



# **UNIVERSIDADE DO ALGARVE**

**ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO E COMUNICAÇÃO**

**ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE DA UNIVERSIDADE DO ALGARVE**

**Mestrado em Gerontologia Social**

**Projecto de Intervenção Social:  
Desenvolvendo o Centro Comunitário do  
Centro Paroquial de Paderne**

Sofia Santos Diogo

**Faro**

**Março, 2011**



# **UNIVERSIDADE DO ALGARVE**

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO E COMUNICAÇÃO

ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE DA UNIVERSIDADE DO ALGARVE

**Sofia Santos Diogo**

**Projecto de Intervenção Social:  
Desenvolvendo o Centro Comunitário do  
Centro Paroquial de Paderne**

Dissertação apresentada no âmbito do

Mestrado em “Gerontologia Social”

Orientadora: Professora Doutora Helena Maria Guerreiro José

Faro, 2011

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço, em primeiro lugar, a toda a equipa técnica do Centro Comunitário de Paderne, pelo apoio, atenção e disponibilidade prestada.

Agradeço ao digníssimo Sr. Padre Carlos César Chantre, dirigente da Instituição, por sempre me ter ajudado e incentivado na continuidade do projecto.

Agradeço à minha orientadora, Doutora, Helena José, pelo tempo dispensado e disponibilidade.

Agradeço às minhas colegas de Mestrado que passaram por idênticas turbulências, ao longo deste tempo.

Agradeço o apoio incondicional da minha família, namorado e amigos, que me ouviram, muitas vezes, queixar do cansaço e desmotivação que, por vezes me assombrava.

Obrigada a todos.

***“O tremor de terra da idade é gerador de  
alterações profundas nas mentalidades e nas instituições”***

(P. Wallace, Agequake, cit. In “Le Nouveau Troisième Âge »,  
Claude Vimont, 2001)

## **RESUMO**

Apresenta-se um projecto de intervenção social, no âmbito de um Centro Comunitário, desenvolvido numa instituição com respostas sociais já definidas e tendo presente a intervenção de um grande número de parceiros, entre eles a população da própria Instituição.

O equipamento social “Centro Paroquial de Paderne”, foi construído para dinamizar a comunidade envolvente, no âmbito de diversos projectos, no entanto encontra-se mais direccionado nas respostas sociais à terceira idade e à primeira infância. Neste sentido, surge a necessidade crescente de desenvolver iniciativas ou projectos que envolvam a comunidade, para servir de suporte às famílias, indivíduos e a grupos sociais desfavorecidos na sua sociedade.

Neste sentido, foi efectuado um diagnóstico das necessidades desta Instituição, que envolveu a mesma, assim como a comunidade de Paderne, e a partir deste diagnóstico foi elaborado um projecto com vista a desenvolver uma nova resposta social no âmbito comunitário.

As principais conclusões a que chegamos é que a Instituição está integrada numa comunidade que necessita cada vez mais de ajuda e para isso, é necessário criar respostas sociais dinâmicas, que ajudem a comunidade onde se encontram os grupos sociais mais desfavorecidos, e com maiores carências a encontrar soluções para os seus problemas.

## ABSTRACT



It presents a project of social intervention in a community center, developed in a social institution with answers already defined and bearing in mind the involvement of a large number of partners, including the population of the institution itself.

Equipment social Paderne Parish Centre, was built to streamline the surrounding community, under various projects, but is more focused on social responses to the elderly and early childhood.

In this direction, the growing need to develop initiatives and projects involving the community to provide support to families, individuals and disadvantaged social groups in their society.

In this sense, it made an assessment of the needs of this institution, which involved the same, as the community Paderne, and from this diagnosis was drawn up a project to develop a new social response at the community level.

The main conclusions reached is that the institution is integrated in a community that needs more help and for this we need to create dynamic social responses that help the community where the most disadvantaged social groups, and the hungriest find solutions to their problems.

## ÍNDICE

<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>9</b>
<b>1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO</b>	
1.1. Conceito de envelhecimento e importância da Gerontologia .....	13
1.2. Dificuldades das pessoas idosas (solidão e isolamento) .....	15
1.3. Centro Comunitário e suas actividades .....	22
<b>2. METODOLOGIA</b>	
2.1. Contexto da investigação.....	25
2.1.1. Breve caracterização da freguesia de Paderne .....	25
2.1.2. Caracterização da Instituição.....	27
2.2. Método: a investigação – acção .....	28
2.3. “O Projecto”.....	32
2.3.1. Objectivos .....	36
2.3.2. Participantes .....	37
2.3.3. Especificação operacional das actividades desenvolvidas e sua calendarização.....	37
2.3.4. Recursos necessários .....	44
2.3.5. Factores externos condicionantes ou pré-requisitos para alcançar os efeitos e o impacto do projecto .....	45
2.4. Técnicas de recolha de dados.....	46
2.4.1. Observação participante.....	46
Diário de Campo.....	47

Entrevistas e conversas informais.....	47
<b>3. RESULTADOS E IMPACTO DO PROJECTO</b>	
Avaliação.....	51
3.1. Resultados e impacto da avaliação do projecto.....	52
3.1.1. Informação.....	52
3.1.2. Animação sócio-cultural (Acções de Sensibilização).....	53
3.1.3. Atendimento e Acompanhamento Social (Banco Alimentar).....	55
3.1.4. Síntese global dos resultados e impacto.....	56
<b>4. CONCLUSÕES E REFLEXÃO CRÍTICA</b>	
Conclusão e Reflexão Crítica.....	58
<b>5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	
Referências Bibliográficas.....	60



## **INTRODUÇÃO**

## INTRODUÇÃO

O Envelhecimento é um fenómeno social, que perfaz um dos maiores desafios contemporâneos do século XXI. A sociedade moderna encontra-se, hoje, numa situação contraditória pois, por um lado, estamos perante um crescimento gradual da população idosa, fruto do aumento da esperança de vida e, por outro, adoptam-se, ainda, atitudes preconceituosas sobre a velhice.

Vivemos mais, vivemos melhor, mas precisamos gerir bem este percurso, tal como enfrentar algo que mal conhecemos e que por isso muitas vezes receamos.

Deste modo, “Desenvolver o Centro Comunitário no Centro Paroquial de Paderne” é a denominação do projecto construído, em conjunto, pelo Centro Paroquial de Paderne desta Freguesia.

Antes da implementação deste projecto, foi feito um diagnóstico da situação, de modo a tentar perceber qual o tipo de projecto que mais se adequaria à realidade em questão. Este diagnóstico teve como base a observação directa ao longo de um ano. Através dela pude aperceber-me que, não raras vezes, as pessoas da comunidade desconhecem o trabalho que se realiza numa Instituição de Solidariedade Social mas, no entanto, procuram a sua ajuda para enfrentar dificuldades pessoais/familiares. Daí a necessidade de desenvolver um Centro Comunitário, que corresponde a uma resposta específica para estas problemáticas identificadas, e que a própria Instituição neste momento não dá resposta como gostaria.

Nesta fase de diagnóstico foram feitas algumas entrevistas informais, nomeadamente com o Presidente da instituição, a animadora sociocultural (responsável

pelo sector de animação das respostas sociais dos idosos) e realizada pesquisa bibliográfica sobre a temática central do projecto – o Centro Comunitário.

A necessidade de desenvolver um Centro Comunitário com actividades específicas para a população idosa e suas famílias, assim como para grupos sociais mais desfavorecidos da comunidade, surge da necessidade sentida de implementar mais acções para estes grupos sociais, e que foi diagnosticada pela participação activa dos técnicos da Instituição na comunidade. O contexto em que está localizado o Centro Paroquial, caracteriza-se essencialmente por ser um meio rural bastante envelhecido, com uma predominância de pessoas idosas, que se encontram sem ocupação.

Esta freguesia ainda não tem cobertura total, de rede de saneamento básico, nem acesso aos meios de comunicação; a rede de transportes é bastante insuficiente e a própria organização da freguesia caracteriza-se por uma grande dispersão geográfica, dado que muitas casas se encontram isoladas em montes distantes entre si, o que, conseqüentemente, expõe famílias e indivíduos a situações de isolamento geográfico e social.

As pessoas que residem na freguesia, sobretudo próximos do Centro, subsistem maioritariamente, da agricultura e são os mais velhos. Os mais jovens procuram trabalho no litoral e apenas utilizam a freguesia “como dormitório”, dado que fazem a sua vida nas localidades onde trabalham. Por outro lado, sente-se uma descaracterização desta zona, devido à forte heterogeneidade cultural que se faz sentir, cada vez mais, através da fixação de estrangeiros de várias nacionalidades e etnias. É, pois, importante, ajudar a população, maioritariamente idosa, desta Freguesia, assim como muitas famílias e grupos da comunidade a aceder a um conjunto de serviços que vão de encontro às suas necessidades.

O projecto, organiza-se em quatro capítulos distintos. Deste modo; no primeiro capítulo são apresentados alguns conceitos e temas relacionados directamente com a temática da investigação, entre os quais, o conceito de envelhecimento e importância de existência de um Centro Comunitário, como suporte social da população.

O segundo capítulo refere-se às questões metodológicas, e nele é apresentado o contexto da investigação, através de uma breve caracterização da freguesia de Paderne e da caracterização da instituição onde foi desenvolvido o projecto, abordado o método de investigação-acção, e explicado o projecto “Desenvolver o Centro Comunitário no Centro Paroquial de Paderne”, nas suas diferentes fases.

No terceiro capítulo são apresentados e discutidos os resultados, tendo por base a avaliação efectuada.

No último capítulo realça-se as conclusões e reflexão crítica. Neste último capítulo serão, também, levantadas questões e apontadas indícios para o desenvolvimento de uma nova fase de implementação do projecto em causa.

Finalmente, expõem-se as referências bibliográficas e anexos.

## **ENQUADRAMENTO TEÓRICO**

## 1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

*“Envelhecer parece ser a única maneira que temos de viver uma vida longa”*

(Daniel – Francois- Esprit Auber, Compositor)

### 1.1. Conceito de envelhecimento e importância da Gerontologia

O Envelhecimento da população é um fenómeno observado em todos os países e assim, o desafio do século XXI não será dar tempo ao tempo, mas dar qualidade ao tempo (Fontaine, 1999).

