as principais resistências no sentido de se conseguir uma efetiva inclusão social?	Perceber quais os entraves que os funcionários colocam à inclusão social.

Apêndice 2 - Questionário sobre Inclusão Social dos Seniores nas IPSS

Apresentação e objetivos do questionário

Este questionário está a ser realizado no âmbito da elaboração de um relatório de estágio, de forma a concluir o Mestrado em Economia Social, na Universidade do Minho. O estudo baseia-se nas Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) e na forma como estas se comportam face à inclusão social, sendo o objetivo perceber se estas instituições contribuem ou não para a inclusão da população sénior.

A inclusão social é um tema que tem ganho espaço na sociedade e sobre o qual muito se tem falado. De uma maneira geral, podemos dizer que a inclusão social é o conjunto de ações que garante a participação igualitária de todos na sociedade; é oferecer oportunidades iguais de acesso a bens e serviços a todos, independentemente da classe social, da condição física, da educação, do género, da orientação sexual, da etnia, entre outros aspetos.

I - Dados pessoais

Data de Nascimento: _____

Sexo: Masculino

Feminino

Estado Civil: Solteiro(a)

Casado(a)

Em união de facto

Separado(a)/divorciado(a)

Viúvo(a)

Outr Qual? _____

Agregado Familiar: Vive sozinho(a)

Vive sozinho(a) com os filhos

Vive com o cônjuge

Vive com o cônjuge e os filhos

Outro Quem? _____

Habilitações literárias (indique, por favor, o seu nível de escolaridade):

(1) 4º Ano

(5) Bacharelato

(2) 6º Ano

(6) Licenciatura

(3) 9º Ano

(7) Outro. Qual? _____

(4) 12º Ano

Qual a atividade profissional que exercia em idade ativa?

II – Questões Específicas

	Concordo totalmente				Discordo totalmente
Escala de Likert	1	2	3	4	5
Estou consciente do que significa a inclusão social.					
As políticas sociais promovem a inclusão social.					
As IPSS são um meio para a promoção da inclusão social.					
A instituição tem práticas de inclusão social.					
Não me importo se a instituição tem ou não práticas de inclusão social.					
Sinto-me incluído/a dentro da instituição.					
As atividades da instituição fomentam a inclusão social.					
Estou satisfeito/a com as atividades praticadas na instituição.					
Considero que a instituição realça mais as atividades relacionadas com as TIC do que as atividades manuais e desportivas.					

Prefiro praticar atividades manuais e desportivas do que atividades relacionadas com as TIC.					
A inclusão digital e a inclusão social estão diretamente relacionadas.					
A população sénior tem revelado dificuldades e resistências a lidar com os avanços tecnológicos.					
A maioria dos seniores estão excluídos do processo digital.					
Sinto-me socialmente excluído/a por não saber utilizar as TIC.					
Tenho facilidade em trabalhar com computadores.					
O desafio de enfrentar o computador e dominá-lo é uma prova da minha própria capacidade de lidar com situações novas.					
Considero importante aprender a trabalhar com as novas tecnologias.					
Apesar da minha idade ainda me sinto motivado/a para aprender.					
Frequentar esta IPSS ajuda-me a melhorar as minhas relações interpessoais.					
Apesar das minhas limitações, sinto-me capacitado/a para continuar a aprender.					
A participação nas atividades da IPSS permite-me ultrapassar barreiras.					
A instituição promove o convívio social.					
Gosto de frequentar a instituição por causa do convívio.					

Apêndice 3 – Transcrição das Entrevistas

Transcrição da entrevista a Doutora Cristiana, Assistente Social da Associação Gerações e responsável pelo Clube Sénior

Pergunta: A inclusão social é um fenómeno que é cada vez mais estudado e, portanto, eu gostaria de saber a sua opinião acerca desse mesmo fenómeno, ou seja, o que é que entende por inclusão social?

Resposta: Inclusão social é proporcionar condições para que todos os indivíduos, mais novos, mais velhos, pessoas com deficiência tenham igual oportunidade para serviços, bens, isto é, tentar com que haja uma equidade no acesso a esses bens e serviços.

Pergunta: Que tipo de ações é que considera que podem ser sugeridas nesta instituição no sentido de tornar mais eficaz a inclusão social?

Resposta: A nível da instituição num todo, as práticas existentes são de forma a que os indivíduos que procurem pela mesma possam usufruir de serviços que tenham em conta a inclusão social. Por exemplo, na parte das crianças tem tudo a ver com os rendimentos que os pais têm, ou seja, as crianças pagam a mensalidade conforme os rendimentos dos pais e é um acesso justo a todas as crianças. Em relação aos seniores o que nós temos são mensalidades muito simples, valores simbólicos que permitem até que quem tem menos possibilidades económicas possa, pelo menos uma vez por semana, participar em alguma atividade, seja ela paga ou não porque também ao longo de todo o ano letivo vamos tendo muitas sessões e atividades gratuitas, como as sessões de saúde e bem-estar, algumas palestras, sessões de ioga e meditação que por vezes são gratuitas, e assim permitimos a que todos os seniores possam participar e estar incluídos em alguma atividade, promovendo desta forma a inclusão social.

Pergunta: Já que falou nas atividades, eu sei que a instituição tem muitas atividades ao nível das crianças e tudo, mas eu gostaria de saber quais é que são as atividades desenvolvidas destinadas aos seniores, uma vez que o meu estudo recai sobre eles.

Resposta: Temos aulas de informática, inglês, ioga, pilates, pintura, desenho, fotografia, temos fisioterapia, aulas em grupo de fisioterapia, temos sessões de meditação, ioga do sorriso, treino da memória para promover a estimulação cognitiva, danças, ginástica. Agora não sei se

me estou a esquecer de alguma, o que é certo é que todas as atividades têm como objetivo promover o bem-estar físico e emocional e as atividades vão de acordo com os interesses que os seniores vão referindo ao longo do ano e, principalmente, no final de cada ano letivo quando é feito o questionário de avaliação da satisfação onde eles têm uma parte em que podem sugerir o que gostariam de fazer no próximo ano. Depois de acordo com aquilo que eles põem nesse questionário nós também tentamos dar resposta às necessidades que eles elencam. Mas essencialmente são essas as atividades que nós temos. Depois temos também passeios e visitas culturais que eles gostam bastante, sessões de saúde e bem-estar onde por mês é feita uma palestra acerca de algum tema de saúde para esclarecer dúvidas que tenham, temos workshops de culinária, temos parcerias com fundações do concelho que vêm fazer atividades cá, como a fundação Castro Alves com o barro ou então a Fundação Cupertino Miranda que é um Museu Surrealista e faz diferentes atividades com os seniores e também algumas atividades com a Biblioteca Municipal. E essencialmente são essas as atividades que nós temos.

Pergunta: Considera que as atividades da instituição são promotoras de inclusão social?

Resposta: Sim, considero, as atividades sim. Temos é uma desvantagem que pode impedir a questão da inclusão social, que é o acesso ao edifício que pode limitar algumas pessoas com dificuldades ao nível do andar em vir às atividades, devido às escadas. A verdade é que nós temos uma rampa e realmente numa situação extrema podemos usar a rampa, mas pessoas com cadeiras de rodas aí já não podemos aceitar porque efetivamente as nossas portas já não são adequadas para a largura das cadeiras de rodas e se calhar nessas situações é a única coisa que eu refiro que dificulta a questão da inclusão social. De resto, considero que somos uma instituição bastante inclusiva. Por exemplo, ao nível das questões de escolaridade, que muitas vezes nas universidades seniores há uma imposição de um requisito que normalmente é o 12º ano, nós aqui não temos esse tipo de critério de exclusão. Nós o que precisamos é que realmente as pessoas tenham mais de 55 anos, que tenham interesse em participar nas atividades e que não tenham nenhum tipo de demência em estado avançado porque aí também teríamos que ter outro tipo de recursos para acompanhar os utentes, os seniores que neste caso não temos. E aí pessoas com demências ou outro tipo de transtorno a nível mental, já não é possível para nós recebermos por falta desse acompanhamento mais específico, também não é provavelmente essa a base do nosso trabalho. Agora a nível de critérios nós não fazemos

diferenciação, se têm o 9º ou 12º ano, se sabem escrever ou não, porque mesmo que não saibam escrever podem participar em atividades que não envolvam a escrita e a leitura, por exemplo os bordados, que eu me esqueci de referir antes, as aulas de pintura e desenho não obrigam a que saibam ler ou escrever, simplesmente é seguir o que pretendem fazer, o desenho que tentam copiar. Inclusive temos dois ou três casos nas aulas de pintura de senhoras que têm algum tipo de dificuldade e que se encaixam completamente, porque não se trata de nenhum tipo de transtorno muito avançado nem de nenhum tipo de demência que inspire outros cuidados e acompanhamento específico. Nessas situações como é algo muito leve e que não há nenhum tipo de cuidado extra, eles podem participar nas atividades. Assim como temos uma senhora com Alzheimer e que nós realmente acompanhamos em aulas de ginástica e que a própria família se responsabilizou em vir cá trazer e buscar à instituição. Nessa situação também é permitida a frequência no nosso serviço, mas tem que ser algo muito bem estabelecido com os familiares porque nós não nos podemos responsabilizar que depois aconteça alguma coisa à pessoa pelo caminho, se vão embora e se perdem que é algo que pode acontecer e, de facto no início da frequência cá isso ficou muito bem definido com os familiares.

