

# iscte

INSTITUTO  
UNIVERSITÁRIO  
DE LISBOA

---

## Desenvolvimento Comunitário como Estratégia de Combate ao Isolamento do Idoso

Ana Patrícia Oliveira Duque

Mestrado em Estudos de Desenvolvimento

Orientador(a):

Doutora Rosário Mauritti, Professora Auxiliar

ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa

outubro, 2022



CIÊNCIAS SOCIAIS  
E HUMANAS

---

Departamento de Economia Política

**Desenvolvimento Comunitário como Estratégia de  
Combate ao Isolamento do Idoso**

Ana Patrícia Oliveira Duque

Mestrado em Estudos de Desenvolvimento

Orientador(a):

Doutora Rosário Mauritti, Professora Auxiliar

ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa

outubro, 2022

*Para as pessoas mais velhas, que possam vivenciar esta fase da vida com mais direitos, mais dignidade e, acima de tudo, com felicidade.*

## **Agradecimentos**

Em primeiro lugar, quero agradecer à Professora Doutora Rosário Mauritti, pela sua disponibilidade, motivação e partilha de conhecimentos. É com muito orgulho que posso dizer que foi minha orientadora e quanto a admiro enquanto profissional. Obrigada por ter acreditado em mim e que seria possível terminar esta etapa importante da minha vida.

Quero agradecer à Sr.<sup>a</sup> Vereadora da Ação Social do Município do Entroncamento, Tília Nunes, pela partilha da sua vasta experiência e por aceitar prontamente colaborar na realização deste estudo de caso.

À Dr.<sup>a</sup> Laura, Assistente Social do Centro Convívio, por toda a sua disponibilidade ao longo da realização deste estudo, pela forma como me acolheu e facilitou a articulação com os idosos na realização dos grupos de discussão. Por todo o trabalho incrível que faz junto das pessoas mais velhas, é uma profissional inspiradora.

A todos os técnicos que se disponibilizaram em partilhar as suas experiências, desafios e ambições impulsionadores de um envelhecimento mais ativo e inclusivo, foram fundamentais para a concretização deste estudo.

À minha família, por todo o apoio e incentivo, por estarem sempre presentes em todos os momentos da minha vida.



## Resumo

O aumento da população idosa e, sobretudo, o número de pessoas idosas com autonomia reduzida, frequentemente, sem redes de apoio informal adequadas, tem levado a repensar as políticas públicas na área do envelhecimento.

A diversidade e complexidade de problemáticas associadas, tem obrigado a uma maior diferenciação das Respostas Sociais, procurando adequá-las às necessidades das populações.

Neste contexto, um dos fenómenos de maior desafio relaciona-se, precisamente, com o incremento do número de pessoas mais velhas que residem sozinhas, muitas vezes por perda ou deterioração de laços de suporte.

Nesse sentido, este estudo procura compreender e identificar ações comunitárias ou serviços de proximidade investidos na mitigação do isolamento das pessoas mais velhas e as estratégias veiculadas na sua ação. Para tal, foi realizado um confronto de perspetivas tendo em conta a perceção de técnicos que trabalham nas Respostas Sociais para idosos e as pessoas idosas que usufruem desses serviços.

O estudo foi realizado através de um conjunto de etapas de âmbito comunitário e pretendeu identificar: os recursos mobilizados na resposta aos desafios colocados ao longo da intervenção; a importância das Respostas Sociais existentes que visam mitigar o isolamento de pessoas idosas; identificar as estratégias e os campos de atuação privilegiados nessas ações; e, por último, compreender em que medida a concretização destas intervenções implicam as pessoas mais velhas ao longo das várias etapas do seu processo de envelhecimento. (Silva, 1963 e Viveiros, 2008).

**Palavras-chave:** Desenvolvimento Comunitário; Isolamento social de pessoas idosas; Respostas Sociais; Concelho do Entroncamento.

## **Abstract**

The increase in the elderly population and, above all, the number of elderly people with reduced autonomy, often without adequate informal support networks, has led to a rethinking of public policies in the area of ageing.

The diversity and complexity of the associated problems have led to a greater differentiation of the social responses, seeking to adapt them to the needs of the population.

In this context, one of the most challenging phenomena is precisely related to the increase in the number of older people living alone, often due to the loss or deterioration of support ties.

In this sense, this study seeks to understand and identify community actions or proximity services invested in mitigating the isolation of older people and the strategies conveyed in their action. To this end, a comparison of perspectives was made taking into account the perceptions of technicians working in Social Responses for the Elderly and the elderly who use these services.

The study was carried out through a set of steps at community level and aimed to identify: the resources mobilised in response to the challenges posed throughout the intervention; the importance of existing social responses aimed at mitigating the isolation of older people; to identify the strategies and fields of action favoured in these actions; and finally, to understand to what extent the implementation of these interventions involve older people throughout the various stages of their ageing process. (Silva, 1963 e Viveiros, 2008).

**Key-words:** Community development; Social isolation of elderly people; Social answers; Municipality of Entroncamento.

## ÍNDICE

Agradecimentos .....	i
Resumo.....	iii
Abstract.....	iv
Introdução .....	1
1. Enquadramento Teórico .....	3
1.1. Desenvolvimento comunitário, dignidade e bem-estar.....	3
1.2. Políticas públicas para um envelhecimento mais ativo e menos isolado.....	4
2. Novos desafios do cuidado: Envelhecimento, isolamento e solidão.....	6
2.1. Envelhecimento .....	6
2.2. Envelhecimento Ativo .....	7
2.3. Isolamento e solidão.....	7
3. Estudo Empírico .....	10
3.1. Metodologia.....	10
3.2. Objetivos do Estudo.....	10
3.3. Amostra.....	11
3.4. Caracterização do Concelho do Entroncamento.....	13
4. Resultados e discussão dos dados.....	15
5. Considerações Finais .....	31
Referências Bibliográficas .....	34
Sítios Consultados .....	37
Anexos .....	38



## **INDICE DE FIGURAS**

<b>FIGURA 1:</b> Cidade do Entroncamento em termos geográficos .....	13
<b>FIGURA 2:</b> População residente no Concelho do Entroncamento por grupo etário. ...	14

## **INDICE DE TABELAS**

<b>TABELA I:</b> Caraterização dos entrevistados .....	11
<b>TABELA II:</b> Caraterização dos participantes nos grupos de discussão .....	12
<b>TABELA III:</b> Caracterização das Respostas Sociais existentes no Concelho do Entroncamento.....	19

## **INDICE DE ANEXOS**

<b>ANEXO A:</b> Autorização para a realização do estudo de caso no Concelho do Entroncamento .....	39
<b>ANEXO B:</b> Termo de consentimento informado para realização da entrevista .....	40
<b>ANEXO C:</b> Guião da Entrevista .....	41
<b>ANEXO D:</b> Ficha de caracterização do/ a entrevistado/ a.....	43
<b>ANEXO E:</b> Guião do Grupo de Discussão do Centro de Convívio .....	44
<b>ANEXO F:</b> Guião do Grupo de Discussão da Universidade Sénior.....	46
<b>ANEXO G:</b> Ficha de caracterização dos Grupos de Discussão .....	48
<b>ANEXO H:</b> Análise de Conteúdo das Entrevistas .....	50
<b>ANEXO I:</b> Análise de Conteúdo dos Grupos de Disucssão.....	62

## **Glossário de Siglas**

CERE – Centro de Ensino e Recuperação do Entroncamento

CLDS – Contrato Local de Desenvolvimento Social

CME – Câmara Municipal do Entroncamento

ERPI – Estrutura Residencial para Idosos

IPSS – Instituição Particulares de Solidariedade Social

SAD – Serviço de Apoio Domiciliário

## **Introdução**

A presente dissertação foi realizada no âmbito do Mestrado em Estudos de Desenvolvimento. O tema tem por base uma pesquisa aprofundada focada na problemática do isolamento das pessoas idosas, e na procura de compreensão das estratégias existentes na comunidade, através do papel das Respostas Sociais, no combate à sua mitigação.

A conceção deste estudo pretende aprofundar esta problemática numa perspetiva teórico-empírica. No quadro teórico desta pesquisa foram abordados conceitos chave nas áreas do desenvolvimento comunitário, políticas públicas, envelhecimento, isolamento e solidão. Pretende-se realizar uma análise destes conceitos num confronto com as perspetivas de agentes envolvidos na temática do isolamento, como os técnicos que trabalham nas Respostas Sociais e em projetos de intervenção comunitária, e as próprias pessoas mais velhas que usufruem desses serviços.

A pertinência da investigação surge de uma necessidade de compreender melhor o fenómeno do isolamento dos idosos. Em Portugal, à semelhança dos restantes países europeus, o número de pessoas mais velhas que residem sozinhas tem vindo a aumentar (Guerreiro, 2014; Mauritti, 2011). Frequentemente estas experiências são reforçadas por processos de desmembramento de relações sociais significativas, seja por afastamento ou morte de familiares e outros próximos, seja pela perceção de distância face a uma sociedade em constante mudança na qual têm dificuldade em participar. O número de pessoas idosas que residem sozinhas, com patologias e problemas de dependências, também tem vindo a aumentar, neste quadro questionamos em que medida as estruturas (Respostas Sociais) reconhecem os desafios colocados e estão preparadas a nível da sua capacidade estrutural para lhes fazer face tendo em vista assegurar a qualidade de vida das populações visadas.

Este estudo visa, assim, contribuir para a produção de maior conhecimento da temática do isolamento dos idosos a partir de uma abordagem focada nas ações de cuidado que têm vindo a ser promovidas por instituições de carácter social no terreno.