O mesmo autor, referiu que o envelhecimento é um processo diferencial, varia de indivíduo para indivíduo, e é considerado um fenómeno que pode ser compreendido a diversos níveis. A nível biológico, verifica-se, com o passar do tempo, um aumento de modificações; no aspecto social, a passagem à reforma, e ao nível psicológico surgem modificações intelectuais e emocionais.

Os indivíduos envelhecem de formas diversas e, a este respeito, podemos falar de idade biológica, de idade social e idade psicológica. De facto, Birren e Cuningham (1985, cit. em Fontaine, 1999), refere que cada indivíduo não tem uma idade, mas três, a biológica, social e psicológica. Sartre (1999, cit. em Fontaine, 1999) considerava que era apenas no olhar do outro que se podia ter consciência da própria velhice.

Envelhecer é, pois, um processo contínuo, que tem início antes do nascimento. A cada dia que passa, a cada segundo, estamos a envelhecer. Socialmente “Ser Velho”, significa solidão, vazio e um conjunto de perdas de sentimentos, e de papéis. Zimmerman (2005), refere que, “Ser velho é um mais: tem mais experiência, mais vivência, mais

anos de vida, mais doenças crónicas, mais perdas, sofre mais preconceitos e tem mais tempo disponível...” (p. 19 a p. 20).

Como referiu Walsh (1989, cit. em Sousa, Figueiredo & Cerqueira, 2004) a forma como a velhice é vivida é paradoxal. Esta é vista, socialmente, através de alguns mitos e estereótipos negativos e desvalorizadores, como o mito da juventude “velhos por fora e jovens por dentro” e a infantilização da velhice associada à dependência, considerada em expressões como “outra vez crianças”.

A situação actual da população idosa em Portugal, com o aumento da esperança de vida, quer devido aos avanços da medicina, melhorias de qualidade de vida e, ainda, a um conjunto de modificações sociais, implicam um aumento gradual da mesma, que deve ser considerado um triunfo! A longevidade é desejada pela maioria dos indivíduos, desde que, de preferência, não se fique dependente, neste caso velho. A dificuldade passa, pelo acréscimo de problemas sociais, políticos e económicos que o aumento da população idosa tem trazido na sociedade.

O desafio da Gerontologia é provar, que cada vez mais, os problemas que advêm da velhice são contornáveis e as soluções, possíveis. Têm sido feitos, progressivamente, mais estudos que levam a sociedade a actuar em intervenções multidimensionais, que possibilitarão, a um envelhecimento bem-sucedido; será possível compreender melhor os idosos e o processo de envelhecimento, planeando intervenções mais adequadas.

## **1.2. Dificuldades das pessoas idosas (solidão e isolamento)**

Pessoas idosas sempre existiram na história da humanidade (Paschoal, 2002). No desenvolvimento humano, na primeira infância e na velhice, existe uma maior limitação social do indivíduo, que passa a depender, por vezes, da sociedade que o envolve e que o assiste sendo a base da estrutura social, a família. Assim, o relacionamento do idoso com a família, é de extrema importância nesta fase da vida. Quando consideramos a vida da pessoa humana, não pode deixar de se considerar a família, como o seu habitat natural, onde não existem máscaras sociais. A população idosa é proveniente de uma época marcada por valores morais e culturais, onde a família exercia um papel importante. Na sociedade rural, por exemplo, existia um grande convívio com outros membros da família, como os avós... Sendo uma família alargada apoiavam-se nas suas necessidades. Esta valorização afectiva e social da família, ainda hoje permanece no consciente ou subconsciente dos idosos.

Todas estas situações actuam ao nível do contexto familiar e social actual, sendo que a família e o idoso enfrentam um conjunto de desafios aos quais têm de se adaptar. Numa sociedade que valoriza o trabalho, a reforma assumiu, para os idosos, a passagem da categoria de activos à de inactivos, e de onde podem advir problemas individuais e sociais, já que, deixam de ocupar papéis sociais activos, se centram mais na família e as suas redes sociais tendem a diminuir. Existe, assim, uma representação negativa da velhice, que leva a que se inicie um processo de isolamento social das pessoas que, por direito, chegam à reforma.

Presentemente, considera-se que os filhos não se preocupam e/ou não cuidam os pais idosos, no entanto, Belsky (2001, cit. em Sousa, Figueiredo & Cerqueira, 2004), indica que a solidariedade inter-geracional, enquanto compromisso forte entre as diversas gerações, mantêm-se vivo.



Um envelhecimento bem sucedido relaciona-se com o estilo de vida adoptado anteriormente; assim a velhice terá mais qualidade para pessoas que promoveram relações positivas com familiares e amigos, tiveram uma rede social pessoal mais funcional e alargada, e realizaram maior actividade física (Sousa, Figueiredo & Cerqueira, 2004).

Dependendo da filosofia de vida, dos valores individuais e sociais, o envelhecimento pode ser visto para alguns, como um período vazio, sem valor, mas para outros pode ser um período de aproveitar a vida, de fazer aquilo que anteriormente não se teve tempo para fazer.

Como já referido atrás, um dos factores que mais prejudicam as pessoas nesta fase de vida, são a sua falta de preparação para entrar neste período de vida, perdendo na maioria o seu estatuto, com a consequente desvalorização social. Assim, esta fase é, para muitos indesejável e preocupante.

A pessoa idosa, devia ocupar um lugar de destaque, tanto dentro da sua família como na sociedade em que se insere, mas esse papel é diferente de sociedade para sociedade. Na sociedade oriental assume um lugar relevante e o papel de mais velho é tido em conta para a tomada de decisões. Na sociedade ocidental a opinião da pessoa idosa não é considerada válida, e esta é entendida como ultrapassada, antiquada e afastada da sociedade (Braga, 2001). Segundo Netto (2002) vivemos numa sociedade caracterizada por uma visão utilitarista do ser humano, onde as pessoas frequentemente são valorizadas pelo ter e poder, mais do que pelo ser e, neste sentido, a pessoa idosa, é vista, frequentemente, como materialmente improdutiva e intelectualmente diminuída.

O seu papel na família tem sido alterado, ao longo dos séculos e, na sociedade ocidental, como já foi referido, tem perdido algum destaque. Esta perda pode estar relacionada com as transformações que a instituição família tem sofrido ao longo dos

anos e que tiveram o seu início com o eclodir da revolução industrial sendo que, até aí, predominava a família alargada. Neste tipo de família, todos os elementos viviam na mesma casa, a pessoa idosa tinha um papel de destaque, era respeitada e os seus conhecimentos eram considerados importantes, válidos, transmitidos de geração em geração, (Saraceno & Naldini. 2003).

Com o irromper da revolução industrial, a procura de emprego e de melhores condições de vida levou à fuga massificada das populações, do meio rural para a cidade. Esta nova situação de vida, com características diferentes das de até então, leva a que comece a predominar um novo tipo de família, a família nuclear. Com a sua predominância, as pessoas idosas, deixam de fazer parte do núcleo familiar e são afastadas para “segundo plano”. Os cuidados que lhes eram dispensados e as ideias predominantes, como a de serem acompanhados até aos últimos dias de vida pelos familiares, ou de ser uma obrigação cuidar dos pais na velhice, ficam fragilizadas pela menor disponibilidade dos membros da família para assumir o papel de cuidadores (Sousa, Figueiredo & Cerqueira, 2004). O “tipo de vida que nasceu”, com a revolução industrial, não permite que a família dispense tempo para cuidar o familiar idoso. Um outro factor que principia com a revolução industrial, é a entrada da mulher no mundo do trabalho, levando a que o seu papel dentro da família sofra alterações e esta deixe de ter tempo para cuidar dos mais velhos.

Com estas modificações na estrutura familiar e com o novo papel da pessoa idosa, esta passa a encarar novos desafios, numa altura da vida em que devia descansar sem preocupações e onde devia ter uma velhice feliz e tranquila. Começa a enfrentar problemas como a solidão, o isolamento, o paternalismo, a falta de autonomia, factores estes que directa ou indirectamente, podem conduzir à sua institucionalização.

A solidão, associada ao declínio das redes sócio-familiares, é um dos grandes problemas, actualmente enfrentados pelos mais velhos e pode ser descrita, como “uma experiência desagradável que ocorre quando a rede de relações sociais de uma pessoa é deficiente nalgum aspecto importante, quer quantitativa quer qualitativamente” (Perlman & Peplau, 1982). Este facto pode estar relacionado com o conceito de vida da sociedade moderna, que tende a valorizar o que é material ao invés do que é afectivo. Isto leva a que as pessoas não se preocupem umas com as outras e que a noção de amizade ou companheirismo, por exemplo, diminua a sua importância nas relações sociais.

Neste contexto, a solidão é um sentimento “ (...) vivido numa forma muito especial pelos idosos pois, enquanto que nas outras idades se vão encontrando compensações, aqui não existem alternativas e a solidão domina toda a vida do idoso.” (Correia 2004, p 52).

Vários factores podem ser apontados como condutores da solidão nos idosos: dificuldade de audição, que leva a afastamento da pessoa idosa, porque não consegue estabelecer um diálogo com os outros; sentir que as suas opiniões são desconsideradas; que é um estorvo para os outros, impedindo-os de realizar determinadas tarefas; sentir que já não serve para nada; viuvez pela perda de uma relação íntima muito particular; ausência, afastamento ou até mesmo inexistência de família; viver sozinho: acessibilidades de habitação que permitam sair de casa e até mesmo receber visitas; se a saúde permite sair de casa ou não; relações de vizinhança ou a ausência destas (isolamento geográfico); isolamento linguístico; diferenças culturais, relacionadas com a emigração; a religião; o meio em que residem, rural ou urbano e, ainda, a falta de objectivos para a vida diária.