Pergunta: A pergunta seguinte vai de encontro a isso exatamente. Eu ia perguntar se a instituição tem alguma restrição a seniores que apresentem dificuldades físicas e/ou psicológicas.

Resposta: A nossa instituição, nomeadamente o nosso serviço, o Clube Sénior é para pessoas autónomas e independentes. O que não quer dizer que em certas situações específicas, que é o que nós já falamos até agora, nós não possamos aceitar algumas pessoas para frequentar algumas atividades específicas. No caso da senhora com Alzheimer da qual eu já falei anteriormente, por exemplo ela começou a frequentar pilates e não pôde continuar porque como é uma atividade muito específica que pode causar lesões se não for bem executada tivemos que realmente falar com os familiares e explicar essa situação, porque ela não seguia os comandos dados pela professora e a professora não podia estar somente com ela a fazer as aulas e portanto nessa atividade ela não pôde continuar. Mas continua em ginástica porque vai fazendo algumas atividades e as próprias colegas também ajudam bastante e de qualquer forma ela está incluída. Tendo em atenção situações específicas que é bem conversado com a família, é responsabilizada a família, somos responsabilizados nós, claro até as nossas responsabilidades

podem ir, é possível frequentar a instituição. Em situações avançadas de demência ou transtornos mentais complicados, aí já não podemos aceitar porque nem sequer temos acompanhamento específico e técnicos preparados para lidar com essas situações.

Pergunta: Por fim eu queria só saber onde é que se encontram as principais resistências, na sua opinião, no sentido de se conseguir uma efetiva inclusão social?

Resposta: Eu acho que as principais resistências estão presentes em todos nós porque uma coisa é a nossa prática no dia a dia, a prática profissional, em que tentamos ser inclusivos, respeitar de igual forma todas as pessoas, mas quantas vezes no nosso dia a dia nos esquecemos do que é que devemos fazer e nós próprios excluimos certas pessoas e temos preconceitos e estereótipos relativamente essas pessoas. Acho que efetivamente o problema parte de nós e depois parte também de muitas instituições, empresas que se esquecem de dar oportunidades iguais a todas as pessoas que batem à porta. Ainda há muito a fazer, acho que tem que ser muito bem pensado, como fazer e de que forma fazer e efetivamente eu também não sei realmente que sugestões é que poderia dar, tem que ser mesmo muito bem, temos de fazer uma boa reflexão nesta área. É complicado porque nós próprios temos o preconceito, às vezes até sem nos apercebermos, acaba por nos sair de forma natural porque nós somos seres humanos que temos muita coisa para trás e temos uma história escrita, os nossos pais e familiares passaram-nos valores que, por vezes, vêm também carregados de estereótipos e preconceitos mesmo, e às vezes por mais que nós estudemos na universidade que não deve ser assim, que temos de ter um comportamento diferente, ser imparciais as coisas continuam cá dentro.

Transcrição da entrevista a Doutora Daniela, Diretora da Associação Gerações

Pergunta: Vou começar por fazer uma pequena introdução, só para referir que esta entrevista está a ser realizada no âmbito do meu Mestrado como já sabe e o estudo baseia-se nas Instituições Particulares de Solidariedade Social e na forma como estas se comportam faça à inclusão social, ou seja, o objetivo é perceber se realmente as IPSS contribuem ou não para a inclusão da população sénior. De uma maneira geral podemos dizer que a inclusão social é um conjunto de ações que garante a participação igualitária de todos na sociedade, oferecer oportunidades iguais de acesso a bens e serviços a todos, independentemente da classe social, da condição física, da educação, do género, da etnia, da orientação sexual, entre outros.

Portanto, feita esta pequena introdução gostava agora de saber qual é a sua ideia ou o que é que entende por inclusão social?

Resposta: É assim na minha perspetiva a inclusão social tem que promover a participação ativa de todos. Neste caso, focando-nos na população sénior, a inclusão social tem que passar por uma promoção de práticas de envolvimento e participação ativa da população sénior nas atividades da sociedade, mas em atividades que efetivamente eles queiram participar. Eu penso que existe uma tradição ainda muito de serem os outros a definir o que são as atividades para a população sénior e temos que inverter essa tendência, têm de ser eles a decidir quais são as atividades que querem participar, em que se querem envolver. Na minha perspetiva a inclusão social passa por isso, passa por escutar a população sénior, ouvir as suas necessidades, os seus interesses, as suas motivações e incluí-los naquilo que verdadeiramente lhes diz respeito e que os motiva, promovendo essa participação ativa.

Pergunta: Que ações é que considera que podem ser sugeridas nesta instituição no sentido de tornar mais eficaz a inclusão social?

Resposta: Eu penso que uma das coisas que se torna urgente em termos da nossa sociedade e que beneficia também a população sénior tem muito a ver com as relações intergeracionais. Então eu acho que a nossa instituição em particular pela sua missão, pela sua visão e pelos valores que preconiza tem uma grande responsabilidade ao nível da promoção de propostas que promovam a intergeracionalidade, ou seja, que promovam a inclusão social através das relações intergeracionais, nomeadamente através de propostas e atividades, projetos e iniciativas entre os

seniores e a população mais jovem, nomeadamente as crianças também que frequentam a instituição. Essa poderá ser uma proposta. Outra proposta que eu acho que também poderíamos inovar tem a ver com projetos de intervenção comunitária, ou seja, eu penso que também se poderão pensar para futuro alguns projetos mesmo de intervenção na sociedade, de intervenção política, social e que possam ser os próprios seniores a desenvolver esses projetos, a incluírem-se nesses projetos. Estou a pensar por exemplo ao nível do Clube Sénior poderíamos fazer um levantamento de necessidades, de oportunidades e por exemplo podiam lançados dois ou três projetos e cada sénior, em função das suas motivações, incluir-se num desses projetos e terem também eles um papel mais ativo na sociedade. Ao nível das propostas para os seniores eu acho que nós já temos um leque muito alargado, e todos os anos nós atualizamos as nossas propostas mediante o próprio questionário de satisfação de necessidades que fazemos com a população sénior. Eu acho que a inovação passaria mesmo pela criação de projetos de intervenção comunitária envolvendo a população sénior e passaria pelo maior enriquecimento das relações intergeracionais.

Pergunta: Sabendo que esta instituição tem diversas atividades uma vez que engloba também a parte da infância, eu gostaria de saber quais é que são as atividades destinados aos seniores?

Resposta: É assim, só para enquadrar: o projeto do Clube Sénior fui eu a responsável pela criação desse projeto e quando o criei e quando sugeri à direção a criação do projeto do Clube Sénior foi numa perspetiva de dar resposta a uma população que nomeadamente se reformou muito cedo, que ainda está muito ativa, muito capaz e que a sociedade não tinha uma resposta para esta população porque os centros de dia, os lares de idosos não se adequavam às necessidades desta população, que apesar de já se encontrar num perfil de população sénior ainda é uma população jovem, totalmente autónoma, totalmente independente, com uma grande capacidade ainda de aprendizagem e de renovação de vida social. Então a ideia foi sempre e o meu objetivo foi sempre que o Clube Sénior oferecesse atividades adequadas a esta faixa etária e a este grupo populacional. Assim, todos os anos, em conjunto com a doutora Cristiana, a nossa Assistente Social, fazemos uma análise em conjuntos de o que é que já temos e o que é que poderemos vir a ter para responder melhor às necessidades dos seniores. Assim sendo, o leque de atividades que nós temos neste momento é muito alargado, nós temos atividades ao nível do bem-estar físico em que eles se podem inscrever em atividades como dança, como ioga, como

ginástica, pilates, têm também as sessões de fisioterapia, ou seja, são propostas e atividades para a promoção do bem-estar físico que depois obviamente se relaciona com o bem-estar emocional. Depois temos atividades relacionadas com as questões das novas tecnologias, desde a informática aos telemóveis, smartphones, também a questão da fotografia que é uma atividade que não existiu sempre e que nós incluímos porque houve interesse da parte dos seniores, ou seja, temos essa área mais ligada às tecnologias. E depois temos outro conjunto de atividades: temos o inglês, temos os bordados, temos também sessões e dinâmicas de grupo baseadas em técnicas de coaching, temos um leque muito alargado de atividades que vamos todos os anos ajustando mediante os interesses, as necessidades e também adequadas à nossa capacidade de resposta para esta população. E depois temos também os passeios e as visitas e atividades culturais, que são atividades que de facto este grupo populacional gosta bastante e que tem, na minha opinião, uma vantagem que é: tanto se podem inscrever os utentes do Clube Sénior como pessoas que não frequentam diariamente o Clube Sénior, e isso é interessante porque é aquela ideia de eu frequento e posso trazer o meu marido nestes passeios e podemos ir juntos enquanto casal e essa relação também é importante, a questão também de eu venho e para trazer uma amiga e isto é muito importante para eles e eu acho que essa atividade também é muito interessante. Depois vamos fazendo parcerias com a biblioteca, com a Fundação Cupertino Miranda, com outros organismos da cidade, até já fizemos com a Universidade do Minho em março costumamos ir à semana do cérebro, por exemplo, na escola de Medicina, na escola de Ciências de Saúde e vamos fazendo estas parcerias para ir respondendo às necessidades efetivas que eles vão demonstrando.