É pertinente encontrar intervenções para este problema específico do isolamento dos idosos, onde os estudos devem servir para conhecer melhor o fenómeno e a complexidade que o caracteriza na nossa sociedade, tendo em vista encontrar ações que possam melhorar a qualidade de vida das pessoas mais velhas e promover o seu bem-estar. (Andersson, 1998, cit. in Neto 2000).

Especificamente, a pergunta que orienta esta pesquisa é: ***“Quais as estratégias existentes na comunidade, através das Respostas Sociais, no combate ao isolamento das pessoas idosas”***.

Para responder a esta questão de partida foi adotada uma metodologia de triangulação, através de um estudo de caso no Concelho do Entroncamento, onde foram realizadas entrevistas a técnicos altamente qualificados na área do envelhecimento e que trabalham diretamente nas Respostas Sociais para Pessoas Idosas; foram realizados grupos de discussão aos idosos que usufruem desses serviços, e foi também realizada análise documental e estatística de base institucional para a caracterização geral da população do território em observação.

Este estudo está estruturado em quatro capítulos: O primeiro capítulo aborda o enquadramento teórico que foi seguido nesta pesquisa, começando pelos conceitos de desenvolvimento comunitário, dignidade e bem-estar e as políticas públicas para um envelhecimento mais ativo e menos isolado; o segundo capítulo, aborda os novos desafios do cuidado, nas temáticas do envelhecimento, isolamento e solidão; o terceiro capítulo retrata a metodologia que foi utilizada para chegar aos objetivos pretendidos, as questões de partida que foram colocadas, a amostra utilizada na recolha das entrevistas e dos grupos de discussão e é ainda realizada uma breve caracterização do Concelho do Entroncamento, como forma de compreender o território onde é realizado o estudo de caso e quais as suas particularidades. No quarto capítulo é realizada a análise e discussão dos dados recolhidos nas entrevistas e nos grupos de discussão, através de uma categorização de temas, tendo por base o enquadramento teórico realizado no início deste estudo, onde se pretende um confronto de perspetivas dos técnicos que trabalham diretamente nas Respostas Sociais e dos idosos que usufruem desses serviços.

A dissertação termina com as considerações finais referentes aos resultados do estudo, às lacunas encontradas e as futuras possibilidades de investigação decorrente do tema e que surgiram ao longo do processo ou que ficaram por responder.

## **1. Enquadramento Teórico**

### **1.1. Desenvolvimento comunitário, dignidade e bem-estar**

O desenvolvimento é um dos conceitos mais importantes e complexos nas Ciências Sociais, ao longo dos anos tem vindo a sofrer diversas alterações e tem enfrentado diversos desafios. O seu objetivo foca-se na vontade de renovar, mudar e transformar as comunidades e os seus indivíduos, de forma a promover o seu bem-estar e a proporcionar uma melhoria das condições de vida. (Amaro, 2003)

A intervenção social conhecida por Desenvolvimento Comunitário foi consagrada em 1950, no documento das Nações Unidas intitulado “O progresso social através do Desenvolvimento Comunitário” (Silva,1962). Segundo este autor, a implementação do desenvolvimento comunitário deve abranger, numa primeira etapa, ações de informação e dinamização do coletivo; segue-se a realização de um diagnóstico de necessidades e inventário de recursos disponíveis; identificação de stakeholders ou líderes locais, planeamento e implementação de ações contruídas com e para a comunidade e avaliação de resultados. A sua concretização tem, pois, subjacente a construção de espaços de cidadania ativa, apoiada na governança e democracia participativa. (Silva,1962).

A comunidade é o pilar central da sustentabilidade na construção de alternativas para o desenvolvimento de territórios, através do envolvimento das populações e das suas sinergias. A sua concretização visa a melhoraria das condições de vida das populações (Viveiros, 2008 e Ander-Egg, 1980).

Segundo Viveiros, o quadro concetual do desenvolvimento comunitário tem na sua génese uma visão integrada dos desafios colocados às comunidades. A sua ação é construída segundo o princípio “pensar global e agir localmente”, baseando-se no diagnóstico de desafios existentes, na mobilização de recursos disponíveis, e procura de soluções que valorizam e dão voz às populações visadas na intervenção. (Viveiros, 2008).

De acordo com Holdcroft (1978), o Desenvolvimento Comunitário é, simultaneamente, um programa em processo, um plano de ação, instituído e em movimento. A sua realização supõe, nomeadamente:

a) O envolvimento da comunidade, protagonista principal na identificação de problemas e construção de soluções para os resolver;

b) A promoção da aprendizagem e o exercício de cidadania segundo princípios democráticos;

c) A procura de valorização da partilha de conhecimentos, incluindo os saberes de culturas minoritárias, bem como a transferência de tecnologias como bases de resolução de problemas comuns.

Em suma, “unir esforços para resolver, de forma democrática e científica, os problemas comuns da comunidade foi visto como sendo um dos elementos essenciais ao desenvolvimento comunitário” (Holdcroft, 1978, p. 10) Ou, como refere Silva, “(...) o conjunto de processos pelos quais uma população une os seus esforços aos dos poderes públicos com o fim de melhorar a sua situação económica, cultural e social e de forma a integrar-se na vida da nação e contribuir para o progresso nacional gera.” (Silva, 1963, p. 543).

## **1.2. Políticas públicas para um envelhecimento mais ativo e menos isolado**

Portugal tem sido confrontado com o fenómeno do envelhecimento demográfico e com o aumento do número de pessoas que carecem de cuidados continuados e do apoio de estruturas existentes na comunidade para a sobrevida com qualidade e possibilidade de participação social.

O sistema de proteção social tem vindo a adaptar-se à nova realidade social, pautada por grande complexidade. No entanto, continua a verificar-se que o grande desafio é permitir que as pessoas morram o mais tarde possível, mas que vivam uma velhice bem-sucedida, com dignidade e com qualidade de vida. Para isso têm sido realizadas diversas ações para garantir uma melhoria das condições de vida dos idosos, através das políticas de saúde e prestação de cuidados continuados. (Fontaine, 2000 e Dias, 2005)

A regulação do Estado na área social, nomeadamente na área das pessoas idosas, continua a ser muito centrada em benefícios financeiros e nas transferências do trabalho social para o sector não lucrativo, e não tem investido tanto em equipamentos e serviços. Tal orientação contribuiu para alargar o fosso entre necessidades reais percebidas pelas populações e respostas existentes para as mitigar. Apesar disto, nos

últimos anos, o Estado tem investido mais no desenvolvimento de equipamentos e serviços para as pessoas idosas, em conjunto com o sector não lucrativo, como é o caso das Respostas Sociais para idosos nas IPSS. (Carvalho, 2010).

Nestas ações de tutela partilhada com a sociedade civil, o Estado tem vindo a assumir a função de proteção social de grupos mais vulneráveis, como é o caso das pessoas mais velhas, nestas funções procurando assim acomodar alterações na família que, frequentemente, impossibilitam que continuem a ser os próprios familiares os cuidadores dos seus idosos. (Carvalho, 2010).

O Artigo 72.º, da Lei fundamental do atual Estado de Direito, determina que 1) “As pessoas idosas têm direito à segurança económica e a condições de habitação e convívio familiar e comunitário que respeitem a sua autonomia pessoal e evitem e superem o isolamento ou a marginalização social.”. E no número 2 do mesmo artigo da Constituição da República refere que “A política de terceira idade engloba medidas de carácter económico, social e cultural tendentes a proporcionar às pessoas idosas oportunidades de realização pessoal, através de uma participação ativa na vida da comunidade”. (AR, 2005, p. 25).

Estas medidas de política social têm a sua realização no âmbito da Segurança Social, e traduzem-se através de Prestações Sociais, de serviços nas Respostas Sociais e programas com medidas específicos destinados à população idosa<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Proteção Social de Pessoas Idosas. Disponível em: <http://www.seg-social.pt/dgss-direccao-geral-da-seguranca-social> (janeiro 2022).

## **2. Novos desafios do cuidado: Envelhecimento, isolamento e solidão**

### **2.1. Envelhecimento**

A problemática do envelhecimento é um dos maiores desafios da atualidade, as alterações demográficas estão a ter reflexos socioeconómicos que influenciam a política social e de sustentabilidade. Ao longo dos anos têm-se verificado mudanças nos estilos de vida das populações, o que tem gerado diversas reflexões sobre questões de grande relevância como a aumento da idade da reforma, os meios de subsistência, a qualidade de vida dos idosos, o estatuto dos idosos na sociedade, a solidariedade intergeracional e a sustentabilidade do sistema de segurança social e de saúde. (INE, 2002).

O envelhecimento é um processo natural mas complexo, no qual podemos identificar vários tipos de concetualização da “idade”. Neste sentido, alguns autores têm vindo a propor diferentes tipologias que equacionam aspetos formais (a idade cronológica, registada no bilhete de identidade); biológicos (a idade biológica, relacionada com o envelhecimento orgânico; jurídicos (marcos de transição biográfica associados a direitos e deveres, por exemplo a transição para a inatividade por reforma); social (ligada a papéis e estatutos) e a idade psico-afetiva ou emocional (atitudes e comportamentos de reação-adaptativa ao contexto). (Lima, 2010 e Levet-Gautrat 1985, in Pimentel, 2005).

Nestas várias dimensões do envelhecimento enfatizamos aquelas que permitem o seu enquadramento como uma experiência social com significações múltiplas para o próprio sujeito, para a forma como se relaciona consigo próprio e com a sua história e experiências, nos contextos de proximidade e na comunidade. Simultaneamente, envelhecer é também um processo ligado à forma como a nossa sociedade vê os mais velhos e às expectativas que tem em relação a estes, (Quaresma, 1999, Fernandes, 1997; Lima, 2010), bem como aos papéis e lugares que lhes são reconhecidos, seja na família seja em diferentes esferas de participação na vida social. Como refere Mauritti, “na ausência de lugares específicos na estrutura social que permitam encorajar e recompensar essas novas forças [uma massa crescente de indivíduos competentes, motivados e potencialmente ativos] (...) o seu crescimento exponencial tenderá, pois, a arrastar uma intensificação de desfasamentos e dualismos sociais, por desajustamentos entre sistemas de expectativas e condições para lhes responder” (Mauritti, 2004, p. 341).