O isolamento, é outro dos problemas, nesta etapa de vida. Autores como Benette (1980) e Monk (1988) descrevem alguns tipos de isolamento: Isolamento involuntário ou recente, relacionado com motivos que não podem ser controlados, como exemplo, a saúde, ficando os mais velhos, incapazes de manter o seu envolvimento social e o isolamento voluntário, de longa data, onde as pessoas levaram uma vida inactiva e pobre, do ponto de vista social. Estes factores, condutores também da solidão, que levam, de algum modo, ao isolamento das pessoas idosas, contribuindo para que a sua saúde fique fragilizada conduzindo, em muitos casos, a complicações de saúde graves. O isolamento “ (...) provoca um declínio na eficiência da recepção sensorial com diminuição dos estímulos que atingem o cérebro (...)” (Monk, 1990), e deste modo, surgem falhas de memória, desorientação, ansiedade, medo e depressão. A pessoa, muitas vezes, necessita ser ajudada. A família, neste caso, pode desempenhar um papel importante, evitando ou atenuando estas ocorrências.

Quanto ao paternalismo, quando surge na vida da pessoa idosas, é defendido e justificado, com frequência, como sendo a favor deste, com a intenção de proteger de perigos ou ameaças, tais como a pobreza, a doença ou o isolamento. Mas o que ocorre, na realidade, é que esta nega ao mais velho, o direito de dirigir e controlar as questões que lhe dizem respeito, e colocar em questão o seu status como ser livre, capaz e autónomo. O paternalismo recusa, à pessoa idosa, a capacidade de raciocínio, considerando-a incapaz de escolher seja o que for, negando assim, a oportunidade e o direito de mudar o seu estilo de vida ([www.uol.com.br](http://www.uol.com.br)). A família é o principal veículo de paternalismo para com a pessoa idosa, não possibilitando a liberdade de escolha e decisão (Braga, 2001).

Quando falamos na autonomia de uma pessoa mais velha, podemos considerar autonomia como sendo a capacidade ou o direito que uma pessoa tem de, ela própria,

escolher os actos ou os riscos que pode correr (Albarede em Fernandes, 2000) ou como “ (...) o comportamento do indivíduo em relação a si mesmo, como autor das suas próprias leis e do sistema de valores adoptados para gerir a sua conduta e presidir às suas atitudes” (Fernandes, 2000. pp. 25-29).

A questão da autonomia da pessoa idosa é um aspecto fundamental ao seu bem-estar e, como refere Braga (2001), nesta etapa de vida, existe um processo de expropriação de autonomia, processo esse, que pode exercer muita influência na vida dos idosos e na qualidade da mesma. Um dos modos de perda de autonomia pode ser factor económico, quando a família assume a administração dos bens da pessoa idosa, e, como consequência, este torna-se dependente, economicamente não tendo acesso ao seu próprio dinheiro.

A falta de autonomia está relacionada com o paternalismo, no sentido em que a família, ou o seu cuidador, retira ao elemento mais velho da família, todo o poder de decisão, alegando que quer o melhor para este, não o deixando opinar inclusive relativo a situações da sua vida diária. É fundamental reconhecer que o simples facto de ser velho, não impede a tomada de decisão e o exercício pleno da vontade, baseados nos valores pessoais, (Goldim in [www.ufrgs.br](http://www.ufrgs.br)).

Todos estes aspectos podem levar as pessoas mais velhas à institucionalização. O idoso, em alguns casos, é o próprio a demonstrar, junto do seu cuidador, a vontade de ser institucionalizado, ao verificar que, numa instituição, pode ter uma velhice mais feliz, rodeado de pessoas que lhe prestam os cuidados necessários para se encontrar bem, realizando actividades que o mantêm ocupado e tendo pessoas da sua idade, para trocar recordações e conviver.

Contudo a institucionalização, na maioria dos casos, é imposta e não escolhida; aí a família assume um papel paternalista impondo a ida para uma instituição, sendo

que, nos casos em que a pessoa idosa, quando está consciente acaba por entrar em choque com a família, por não concordar com a sua decisão. Nesta situação não existe, respeito pelo idoso, a sua autonomia é desconsiderada e os seus valores não são tidos em conta. A decisão, propriamente dita, de institucionalização deve ser tomada com clareza, assegurando de que o objectivo dos cuidados do idoso se centra na garantia da qualidade de vida. (Sousa, Figueiredo & Cerqueira, 2004). Os familiares têm um papel importante na decisão de institucionalização pois devem ter em consideração a segurança, privacidade, atmosfera familiar e capacidade de corresponder às expectativas do idoso.

Neste sentido, dentro dos valores que regem a sociedade, deve existir o respeito, pela pessoa mais velha, e uma ética de princípios que necessita absorver um novo paradigma, em relação aos idosos, e que seja um instrumento capaz de lhes garantir o respeito pelos direitos sociais, participação política e inserção social (Braga, 2001). A pessoa idosa, tem de ser vista como um ser único, que tem a capacidade de reflectir sobre a natureza e sobre si mesmo, sabendo distinguir o bem do mal (Netto, 2002), deixando de associar velhice a incapacidade (Braga, 2001).

Na velhice, o indivíduo, na maioria das vezes, deixa de ser remunerado, mas não deixa de “fazer”, essa necessidade continua sempre presente. Muitos adoptam uma postura de “não quero fazer nada, já fiz muito”, e embora seja um direito, não é uma atitude saudável sendo considerada, até, uma atitude desmobilizadora. É fundamental descansar, no entanto, é importante nesta fase da vida, em que a pessoa têm uma vasta experiência, adquirir a percepção que ainda têm muito a dar e a receber, precisa de continuar a viver, a adquirir cada vez mais competências, agora não profissionais, mas afectivas e sociais.

Neste sentido, é de extrema importância, nesta fase da vida, a animação sócio-educativa. Esta, descreve-se, como uma forma de acção que implica o envolvimento dos indivíduos, tendo em vista o seu próprio desenvolvimento e, conseqüentemente, a sua transformação pessoal e social, bem como a transformação da sociedade na qual se encontram inseridos. Esta acção visa, sobretudo, promover hábitos de participação, através da utilização de métodos e técnicas específicas, como são o caso das dinâmicas de grupo.

### **1.3. Centro Comunitário e suas actividades**

A animação, facilita o acesso a uma vida mais activa e mais criativa, à melhoria nas relações sociais e da comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da comunidade de que faz parte, desenvolvendo a personalidade do indivíduo e a sua autonomia. Os grupos de convivência dos idosos podem servir como espaços de fortalecimento através da ampliação da rede social e do aumento do entendimento do controlo de vida gerado pela percepção crítica dos aspectos restritivos ligados ao envelhecimento. As actividades em grupo, no contexto de vida do idoso, levam a uma melhoria no estado de saúde, consideravelmente marcada, uma vez que o apoio social ajuda na prevenção, manutenção e recuperação da saúde;

A comunidade, também precisa de ser educada para ver nas pessoas de idade, um membro que ainda pode contribuir para a própria sociedade e não, apenas, um indivíduo, inactivo que recebe a reforma mas que, com a sua participação em actividades sociais voluntárias e comunitárias, pode estabelecer novas formas de comunicação, com a comunidade da qual faz parte (Netto, 2002).

É necessário promover, deste modo, respostas sociais que tenham como princípio fundamental a acção junto da família e comunidade, sem nunca esquecer a

pessoa idosa, de um modo particular e específico. O Centro Comunitário é um recurso social, que responde através de um leque de actividades e respostas diversificadas, às mais diversas problemáticas existentes nesta população, por vezes esquecida, marginalizada e estigmatizada.

No âmbito desta resposta social integram-se as mais diversas acções, e que vão desde a sensibilização à informação e atendimento social (tão necessário para o acompanhamento destes indivíduos) e à animação sociocultural, que passou a ter um significado mais global e filosófico, criando um clima e um dinamismo para a melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas, ao facilitar a sua adaptação a uma vida comunitária. A importância da animação social, das pessoas mais velhas, é relevante ao facilitar a inserção na sociedade, a participação na vida social e, sobretudo, reactivar papéis sociais.



## **METODOLOGIA**

## **2. METODOLOGIA**

Neste capítulo será, inicialmente, apresentado o contexto no qual decorreu a investigação/implementação do projecto, assim como, o tipo de investigação realizada e o método previamente seleccionado para a prossecução do mesmo.

A metodologia é a investigação – acção, cujo objectivo é fundamentalmente a resolução de problemas através de uma mudança social, onde o investigador não é um mero observador, mas também um interveniente participante.

### **2.1. Contexto da investigação**

Este projecto, foi implementado no Centro Paroquial de Paderne. Como tal, será então caracterizada, de forma breve, a freguesia de Paderne, seguindo-se um outro ponto no qual será feita a caracterização da instituição.

#### **2.1.1. Breve caracterização da freguesia de Paderne**

Localizada na região mais a sul de Portugal, no centro do Algarve, Albufeira é a sede de concelho a que pertence a freguesia de Paderne. Esta dista 12 km da sede do concelho, estando situada na parte barrocal da província, entre a serra e o mar e estendendo-se pela encosta de um monte. É uma povoação com cerca de 5000 habitantes, com raízes históricas e de fortes tradições.

A referência mais antiga sobre Paderne é datada de 1189, altura em que D. Sancho I a conquistou aos “mourous”, auxiliado por uma esquadra de cruzados ingleses.

A história desta povoação retrata-se através das ruínas do castelo, ponte romana, fonte, capela Pé da Cruz e Igreja Matriz. As casas antigas também marcam a história

desta aldeia, sendo reconhecida, actualmente, como “Aldeia Típica do Algarve, pela Centro Coordenação Regional do Algarve.

Antigamente, esta população dedicava-se à agricultura e às transacções de frutos agrícolas, desenvolvendo também a indústria do Esparto e de Palma, sendo que outra das actividades laborais com destaque, era a ceifa, quer na freguesia, quer fora dela.

Actualmente, a agricultura ocupa um lugar com pouco significado, com novos métodos, tais como estufas e hortas de regas automáticas, sendo a hotelaria a principal actividade profissional no exterior da freguesia.