Pergunta: Então considera que essas atividades são promotoras realmente da inclusão social?

Resposta: Sim, porque sempre houve uma grande preocupação cá na instituição para que estas atividades fossem, de facto, ao encontro das necessidades e das motivações dos seniores. Isto é, nós sempre nos preocupamos muito em responder às reais necessidades dos nossos utentes e como há essa preocupação constante e todos os anos nós fazemos novamente auscultação dos interesses, das necessidades, até da satisfação deles face às atividades que temos, eu penso que há uma efetiva inclusão social. Eu penso que essa inclusão também está reconhecida até pelos nossos parceiros, por exemplo, nós temos situações já aconteceu de, nomeadamente ao nível da saúde, termos médicos que reencaminham para cá alguns utentes acreditando que o nosso projeto favorece de facto essa inclusão e a grande vantagem quando há

essa inclusão efetiva é, de facto, a melhoria das condições de vida das pessoas, o seu bem estar emocional, o bem-estar físico e eu acho que isso tem acontecido. E tanto tem acontecido que lá está, que quem vai trabalhando em parceria connosco ou quem vai conhecendo o nosso projeto depois até acontecem estas situações. Já aconteceu também, por exemplo, de um psiquiatra fazer encaminhamento para cá de alguns seniores porque acreditam que cá eles ficam incluídos e têm uma participação mais ativa e isso vai favorecer o seu bem-estar emocional e psíquico, ou seja, eu acredito que sim porque também há esse feedback dos seniores que de facto dizem que se sentem mais úteis, que sentem melhor, que se sentem mais felizes e eu acho que além dos indicadores que nós vamos tendo internamente, nós vamos percebendo isso também por essas respostas dos parceiros e por essas respostas de feedback dos próprios utentes.

Pergunta: A instituição aplica alguma restrição a seniores que apresentem dificuldades físicas e/ou psicológicas?

Resposta: Não, nós não temos restrições definidas. Nós vamos avaliando todos os pedidos que que nos chegam, e vamos procurando dar resposta. Por exemplo, nós temos inclusive a frequentar as nossas propostas alguns seniores que têm já Alzheimer diagnosticado. E nós enquadrámos e incluímos e fazemos a nossa proposta de inclusão dessa pessoa. O que acontece é que nós temos que adequar as nossas propostas e isso é que se chama inclusão, que é não fazer igual para todos, ou seja, de acordo com o perfil de cada utente nós adequamos a nossa oferta e a nossa resposta.

Pergunta: Na sua opinião onde é que se encontram as principais resistências no sentido de se conseguir uma efetiva inclusão social, não só ao nível da instituição, mas a nível geral na nossa sociedade?

Resposta: Se calhar eu vou começar pelo geral, eu penso que a nossa sociedade está demasiado formatada para respostas padronizadas, ou seja, todos a fazer igual e mais do mesmo. E enquanto nós não percebermos que as respostas sociais, os serviços que existem à comunidade, não podem ser tão tipificados, têm que ser mais personalizados. E eu acho que este é o grave problema da nossa sociedade, até porque a própria segurança social que tutela a este tipo de serviços, tem uma checklist de serviços padronizados e às vezes é muito difícil oferecermos algo

que seja diferente, que não seja, desculpe-me a expressão, chapa 5 do que está definido nos manuais da segurança social, porque depois a legislação não está tanto de encontro ao que é diferente mas vai mais de encontro ao que é padronizado. Eu acho que, de facto, um dos principais problemas da nossa sociedade para promover a inclusão é que respostas iguais para todos não têm em conta a individualidade do ser humano, logo não promovem uma verdadeira inclusão e eu acho que essa é a grande questão. É claro que depois poderemos falar na questão dos financiamentos, na questão dos apoios, efetivamente deveriam haver mais apoios para estas áreas sociais, deveria apostar-se mais na formação e qualificação dos profissionais que trabalham nestas áreas, nomeadamente no que diz respeito não tanto à nossa instituição mas, por exemplo, ao funcionamento dos lares e das residências que muitas vezes os técnicos não têm o perfil adequado para trabalhar com a diversidade, principalmente ao nível das doenças do foro mental e das demências que existem atualmente. Pronto, eu acho que seria importante investir-se também na capacitação dos recursos humanos, até nomeadamente na criação de grupos de debate, de partilha de boas práticas. Acho que a nossa sociedade precisa muito disso, precisa muito de promover um pensamento crítico, reflexivo que não estamos muito habituados a ter, e pronto isto assim pensado de uma forma mais global. Pensando na nossa instituição, eu acredito que nós já fazemos um bom trabalho. Sinceramente neste momento, este ano e principalmente nos últimos 2 anos, eu acho que houve um grande alargamento nas nossas respostas, nas propostas que temos para a população sénior e eu acho que neste momento talvez o que fizesse falta no nosso Clube Sénior fosse alguma melhoria em termos das Infraestruturas, talvez precisemos e precisamos, efetivamente, de apostar um pouco na melhoria das infraestruturas. Claro que temos algumas limitações porque estas instalações não são nossas e são umas instalações adaptadas, não são uma construção de raiz. Eu penso que temos de apostar um pouco na melhoria da infraestrutura, mas eu penso que o grande salto que o nosso Clube Sénior poderá dar é o desenvolvimento de projetos comunitários em que se reconheça o valor que o sénior ainda tem, e tem no contributo para a sociedade. E eu penso que é aí que podemos ainda dar um salto significativo na promoção dessa inclusão social, nomeadamente no reconhecimento do valor que a população sénior tem para contribuir para a sociedade.

Transcrição da entrevista a Doutor Mário Martins, Presidente da Associação

Gerações

Pergunta: Eu vou começar por fazer só uma pequena introdução, como o Dr. Mário já sabe esta entrevista está a ser realizada no âmbito do meu Mestrado e o meu estudo baseia-se nas IPSS e na forma como elas se comportam face à inclusão social, sendo o objetivo perceber se realmente estas instituições contribuem ou não para a inclusão da população sénior. De uma forma geral, e isto é uma definição básica retirada da internet, podemos dizer que a inclusão social é um conjunto de ações que garante a participação igualitária de todos na sociedade. Ou seja, é oferecer oportunidades iguais de acesso a bens e serviços a todos, independentemente da classe social, da condição física, da educação, da raça, entre outros aspetos. E, portanto, feita esta pequena introdução, eu gostaria de começar por perguntar exatamente qual é a sua visão, o que é que entende por inclusão social? Porque eu acredito que também cada um de nós acaba por ter uma definição diferente.

Resposta: É assim, primeiro nós vivemos na Europa, somos membros da União Europeia e pertencemos ao núcleo mais restrito dos países da União Europeia, que tem uma moeda única que, como nós sabemos, é o euro. Hoje debate-se muito se a Europa que temos é uma Europa de inclusão social. Eu, pessoalmente, penso que ainda está longe de o ser na sua verdadeira dimensão. Ao fim e ao cabo, e é uma definição muito pessoal, a inclusão social é a possibilidade que se dá às pessoas do ponto de vista material, do ponto de vista institucional, de poderem realizar os sonhos que qualquer pessoa tem. Eu não me posso sentir incluído socialmente se não conseguir satisfazer as minhas necessidades de natureza mais material e também as minhas necessidades de natureza mais espiritual, quando falo em espiritual falo no sentido cultural. E, portanto, para mim a inclusão social é a possibilidade que se dá às pessoas de poderem escolher um caminho, desde que esse caminho, obviamente, respeite as leis e, para sermos um bocado redundantes, respeite também os costumes. Claro que eu penso que está arredada por completo da inclusão social as vias que alguns escolhem de uma forma que não é condizente com o sentido mais puro da expressão. Mas ao fim e ao cabo, incluir socialmente é basicamente isto, é eu ter a oportunidade, de uma forma que a sociedade considera justa e positiva, de poder dar curso aos meus sonhos, aos meus anseios, ao meu projeto de vida, às minhas necessidades físicas e às minhas necessidades culturais.

Pergunta: Que tipo de ações é que considera que podem ser sugeridas nesta instituição no sentido de tornar mais eficaz a inclusão social?