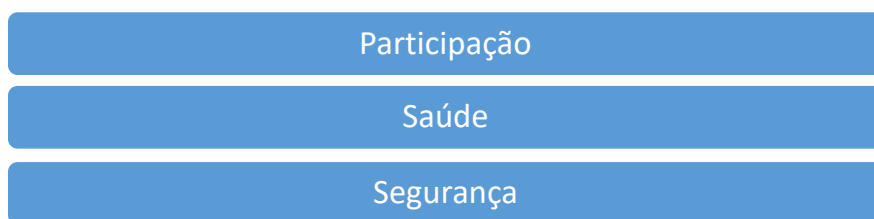


## 2.2. Envelhecimento Ativo

O termo “envelhecimento ativo” foi adotado pela Organização Mundial de Saúde no final dos anos 90 e procura observar o envelhecimento numa ótica mais abrangente, para além dos cuidados de saúde, uma vez que outros fatores também afetam o modo como os indivíduos e as populações envelhecem.

“A palavra “ativo” refere-se às condições de participação através da mobilização em atividades socialmente significativas, nas esferas sociais, económicas e culturais e não somente à capacidade de estar fisicamente ativo ou de fazer parte da força de trabalho.” (Jacob, 2008, p. 20).

O envelhecimento ativo é definido como o processo de “otimização das oportunidades”. A sua implementação política está focada em três pilares ou dimensões de atuação:



A ação político-institucional em torno destes três pilares tem, pois, em vista melhorar a qualidade de vida, o bem-estar, a manutenção das qualidades mentais das pessoas mais velhas. A sua aplicação está diretamente relacionada com a promoção de atividades sociais e de convívio, que facilitem apreciações, por parte das pessoas visadas, de pertença e utilidade instrumental e afetiva, seja na família, seja na comunidade (Ferreira, 2009).

## 2.3. Isolamento e solidão

O número de pessoas idosas a residirem sozinhas tem vindo a aumentar ao longo dos anos (Guerreiro, 2014; Mauritti, 2011). Apesar de o viver sozinho numa casa não significar, necessariamente, por si só um sintoma de rotura dos laços sociais e de isolamento face aos outros (Mauritti, 2011, p. 10), o peso deste fenómeno (número de pessoas idosas ou mais especificamente de “pessoa com 65 e mais anos” a residirem sozinhas numa habitação,) é um dos indicadores mais utilizados nos processos de

reconfiguração das redes sociais de apoio ao mais velhos, envolvendo seja as instituições tradicionais da Rede Social especificamente dedicadas a esta população, seja as próprias forças de segurança no território (de que é exemplo o “recenseamento anual de idosos isolados e/ou em situação de dependência” levado a cabo em colaboração com a GNR.<sup>2</sup>

Segundo Mauritti (2011), é nesta orientação que já em meados do século passado, Jeremy Tunstall (1966) procura apurar em que medida o crescimento de pessoas no grupo etário com 65 e mais anos que residem sozinhas numa casa constitui uma manifestação de problemas sociais. O modelo teórico utilizado pelo autor tem como conceitos cruciais o “isolamento” e a “solidão”: sendo o primeiro — “estar só” — percecionado como um estado anómico objetivo (e mensurável) marcado pela ausência de contactos; e o segundo — “sentir-se só” —, o produto de construções cognitivas/emocionais individuais (de “personalidade”) decorrente de avaliações de circunstâncias pessoais no contexto social envolvente. Uma das mais importantes conclusões dessa pesquisa depois confirmada pelo estudo compreensivo desenvolvida por Mauritti em Portugal, é a de muitas das pessoas com 65 e mais anos que residem sozinhas num alojamento não experimentam uma redução significativa dos laços e dos contactos sociais, nem tão-pouco se sentem em solidão.

De facto, tanto o isolamento social (escassez de contactos sociais por desmantelamento/ausência de redes de relacionamento de proximidade) como a solidão – desconexão/afastamento emocional (Weiss, 1973) de si próprio ou de um outro – estão, muitas vezes, interligados a experiências de (pelo menos, quase) exclusão social, resultante da falta de recursos (materiais e relacionais) e de condições de participação da população idosa na comunidade. Neste sentido, os traços de desfavorecimento que caracterizam as condições de vida de muitos idosos em Portugal (pobreza, iliteracia, isolamento residencial, morbidade e dependência, entre outros) são fatores que de forma cumulativa contribuem para que não consigam usufruir de serviços e de bens e equipamentos, que possam estar disponíveis. Na ausência de estruturas sociais que façam a mediação entre essas pessoas e os recursos disponíveis, o isolamento social é uma experiência frequente, provocando sentimentos de solidão e abandono, com consequências graves e difíceis de ultrapassar por quem as sente. (Gonçalves & Carrilho, 2007).

---

<sup>2</sup> <https://www.gnr.pt/comunicado.aspx?linha=4604> (julho 2022).

Verifica-se também que os idosos podem ter uma rede social diversificada e mesmo assim sentirem-se sós, uma vez que essa rede social pode não corresponder às suas necessidades. (Jong-Gierveld & Raasdschelders, 1982, in Monteiro & Neto, 2008).

Fernandes (2000) define a solidão como sendo uma experiência subjetiva que pode ser sentida não só quando se está sozinho, mas quando se está na companhia de pessoas com as quais não se deseja estar. As queixas de solidão acontecem quando o tipo de relações que se tem é reduzido e pouco satisfatório. Neste quadro, a solidão social relaciona-se com lacunas na rede social, sendo experienciada quando há falta de um relacionamento emocional íntimo. A morte de alguém que se ama e a predisposição dos indivíduos para estarem sós, são assinaladas como duas causas da solidão. (Peplau e Perlman, 1982, in Monteiro & Neto, 2008).

No seu trabalho, Mauritti sublinha a propósito o conceito de “intimidade na distância” ou “flexibilidade funcional” para análise das relações que se estabelecem entre os idosos que residem sozinhos na sua casa e outros significativos para o seu bem-estar (entre os quais podemos incluir os profissionais que exercem atividade nas Respostas Sociais). Esse conceito enfatiza a preferência, por parte da pessoa idosa em manter-se na sua residência independente — “na casa onde viveram grande parte da sua vida, com os seus objetos pessoais, testemunhos vivos de experiências passadas” — desde que tal se possa conciliar com a manutenção de contactos de proximidade que asseguram a manutenção de necessidades básicas e relacionais fundamentais ao seu bem-estar (Mauritti, 2011, p. 134).

### **3. Estudo Empírico**

#### **3.1. Metodologia**

Esta investigação tem por base um estudo de caso, no Concelho do Entroncamento. A sua realização foi operacionalizada através de uma abordagem de triangulação metodológica, envolvendo a utilização de diversas fontes, sobretudo de natureza qualitativa. Nomeadamente, entrevistas a profissionais; grupos de discussão com pessoas idosas envolvidas em intervenções que procuram mitigar o isolamento e solidão e análise de documentos de caracterização do Concelho do Entroncamento, os seus desafios e características específicas.

**3.2.** O objetivo geral do estudo focaliza uma experiência de Desenvolvimento comunitário orientada pelo combate ao isolamento de pessoas idosas. Concretamente, de acordo com a proposta avançada por Silva (1963) e Viveiros (2008) que assinalam um conjunto de etapas e procedimentos na concretização do desenvolvimento comunitário, procuramos compreender, designadamente:

- Os processos subjacentes à construção de diagnóstico de identificação dos fatores que contribuem para o isolamento de pessoas idosas, simultaneamente, tendo em conta a perspetiva dos técnicos e das populações visadas na intervenção social
- Identificar os recursos mobilizados na resposta aos desafios colocados, aqui enfatizando a importância das Respostas Sociais existentes na liderança de soluções que visam mitigar o isolamento de pessoas idosas no Concelho do Entroncamento
- Identificar as estratégias e os campos de atuação privilegiados nessas ações
- Compreender em que medida a concretização das intervenções preconizam os princípios subjacentes ao desenvolvimento comunitário, implicando as populações visadas nas várias etapas do processo.

### 3.3. Amostra

Numa primeira fase deste estudo foram realizadas entrevistas a profissionais altamente qualificados, Diretores Técnicos ou Coordenadores das diversas Respostas Sociais e de projetos que desenvolvem o seu trabalho junto da população idosa no Concelho do Entroncamento.

Foram contactados onze técnicos/ entidades das diversas Respostas Sociais que trabalham na área da terceira idade. Dos onze técnicos contactados, oito aceitaram participar neste estudo e cederam a entrevista. As entrevistas foram maioritariamente realizadas de forma presencial, tendo duas delas sido realizadas via plataforma Zoom.

Dos oito técnicos entrevistados sete são do sexo feminino, as suas idades estão compreendidas entre os 34 anos e os 60 anos. Em relação às áreas de formação, três dos técnicos entrevistados têm formação de base em serviço social, três vêm da área da psicologia, uma é professora de música e um técnico que tem formação na área de educação.

TABELA I

#### Caraterização dos entrevistados <sup>3</sup>

1 – Sol; 59 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 1998; Coordenadora do Centro de Convívio da CME.
2 – Maria; 58 anos; Feminino; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE.
3 – Joana; 34 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G.
4 - Maria Beatriz; 51 anos; Feminino; Licenciada em Música desde 1986; Coordenadora da Universidade Sénior.
5 - Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME.
6 - Ana; 38 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2006, Diretora Técnica do Lar Fernando Eiró – SCME.
7 – Helena; 41 anos; Feminino; Mestre em Psicologia Clínica e do Aconselhamento desde 2001; Diretora do Lar Santa Casa.
8 – Rodrigo; 40 anos; Masculino; Licenciado em Ensino Básico desde 2007; Coordenador da Proteção Civil e Comandante dos Bombeiros.