No que se refere a infra-estruturas, Paderne integra um conjunto de serviços necessários à população: Centro Paroquial de Paderne, Centro de Saúde, Junta de Freguesia, Creche, Jardim-de-infância, Escola do 1º Ciclo, Escola EB 2 e 3, ATL, Estação de Correios, Banco, Igreja, Farmácia e variado comércio (restaurantes, cafés, papelaria, bomba de gasolina, florista, loja de vestuário, mercearias, retrosaria, oficinas, peixaria, salão de cabeleireiro, etc.).

A nível cultural, destacam-se a Banda Filarmónica de Paderne (Sociedade Musical e Recreio Popular) e o Jornal “a Avezinha”, e a nível do desporto destaca-se o Futebol Clube Padernense.

### **2.1.2. Caracterização da instituição**

O Centro Paroquial de Paderne é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPPS).



**Centro Paroquial de Paderne**

Este Centro tem como objectivo assistência e ajuda a um vasto grupo de pessoas, desde a primeira infância até à terceira idade. Para tal, utiliza várias respostas sociais, tendo sempre presente a natureza unitária e global da pessoa humana e o respeito pela sua dignidade, o aperfeiçoamento espiritual, moral, social e cultural da comunidade, a sua participação activa na resolução das próprias carências e na elevação do nível de vida da população e, ainda, o espírito de convivência e solidariedade social, como factor decisivo do trabalho em comum, para a valorização integral dos indivíduos, das famílias e demais agrupamentos da comunidade.

Existem, ainda, a funcionar outros serviços e espaços, nomeadamente: lavandaria aberta ao público; auditório e ginásio ao serviço da comunidade; salão de cabeleireiro; refeitório social; salas de actividades (Exemplos: trabalhos manuais, atelier

de pintura); sala de formação, capela e um jardim que circunscreve todo o edifício, criando um espaço de passeio e distração para os seus utilizadores.

## **2.2. Método: a investigação-acção**

O Centro Paroquial de Paderne, sendo uma instituição dinamizadora de inúmeras actividades e tendo sempre presente a unidade com a comunidade e os seus intervenientes, faria todo o sentido, que o método utilizado fosse também neste âmbito, daí que o método utilizado foi a investigação-acção.

A investigação-acção, “procura colocar em conjunto a acção e a reflexão, a teoria e a prática, em participação com outros, na procura de soluções práticas para problemas de natureza premente para as pessoas e mais genericamente da prosperidade das pessoas individualmente e das suas comunidades” (Reason & Bradbury, 2001).

Para Guerra (2002) a investigação - acção, tem como finalidade “. . . modificar os comportamentos, os hábitos, as atitudes dos indivíduos ou populações, melhorar as relações sociais, ou ainda modificar as regras institucionais de uma organização” (p.56).

Este autor (2002) aponta, ainda, as características da investigação-acção:

- É um processo continuado e não pontual, influenciando todo o percurso de investigação;
- Implica que os grupos “objectos” do conhecimento se constituam como “sujeitos” do conhecimento;
- O seu ponto de partida não é uma teoria e um quadro de hipóteses, mas uma situação, um problema, uma prática real e concreta;
- O objectivo não é fundamentalmente o aumento do conhecimento sobre a realidade, mas a resolução de problemas e, assim, interessa mais o

processo de mudança social exigido pela investigação-acção do que o resultado desta;

- O investigador não é um mero observador, mas um apoiante dos sujeitos implicados na acção, (pp. 53-54).

Kurt Lewin surge, após John Dewey, como pioneiro da investigação-acção. “A escola psicossocial de Kurt Lewin é a primeira a introduzir o conceito de investigação-acção durante os anos 40 nos Estados Unidos...” (Fals Borda, 2001, p. 71). Contudo, ao longo dos anos, vários foram os autores que se debruçaram sobre esta temática. Nos anos 70, do séc XX, temos Stenhouse da escola de Cambrigde, Stephen Kemmis da corrente australiana, entre outros. Charles Delorme – corrente francófona – e Orlando Fals-Borda, assim como Paulo Freire surgem, também, como defensores do processo de investigação-acção, que, para fazer sentido, tem que partir de necessidades sentidas quer a nível individual, quer a nível social (Lucio-Villegas, 1993).

“As metodologias de investigação-acção permitem, em simultâneo, a produção e conhecimentos sobre a realidade, a inovação no sentido da singularidade de cada caso, a produção de mudanças sociais e, ainda, a formação de competências dos intervenientes” (Guerra, 2002, p. 52). De acordo com Carr e Kemis (1988), os trabalhos de Kurt Lewin evidenciavam três grandes características da investigação-acção, nomeadamente o carácter participativo, o impulso democrático e “. . . o seu interesse simultâneo em consolidar um corpo de conhecimentos válido para as Ciências sociais, com actividades de transformação inerentes a tentativas de mudança social nas populações que participam nestes processos” (Lucio-Villegas, 1993, p. 32).

Lewin apresenta-nos a investigação-acção associada a uma espiral auto-reflexiva, que acaba por ser seguida pela grande maioria dos precursores desta

metodologia. De acordo com Lewin (1946/1992), “ tanto nas relações intergrupais, como noutros campos da prática social, o diagnóstico tem de ser complementado, por estudo experimentais comparativos sobre a efectividade de diferentes mecanismos de mudança” (p. 17). Assim, segundo o autor, (1946/1992), nem sempre basta partir de um bom diagnóstico, sendo muitas vezes necessário complementá-lo com estudos experimentais, mesmo, com projectos experimentais.

De acordo com Gutiérrez (1984/1993), “a educação na praxis é, portanto, uma acção transformadora consciente que supõe dois momentos inseparáveis, o da acção e o da reflexão” (p. 28). Segundo Freire (1970), “a praxis...é a reflexão e acção dos homens sobre o mundo para transformá-lo” (p. 38). O autor supracitado (1970), vai também ao encontro da espiral autoreflexiva apresentada por Kurt Lewin nos anos 40.

A abordagem de consciencialização de Freire caracteriza-se por tentar intervir na realidade de uma forma rigorosa e sistemática; por um procedimento de espiral, no qual se intervém a partir do momento em que se inicia o diagnóstico, guardando claramente todos os passos da investigação-acção (diagnóstico, plano de acção, seguimento, avaliação e reajuste do plano de acção) (López Górriz, 1998, p. 33).

Rahman e Fals Borda (1989/1992), por sua vez, definem a investigação-acção como...“um processo de vida e de trabalho, uma vivência, uma progressiva evolução para uma transformação total e estrutural da sociedade e da cultura com objectivos sucessivos e parcialmente coincidentes. É um processo que requer um compromisso, uma postura ética e persistência em todos os níveis. Enfim, é uma filosofia da vida na mesma medida em que é um método, (p.213).

Este é um processo que releva extrema consistência, na medida em que envolve não só o investigador, mas, também, os próprios sujeitos da acção, bem como todos os elementos nela envolvidos, directa ou indirectamente. Importa salientar que a

investigação-acção passa a ser aplicada, não só em contextos educativos, mas também nos mais diversos contextos sociais, onde todos os indivíduos são encarados como possíveis produtores de conhecimento.

A participação de todos os intervenientes no processo é fundamental para levar a cabo um qualquer projecto de investigação-acção (Lucio-Villegas, 1993). É partindo destes pressupostos que surge o conceito de investigação participativa, uma das abordagens da investigação-acção, segundo a qual os indivíduos se tornam, simultaneamente, objectos e sujeitos da investigação.

De acordo com Lucio-Villegas (2001), “a Investigação Participativa requer de nós grandes doses de humildade... a humildade que nasce do convencimento de que só Podemos mudar o mundo em colaboração com os outros” (p. 218). Daí a importância da participação activa de todos os intervenientes no projecto na realização e avaliação do mesmo nas suas várias etapas. Segundo o mesmo autor, (2001) ...”a Investigação Participativa permite-nos ir construindo saberes que nascem da reflexão sobre as práticas” (p. 211).

Esta investigação-acção participativa, segundo o autor, López Górriz (1998), “implica uma participação activa e total da comunidade e dos investigadores e técnicos. Estes têm de ajudar a consciencializar o povo das suas possibilidades e recursos e acompanhá-los na sua mobilização e organização” (p. 59).

Importa, ainda, salientar que sendo a investigação-acção um método bastante complexo, de carácter qualitativo, esta implica, necessariamente, a utilização de várias técnicas no decorrer de todo o processo.

De acordo com Pérez Serrano (2001), “a investigação no campo da Educação Social, orienta-se prioritariamente de acordo com as metodologias de tipo qualitativo,



por considerá-las mais adequadas para a compreensão da complexa realidade social” (pp. 34-35).

### **2.3. “O Projecto”**

Afinal, o que se pretende com a implementação de um projecto deste tipo é, fundamentalmente, provocar mudanças a um nível micro-social, ou seja na instituição onde se desenvolvem as actividades. Mudanças que poderão expandir-se, eventualmente, até um nível mais abrangente, na medida em que os idosos estão inseridos numa comunidade mais ampla que a própria instituição. Assim, idosos e famílias, partilharão as suas experiências o que, de certo modo, poderá contribuir para uma alteração das mentalidades relativamente à crescente importância que a acção social têm nos dias de hoje.

O Centro Comunitário constitui uma resposta social cuja metodologia de intervenção assenta, essencialmente, em princípios chave orientadores do funcionamento, num verdadeiro pólo de desenvolvimento social e dinamizador da solidariedade local.

Na realidade, o Centro tem como princípio essencial a organização de respostas integradas, face às necessidades globais da população idosa da comunidade, numa vertente de carácter preventivo e de minimização dos efeitos de exclusão social, assumindo o papel de agente dinamizador da participação das pessoas, famílias e grupos sociais, factor este de desenvolvimento local e social bem como, de promoção de cidadania.

A instituição referida, elege como alvo prioritário, no seu trabalho diário o suporte a idosos, famílias e outros grupos sociais desfavorecidos, através da

implementação de inúmeras acções, com o objectivo de melhorar o desempenho da sua missão, reforçando assim, a sua capacidade de integração e participação social.

Primeiro que tudo, importa salientar que a investigadora exerce funções, há cerca de 6 anos na instituição onde o projecto foi desenvolvido. Realizado um estágio profissional onde assumiu as funções de psicóloga e, neste momento, de directora técnica do Centro Paroquial de Paderne, conhece bem a realidade da comunidade da instituição de Paderne, o que de certo modo, veio facilitar a observação.