Resposta: Isso também é uma questão muito complexa. Bem, você como sabe, a Associação Gerações e falando especificamente no centro comunitário, e mais especificamente ainda, no Clube Sênior, portanto direcionado para a área que está a estudar, nós em teoria somos uns praticantes da inclusão social. Nós não temos a veleidade de querer chegar a toda a gente, até porque depois aparecem aqui as barreiras: barreiras físicas ao nível das instalações, barreiras institucionais ao nível da segurança social e do ministério do trabalho e da solidariedade social e também barreiras de outro tipo, que têm a ver diretamente com as pessoas. Nós temos um número de vagas pré-definido pelas entidades da tutela, neste caso a segurança social e o ministério do trabalho e da solidariedade social, temos as instalações que temos e depois prestamos um serviço que não é integralmente gratuito. É um serviço que se presta às pessoas, têm custos simbólicos como sabe, mas de qualquer maneira não deixa de ser um custo. O que eu penso também é que a sociedade e os governos deveriam gerar todas as condições necessárias para que todo e qualquer idoso da nossa sociedade pudesse ter acesso, por diferentes vias, não quer dizer que o modelo da Gerações seja um modelo perfeito, mas há a necessidade e é cada vez mais sentida devido à cada vez maior longevidade das pessoas. Hoje as pessoas felizmente vivem muitos anos, e felizmente vivem muitos anos ainda com muita qualidade de vida, o que não acontecia aqui há anos atrás e portanto, e voltando à inclusão social, essas pessoas precisam de respostas personalizadas que as integrem na vida comunitária, que sejam uma alavanca contra o isolamento pessoal e familiar, que não se sintam sós no mundo em que vivem, que não se sintam sós muitas vezes na sua própria rua e na sua própria casa. E portanto esta abertura que a Associação Gerações tem com as limitações que anteriormente referi, parece-me ser importante a este nível proporcionando em número limitado a todas aquelas pessoas que querem e que se envolvem, a frequência de um conjunto de atividades, iniciativas, projetos que são importantes em determinados momentos para a sua vida. Portanto a esse nível eu penso que a Associação Gerações, não sendo um modelo, de qualquer maneira deu um passo que eu considero importante em termos da integração social de um grupo alargado de idosos que frequenta o seu centro comunitário e, concretamente, a valência do Clube Sênior em termos de realização pessoal. Nós muitas vezes pensamos que o objetivo da realização pessoal é apenas uma coisa que acontece quando nós somos jovens ou estamos na meia idade, mas a ideia da realização pessoal vai-se modificando ao longo da vida e os seniores têm determinadas ambições em termos de realização

pessoal que não são necessariamente coincidentes com as suas ambições quando eram jovens ou quando eram pessoas absolutamente ativas.

Pergunta: Sabendo que a instituição tem diversas atividades, uma vez que atua também no âmbito da infância, eu gostaria de saber quais é que são as atividades desenvolvidas que são destinadas aos seniores?

Resposta: Eu penso que tem que haver liberdade de escolha neste sentido, a liberdade para nós podermos, junto de uma instituição, fazer aquilo que gostamos de fazer. Portanto este processo democrático de seleção das atividades da instituição é feito anualmente em ligação estreita com os próprios seniores que frequentam a Associação Gerações. As coisas não aparecem por acaso e não são de imposição hierárquica, digamos assim. Há sugestões que são dadas e depois esse leque de sugestões pode ou pode não ser do interesse, do agrado dos seniores que frequentam a instituição. É por isso que anualmente, como dizia anteriormente, é posto à consideração dos seniores que se inscrevem um leque de oportunidades, um leque de ações, um leque de iniciativas onde eles possam sentir-se, por vontade própria, integrados. E é neste contexto que, como sabe, nós temos a funcionar o ioga, o pilates, as aulas de pintura, o inglês, a informática, a dança, enfim toda uma grande diversidade de situações no campo das artes, naquilo que podemos incluir na definição de atividades direcionadas para as competências artísticas dos nossos seniores, como atividades de lazer que nos parecem também extremamente importantes. Não são atividades selecionadas ao acaso, mas são atividades que têm o envolvimento prévio dos próprios seniores. Refiro-me, concretamente, aos passeios e às visitas de estudo que são atividades em que os seniores se envolvem com muita regularidade, sempre com a ânsia de conhecerem outros espaços, conhecerem outros costumes, conhecerem outras formas de estar na vida, conhecerem a própria história. Isto passando também por um projeto contínuo que eu considero extremamente importante, que são os projetos ligados à intergeracionalidade. O mundo é igual para todos, é igual para as crianças e é igual, neste caso, para os seniores. Os seniores podem aprender muito e podem adquirir outra visão do mundo através das crianças, mas as crianças também necessitam que os seniores lhes transmitam a sua visão do mundo. E através de uma história, de um jogo, de uma brincadeira, de um brinquedo tradicional, as crianças apreendem aquilo que foi a realidade da vida de pessoas que são mais idosas. Por outro lado, esta comunicabilidade seniores/crianças também dá aos seniores a possibilidade de estarem

mais ligados àquilo que é o percurso das crianças da atualidade e que nada teve diretamente relacionado com aquilo que eles viveram também no seu tempo de crianças. Daí nós procurarmos em cada dia que passa que esta ligação muito estreita entre as crianças e os seniores, não passe apenas de um slogan, de alguma coisa que se diz, mas avançamos como este tipo de relacionamento porque achamos que ele é importante, quer no enriquecimento cívico, social, cultural das crianças, quer relativamente também ao enriquecimento cívico, cultural que provoca naqueles que são mais velhos. E, portanto, é um lema da casa não vivermos em mundos estanques, mas sabermos que cada um dos mundos tem muito a dar ao mundo paralelo, onde todos estamos integrados e onde todos vivemos.

Pergunta: Considera que as atividades para os seniores, essas atividades sobre as quais acabamos de falar, são promotoras da inclusão social?

Resposta: Sem dúvida que sim. Eu como disse anteriormente, os seniores participam financeiramente, embora de forma modesta e da forma mais modesta que Associação consegue, num conjunto de atividades. E eu dou o exemplo concreto da informática que, como Eduarda sabe, é uma área muito apetecida pelos seniores que frequentam a Associação Gerações. A informática personifica, no caso concreto dos seniores que frequentam a instituição, um passo em frente na inclusão social dessas pessoas. Eu não vou debitar aqui sobre a importância e o papel que têm na nossa vida as novas tecnologias, mas há efetivamente muito seniores que nunca estiverem com um computador à frente, e consideravam-no um bicho estranho, alguma coisa que não entrava na sua vida quotidiana. O facto de a Associação Gerações dar a essas pessoas a possibilidade de saberem que podem contactar com outra pessoa em qualquer canto do mundo, que podem pela via das redes sociais ter uma cadeia de amigos com quem se identificam nalgumas características, nalgumas tendências, nalgumas formas de vida, aprenderem a escrever um texto e mandá-lo para uma amiga. Portanto isto sendo também inclusão tecnológica digamos assim, inclusão digital, não deixa de representar um passo em frente naquilo que nós consideramos a inclusão na sua globalidade. Quantas pessoas aqui na casa é que ao longo da sua vida tiveram acesso, por exemplo, a uma sessão de ioga? Quantas pessoas é que se integraram em grupos de no campo artístico aprendem várias modalidades de dança? Quantas pessoas é que tiveram oportunidade de ir conhecer diretamente museus, casas da cultura, aldeias típicas espalhadas por este Portugal fora? Isto é, efetivamente, um passo seguro na inclusão

dessas pessoas. Quando me dão alguma coisa de novo e eu gosto da coisa nova que me dão, eu estou em certa medida a ser incluído ou mais incluído socialmente. Com as atividades que são desenvolvidas na Associação Gerações, nós procuramos dar este sinal mais à inclusão de todos nas mais variadas vertentes: artísticas, culturais, científicas, técnicas, de recreio, de lazer, enfim cobrindo, na medida do possível, todas as áreas que são importantes para o ser humano.

Pergunta: Considera que instituição aplica algum tipo de restrição a seniores que apresentem dificuldades físicas e/ou psicológicas?

Resposta: Fazemos questão de que isso não aconteça, para nós um princípio a igualdade de tratamento para todos os cidadãos: deficientes físicos, (deficientes com carinho), deficientes intelectuais, pessoas que têm uma ou outra maleita. Nós o que procuramos é que as pessoas, através da ação da Gerações, possam atenuar um ou outro sentimento de inferioridade que sempre acontece nestas situações e que nós procuramos combater. Nós ficamos imensamente satisfeitos quando um ou outro sénior nos diz: “olhe eu até vim procurar a Gerações a conselho médico porque me disseram que vocês aqui desenvolvem um conjunto de atividades que não sendo terapias, funcionam efetivamente como terapias adequadas ao meu tipo de problemas”. Isto é imensamente importante para nós sentirmos que estamos a fazer um bom trabalho. Um trabalho que tem limitações. Nunca podemos pensar, eu pelo menos nunca penso, que aquilo que fazemos é perfeito, é a perfeição. Não, está longe de o ser, cada dia deve ser uma batalha, um combate para no dia seguinte fazer melhor. Mas também acho que a satisfação que sentimos por concretizar um projeto que, no nosso entendimento, diz alguma coisa à sociedade Famalicense também é extremamente gratificante, sempre com a vontade de fazermos em cada dia melhor do que fizemos no dia anterior. E isto é sempre um processo inacabado, nunca se chega, nas áreas em que nós trabalhamos quer com as crianças quer com os idosos, nunca se chega ao fim da linha. O fim da linha não existe quando se é criança e não existe quando se é já mais idoso. É um processo contínuo de alterações continuadas da vida das pessoas, tentando que a vida de todos seja, efetivamente, uma vida melhor.

Pergunta: Na sua opinião onde é que se encontram as principais resistências no sentido de se conseguir uma efetiva inclusão social? Não só ao nível desta instituição, mas também ao nível da sociedade em geral.