Numa segunda fase do estudo foram realizados três grupos de discussão (ou *focus group*). Os dois primeiros contaram com a participação de nove utentes da resposta social de “Centro de Convívio”, com idades compreendidas entre os 73 anos e os 89

<sup>3</sup> Trabalho de campo realizado entre os meses de Março e Maio de 2021

anos. Sete dos participantes são do sexo feminino e dois do sexo masculino. Oito em nove são idosos com reduzida escolaridade, tendo concluído apenas a 4ª classe (o que corresponde à escolaridade obrigatória nas idades em que frequentaram o sistema escolar) e um dos idosos obteve o 11.º ano. Em termos de trajetória socioprofissional, entre as mulheres quatro dedicaram a sua vida aos cuidados da família e da casa, duas exerceram atividade independente num pequeno negócio familiar e uma foi auxiliar médica numa unidade de saúde, os dois homens que participaram no estudo trabalharam por conta de outrem, ambos operários semiqualeificados, um numa organização militar, outro na empresa Comboios de Portugal.

Foi realizado um terceiro grupo de discussão a três utentes da “Universidade Sénior do Entroncamento”, com idades compreendidas entre os 67 anos e os 70 anos. As três participantes neste grupo de discussão são mulheres, detentoras de habilitações literárias de nível superior (licenciatura). Refletindo o seu perfil qualificacional distintivo, especialmente, no contexto da respetiva coorte geracional, ao longo da sua trajetória profissional todas exerceram cargos técnicos e de coordenação (correspondentes às categorias de classes social de Profissionais Técnicos e de Enquadramento e de Dirigentes).

TABELA II

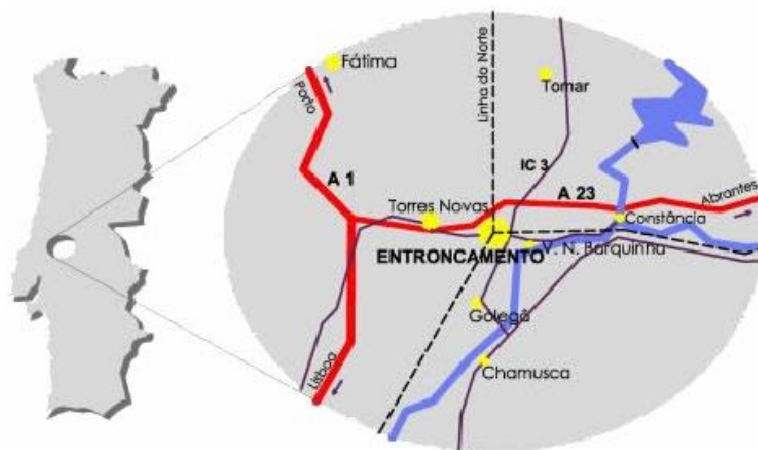
**Caraterização dos participantes nos grupos de discussão <sup>4</sup>**

<b>1º – Grupo de Discussão</b>
1 – Maria Helena, Mulher, 81 anos, 4ª classe, foi proprietária de um café, vive com o cônjuge
2 – Júlio Nunes Valente, Homem, 89 anos, 4ª classe, foi serralheiro nas oficinas da CP, vive com o cônjuge
3 – Fernanda Paulino, Mulher, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cônjuge
4 – Homem. 81 anos, estudou até ao 11º ano, foi militar, vive com a cônjuge
5 – Manuela Cadete, Mulher, 75 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o filho
<b>2º - Grupo de Discussão</b>
6 – Florinda Espadinha Mulher, 75 anos, 4ª classe, foi auxiliar médica, vive sozinha
7 – Maria Rosa Paulo Mulher, 4ª classe, foi proprietária de um café, vive sozinha
8 – Rosa Branca, Mulher, 87 anos, 4ª classe, foi proprietária de uma frutaria, vive sozinha
9 – Benvinda, Mulher, 77 anos, 4ª classe, doméstica, vive sozinha

<sup>4</sup> Trabalho de campo realizado entre os meses de Abril e Maio de 2021

<b>3º - Grupo de Discussão</b>
10 – Fernanda, Mulher, 70 anos, licenciada, foi Professora do Ensino Secundário e Profissional, foi Diretora de Turma e Coordenadora de Departamento, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o cônjuge
11 – Teresa, Mulher, 68 anos, licenciada, foi Técnica Superior na Segurança Social e Coordenadora Distrital PIEF, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o cônjuge
12 – Irene, Mulher, 67 anos, Licenciada em História, foi Professora de História e Língua Portuguesa e Presidente do Agrupamento Alpha do Entroncamento durante 7 anos, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o filho.

### 3.4. Caracterização do Concelho do Entroncamento



*Figura 1: Cidade do Entroncamento em termos geográficos*

O Concelho do Entroncamento está localizado na zona centro do País, é um Concelho privilegiado em termos de ferrovias, uma vez que a estação de comboios do Entroncamento é uma interface ferroviária das linhas do Norte e da Beira Baixa, o que se reflete na forte mobilidade intermunicipal por motivos de trabalho ou de estudo. Sendo um Concelho relativamente pequeno, a oferta de transportes públicos constitui um fator de atratividade de populações com uma grande heterogeneidade cultural. De acordo com os resultados conhecidos dos censos 2021, o Concelho conta atualmente com cerca de 9500 habitantes (o que reflete um decréscimo populacional entre os censos 2021/2011 de -1,5%).

Em termos de estrutura de idades, um dos segmentos populacionais que mais cresceu na última década corresponde ao da população com 65 e mais anos (+15,4%, entre os dois censos, envolvendo hoje pouco mais de 4200 pessoas). [INE, Censos

2021, resultados provisórios).<sup>5</sup> Verifica-se uma tendência de aumento de pessoas sós sobretudo entre mulheres viúvas e divorciadas. No geral, a população tem uma forte estrutura socioprofissional incidente em profissões na área das ferrovias devido às empresas do setor instaladas no município, bem como em profissões no setor militar cujo as estruturas como quartéis e bases militares têm uma forte implementação no Concelho do Entroncamento e Concelhos limítrofes.

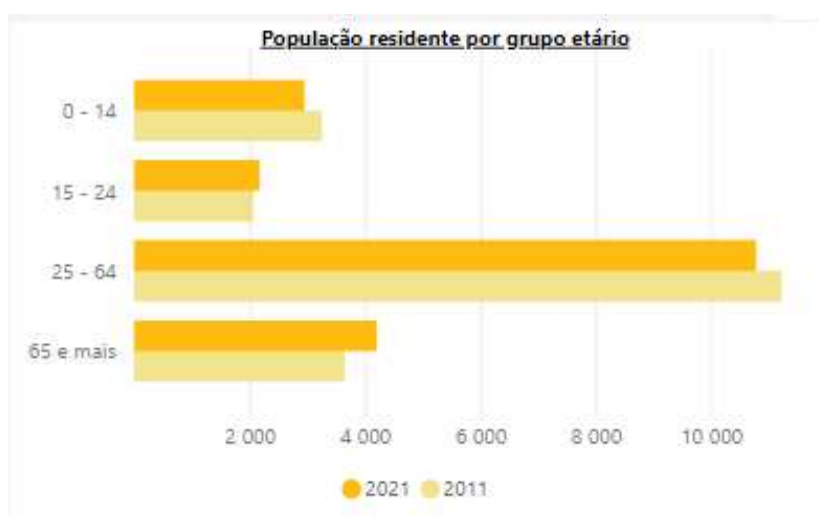


Figura 2: População residente no Concelho do Entroncamento por grupo etário.<sup>6</sup>

<sup>5</sup> [https://www.ine.pt/scripts/db\\_censos\\_2021.html](https://www.ine.pt/scripts/db_censos_2021.html)

<sup>6</sup> INE, Censos 2021, resultados provisórios: [https://www.ine.pt/scripts/db\\_censos\\_2021.html](https://www.ine.pt/scripts/db_censos_2021.html) (julho 2022)



#### 4. Resultados e discussão dos dados

A análise das entrevistas procura colocar em confronto as experiências e perspetivas dos técnicos que trabalham diretamente com as temáticas aqui em destaque, por um lado; e as das pessoas para as quais essas ações são dirigidas: as pessoas mais velhas que carecem de acompanhamento no sentido de assegurar a sua plena integração na comunidade envolvente. Neste trabalho procuro organizar este confronto de perspetivas tendo por base as áreas temáticas e conceituais previamente aprofundados na componente teórica desta pesquisa.

A primeira categoria pretende identificar as **características do Envelhecimento no Concelho do Entroncamento**. Na análise das entrevistas entre os aspetos assinalados como potenciadores de isolamento e solidão encontramos subcategorias associadas ao “viver na cidade” e à “ausência ou fragilidade dos laços familiares”. Esta análise visa ilustrar estas experiências que sublinham a diminuição de contactos sociais, frequentemente ligados à vivência da velhice, especialmente nas cidades. Tais categorias ilustram a citação segundo a qual: “A solidão e o isolamento significam uma diminuição das relações sociais e um vazio afetivo, funcionam como fatores stressantes, obrigando a um esforço de superação, muitas vezes vivido através de comportamentos agressivos, de grande ansiedade ou de depressão.” (Monfort, 2001, in Quaresma, 2004, p.46).