Verifica-se que, ao longo destes seis anos, o trabalho que se realiza na instituição, trespassa o espaço físico desta e por isso tem, um papel muito interventivo de acção social na comunidade.

Deste modo, quando na unidade curricular de projecto nos foi pedido a elaboração de um projecto social que teria de ser, numa fase posterior, possível de ser aplicado e avaliado, pareceu interessante desenvolver um projecto na área comunitária da Instituição.

No final de Dezembro de 2008, houve uma conversa informal com o Presidente da Instituição, onde foi exposta a ideia e solicitada, o que teve, desde logo, a sua autorização.

Começou-se a pesquisa documental e bibliográfica sobre a temática central do projecto – o Centro Comunitário –, bem como sobre alguns temas associados a esta temática. Estes foram os passos dados na fase de diagnóstico e planeamento do projecto. Antes da sua implementação, foi necessário falar (ainda que de forma bastante informal) com os idosos, a fim de os convidar e motivar a participar nas diversas actividades que o constituem e, pedir o seu consentimento informado.

Ao longo desta primeira fase do projecto, realizaram-se algumas entrevistas e conversas informais com a população, com os técnicos e idosos da instituição, para

perceber qual a sua percepção relativamente ao projecto, esclarecer as suas necessidades e perceber as diferentes actividades que seriam mais adequadas. Só assim, foi possível uma avaliação e partilha de ideias que permitiram ir melhorar alguns aspectos no decurso do estudo.

As conversas informais realizadas encontram-se inseridas no diário de campo, o qual foi escrito ao longo do desenvolvimento de todo o projecto.

Durante o decorrer das diversas actividades foi feita observação participante e que também se encontra registada em diários de campo. Estes foram elaborados no decorrer de todo o projecto, de forma a registar toda a informação possível acerca das diferentes actividades e da forma como estas se desenvolveram, assim como o grau de participação e interacção dos intervenientes no projecto. As notas de campo foram elaboradas a partir das memórias de observação e dos registos efectuados durante as actividades.

Iniciou-se, assim, uma primeira fase de diagnóstico, junto da comunidade e dos responsáveis da instituição, no sentido de perceber quais, poderiam ser as necessidades sentidas pela mesma. Sendo que uma das situações referidas pelo Presidente da Instituição é, sem dúvida, uma maior necessidade de intervenção a nível da acção social na comunidade. Assim, após este diagnóstico inicial, houve uma proposta à direcção da instituição de realizar o projecto na mesma, o qual foi autorizado e, daí, iniciou-se todo o trabalho para a implementação.

A fase de implementação do projecto durou cerca de 12 meses, (Janeiro a Dezembro de 2009).

As actividades realizadas, que estão pormenorizadamente descritas mais adiante e passaram por: informação; acções de sensibilização, banco alimentar e atendimento.

No plano inicial, pretendia-se desenvolver actividades mensalmente, no entanto,

este, foi sofrendo alterações. Estas alterações surgiram, devido ao trabalho diário que, algumas vezes não permitiu a realização das actividades, de acordo com o cronograma previsto, tendo que ser alteradas de acordo com a disponibilidade da equipa técnica que fez parte deste projecto.

Tendo em conta as características do projecto já referidas, este pode ser considerado um projecto de investigação-acção, na medida em que se pretende que exista um envolvimento da instituição com a comunidade, tendo em conta o diagnóstico das necessidades levantadas no terreno e com o objectivo de colmatar dificuldades manifestas.

Como elemento integrante de uma equipa técnica do Centro Paroquial de Paderne, que já ajuda um vasto número de pessoas da comunidade de Paderne, sente-se que, muitas das vezes, não é possível responder a todas as necessidades da população, principalmente da população idosa carenciada.

Neste sentido é necessário um modelo de intervenção que oriente a prática de interacção entre a população, técnicos, outros agentes, serviços públicos e Instituição local, para um processo cada vez mais participativo, planeado, avaliado e que favoreça o estabelecimento de formas dinâmicas de parceria, unindo esforços, saberes e recursos.

Um projecto social desta natureza é aquele que melhor se adequa às dificuldades manifestas e vem contribuir, para a mudança dos problemas detectados, valorizando os recursos existentes, identificando, analisando e propondo mudanças, de forma a diminuir as lacunas diagnosticadas.

### **2.3.1. Objectivos**

O Centro Paroquial de Paderne tem vindo a realizar actividades de âmbito social e comunitário de modo a responder aos objectivos que pressupõe a resposta social de Centro Comunitário. Assim definiram-se:

#### **Objectivos Gerais**

- Contribuir para o apoio da população idosa, famílias e idosos, no desempenho das suas funções e responsabilidades, reforçando a sua capacidade de integração e participação social, contribuindo para a criação de condições que possibilitem aos indivíduos, o exercício pleno da cidadania.

#### **Objectivos Específicos**

- Fomentar o espírito comunitário de modo a que a população e os seus diversos grupos se tornem promotores da sua valorização, inculcando a convivência e a tolerância como factores decisivos;

- Criar um espaço aberto à comunidade e de apoio à realização de projectos e actividades que promovam a melhoria das condições de vida da população e o desenvolvimento local;

- Fomentar a participação dos idosos, das famílias e dos grupos da comunidade;
- Valorizar os saberes e práticas da população idosa, envolvendo-os na própria animação;
- Dinamizar, envolvendo os parceiros locais para a criação de novos recursos;
- Assegurar actividades de ocupação/animação de forma a desenvolver as capacidades e potencialidades do utente e a sua integração na comunidade;

- Promover a formação em diferentes áreas de interesse e necessárias à melhoria da qualidade de vida da comunidade;

### **2.3.2. Participantes**

Os principais beneficiários da implementação deste projecto social são, fundamentalmente, as pessoas idosas e famílias da Freguesia de Paderne implicados directamente no projecto. Esta população foi a base para o diagnóstico das necessidades e posterior definição de actividades. Os intervenientes no projecto foram o grupo de famílias que são ajudadas no Banco Alimentar e, toda a restante população da comunidade, que participou nas actividades dinamizadas.

Todos os funcionários da instituição, cerca de 75 no total, estão directamente ligados a este projecto e usufruem com a dinamização da instituição. Não existe um número específico de amostra determinado, pois o número foi variável nas actividades.

### **2.3.3. Especificação operacional das actividades desenvolvidas e sua calendarização**

Para atingirmos os objectivos propostos, foi necessário reflectir e seleccionar diversas actividades, tendo sempre em conta as necessidades e motivações das pessoas com quem se trabalhou. A necessidade de reflectir e seleccionar as mesmas, foi, na medida em que abordamos, uma população com características específicas, nomeadamente a população ser muito envelhecida e não se interessar por muitas actividades. É fundamental, realizar actividades do seu interesse pessoal, para poderem intervir activamente como se pretende na nossa metodologia.

Tal como refere Ander – Egg (1999), isto implica que no desenho do projecto se tenha de indicar, de maneira concreta e precisa, quais as actividades a executar para alcançar as metas e objectivos propostos. Ou seja, cada actividade é composta por várias

acções e para que cada actividade se concretize é necessário que esta vá ao encontro dos objectivos, como também existe a necessidade de reflectir sobre os obstáculos que poderão surgir e qual a forma de os colmatar.

O Centro Comunitário pretende disponibilizar, à comunidade, actividades consideradas “de primeira linha”, para além de outras, que sejam entendidas importantes para a prossecução dos objectivos propostos. Como actividades deste género consideram-se; a Informação, Animação Sociocultural, onde estão integradas as Acções de Sensibilização e o Atendimento/Acompanhamento Social que integra o Banco Alimentar.

O funcionamento do Centro Comunitário, deve ser flexível e caracterizar-se por uma oferta de serviços/actividades, de acordo com a dinâmica da comunidade, já que quanto maior for a flexibilidade, maior é a facilidade de adequar os programas de acção.

É de referir que têm vindo a ser realizadas actividades descritas mais adiante, de acordo com os recursos humanos disponíveis no momento. Pretende-se que as mesmas possam ser reestruturadas, de modo a incluir mais utentes, aumentar a frequência e responder a mais objectivos, como projectos de âmbito social.

### **Informação**

Com esta actividade, pretende-se prestar esclarecimento, disponibilizar informação necessária e, em determinadas situações, encaminhar a pessoa para as estruturas que permitam dar resposta às suas necessidades.

Pretende-se que o Centro Comunitário funcione como espaço informativo dos direitos dos cidadãos, nomeadamente daqueles que se encontram em maior desvantagem socioeconómica. Assim, aumentar-se-á, acredita-se, a consciencialização

das pessoas, relativamente às suas necessidades, incentivando-as a uma atitude participada e de exercício pleno da cidadania.

A responsabilidade deste serviço será da Técnica Superior de Serviço Social, do Director de Serviços, da Psicóloga e da Socióloga, sendo que a coordenadora do projecto, a Directora Técnica (psicóloga), poderá sempre encaminhar ou orientar para outras estruturas ou profissionais do centro.

Actualmente este serviço é prestado sempre que solicitado pelas pessoas da comunidade e, sendo, na maioria das vezes, atendidas pelo(a) técnico(a) da Instituição, de acordo com a situação em causa.

### **Animação Sócio – Cultural**

Neste âmbito de resposta, às necessidades manifestas pela população, as actividades de animação sociocultural são o meio privilegiado pelo Centro, como meio de aproximação entre a comunidade e a Instituição. As actividades de animação sociocultural foram sendo alteradas, de acordo com as necessidades identificadas em cada momento. As actividades com idosos assumem particular importância nesta comunidade dado que, como anteriormente descrito, no subcapítulo relativo ao contexto, a população é, essencialmente idosa. Segundo os censos de 2001 (INE), a população idosa já ultrapassava a população jovem com 16,4% e 16% respectivamente.

Constata-se que a população idosa, sente falta de uma ocupação e de um espaço de convívio e lazer. Assim, foram organizadas algumas actividades com estas pessoas, através de uma parceria com a autarquia local, (Exemplo: Feira do Folar: Abril de 2009).