Resposta: Voltamos à questão da Europa. Eu penso que o modelo Europeu onde nós estamos, felizmente, integrados é, acima de tudo, um modelo social e todos nós temos que lutar pela manutenção e pelo alargamento daquilo a que se chama o modelo Social Europeu. Nós vivemos na Europa em democracias. Como dizia o Churchill: a democracia tem muitos defeitos e tem muitos problemas, mas nunca ninguém conseguiu encontrar nenhum regime que fosse melhor do que do que uma democracia. Agora, a democracia tem os seus inimigos. O Karl Popper escreveu um livro muito famoso chamado “A sociedade aberta e os seus inimigos” e nós podemos não só teorizar um pouco em torno desta questão das liberdades individuais sujeitas à liberdade coletiva, que são coisas de que com muita frequência as pessoas se esquecem, nomeadamente a ideia de que a minha liberdade acaba onde começa a liberdade dos outros. Mas naturalmente que o ser humano é um ser muito complexo e é difícil muitas vezes entender determinado tipo de posições. Nós elegemos governos, direta ou indiretamente elegemos governos. E elegemos governos que têm compromissos sociais, sendo o principal compromisso de qualquer governo sempre o compromisso social. Em que é que consiste genericamente este compromisso social e vindo aqui para Famalicão e para o nosso país? O compromisso social de qualquer governo tem a ver com o combate que se faz ou não se faz às desigualdades sociais. Numa sociedade democrática, embora as democracias premeiem e no meu entender, justamente, o mérito, não podem premiar em excesso o mérito, o mérito do intelectual, do empresário que arrisca, do empreendedor que tem uma nova grande ideia. Esse prémio ao rico, genericamente, não pode ter a mesma graduação que o prémio que é atribuído à grande massa dos trabalhadores. E o maior problema da inclusão social ao nível dos países é exatamente este, é nós preocuparmo-nos em excesso com algumas classes esquecendo objetivamente as outras classes de poder reivindicativo mais reduzido ou até que não têm poder reivindicativo. Há aí uma teórica do modelo Social Europeu, concretamente em relação ao Macron que diz isto: “o Macron foi eleito contra a esquerda e contra a direita, ou seja, o Macron não é de direita nem é de esquerda, apareceu como um movimento quase a partir do nada com ideias próprias que expôs à sociedade francesa”. Agora, segundo ela, o Macron está a governar para os ricos da direita e para os ricos de esquerda, ou seja, está a governar para aqueles que já estão bem na vida quer sejam de direita, quer sejam de esquerda. Ou seja, acabou com a esquerda e acabou com a direita mas, ao fim e ao cabo, a sua

prática política, segundo a teoria desta pessoa, deixou de atender pouco às reivindicações da chamada classe média do proletariado, das pessoas que vivem no mundo rural, das pessoas que têm alguma dificuldade na vida, abrindo depois o caminho aos extremismos populistas que prometem o céu e a terra às pessoas, mas é um discurso que as pessoas gostam de ouvir. Se eu digo uma pessoa que tem dificuldades: “olha, se eu for governo, tu não vais ganhar 1000€ mas vais passar a ganhar 3000€” isto é uma miragem, mas é sedutor, eu vou com os privilégios e todas as pessoas serão iguais no meu país. Isto é uma utopia, mas há efetivamente muitas pessoas e nós vemos o que tem acontecido com os populismos na Europa que conseguem vender com muita facilidade este tipo de ideias que não passam de demagogia e de sonhos que nunca se irão concretizar. Para concluir, nas Nações, nos países, a inclusão social existe ou não existe de acordo com as políticas que os governos podem ou não podem implementar. Eu continuo a considerar chocante que o salário mínimo nacional seja agora, a partir de janeiro, de 600€. Efetivamente a inclusão social e há milhares de trabalhadores que estão incluídos no leque daquelas pessoas que ganham 600, 700, que sejam 800€, este tipo de recompensa pelo trabalho que se desenvolve é, por si só, um fator que não favorece a inclusão social. E, portanto, enquanto as pessoas não tiverem um salário digno que permita ter uma casa com relativo conforto, que permita ter uma alimentação como nós dizemos hoje saudável, que impeça que os filhos frequentem a escola e a universidade, que não permita que as pessoas tenham acesso a bens culturais, bens desportivos e bens intelectuais, obviamente que ainda estaremos imensamente longe daquilo que entendemos por inclusão social. No caso concreto das IPSS: as IPSS que não abrangem apenas o trabalho com crianças e com idosos, mas têm de facto um leque de atividades que visa exatamente atenuar as diferenças que a própria sociedade cria através dos seus governos. As IPSS e no caso concreto a Associação Gerações como vimos anteriormente desenvolvem um trabalho que eu considero importante, fundamental em termos de garantir ao menos às pessoas aquilo que é mais essencial para a sua vida, isto tendo em atenção os bens materiais, os bens culturais, os bens educativos e por aí fora. Portanto ao nível da inclusão social, eu costumo dizer que IPSS são sempre a última barreira que se interpõe entre quem é excluído socialmente e a possibilidade de incluir essa pessoa, de incluir essa família socialmente também. Daí que desempenhem um papel crucial com todos os desvios que a gente conhece e que vão sendo noticiados, agora não podemos confundir aqui a árvore e a floresta e pensar que, por haver algum dirigente que, em determinado momento teve um desvario impróprio e se apoderou daquilo de que nunca poderia apoderar-se, não podemos concluir a partir de dados muito raros e muito dispersos de que efetivamente o papel das IPSS é um papel secundário. Nunca se podem apontar

estes vícios, estes erros como sendo de cobertura universal, digamos assim. Agora isto resulta de parcerias que se vão estabelecendo, as IPSS obviamente que não poderiam exercer o seu trabalho sem o apoio do Estado. Mas, por outro lado, o Estado, que tem que ser o maior fator de inclusão, delega nas IPSS uma parte desta responsabilidade pela inclusão social. E os Estados, os governos fazem sempre cálculos e sabem perfeitamente que as comparticipações que transfere para as instituições de solidariedade social representam, em termos qualitativos e quantitativos, muito menos do que aquilo que o Estado gastaria para atingir os mesmos resultados. Portanto, é desta mistura de comparticipações familiares, de comparticipações do Estado, de comparticipações do governo que as instituições de solidariedade social vivem, dando uma contribuição decisiva a partir dos 3 meses de idade até aos 80, 90 anos para aquilo, e foi aqui que começamos, que é o grande objetivo de qualquer sociedade que é a inclusão Social de todos os seus membros.

Apêndice 4 – Gráficos de análise dos questionários

Dados Pessoais

Gráfico 16 – Habilitações literárias dos inquiridos

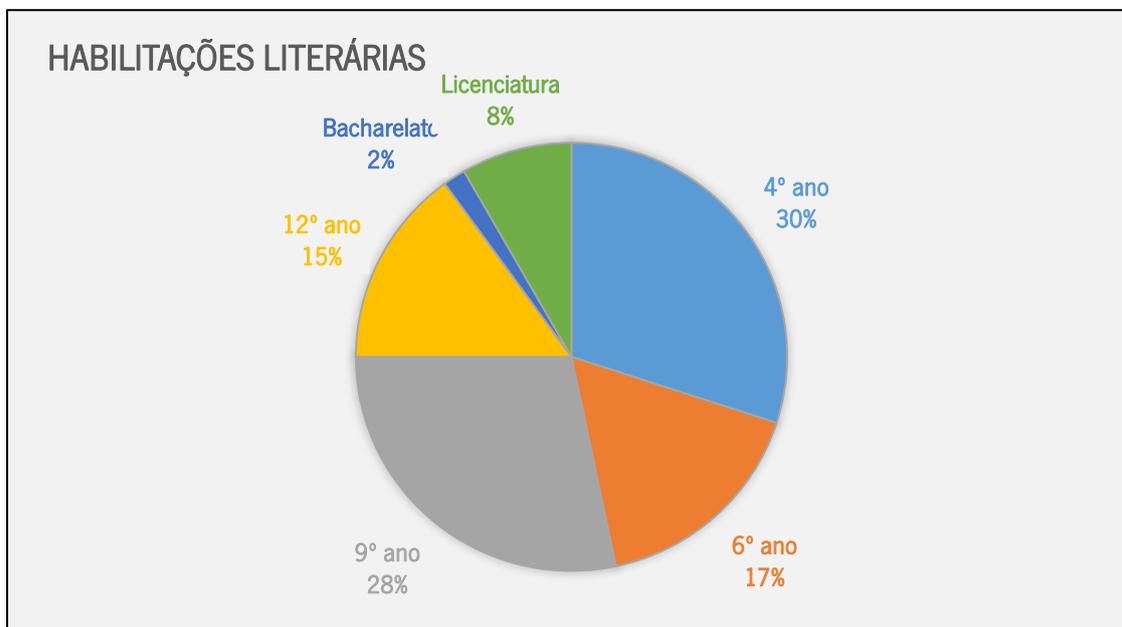
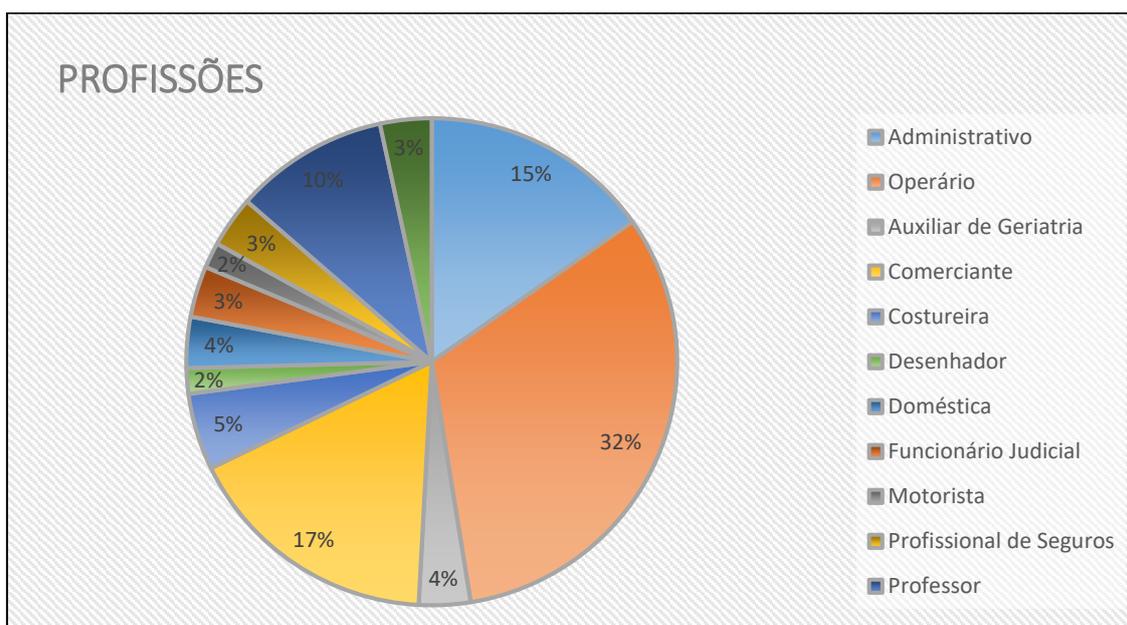