Na primeira subcategoria, o excerto seguinte realça a perspetiva de uma das responsáveis pelas Respostas Sociais e a contradição que a mesma encontra entre o viver na cidade (em áreas mais povoadas) e as invisibilidades a que nesses contextos estão, frequentemente, votadas muitas pessoas mais velhas:

*“Estamos numa cidade e [por isso pensa-se que] as pessoas não estão isoladas...”. Estão, estão! Esse é o nosso principal problema! (...) Porque elas estão mesmo isoladas.” [Maria; 58 anos; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE].*

A ausência da família, ou o facto de esta, em muitas situações, não assegurar o cuidado da pessoa mais velha, seja por omissão, por fragilidade ou mesmo por ausência de laços é um dos elementos que emerge com frequência. Entre as causas mais frequentes destaca-se a saída dos filhos e/ou outros familiares próximos para outras regiões por motivos de estudo ou de trabalho; a deterioração das condições de saúde e autonomia também dos familiares ou mesmo a sua morte. Em alguns testemunhos,

um dos aspetos assinalados enfatiza nesta problemática a intensidade do envelhecimento, o qual dita a sobrevivência do idoso face aos próprios filhos ou, também, e de forma crescente, favorece a coresidência de mais do que uma geração de pessoas idosas e muito idosas. O reconhecimento das fragilidades inerentes a estes quadros familiares, onde por vezes, a escassez de laços de intimidade se sobrepõe com experiências de isolamento emocional ou “solidão” da pessoa idosa, é, aliás, apontado como uma das causas para a emergência da rede de “cuidados formais”, em cuja ação os mais velhos acabam por encontrar a necessária ligação à comunidade.

*“Em relação aos idosos, umas das situações mais graves que nós vivemos diariamente é a situação, entre aspas, do abandono. Ou seja, não têm família (...) Porque nós temos uma população muito idosa no Entroncamento, e chegar aos noventa e tal anos, aos noventa ou oitenta, e olhar à sua roda, à sua volta, e sentir que teve dois ou três filhos [que, entretanto, morreram ou migraram e não estão presentes] mas que afinal não tem ninguém, isto também é um luto muito grande [Maria; 58 anos; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE].*

*“A gente tinha alguns em situações delicadas, em isolamento e mesmo pela própria estrutura familiar frágil, pais e filhos já com uma idade bastante avançada e sem alternativas de resposta.” [Helena; 41 anos; Mestre em Psicologia Clínica e do Aconselhamento desde 2001; Diretora do Lar Santa Casa].*

*“Elas podem estar isoladas no que diz respeito à inexistência de suporte familiar, o próprio feitio da pessoa não se querer relacionar com, mas há sempre um apoio, nem que seja uma visita semanal do centro de saúde.” [Joana; 34 anos; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G].*

A segunda categoria intitulada “**Redes de Suporte e de Sociabilidade**” pretende explorar as relações existentes entre as pessoas mais velhas e as suas redes de suporte, os seus laços de amizade e de família, bem como a importância das Respostas Sociais na preservação desses laços. A rede social do idoso pode ser constituída por familiares próximos como o cônjuge ou os filhos, a família mais alargada, amigos, vizinhos e os próprios profissionais que exercem atividade no âmbito das redes formais de cuidado e promoção de atividades lúdicas e culturais, no âmbito do Centro de Convívio ou da Universidade Sénior, por exemplo. Estas relações sociais podem manter-se, com maior ou menor regularidade, de forma presencial, mas também através do telefone e da internet.

Ao longo deste estudo podemos compreender a importância das Respostas Sociais existentes no Concelho do Entroncamento, também, como “plataforma de reencontro” e construção de “sociabilidades amicais” e “relações de convívio”, “companheirismo”,

“auxílio mútuo”, “contactos úteis” ou de “associação e entreatuda” entre os próprios idosos, que assim são chamados a intervir ativamente no combate à mitigação do isolamento existencial que os afeta (Mauritti, 2011, p.163). Como refere Paúl refletindo sobre experiências suscitadas no âmbito de Universidades de Terceira Idade, “As amizades são uma fonte de autoconfirmação, valorização do eu, autopercepção, intimidade, aceitação e proteção contra o mundo” (Paúl, 1997, p.109).

Nos excertos seguintes assinalamos alguns exemplos destas dinâmicas:

*“É no Centro de Convívio, muitas vezes, que as pessoas se sentem família. Nós temos pessoas a frequentar o Centro de Convívio todos os dias por uma questão de se sentirem bem. É lá que têm as pessoas com quem falam, com quem partilham, com quem querem festejar o seu aniversário...”* [Joana; 34 anos; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G]

*“Quando um utente está com uma dor (...) uma dor mais interior eles partilham. Logo há telefonemas, chovem telefonemas.”* [Sol; 59 anos; Licenciada em Serviço Social desde 1998; Coordenadora do Centro de Convívio da CME]

[os utentes da resposta social de lar] *“têm sempre alguém como referência [frequentemente uma das profissionais], nem todos têm a mesma pessoa de referência, (...) Às vezes não gostam de se queixar, não gostam de se manifestar, mas têm sempre alguém com quem desabafar...”* [Helena; 41 anos; Mestre em Psicologia Clínica e do Aconselhamento desde 2001; Diretora do Lar Santa Casa]

Esta perceção de que as Respostas Sociais existentes no Concelho do Entroncamento são fundamentais para a “promoção das relações de sociabilidade” é experienciada pelas pessoas mais velhas, uma vez que ao sentirem-se sozinhas têm um espaço como o Centro de Convívio, onde podem conviver e que os ajuda a sentir menos isolados. Fica claro, nos discursos das pessoas mais velhas, que se não forem estes espaços de convívio dificilmente teriam uma vida ativa e menos isolada.

*“Não tenho ninguém, estou sozinha, e assim, levanto-me, faço a minha vidinha em casa, faço o meu almoço e chega à hora vou-me embora [para o Centro de Convívio], é muito bom.”* [Maria Rosa, Mulher, 4ª classe, foi proprietária de um café, vive sozinha].

*“O Centro de Convívio, não haja dúvida que é um local que as pessoas aproveitam para frequentar quando não têm outra maneira, nem outro local onde estar, ali sentem um bocadinho de acolhimento, um bocadinho de convívio, por isso é que é um Centro de Convívio, onde passam um bocadinho do seu tempo.”* [José, Homem. 81 anos, estudou até ao 11º ano, foi militar, vive com a cónjuge].

*“A maior parte das pessoas que frequentam o Centro de Convívio não têm outra forma onde passar o tempo, nem com quem conviver”* [José, Homem. 81 anos, estudou até ao 11º ano, foi militar, vive com a cónjuge].

*“Desde que eu fui para lá acho que me tornei noutra pessoa. Tornou-me noutra pessoa, porque eu estava ali isolada, eu tinha dias que nem ao quintal vinha (...) estava ali muito solitária, e depois eu mudei, tornei-me outra pessoa.”* [Manuela, Mulher, 75 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o filho].

As experiências no Centro de Convívio ou nas outras Respostas Sociais, conferem assim um sentido de “pertença” e de “partilha de experiências” que algumas destas pessoas teriam dificuldade em construir noutros contextos. Desta forma, ajudando-as à perceção de que não só se mantêm ligadas à vida, como podem almejar pensar em futuros possíveis. Para outras, coexistem com outras relações significativas, que mantêm com a “família, amigos ou vizinhos”, e no âmbito das quais, podem incluir, também, “atividades de lazer relacionadas com o bem-estar físico, psíquico e emocional”. (Grand e Pous, 1988).

*“As pessoas ficam mais jovens, as pessoas ficam mais ativas, têm um envelhecimento mais saudável.”* [Fernanda, Mulher, 70 anos, licenciada, foi Professora do Ensino Secundário e Profissional, foi Diretora de Turma e Coordenadora de Departamento, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o cônjuge].

*“Eu vou andar com o meu marido todas as tardes, vamos dar uma volta, a minha vizinha também está sempre deserta para ir, vamos os três, damos uma volta, e depois vamos para casa”* [Maria Helena, Mulher, 81 anos, 4ª classe, foi proprietária de um café, vive com o cônjuge].

*“O Centro de Convívio é muito positivo para mim, a Igreja para mim também é fundamental porque sinto-me lá bem”* [Fernanda Paulino, Mulher, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cônjuge].

Na perspetiva das pessoas mais velhas, as Respostas Sociais são fundamentais no seu dia-a-dia como forma de terem uma vida mais social e mais ativa, mas também se verificam importantes na criação de “hábitos de rotina” e na atribuição de sentido para a vida.

*“Hoje já tive o objetivo de me levantar mais cedo, de me arranjar, porque vinha aqui, e lá nós pensamos logo nisso, pensamos de manhã, fazer o almoço porque às duas horas temos ginástica para estarmos despachadinhos, aquilo é uma motivação mental para sairmos de casa.”* [Fernanda, Mulher, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cônjuge]

Uma terceira categoria identifica as diversas **Valências de Respostas Sociais que compõem a Rede Social do Concelho do Entroncamento** no âmbito da terceira

idade. Estas envolvem seja a promoção de atividades lúdicas e recreativas e de convívio para pessoas que gozam ainda de alguma autonomia (Centro de Convívio e Universidade Sénior), seja de cuidado e resposta a necessidades básicas a pessoas ao domicílio (apoios domiciliários incluindo fornecimento de refeições, tratamento de roupas e higiene pessoal, bem como limpeza da habitação), seja ainda de cuidados continuados em internato para o segmento em condição de dependência (estruturas residenciais).