No âmbito das actividades desportivas, há a referir a participação de um grupo de idosas da comunidade, cerca de 15 mulheres com idade superior a 65 anos, nas aulas de desporto sénior, realizada duas vezes por semana no ginásio da Instituição.

### **Atendimento / Acompanhamento Social**

O Atendimento/Acompanhamento teve como missão o acompanhamento de indivíduos e famílias, numa perspectiva de inclusão e promotores de autonomia. Existe um carácter preventivo neste serviço, no sentido de minimizar os efeitos da exclusão social e, mais uma vez, promover a participação e o desenvolvimento local.

Na sua génese, estão metodologias participativas, a adoptar caso a caso, de modo a orientar e apoiar as famílias e os indivíduos, na identificação dos problemas e no encontrar, em conjunto, caminhos, para a sua resolução.

Foram-se criando laços de confiança, com as pessoas que usufruem do atendimento e acompanhamento social, o que possibilita a elaboração de um projecto de vida individual ou familiar, com base nos recursos pessoais, locais e institucionais.

O trabalho realizado ao longo do ano destinou-se, essencialmente, ao Atendimento e Acompanhamento social e psicológico dos idosos através das técnicas do serviço de acção social, assim como às famílias e pessoas da freguesia, orientando e apoiando-os numa intervenção individual ou de grupo.

Alguns destes serviços iam sendo realizados, de acordo com a disponibilidade da técnica da área humana e social, uma vez que as famílias e indivíduos buscavam respostas e ajuda para necessidades nesta direcção.

### **Banco Alimentar**

O banco alimentar surgiu, após a realização de um diagnóstico onde se verificou existirem várias famílias carenciadas, que necessitavam de ajuda alimentar, já que não conseguiam assegurar as necessidades vitais básicas, como a alimentação. De seguida, realizaram-se várias visitas domiciliárias, para confirmar as necessidades reais destas pessoas.

Após este processo concluído, realizou-se um protocolo com a entidade do Banco Alimentar, sediada em Faro e iniciou-se o processo de entrega de alimentos a estas famílias (Março, 2009).

Desde esse momento é feita uma entrega mensal de alimentos às famílias, tendo em conta o seu agregado familiar. É visível a necessidade de existir, cada vez mais, existir este tipo de apoios, já que quando o iniciamos, em 2008, respondíamos a 8 famílias, número que tem vindo progressivamente a aumentar, e reportando apenas à freguesia de Paderne.

### **Accões de Sensibilização**

As acções de sensibilização decorreram no auditório da instituição (Abril a Setembro de 2009), e o objectivo foi abordar temáticas identificadas como necessárias para a população a que se destina o projecto, tais como o “Complemento Solidário para Idosos”, “Ondas de Calor” e “Segurança nos Idosos”. Estas acções de sensibilização, foram realizadas tendo em conta necessidades manifestas pelos idosos da instituição e pelos idosos da comunidade.

**Em Suma:**

Inicialmente, estava previsto que todas as actividades decorressem mensalmente, no entanto verificaram-se algumas alterações, nomeadamente no que concerne às actividades de carácter sociocultural. Destas não se conseguiram realizar todas as programadas por condicionamentos temporais. No cronograma que se segue pode ver-se o desenvolvimento do projecto, o que permite ficar com uma ideia global do modo como decorreu no tempo. (Quadro nº 1).

**Quadro nº 1 – Cronograma de desenvolvimento do Projecto**

Actividades	Meses											
	Dezembro-2008	Janeiro	Março	Abril	Maió	Junho	Julho	Agosto	Setembro	Novembro	Dezembro	
Elaboração/ Planeamento do projecto	■											
Apresentação do projecto		■	■									
Informação			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Atendimento e Acompanhament o Social (Banco Alimentar)				■	■	■	■	■	■	■	■	■
Actividades de Animação sócio- cultural (acções de sensibilização)				■			■		■			
Avaliação das Actividades				■	■	■	■	■	■	■	■	■
Avaliação final do projecto												■

### 2.3.4. Determinação dos recursos necessários

Uma vez apresentado o cronograma (Quadro nº 1), importa agora falar dos recursos que foram necessários para a implementação deste projecto e que se dividiram em quatro categorias distintas: recursos humanos, recursos materiais, recursos tecnológicos e recursos financeiros.

**Tabela 2 – Recursos**

<b>Recursos</b>			
<b>Humanos</b>	<b>Materiais</b>	<b>Tecnológicos</b>	<b>Financeiros</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnica Superior de Serviço Social;</li> <li>- Técnica Superior de Psicologia;</li> <li>- Técnica Superior de Sociologia (acumula funções de animadora);</li> <li>- Director de Serviços;</li> <li>- Funcionários da Instituição;</li> <li>- População idosa interessada em participar no Projecto;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gabinete;</li> <li>- Mesas;</li> <li>- Cadeiras;</li> <li>- Auditório;</li> <li>- Papel;</li> <li>- Canetas;</li> <li>- Sandes;</li> <li>- Bolos;</li> <li>- Sumos;</li> <li>- Água;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Máquina Fotográfica.</li> <li>- Computador</li> <li>- Data-show</li> <li>- Impressora</li> </ul>	<p>-Não são apresentados recursos financeiros uma vez que todo o material necessário à implementação do Projecto será disponibilizado pela própria Instituição.</p>

### **2.3.5. Factores externos condicionantes ou pré-requisitos para alcançar os efeitos e o impacto do projecto.**

Relativamente a factores externos condicionantes do projecto, foram previstos alguns designados como pontos fracos e constrangimentos, ou como possíveis potencialidades para o desenvolvimento do projecto em questão.

No que respeita aos pontos fracos e constrangimentos existia a possibilidade da população idosa e restante população, inicialmente, não aderirem facilmente às actividades propostas. Para além destes aspectos, o facto de a investigadora ser a promotora do projecto e, simultaneamente, a Directora Técnica do Centro Paroquial de Paderne, poderia levar a que, caso ocorresse algum problema na instituição durante a realização das actividades isso, impossibilita-me de assistir e participar na actividade em curso nesse momento concreto. Tal facto, dificulta, também, separar dos papéis de profissional e de investigadora, e o conseqüente olhar de distanciamento que permite ver “para além de”.

Quanto às potencialidades, importa salientar, em primeiro lugar, o facto de a Instituição já realizar algumas actividades no âmbito da resposta social “Centro Comunitário”, como o Banco Alimentar, que já se realizava desde 2008. Importa ainda referir que, a maioria das actividades foram programadas, tendo em conta a dinâmica institucional.

## **2.4. Técnicas de recolha de dados**

Várias foram as técnicas de recolha de dados utilizadas não só na fase de diagnóstico, mas também durante a implementação do projecto. Entre elas temos: observação participante, diário de campo, entrevistas e conversas informais e, ainda, pesquisa documental e bibliográfica. Todas estas técnicas passarão a ser descritas de forma breve, explicitando o modo como foram utilizadas, ao longo de todo o processo de implementação do projecto.

### **Observação participante**

A observação directa, participante é o método que consiste em partilhar intimamente a vida quotidiana do grupo, durante um período suficientemente longo, para cobrir o conjunto da vida colectiva e perceber progressivamente, os seus elementos e as suas estruturações e significações, ou seja, é a inserção do observador no grupo observado permitindo uma análise global e intensiva do objecto de estudo (Almeida & Pinto, 1990).

No caso em estudo a observação participante assume-se como participação observante, já que o investigador aproveitou a sua inserção no grupo para o observar, ou seja, está visivelmente presente e participa activamente na situação que pretende estudar. A observação directa capta os comportamentos, no momento em que eles se produzem e, em si mesmo, sem a mediação de um documento ou de um testemunho. As principais vantagens são conseguir apreender os comportamentos e os acontecimentos, no próprio momento em que se produzem, e, portanto, relativamente espontâneos existindo uma autenticidade dos acontecimentos em comparação com as palavras e com os escritos (Quivy, & Campenhoudt, 1998).

De acordo com Quivy e Campenhoudt (2003) “a observação directa é aquela em

que o próprio investigador procede directamente à recolha das informações, sem se dirigir aos sujeitos interessados. Apela directamente ao seu sentido de observação” (p.164).

A observação directa foi sendo realizada na instituição e na comunidade, tendo contacto directo com os intervenientes e registando assim as necessidades sentidas e manifestas.

### **Diário de Campo**

Nalguns casos o observador regista as suas notas em diário de campo, efectuado num determinado período, previamente estabelecido (um dia, uma semana, uma mês).

Através da análise do diário de campo é possível ver a evolução do relacionamento do observador com a comunidade/grupo em estudo, facilitando também a observação/avaliação do trabalho. As notas de campo “ajudam o investigador a acompanhar o desenvolvimento do projecto, a visualizar como é que o plano de investigação foi afectado pelos dados recolhidos . . .” (Bogdan & Biklen, 1994, p. 151).

Através dos diários de campo, obtiveram-se informações junto dos profissionais que trabalham diariamente com esta população, e com a Direcção que refere mais a ausência de uma acção social interveniente na comunidade Padernense. Sente que se realiza um trabalho mais direccionado para o interior da Instituição. No entanto refere a Instituição como referência na comunidade.

### **Entrevistas e conversas informais**

Como técnica, para recolher informação sucinta junto do Presidente da Instituição e restantes funcionários, utilizaram-se as entrevistas informais. Estas permitem a recolha de informações necessárias para efectuar o diagnóstico de



necessidades. Segundo Quivy e Coupenhault (1992), esta técnica é importante, pois permite o contacto com a realidade vivida pelos actores sociais. As entrevistas informais foram registadas em diário de campo, que são uma forma atraente de recolher informação. São uma fonte de informação sobre modelos de trabalho e actividades, desde que os indivíduos entendam exactamente aquilo que lhes é pedido e o motivo.

Das entrevistas informais realizadas retirarem-se informações que completam o pretendido, e quando as mesmas iam de encontro aos objectivos do estudo.