Gráfico 17 – Profissões que inquiridos exerciam em idade ativa



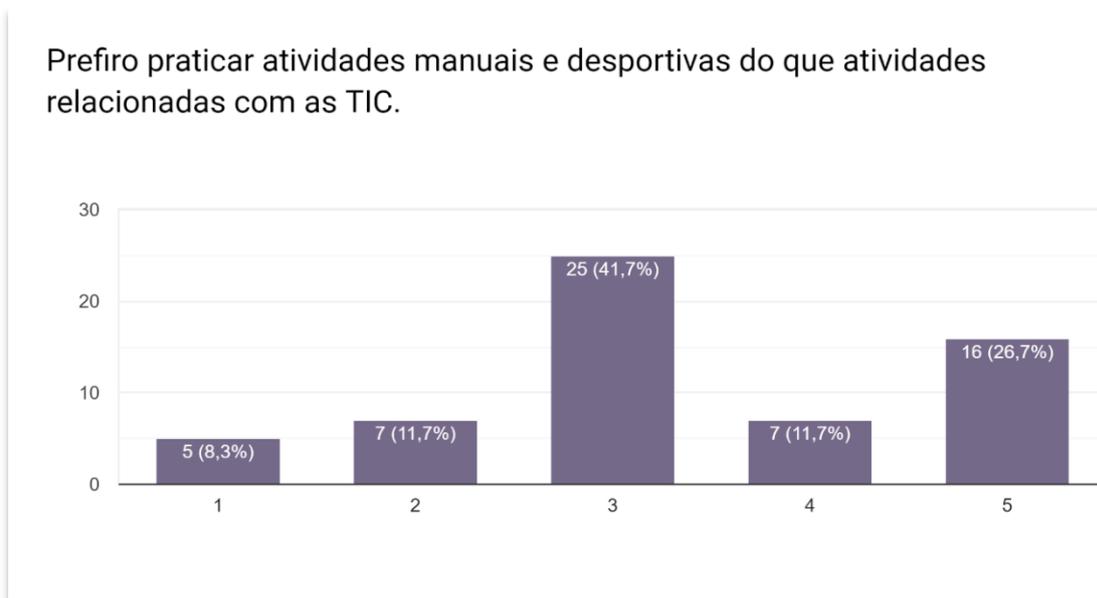
Questões Específicas

Gráfico 18 – Satisfação em relação às atividades da instituição



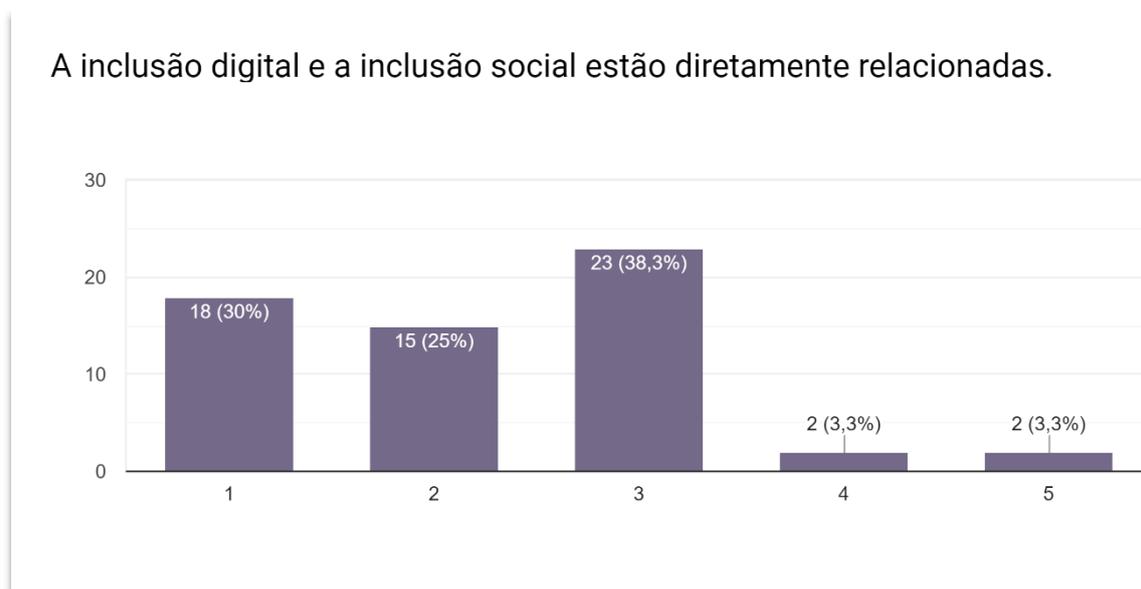
Com este gráfico percebemos que cerca de 90% das pessoas que responderam ao questionário se sentem satisfeitos com as atividades da instituição, sendo que 8,3% não revelou opinião acerca do assunto e apenas 1,7% não estão satisfeitos com as atividades.

Gráfico 19 – Preferência de umas atividades face a outras



Este gráfico demonstra que a maioria dos seniores inquiridos (41,7%), não têm preferência de uma atividade em detrimento de outro, isto é, não existe preferência sobre as atividades manuais e desportivas face às atividades relacionadas com as TIC. Cerca de 38,4% dos inquiridos discordam a afirmação, o que acaba por, mais uma vez, demonstrar que, na maioria dos casos, não há qualquer tipo favoritismo em relação às atividades. Deste modo, apenas 20% dos questionados tem efetivamente preferência por atividades manuais e desportivas.

Gráfico 20 – Inclusão digital e inclusão social estão diretamente relacionadas

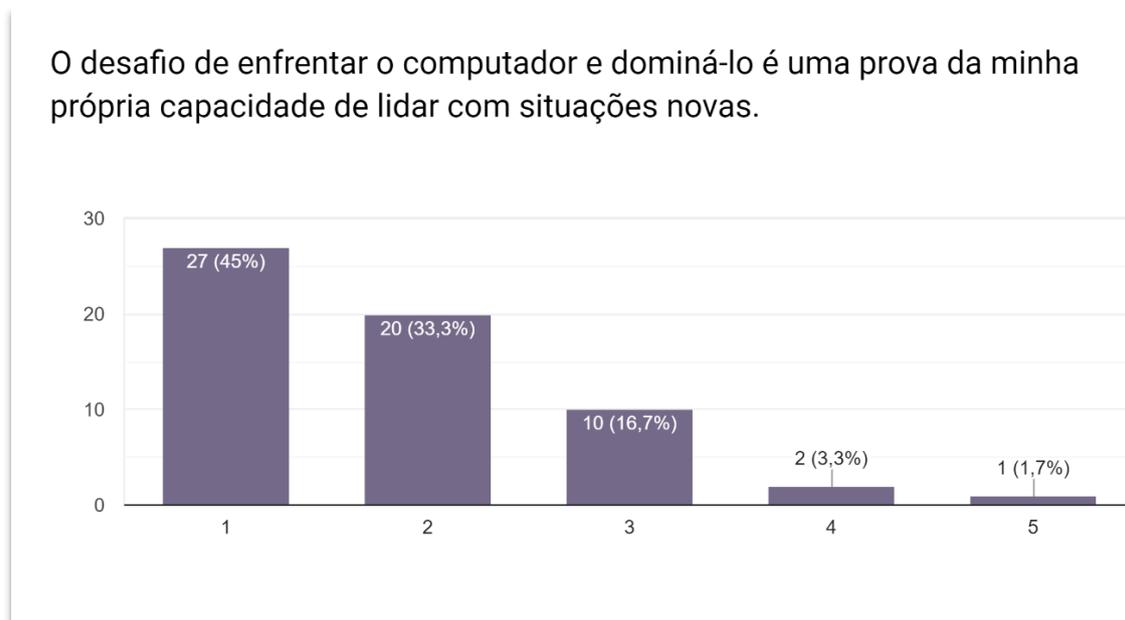


A inclusão digital revela-se cada vez mais importante no processo de inclusão social, uma vez que atualmente as novas tecnologias são parte integrante e fundamental do dia a dia de todos os cidadãos e estão em todos os lugares.