TABELA III

<b>Caracterização das Respostas Sociais existentes no Concelho do Entroncamento</b>		
<b>Resposta Social</b>	<b>Entidade</b>	<b>Número de utentes</b>
Centro de Dia	Associação Lar dos Ferroviários	19
	Lar Santa Casa	25
SAD	Associação Lar dos Ferroviários	32
	Lar Santa Casa	59
	CERE	25
ERPI	Associação Lar dos Ferroviários	82
	Lar Santa Casa	60
	Fernando Eiró Gomes	54
Atividades Socioculturais	Centro de Convívio - CME	60
	Universidade Sénior - ENCOPROF	162
	CLDS-4G	
Total de participações nas Respostas Sociais <sup>7</sup>		578

De acordo com estes dados, estima-se que no Concelho do Entroncamento cerca de 13,8% da população com idades acima dos 65 anos beneficia de apoios continuados das Respostas Sociais. Os cerca de 86% não abrangidos diretamente nestas respostas, poderão contudo beneficiar da sua ação, sobretudo quando a mesma envolve iniciativas dirigidas à comunidade, como é o caso de eventos culturais e

<sup>7</sup> Cada idoso pode frequentar mais que uma resposta social – Fonte: CM Entroncamento, Diagnóstico Social do Concelho do Entroncamento 2017, disponível em: <https://www.cm-entroncamento.pt/pt/viver/acao-social#diagn%C3%B3stico-social-do-concelho-do-entroncamento> (julho 2022).

recreativos; intervenções no espaço público onde as sociabilidades têm lugar como os jardins, os “ginásios ao ar livre”, a manutenção e melhoria de circuitos e zonas pedonais, o “cartão municipal do idoso” (subscrito por cerca de 1817<sup>8</sup> pessoas idosas do Concelho), entre outros.

Estas valências de apoio visam responder às necessidades das pessoas idosas e procuram criar condições que permitam preservar e incentivar as relações intrafamiliares, bem como prevenir situações de dependência, promovendo a sua autonomia e atividade física.

*“O Centro de Convívio funcionava [durante o período COVID estas atividades foram suspensas] entre a uma da tarde e as cinco e meia da tarde, sempre com atividades, vários tipos de atividades. Os idosos podiam usufruir de uma atividade física todos os dias, ou hidroginástica ou ginástica, e tinham outro tipo de atividades.”* [Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME].

*“Nós fizemos aí algumas propostas engraçadas (...) chegámos a fazer piqueniques, chegámos a fazer encontros de jogos tradicionais, cartas, xadrez e coisinhas assim (...).* [Maria; 58 anos; Feminino; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE].

No ponto de vista da Técnica do Centro de Convívio, esta Resposta Social vai mais além do que as atividades lúdicas promotoras de um envelhecimento mais ativo, pois pretende também trabalhar as questões inerentes ao “bem-estar físico e emocional”. Reconhecem, assim, que o Centro de convívio se constitui como um espaço que promove a saúde e o bem-estar, pilares fundamentais para um envelhecimento ativo.

*“Proporcionar-lhe o maior bem-estar na sua vida. Proporcionar-lhe muita alegria. Proporcionar-lhe muita liberdade. Proporcionar-lhe conforto. Proporcionar-lhe a melhor condição de saúde. (...) temos partilhas que ajudam muitos idosos que pra ali vão com algumas tristezas e angústias, que os ajude um pouco a aliviar, e até a substituir aquela tristeza, aquela angústia por outra coisa que se chama felicidade e bem-estar.”* [Sol; 59 anos; Licenciada em Serviço Social desde 1998; Coordenadora do Centro de Convívio da CME].

---

<sup>8</sup> Fonte: CM Entroncamento, Diagnóstico Social do Concelho do Entroncamento 2017, disponível em: <https://www.cm-entroncamento.pt/pt/viver/acao-social#diag%C3%B3stico-social-do-concelho-do-entroncamento> (julho 2022).

O reconhecimento da importância da família para os que estão mais isolados, motivou a implementação de um sistema de comunicação remota onde os profissionais da Rede Social assumem o papel de mediadores:

*“No caso da Universidade Sénior, [...] nós tivemos um projeto que era com a Teleassistência. (...) fizemos a interligação com as famílias, com os utentes, porque eram pessoas que, por uma razão ou outra, estavam cá sozinhas, ainda com alguma autonomia, quase todos eles, mas ainda assim sozinhos”. [Maria Beatriz; 51 anos; Feminino; Licenciada em Música desde 1986; Coordenadora da Universidade Sénior].*

Na análise das entrevistas verifica-se que a “ação pública” tem também um papel ativo e tem investido na melhoria da “qualidade de vida” das pessoas mais velhas residentes no Concelho e isso revela-se através de iniciativas, empreendidas pelo próprio município. É o caso, por exemplo, de intervenções que procuram mitigar os efeitos inerentes à deterioração das capacidades motoras ou visuais dos mais velhos, a par com a promoção de atividades recreativas investidas também na promoção de vida saudável, neste caso não se limitando aos serviços prestados num âmbito das instituições que acolhem as Respostas Sociais.

A Vereadora da Ação Social da Câmara Municipal do Entroncamento refere que o Município tem investido nas acessibilidades ao nível dos rebaixamentos de passeios que permitem uma melhor locomoção das pessoas mais velhas e na criação de ginásios ao ar livre.

*“Nestes últimos anos tem sido feito um esforço muito grande para melhorar as acessibilidades, já fizemos centenas de rebaixamentos de passeios, para permitir a inclusão, e o piso tátil para pessoas de baixa visão ou cegas, mas também com dificuldades de mobilidade, e a população idosa do Concelho tem também sempre esse fator (que devemos ter em consideração) (...) além disso têm sido feitos pequenos ginásios ao ar livre..” [Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME]*

Verifica-se que os munícipes têm conhecimento das iniciativas dinamizadas no Concelho e que procuram de forma ativa os serviços disponibilizados pela Câmara Municipal, pelos serviços prestados e pelos gabinetes de apoio nas áreas da habitação, transporte ou em áreas mais culturais.

*“Os idosos procuram muito os serviços sociais ou pela habitação, ou pelas atividades, pelos suportes que temos, os gabinetes do Alzheimer, o gabinete da Deco, eles procuram seja os apoios em termos das instituições mais caritativas...”*

[Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME].

*“Existe o cartão Municipal do Idoso. Os benefícios para as pessoas que têm esse cartão são descontos na fatura da água, dos resíduos e do saneamento, e a possibilidade de usufruir do Entroncamento Solidário que é um serviço de pequenas reparações que são feitas na sua casa, uma torneira, um autoclismo, um bidé, uma máquina de lavar...”* [Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME].

*“Ao nível dos transportes, ou seja, uma pessoa neste momento que queira utilizar os transportes (TURE – Transportes Urbanos do Entroncamento) ou um apoio da câmara só paga no seu passe mensal seis euros, para as pessoas idosas é só três euros por mês.”* [Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME].

Na perspetiva de uma participante num grupo focal o Município tem proporcionado algumas atividades à sua população, embora na sua perceção essas atividades ainda não sejam suficientes.

*“Nunca pode ser tudo o que queríamos, mas a Câmara até se empenha em dar algumas coisas, uns filmes de vez em quando, umas atividades, o Centro de Convívio é promovido pela Câmara, os passeios, e essas coisas por aí para fazermos exercício, portanto, nunca será o suficiente, mas acho que sim, tem-se preocupado com os idosos.”* [Fernanda, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cônjuge].

No decorrer das análises das entrevistas e dos grupos focais, foi também constatada a “envolvência dos idosos nas dinâmicas das instituições” através da sua “participação ativa” no desenvolvimento das atividades realizadas, contribuindo assim para a envolvência do idoso no seu próprio processo de envelhecimento.

Surgem também iniciativas nas próprias instituições que visam envolver os idosos nas dinâmicas que as mesmas promovem. Um dos exemplo referido a propósito é a criação de uma “comissão do utente”. Através desta comissão procura-se que os próprios visados nas ações tenham voz e protagonismo, ao mesmo tempo que têm a oportunidade de conhecerem melhor o funcionamento da instituição.

*“Os nossos utentes têm muito esta capacidade de participar em campanhas, de participar em dinâmicas, em atividades... Eles próprios também têm a iniciativa.”* [Ana; 38 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2006, Diretora Técnica do Lar Fernando Eiró – SCME].

*“Criámos a comissão do utente. Esta comissão representa os cinquenta e quatro utentes que temos na nossa instituição e sentimos que é uma mais-valia para a tal participação cívica, ativa, a envolvência, o compreender a dinâmica da equipa*



*multidisciplinar, compreender a regras, compreender os regulamentos e quando a pessoa compreende e está envolvida neste processo.” [Ana; 38 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2006, Diretora Técnica do Lar Fernando Eiró – SCME].*

Do ponto de vista dos idosos, os mesmos referem que gostam de participar nas atividades propostas por diversos motivos, porque se sentem mais ativos, porque não gostam de estar o dia todo em casa ou porque são estimulados. Nas suas declarações voltamos a reencontrar motivações de sociabilidade ligadas à oportunidade de desenvolvimento de “relações de convívio”, “companheirismo” e construção de “sociabilidades amicais”, mas também a procura de prolongar ou renovar projetos mais ou menos difusos de “participação social”:

*“É pelo convívio porque é agradável estar com as pessoas. Eu sinto vontade que puxem por mim, porque se não puxarem por mim eu fico quieta, eu preciso que puxem e daí gostar de ir e gostar de falar, gostar de estar.” [Irene, 67 anos, Licenciada em História, foi Professora de História e Língua Portuguesa e Presidente do Agrupamento Alpha do Entroncamento durante 7 anos, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o filho].*

*“Eu não gosto de estar o dia todo em casa, tenho necessidade de sair, de ver outras pessoas, falar com as pessoas. [Teresa, 68 anos, licenciada, foi Técnica Superior na Segurança Social e Coordenadora Distrital PIEF, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o cônjuge].*

*“Porque no fundo, nós somos ainda pessoas ativas, mas ainda se olha um bocadinho “elas já têm setenta anos””. [Fernanda, 70 anos, licenciada, foi Professora do Ensino Secundário e Profissional, foi Diretora de Turma e Coordenadora de Departamento, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o cônjuge].*

*“A minha vida também é muito agitada e gosto sempre de coisas novas” [Irene, 67 anos, Licenciada em História, foi Professora de História e Língua Portuguesa e Presidente do Agrupamento Alpha do Entroncamento durante 7 anos, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o filho].*

A quarta categoria pretende explorar a **construção da Rede Social como plataforma de trabalho** e enquanto medida social que visa ultrapassar os constrangimentos existentes na intervenção social procurando “fomentar sinergias entre os vários agentes no terreno”. A sua realização procura promover a construção de planos integrados com base nos territórios, com enfoque numa articulação de adaptação às políticas de âmbito nacional e aos problemas e necessidades locais. Essa articulação acontece nomeadamente através do trabalho colaborativo na conceção de instrumentos

de planeamento, como por exemplo os Planos Municipais – investidos na erradicação da pobreza e exclusão social e na promoção do desenvolvimento social.