Importa, também, fazer a distinção entre conversas e entrevistas informais. As conversas informais desencadeiam-se ocasionalmente, de forma espontânea e natural, permitindo a total liberdade de expressão entre o investigador e o seu interlocutor e surgem de acordo com o momento ou a situação. Já as entrevistas informais podem ocorrer ocasionalmente, mas o investigador tem objectivos ao colocar as questões, ainda que o faça de um modo bastante informal.

As entrevistas e conversas informais são, na realidade, o ponto de partida para muitos projectos a desenvolver. A troca de impressões de maneira espontânea e flexível permite uma maior proximidade com a comunidade em questão.

Segundo Costa (1986), as entrevistas informais podem revelar-se úteis "...no fornecimento de descrições de actividades e, especialmente, de depoimentos utilizáveis na caracterização das opiniões, expectativas, quadros de valores e visões do mundo dos sujeitos sociais" (p. 141). Não nos podemos esquecer que este tipo de entrevistas e conversas permite uma grande liberdade dos intervenientes, de se expressarem permitindo, por vezes, ao investigador, recolher dados e informações bastante importantes.

Para melhor informação da temática de qualquer investigação e de forma a retirar ideias para a implementação de qualquer projecto, é bastante importante que se

recorra à pesquisa documental e bibliográfica. Como defendem Quivy e Campenhoudt (2003), “O principal objectivo da leitura é retirar dela ideias para o nosso trabalho” (p.57).

Não faria qualquer sentido desenvolver um projecto sem antes pesquisar estudos anteriores que abordassem a problemática em questão ou que focassem temas com ela relacionados. De acordo com Quivy e Campenhoudt (2003), é...”indispensável tomar conhecimento de um mínimo de trabalhos de referência sobre o mesmo tema ou, de modo mais geral, sobre problemáticas que lhe estão ligadas. Seria ao mesmo tempo absurdo e presunçoso acreditar que podemos pura e simplesmente passar sem esses contributos, como se estivéssemos em condições de reinventar tudo por nós próprios”, (p. 51).

Assim, a pesquisa documental e bibliográfica torna-se fundamental em qualquer tipo de estudo ou projecto que se pretenda realizar. Neste projecto a pesquisa bibliográfica permitiu um aprofundamento e maior conhecimento dos temas abordados, permitindo uma visão mais alargada de determinadas temáticas, como problemática do envelhecimento que cada vez é mais presente na sociedade.

# **AVALIAÇÃO, E IMPACTO DO PROJECTO**

### **3. Avaliação**

Antes de falar dos resultados e impacto do projecto, propriamente ditos, importa abordar, ainda que de forma sucinta, a avaliação. Na realidade, estes resultados constituem exactamente a avaliação de implementação do projecto.

“ A avaliação é um processo contínuo de renovação que, dia a dia, vem sendo enriquecido com várias vivências e experiências.” (Almeida, 1998, p.124)

Qualquer que seja a natureza de um projecto, este terá sempre que contemplar um plano de avaliação, que segundo Guerra (2006), é estruturado em função do desenho do Projecto e acompanhado de mecanismos de auto controlo que permitem, de forma rigorosa, ir conhecendo os resultados e os efeitos da intervenção e corrigindo as trajetórias caso estas sejam indesejáveis. Assim, depreende-se que a avaliação deverá ser contínua e feita ao longo de todo o processo e não apenas na fase final, só assim poderá permitir uma redefinição de estratégias e um ajuste à situação.

A avaliação do projecto visa a alteração de aspectos que possam não ter corrido da melhor forma no desenvolvimento das diversas actividades, bem como perceber até que ponto houve uma satisfação no decurso do processo.

Chama-se a isto uma avaliação com fins de acompanhamento, “...pretende-se saber se os projectos de intervenção estão a atingir os grupos-alvo e se estão a assegurar os recursos e serviços previstos” (Guerra, 2006, p. 196).

A avaliação deste projecto foi feita após a realização das actividades, pela técnica promotora do projecto, de modo a melhorar alguns aspectos referentes à organização e decorrer das actividades. De acordo com Almeida (1998), “A avaliação é um processo contínuo de renovação que, dia a dia, vem sendo enriquecido com várias vivências e experiências” (p. 124).

Neste caso a avaliação final, foi realizada pela equipa técnica participante no projecto, como também pela avaliação feita pela população alvo. Foi, também, importante fazer uma avaliação das diferentes componentes envolvidas no projecto, nomeadamente de cada actividade em particular, da adequação dos materiais às diferentes actividades, da participação dos elementos, bem como das repercussões que este tipo de actividades teve no dia-a-dia desta população. Todas estas actividades, dinamizam muito a instituição, que demonstra estar muito centrada num trabalho específico e, que deste modo, lhe permite criar novas dinâmicas e oferecer outra vertente social à comunidade.

Na avaliação final, elaborou-se uma síntese de todos os elementos proporcionados pela avaliação inicial e processual para chegar a uma conclusão global na qual se colocou em destaque se os objectivos do projecto foram alcançados, ou não, e em que medida o foram, analisaram-se, ainda, os resultados alcançados e os seus efeitos nos beneficiários, ou seja, a mudança operada.

### **3.1. Resultados e Impacto da aplicação do projecto**

Neste ponto, passam a apresentar-se os resultados da aplicação do projecto, tendo em conta cada actividade em particular e as evidências da mudança que foram surgindo ao longo do decorrer das actividades.

#### **3.1.1. Informação**

Esta actividade considerada de primeira linha num Centro Comunitário, decorreu entre o mês de Março e o mês de Dezembro do ano de 2009. Durante este período, a Instituição foi procurada no âmbito de fornecer determinadas informações. A maioria da população que nos procura, ao chegar à Instituição, procurou o técnico

responsável da mesma, no sentido de se informarem acerca dos serviços prestados na mesma, e esclarecerem, como eventualmente este tipo de instituições podiam ajudar na problemática apresentada. Existe um dia e hora específica para atendimento à comunidade, no entanto este horário não foi cumprido na maioria das vezes, e as informações iam sendo dadas consoante as questões que iam sendo colocadas.

Estas informações dadas à população, foram de extrema importância, no sentido de esclarecer bem as pessoas, que tipo de serviço a Instituição presta ao exterior, como pode colaborar, como é o Organograma e dinâmica da mesma. Tudo isto é relevante para esclarecer e orientar as pessoas, que por vezes nos procuram para serem ajudadas e quando não conseguimos responder às mesmas, encaminhamos para as entidades competentes.

### **3.1.2. Animação sociocultural (Acções de Sensibilização)**

Estas actividades (acções de sensibilização), decorreram em 3 meses diferentes (Abril, Julho e Setembro de 2009). Na quarta-feira dia 15 de Abril de 2009, decorreu a acção de sensibilização referente ao “Complemento Solidário para Idosos, no auditório da instituição, enquanto as restantes acções de sensibilização também decorreram no mesmo espaço físico.

Nesta acção de sensibilização, o tema foi “Complemento solidário para idosos”, com o objectivo de esclarecer quem são os idosos que podem usufruir deste complemento.

Antes da realização desta acção de sensibilização, houve uma divulgação da mesma, na Freguesia de Paderne, assim como na própria instituição, apresentando em cartazes, a data e o tema desta actividade. No dia previsto, dirigiram-se duas técnicas do

Instituto da Segurança Social, para esclarecerem às pessoas, quem pode ter este complemento.

Iniciou-se a acção de sensibilização, pela apresentação das técnicas da segurança social, o que faziam naquele local, seguidamente, explicaram que este complemento é um acréscimo ao valor da pensão, com apoio na saúde (medicamentos, próteses, lentes para óculos). Só pode ter acesso ao complemento quem têm acesso a vários descontos na segurança social. Ou seja, este complemento é direccionado para um leque específico de utentes. No final da apresentação os idosos esclareceram dúvidas e demonstraram agrado por terem participado.

Relativamente a esta actividade pode considerar-se, que esta foi, pouco sucedida no que concerne à participação embora houvesse divulgação na comunidade, nomeadamente nos serviços mais frequentados; tais como a Junta de Freguesia de Paderne, Farmácia, bem como junto de outras instituições, a adesão, para além dos idosos da própria Instituição, foi baixa, estiveram presentes uma média de 60 pessoas.

No dia 03 de Julho de 2010 (sexta-feira), decorreu outra acção de sensibilização no âmbito das “Ondas de Calor”, pois todos os anos a instituição recebe informação referente ao cuidado a ter com o calor, pois a população idosa é considerada uma população de risco. Tendo em conta esta situação a Câmara Municipal de Albufeira, propões uma acção de sensibilização em lares de idosos, no sentido de alertar esta população dos cuidados a ter nesta altura do ano.

A acção de sensibilização deu início no auditório da Instituição, onde estiveram presentes a técnica da Câmara Municipal e os bombeiros voluntários de Albufeira que apresentam a palestra, explicando de uma forma clara e simples todos os cuidados a ter

nesta fase de calor, exemplificando que se deve beber muita água, usar roupas leves e não muito escuras, evitar exposição solar em horário específico, etc.

Relativamente a esta actividade pode considerar-se, que esta foi, pouco sucedida no que concerne à participação embora houvesse divulgação na comunidade, nomeadamente nos serviços mais frequentados; tais como a Junta de Freguesia de Paderne, Farmácia, bem como junto de outras instituições, a adesão, para além dos idosos da própria Instituição, foi baixa, estiveram presentes uma média de 45 pessoas.

### **3.1.3. Atendimento e Acompanhamento Social (Banco Alimentar)**

O Banco alimentar surgiu em 2008, após uma informação dada pela comunidade, que referia que haviam muitas pessoas da freguesia de Paderne a passar necessidades alimentares. Assim, iniciaram-se várias visitas domiciliárias para conhecer estas famílias e analisar a situação em contexto real.

Durante o ano de 2009, o Centro Paroquial de Paderne assistiu cerca de 33 famílias, desde Março a Dezembro. Este apoio foi realizado mensalmente, onde todos os meses entregou-se um cabaz alimentar a cada família, tendo em conta o seu agregado familiar. O número de famílias durante este período foi variável, existem famílias que saíram e após os atendimentos realizados foram colocadas outras famílias.