De acordo com Ferreira (2004), o conceito de inclusão digital está intimamente ligado ao de inclusão social: nos dias atuais, o computador é uma ferramenta de construção e do aprimoramento de conhecimento, permitindo o acesso à educação, ao trabalho, ao desenvolvimento pessoal e à melhor qualidade de vida.

Percebemos que cerca de 55% dos inquiridos concorda com a afirmação, apesar de cerca de 38% não ter uma opinião esclarecida acerca do tema.

Gráfico 21 – Dominar o computador permite aos seniores sentirem-se capazes de lidar com situações novas

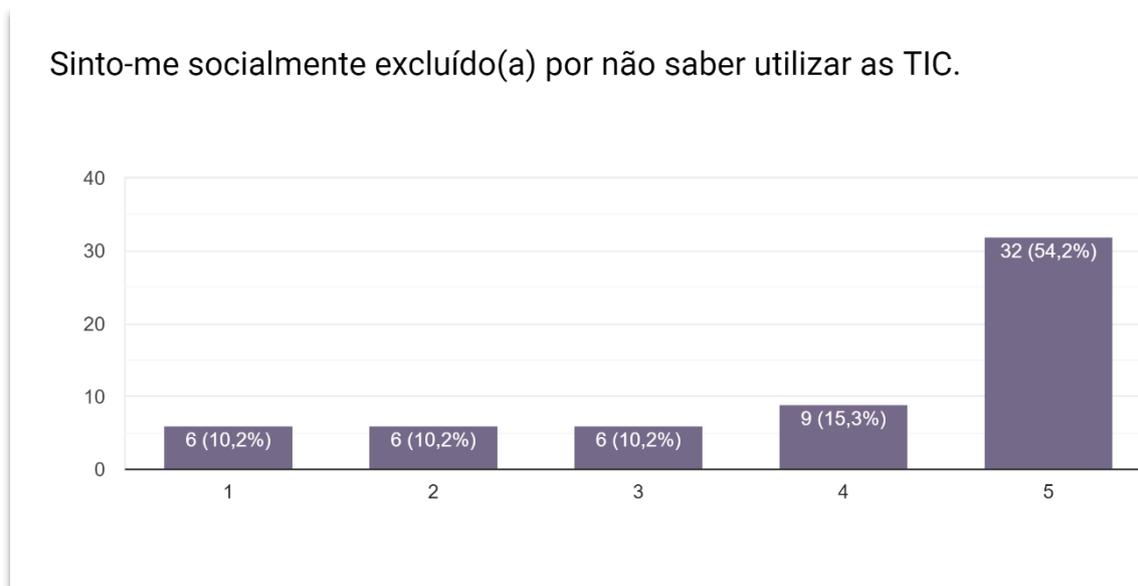


Esta questão vai de encontro à anterior e à ideia de que a inclusão digital é uma realidade cada vez maior, tanto para jovens como para seniores.

Efetivamente, vivemos na era digital, isso é um facto e é cada vez mais expressivo o número de seniores que aderem às novas tecnologias, sendo que isso se revela positivo para a sua saúde e bem-estar.

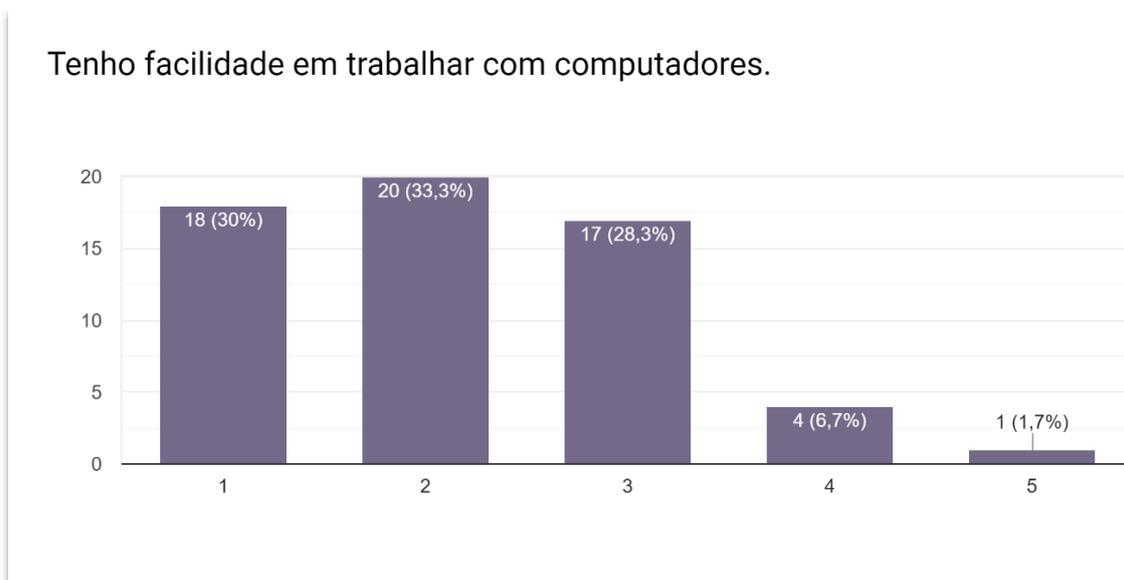
Percebemos que a maioria dos inquiridos (78,3%) se sente realizado por saber trabalhar com o computador, pois isso faz com que sintam integrados no meio em que todos estão.

Gráfico 22 – Seniores que não sabem utilizar as TIC sentem-se excluídos socialmente?



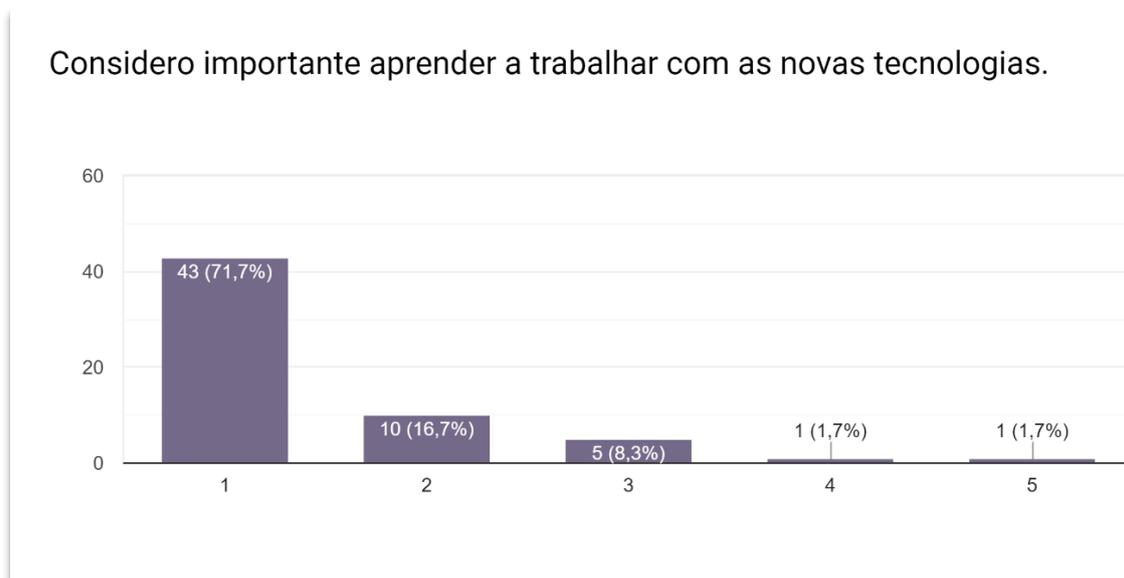
Esta questão apresenta conclusões um pouco contraditórias, uma vez que as anteriores refletem a ideia de que os seniores se sentem incluídos por saberem lidar com as novas tecnologias, mas esta demonstra que, apesar disso, eles (cerca de 70%) não se sentem excluídos por não saberem utilizar as TIC. Isto pode ser explicado pelo facto de que a maior parte dos seniores que frequentam a Associação Gerações terem aulas de informática, e portanto sabem trabalhar com computadores.

Gráfico 23 – Seniores sabem trabalhar com computadores?



Tal como referido na questão anterior, aqui verifica-se que cerca de 66% dos inquiridos tem facilidade em trabalhar com computadores, sendo que nem chega a 10% o número de seniores que não se sente à vontade no domínio do computador, não significando isso que não saibam efetivamente utilizar um.

Gráfico 24 – Seniores relevam importância de trabalhar com as TIC



Esta questão demonstra quase uma unanimidade de opinião em relação ao facto de ser realmente importante saber trabalhar com as novas tecnologias, uma vez que mais de 88% das opiniões confirmam isso.