Na análise das entrevistas relativamente à questão das Características da Rede Social no Concelho do Entroncamento os técnicos entrevistados referem a boa “colaboração” existente entre as várias entidades, em parte resultante de “experiência acumulada” ao longo de anos e da “preocupação em não deixar nenhuma entidade fora da parceria”, incluindo quer as organizações do terceiro setor, quer as próprias empresas que funcionam na região:

*“A Rede Social do Entroncamento funciona muito bem. Nota-se que funciona muito bem, é uma rede que já funciona há muitos anos.”* [Joana; 34 anos; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G]

*“Existe porque existem estas entidades todas, e para mim, desde que vim para a câmara foi uma surpresa muito boa, muito agradável a forma como essas entidades trabalham todas em conjunto (...).* [Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME]

*“Não me lembro de nenhum parceiro do Entroncamento que não faça parte do nosso trabalho. Eu não diria diário, mas quase diário (...).”* [Maria; 58 anos; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE]

*“O trabalho em rede não é só com instituições, também é com empresas, também é com entidades públicas ou privadas, portanto o trabalho em rede é no fundo, com tudo e com todos...”* [Sol; 59 anos; Licenciada em Serviço Social desde 1998; Coordenadora do Centro de Convívio da CME].

De acordo com as técnicas, o trabalho colaborativo assim constituído tem a vantagem de permitir o “confronto de experiências” e a “partilha de soluções” entre os profissionais, servindo como contexto prático de formação, com relevância para o exercício profissional. Nesta cooperação, a Câmara Municipal através do seu Presidente e da Vereadora da Ação Social têm um papel central de coordenação.

*“Para além de terem a importância que tem para resolver assuntos, no fundo elas têm outro sentido também, que é o aproximar das equipas e o aproximar do conhecimento do que um e o outro faz. Se eu não consigo fazer, o meu colega vai-me ajudar a fazer.”* [Joana; 34 anos; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G].

Na perceção das técnicas, o trabalho em rede é um exemplo de uma boa prática ao potenciar o contacto e a partilha entre os diversos parceiros e instituições. O objetivo crucial visa aprofundar o conhecimento sobre os desafios encontrados pelos técnicos

no terreno, e melhorar a atuação através da partilha de conhecimentos e de experiências e da otimização dos recursos (escassos) disponíveis:

*“Eu acho que de uma maneira geral, a Rede Social consegue dar conta das situações, e não vejo assim situações de grande isolamento, porque acho que temos uma boa Rede Social, que tem acompanhado e tenta acompanhar os casos de perto.”* [Beatriz; 51 anos; Licenciada em Música desde 1986; Coordenadora da Universidade Sénior]

*“O trabalho está agilizado. O trabalho está oleado. Está a funcionar. A qualquer hora e a qualquer momento tenho sempre o telefone ligado recebo contactos ou ligo e pergunto como estão as coisas, se é preciso alguma coisa. Vou passando essa informação ao Presidente de Câmara. (...) O maior desafio é fazer muito com pouco...”* [Rodrigo; 40 anos; Licenciado em Ensino Básico desde 2007; Coordenador da Proteção Civil e Comandante dos Bombeiros].

Contudo, frequentemente, os constrangimentos encontrados pelos profissionais não estão centrados na própria Rede Social (Respostas Sociais ou técnicos), mas sim nos destinatários da ação. Tal como abordei na caracterização do Concelho do Entroncamento, a cidade do Entroncamento é atualmente um ponto de chegada de pessoas oriundas de várias nacionalidades, pela fácil locomoção através da rede ferroviária, bem como o preço mais reduzido da habitação e isso também é verificado como um desafio da Rede Social.

*“Os constrangimentos às vezes prendem-se, não tanto com as nossas possibilidades de trabalhar nesta rede, mas às vezes com constrangimentos que vêm dos próprios indivíduos. Ou seja, eles podem não querer que a gente atue, ou podem não dar autorização para que nós de alguma maneira façamos parte, digamos assim, da procura de soluções dentro dos problemas que eles apresentam. E dessa forma temos que sair do processo e, portanto, ficamos um bocadinho à margem e não conseguimos desenvolver o nosso trabalho.”* [Maria; 58 anos; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE].

*“O principal desafio neste momento nem é tanto a relação com as pessoas, o Entroncamento tem tido uma alteração do paradigma em que tínhamos pessoas oriundas da Beira Interior, e neste momento temos um Entroncamento multicultural, em que as pessoas estão a vir de fora, e gerir isto, a questão da multiculturalidade, há pessoas que não estão preparadas, ou estão menos preparadas se calhar, para viver em comunidade, e o Entroncamento é um meio pequeno, e por vezes este tipo de relações em comunidade não é fácil, as pessoas têm outro tipo de vivência, e não estão habituadas a gerir o seu dia-a-dia como deveriam de gerir numa cidade como o Entroncamento.”* [Rodrigo; 40 anos; Licenciado em Ensino Básico desde 2007].

Embora a Rede Social do Entroncamento esteja consolidada, existindo essa prática de trabalho, foi verificado nas entrevistas realizadas que existem diversas oportunidades

a desenvolver no trabalho em Rede. Entre estas, para além dos desafios subjacentes ao confronto com uma realidade social intensamente “multicultural”, destacado no excerto anterior, as citações seguintes assinalam ainda a necessidade de alguma “especialização” temática que permita melhor articular parceiros investidos numa mesma problemática (o isolamento das pessoas idosas, por exemplo), ou também melhorar a abordagem holística dos fenómenos definindo de forma clara campos de atuação e formas de cooperação interinstitucional que permitam a melhor conjugação de respostas:

*“Uma coisa que não é feita e que de futuro poderá ser proposta, fazerem-se grupos de trabalho das temáticas. Por exemplo, haver semestralmente, um encontro de diretoras das Instituições Particular de Solidariedade Social de lares de idosos. A nível distrital é bastante enriquecedor. Esta partilha.”* [Joana; 34 anos; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G].

*“Eu acho que poderia haver uma parceria entre instituições porque por vezes a instituição A está a desenvolver um trabalho e a instituição B pode não ter tantos recursos como a A. E poderia haver aqui uma troca de recursos em rede.”* [Rodrigo; 40 anos; Licenciado em Ensino Básico desde 2007; Coordenador da Proteção Civil e Comandante dos Bombeiros].

Uma quinta categoria, assinala **“necessidades sociais que segundo as técnicas não estão a ser contempladas no atual quadro de Respostas Sociais”** existentes no Concelho do Entroncamento. Estas perceções, baseadas numa vasta experiência profissional de intervenção com pessoas idosas, indicam nomeadamente, a necessidade de se criarem “centros de noite”, bem como o “apoio à saúde mental”.

[Seria pertinente] *existir “Um centro de noite para idosos. (...) Penso que seria uma mais-valia, até para o combate à solidão, ao isolamento. Temos pessoas que ainda se consideram autónomas, mas que durante a noite poderá haver um maior risco associado ao fator idade, em que podiam estar integrados num centro de noite e durante o dia fazer a sua vida.”* [Ana; 38 anos; Licenciada em Serviço Social desde 2006, Diretora Técnica do Lar Fernando Eiró – SCME].

*“Uma coisa que faz mesmo muita falta no Concelho e não só no Concelho, são respostas ao nível do apoio à saúde mental. Nós não temos essa resposta.”* [Joana; 34 anos; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G].

Os resultados obtidos através dos grupos de discussão sugerem que nesta dimensão a perspetiva das técnicas não se sobrepõe às perceções de necessidades das próprias pessoas mais velhas. Neste caso as subcategorais emergentes apontam

“lacunas nas atividades culturais e recreativas e também no acompanhamento de “cuidados da saúde”.

*“Eu acho que era mais a nível cultural, porque em termos de instituições e serviços estamos bem servidos. A nível cultural sinto falta de haver mais dinamismo por parte da Autarquia ou de outras instituições que promovessem mais atividades culturais.”* [Teresa, 68 anos, licenciada, foi Técnica Superior na Segurança Social e Coordenadora Distrital PIEF, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o cônjuge]

*“Devia de haver no Centro de Convívio, não só jogos, não só conversa, mas um bocadinho dedicado à literatura para as pessoas tomarem conhecimento disto e daquilo.”* [José, 81 anos, estudou até ao 11º ano, foi militar, vive com a cônjuge]

*“Mais um esclarecimento, irmos a um enfermeiro e dá-nos uns conselhos, isso também era positivo.”* [Fernanda, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cônjuge].

Nesta subcategoria pretendemos explorar a “importância do contacto” entre os técnicos e os visados da ação, as pessoas mais velhas e a sua família. A prática profissional centrada no idoso e na sua rede de suporte, nomeadamente a família, verifica-se importante para a construção de um projeto de vida participado, apoiado e sustentável. A envolvência dos idosos e das suas famílias no seu processo de envelhecimento mostra-se benéfico na intervenção social, onde a própria família também quer fazer parte deste processo.