Após cada atendimento social, foram realizadas visitas domiciliárias para analisar adequadamente cada situação e após a avaliação é que se encaminhava para ser utente do Banco alimentar.

Este serviço funcionou adequadamente, por vezes as dificuldades de tempo não permitiam avaliar a situação como gostaríamos, mas foram sempre tomadas as decisões correctas por parte da equipa técnica.



#### **3.1.4. Síntese global dos resultados e impacto**

Todas estas actividades foram realizadas, embora tenham havido alguns imprevistos por vezes, devido a factores externos, cumpriu-se o cronograma previsto. Todas as actividades tiveram o seu impacto na comunidade, desde a informação que se torna de extrema relevância para que toda a população saiba o trabalho que se realiza nesta Instituição, assim como, as actividades de animação que promoveram a participação da comunidade na mesma. O Banco alimentar é um serviço necessário na freguesia de Paderne e cada vez mais tem um impacto positivo na população. A população, sabe que a Instituição tem este serviço para a comunidade e que, podemos colaborar com as famílias em géneros alimentícios, roupa, outros bens que por vezes o Banco de Bens doado também fornece, de forma a colmatar algumas necessidades que tenham.

## **CONCLUSÕES E REFLEXÕES CRÍTICAS**

## **Conclusões e Reflexões Críticas**

Ao desenvolver esta resposta social, o Centro Comunitário de Paderne, tentou aproximar a instituição da comunidade, para ajudar as pessoas a ter uma nova perspectiva das suas situações e esclarecê-las quanto ao modo de actuar perante determinados problemas, já que existe a consciência que as pessoas não aderem a estes serviços, porque não têm o conhecimento da sua existência ou da resposta que poderão dar, chegando a procurar um serviço não adequado à situação que vivem.

Constata-se que se existisse uma maior ajuda e uma maior informação, às pessoas idosas e outros grupos carenciados, da comunidade de Paderne, poderia existir uma melhoria na sua qualidade de vida. Os profissionais da Instituição sentem, diariamente, que existem outras necessidades de reposta na freguesia de Paderne, já que surgem situações que, não sendo do âmbito de actuação do Centro Paroquial de Paderne, estes se vêm na contingência de ter que dar resposta.

Deste modo, podemos referir que as instituições ou as equipas de apoio procuram dar resposta às pessoas idosas, criando condições e agindo nesse sentido, sendo imprescindível que estas promovam o bem-estar dos idosos e que, cada vez mais, trabalhem neste âmbito.

Uma vez realizado este trabalho, importa referir que o constrangimento à realização da intervenção ora descrita, assentou, essencialmente na dificuldade em pensar um projecto que realmente reunisse todos os indicadores de um «bom projecto social». Realça-se que, após o trabalho até esta data desenvolvido, será necessário um acompanhamento e avaliação continuados, para manter a «sua vitalidade».

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abric, M. & Dotte, P. (2002). *Ergomotricidade e cuidado gerontológico, Parte II Aplicações Clínicas*. Loures: Lusociência.
- Andrade, F. J. (2002). *Uma experiência de solidariedade entre gerações: contributos para a formação pessoal e social dos alunos de uma escola secundária*. Lisboa: Instituto de Inovação Educacional.
- Armani, D. (2002). *Como Elaborar Projectos? – Guia prático para a elaboração e gestão de projectos sociais*. Porto Alegre: Amencar e Tomo Editorial Lda.
- Almeida, P. N. (1998). *Educação lúdica: técnicas e jogos pedagógico*. São Paulo, 9ª edição: Edições Loyola.
- Ander-egg, E., Idánez, M. J. A. (1999). *Como elaborar um projecto*, Lisboa, Lúmenpiths.
- Barata, J. L. T. (2003). *Mexa-se ...pela sua saúde*. Lisboa: Publicações Dom Quixote..
- Barros de Oliveira, J. H. (1994). *Psicologia da educação familiar*. Coimbra: Livraria Almedina.
- Berger, L. (1997). Prefácio. In M. Abric & P. Dotte (2002). *Ergomotricidade e cuidado gerontológico, Parte I: generalidades e educação gestual específica* (p. 11). Loures: Lusociência.
- Bogdan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação. Uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.
- Botelho, A. (2005). *A Funcionalidade dos idosos*. In Constança Paúl & António M. Fonseca (coords.), *Envelhecer em Portugal* (pp. 137-156). Lisboa: Climepsi Editores.

- Brandão, L. Smith, V., Sperb, T. M. & Parente, M. A. M. (2006). *Narrativas intergeracionais. Psicologia: Reflexão crítica, 19(1)*. Porto Alegre (acessível [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s010279722006000100\014&lang=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s010279722006000100\014&lang=pt)).
- Beauchamp, Tom L e Oliveira, J. (2005). *Psicologia do envelhecimento e do idoso*. Porto: Legis Editora.
- Berger, L, Mailloux-Poirier, D. (1995). *Pessoas idosas: uma abordagem global*. Lisboa: Lusodidacta. (trabalho original em Francês em 1994).
- Braga, P. (2001). *Envelhecimento, ética e cidadania*. São Paulo: Editor Neófito.
- Carvalho, J. & Mota, J. (2002). *A actividade física na terceira idade*. Oeiras: Câmara Municipal de Oeiras / Divisão do Desporto.
- Correia, A. (2004). A prática desportiva e as pessoas. Contributo para a identificação, a sistematização e a classificação dos desportos. *Revista Portuguesa de Gestão de Desporto*, 1 (1), 36-42.
- Delorme, C. (1985). *De la animacion pedagogica a la investigacion-accion*. Madrid: Narcea.
- Departamento de Estatísticas Censitárias e da População do INE (2002). O Envelhecimento em Portugal: Situação demográfica e socio-económica recente das pessoas idosas. *Revista de Estudos Demográficos* (pp. 185-208). Lisboa: Instituto Nacional de Estatística.
- Diana, R. (2003). *Para envelhecer feliz. Propostas da medicina e da psicologia*. São Paulo: Edições Loyola.
- Fernandes, P. (2000). *A depressão no idoso*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Fontaine, R. (2000). *Psicologia do envelhecimento*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Freire, P. (1970). *Pedagogia do oprimido*. São Paulo: Editora Paz e Terra.

- Freund, G. (1995). *Fotografia e sociedade*. Lisboa: Veja.
- Ghiglione, R. & Matalon, B. (1993). *O inquérito: teoria e prática*. Oeiras: Celta Editora.
- Grupo de Coordenação do Plano de Auditoria Social & CID – Crianças, Idosos e
- Guerra, I. C. (2002). *Fundamentos e processos de uma sociologia de acção: o planeamento em ciências sociais*. Estoril: Principia.
- Imaginário, C. (2003). *O idoso dependente em contexto familiar. uma análise da visão da família e do cuidador principal*. Coimbra: Formasau.
- Oliveira, B. (2010). “*A Psicologia do Envelhecimento e do Idoso*.” Lisboa: Legis Editora.
- Jacob, L. (2007). *Animação de Idosos*. Porto: Âmbar.
- Lopes, M. S. (2006). *Animação sociocultural em Portugal*. Amarante: Intervenção – Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.
- López Górriz, I. (1998). *Metodología de Investigación-Acción. Trayectoria histórica y encuadres epistemológicos y metodológicos de la investigación-acción*. Sevilla: Grupo de Investigación M.I.D.O. Universidad de Sevilla.
- Lucio-Villegas Ramos, E. (1993). *La investigación participativa en educación de personas adultas: la construcción de un saber colectivo*. Sevilla: SPS-CAPPKRONOS.
- Mascareñas, L. (1996). *La práctica e la teoría del desarrollo comunitario. description de un modelo*. Madrid: Narcea Ediciones.
- Moura, C. (2006). *Século XXI: século do envelhecimento*. Lusociência.
- Paúl, C. & Fonseca, A. M. (2005) (coords.). *Envelhecer em Portugal*. Lisboa: Climepsi Editores.

- Paúl, M. C. (1997). *Lá para o fim da vida. idosos, família e meio ambiente*. Coimbra: Livraria Almedina.
- Paúl, C. (2005). *A construção de um modelo de envelhecimento humano*. In Constança Paúl & António M. Fonseca (coords.), *Envelhecer em Portugal* (pp.21-41). Lisboa: Climepsi Editores 113.
- Peretz, H. (2000). *Métodos em sociologia para começar*. Lisboa: Temas e Debates.
- Pimentel, L. M. G. (2001). *O lugar do idoso na família: Contextos e Trajectórias*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Pol, E., Valera, S. & Vidal, T. (1999). *Psicología ambiental y procesos psicosociales*. In J. Francisco Morales (coord.), *Psicología social* (pp. 317-334). Madrid: McGRAW-HILL.
- Quivy, R. & Campenhoudt, L. (2003). *Manual de investigação em ciências sociais*. Lisboa: Gradiva.
- Rahman, M. A. & Fals-Borda, O. (1992). *La situación actual y las perspectivas de la IAP en el mundo*. In María C. Salazar (ed.), *La investigación-acción Participativa: inícios y desarrollos* (pp. 205-223). Madrid: Editorial Popular.
- Ruiz Olabuénaga, J. L. (1999). *Metodología de la investigación cualitativa*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Sampaio, D. (2008). *A razão dos avós*. Lisboa: Editorial Caminho.
- Silva, M. E. D. (2005). *Saúde Mental e Idade Avançada. Uma perspectiva abrangente*. In Constança Paúl & António M. Fonseca (coords.), *Envelhecer em Portugal* (pp. 137-156). Lisboa: Climepsi Editores.
- Simões, A. (2006). *“A nova velhice”*. Porto: Âmbar.
- Spar, J. & La Rue, A. (2005). *Guia práctico climepsi de psiquiatria geriátrica*. Lisboa: Climepsi Editores.



Vala, J. (1986). A Análise de Conteúdo. In Augusto Santos Silva & José Madureira Pinto (orgs.). *Metodologia das ciências sociais* (pp. 102-128). Porto: Edições Afrontamento 114.

<http://www.socialgest.pt/gerontologia.htm>, da responsabilidade de Luís Jacob, acessido a 10 de Maio de 2009, 18h00.