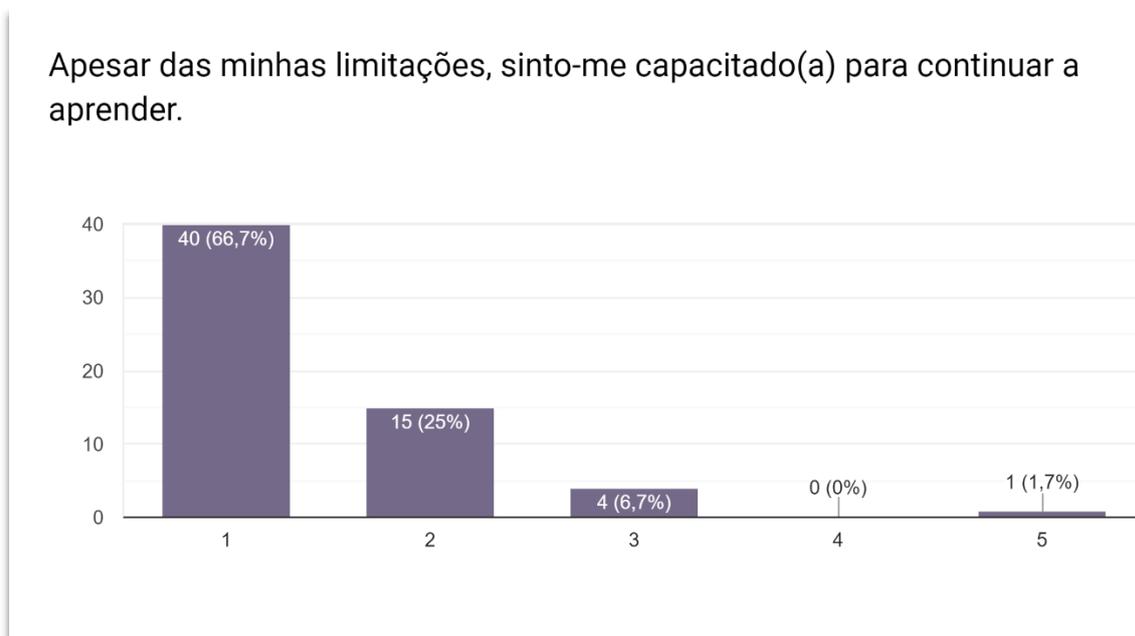
As TIC, ao contrário do que se possa comumente pensar, não funcionam apenas como fator integrativo, mas sim como fator promotor de saúde. Isto é, o que os mais jovens podem considerar simples, como os jogos online ou pesquisas no motor de busca, acaba por se revelar algo muito importante para os seniores, uma vez que os ajuda a exercitar a escrita e a leitura e também a memória, que são capacidades que acabam por ir diminuindo com o aumento da idade.

Gráfico 25 – Apesar da idade seniores ainda se sentem motivados para aprender?



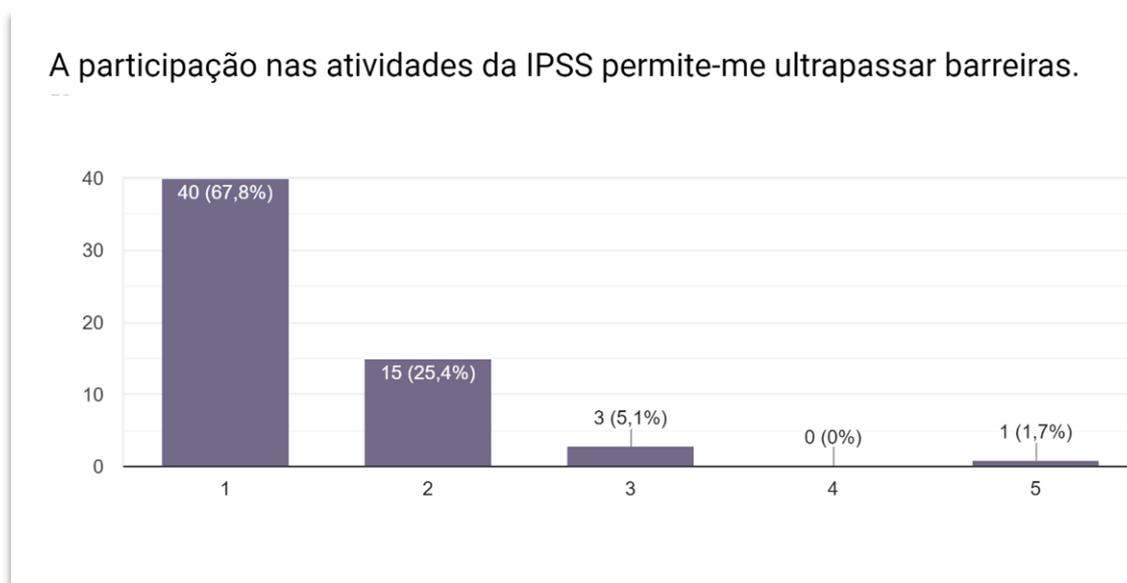
Com esta questão procurou perceber-se se os seniores se sentem motivados para aprender, apesar da idade (muitas vezes) avançada. É importante referir que, neste caso específico, a Associação Gerações, e principalmente o Clube Sénior, apenas trabalha com seniores ainda ativos, sendo a maior parte deles completamente independentes. Deste modo, percebe-se que quase 80% responde afirmativamente face à questão.

Gráfico 26 – Apesar da idade, seniores ainda se sentem capacitados para aprender



Esta questão vem comprovar que efetivamente a Associação Gerações apenas trabalha com pessoas autónomas e independentes, uma vez que aproximadamente 92% dos inquiridos considera que a idade não os faz serem menos capazes e continuam a ter vontade de aprender.

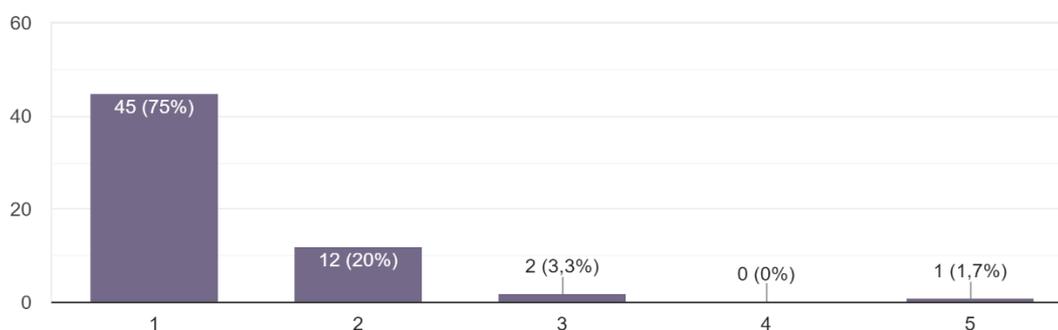
Gráfico 27 – Participação nas atividades beneficia os seniores



A participação dos seniores nas atividades da Associação Gerações ajuda-os a ultrapassar barreiras, e isto verifica-se nas atividades que são praticadas, como as danças e a ginástica, que os ajudam a ser mais ativos; as atividades relacionadas com as TIC que lhes permitem estarem integrados no mundo mais moderno e as atividades relacionadas com as artes que lhes proporcionam momentos de lazer e criatividade, sendo que todas elas melhoram as suas capacidades físicas e cognitivas. Tudo o que foi referido anteriormente verifica-se no facto de 93,2% dos inquiridos concordarem com a afirmação colocada.

Gráfico 28 – Associação Gerações promove o convívio social

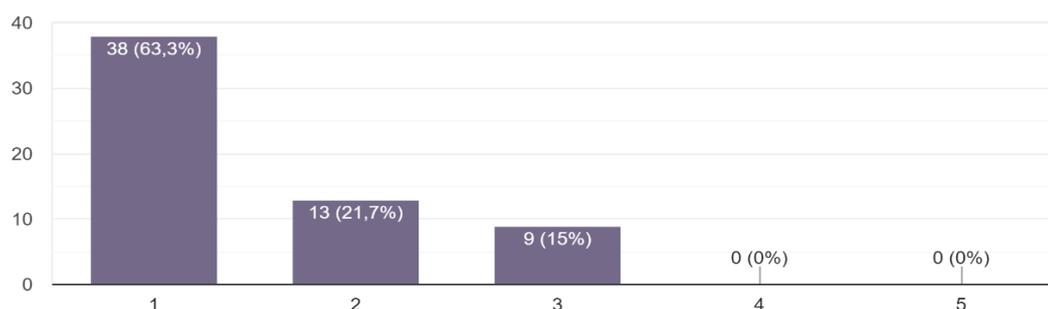
A instituição promove o convívio social.



Esta é mais uma daquelas questões que praticamente não tem oposição, uma vez que 95% dos inquiridos confirmou o facto de a instituição, através de diversas atividades, promover o convívio social.

Gráfico 29 – Seniores frequentam instituição por causa do convívio

Gosto de frequentar a instituição por causa do convívio.



Apesar de 85% dos inquiridos ter respondido afirmativamente ao facto de gostarem de frequentar a Associação Gerações por causa do convívio, algumas pessoas, na altura do questionário, afirmaram que também era esse um dos motivos pelos quais gostavam de frequentar a instituição mas esse não era o único, uma vez que muitos deles referiram também o facto de poderem aprender e manterem-se ativos.