*“A própria família quer fazer parte, quer ser parte integrante deste contacto. (...) Também quer saber coisas sobre o seu familiar, e também quer falar um bocadinho do seu familiar. E para nós, quem está num espaço como o Centro de Convívio também é importante saber o que é que aquele familiar nos tem também a dizer sobre o utente.”* [Sol; 59 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 1998; Coordenadora do Centro de Convívio da CME].

Última sexta categoria identificada explora a **atuação das Respostas Sociais no contexto da pandemia da Covid-19**.

No início do ano de 2020 Portugal foi confrontado com a Pandemia Covid-19, tendo levado a população a adotar uma nova forma de viver, após o surgimento de diversas medidas de controlo pandémico com base no distanciamento físico. Estas medidas adotadas pela Direção Geral de Saúde tiveram grande impacto nas pessoas mais velhas, pois levaram ao encerramento de diversos espaços de lazer e de socialização que frequentavam diariamente, como os Centros de Dia, Centros de Convívio e Universidades Sénior, levando assim a um afastamento nas diversas relações de

sociabilidade e em consequência a uma deterioração dos seus hábitos de vida. Na sequência da pandemia da Covid-19 e dos confinamentos que daí decorreram, surgiram novos desafios profissionais, onde se teve de repensar as dinâmicas das diversas Respostas Sociais bem como a sua intervenção junto das pessoas mais velhas encontrando novas formas de trabalhar.

Os excertos seguintes relatam as experiências vividas pelos técnicos durante esta fase pandémica que todos vivenciámos, onde referem os desafios que foram encontrando nesta nova dinâmica de trabalho. Foi necessário readaptar os planos de atividades e repensar novas estratégias de chegar até às pessoas mais velhas. Nos excertos seguintes podemos verificar que os desafios colocados suscitaram a criatividade e inovação em dimensões até então inesperadas. Em última análise a preocupação central foi conciliar o dever de isolamento social com a possibilidade de manter as pessoas ligadas e ativas.

*“Conseguir fazer cumprir as ações que estão previstas no plano de ação, tal e qual como foram imaginadas. A dificuldade é de facto a reinvenção, com alguns públicos, nomeadamente com o público do envelhecimento ativo.”* [Joana; 34 anos; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G].

*“Readaptámos o nosso plano de atividades a esta nova realidade, onde fazemos muitas atividades on-line, com convidados, com instituições parceiras, com instituições de apoio à terceira idade, e isso é, sem dúvida, um trabalho valioso, para o qual não estávamos tão desportos. A qualquer momento, na nossa casa, todos podemos estar a assistir, por exemplo, a um concerto, todos podemos estar a assistir à reza do terço, que é uma coisa que os nossos utentes gostam bastante, podemos estar a assistir a uma palestra, realizar um workshop...”* [Ana; 38 anos; Licenciada em Serviço Social desde 2006, Diretora Técnica do Lar Fernando Eiró – SCME]

Estes testemunhos enfatizam pois que apesar das dificuldades acrescidas que foram experimentadas durante o período de emergência da COVID, as respostas conseguiram reinventar-se e concretizaram novas formas de trabalho, que trouxeram também “oportunidades” para a criação de “novos projetos sociais” e espaços de encontro (digital) com outros significativos, em especial a família, ao mesmo tempo que promoveram a melhoria das competências digitais dos mais velhos.

*“Esta pandemia não trouxe só coisas negativas, também nos fez, ir mais além das nossas capacidades, descobrimos que há outras formas de trabalhar, também com as famílias que não podem estar tantas vezes como gostariam de forma presencial na instituição, e isso é uma mais-valia.”* [Ana; 38 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2006, Diretora Técnica do Lar Fernando Eiró – SCME].

*“Com a pandemia criámos um projeto que foi muito importante na proximidade aos idosos, mas também o “Olá Estamos Aqui” que vai a casa das pessoas e que tem sido uma receptividade muito agradável e muito positiva para a comunidade mais isolada e mais idosa.”* [Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME].

*“O projeto “Proximidade foi criado no âmbito da pandemia (...) os colegas do “Proximidade” ficaram muito ligados à parte da emergência, de verificar ainda antes deles terem problemas, ver se eles não tinham os problemas. Ou seja, antecipar as respostas de emergência.”* [Maria; 58 anos; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE].

*“A pandemia veio realçar a necessidade de mais locais para as pessoas conviverem e comunicarem. E pode-se trabalhar as pessoas idosas de uma forma integrada, desenvolvendo competências diferentes, seja através da poesia, programas de literacia digital.”* [Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME].

*“Muitos dos leitores da biblioteca eram pessoas mais idosas que iam ler os jornais e faziam isso todos os dias, neste momento como os jornais não estão disponíveis é preciso criar o tal jornal digital.”* [Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME].

*“Fruto da pandemia nós arranjámos uma estratégia de ir até eles, e esta estratégia consistiu no construir de um produto, no Caderno de Ação, um caderno de desafios, de atividades, onde eles se possam sentir estimulados psicológica e fisicamente, para trabalhar a questão cognitiva, a questão física, e sobretudo a questão da ocupação.”* [Joana; 34 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G].

A pandemia Covid-19 tem tido um grande impacto na saúde mental das pessoas, nas relações interpessoais e na deterioração dos hábitos de vida. Quando olhamos especificamente para esta população percebemos a perda de capacidades percecionada pelos técnicos, muito devido à falta de estímulos, perde de hábitos de vida e mudanças drásticas na rotina diária das pessoas mais velhas. O impacto verificado em comportamentos como o não querer sair de casa e o maior isolamento social reflete uma ansiedade e medo gerado pela incerteza de um período pandémico e pela pertença a um grupo em de risco, potenciado por um estímulo diário de informação dos media que relatam quotidianamente elevados números de mortes, doentes em estado crítico e a incapacidade do sistema saúde.

*“Esta época foi muito difícil! Eu acho que as pessoas perderam muitas capacidades. Eu tenho pessoas que ficaram de tal maneira condicionadas que agora não querem sair de casa... (...) e nós quase que temos que os obrigar a sair ali um bocadinho a passar a rua de um lado para o outro.”* [Maria; 58 anos; Feminino; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE].

*“Têm sido horríveis, porque se a gente sai de casa, não pode, se a gente fica em casa ficamos só a olhar para as quatro paredes, e eu estou sozinha, não tenho um cão, não tenho um gato, não tenho nada.”* [Benvinda, 77 anos, 4ª classe, doméstica, vive sozinha].

Por outro lado, não podemos esquecer o impacto negativo ao nível emocional que a situação pandémica causou nas próprias pessoas (técnicos, cuidadores) que têm a responsabilidade de minorar estes efeitos nas pessoas mais velhas, podendo isso ter um impacto na própria qualidade da intervenção.

*“Nós agora temos um impacto emocional que degradou muito o nosso dia a dia, inevitavelmente, porque nós tivemos que ser mais criativos, tivemos que pôr-nos à prova, e permitiu-nos ver o outro lado, nós, perante a diversidade, superamo-nos...”* [Helena; 41 anos; Feminino; Mestre em Psicologia Clínica e do Aconselhamento desde 2001; Diretora do Lar Santa Casa].

Com esta mudança tão profunda no quotidiano destas pessoas, surgem nos seus discursos ao nível da importância das atividades e dos espaços privilegiados de socialização, neste caso, pelo seu encerramento. Podemos verificar isso pela ausência das atividades ou pela falta de liberdade inerente e o impacto sentido na própria saúde mental.

*“Vivo aqui sozinha, tem-me feito muita falta o Centro de Convívio, ou seja, um convívio que possamos ter, porque uma pessoa isolada em casa sozinha...”* [Manuela, 75 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o filho].

*“Eu ia a tudo, era muito bom, por isso é que ia ficando doida quando aconteceu isto e não saía de casa.”* [Maria Rosa, Mulher, 4ª classe, foi proprietária de um café, vive sozinha]

*“Faz muita falta a piscina.”* [Manuela, 75 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o filho].

*“Pássaro não gosto de estar fechado na gaiola.”* [José, 81 anos, estudou até ao 11º ano, foi militar, vive com a cónjuge].



## **5. Considerações Finais**

Este estudo procurou aprofundar a problemática do isolamento das pessoas idosas, identificando ações comunitárias ou serviços de proximidade investidos na sua mitigação, e caracterizando as estratégias colaborativas veiculadas nessas ações.

A análise realizada confirma a relevância desta ação comunitária no Concelho do Entroncamento, onde se verifica a existência de situações de isolamento social e ausência ou fragilidade dos laços de suporte. Com efeito, verifica-se que os espaços comunitários (Centro de Convívio e Universidade Sénior) servem de plataforma para a construção de relações de convívio, redes amicais e de suporte.

Estes espaços servem também de suporte a atividades socialmente significativas para as pessoas visadas: seja atividades lúdicas como passeios, piqueniques, jogos tradicionais, entre outras, ou atividades promotoras de uma vida saudável como a hidroginástica ou as atividades de estímulo cognitivo.

É perceptível que estes espaços comunitários contribuem para uma vida social ativa e menos isolada. Além disso, são cruciais para a construção de um sentido de pertença e para a promoção de um envelhecimento mais ativo, promovendo igualmente, questões inerentes ao bem-estar físico e emocional das pessoas mais velhas.

Para além das Respostas Sociais assinaladas, verificou-se que a ação pública municipal tem também um papel fulcral na criação e consolidação de condições de inclusão das pessoas mais velhas no Concelho do Entroncamento. Desde logo, pelo potencial de acesso a uma população mais vasta, especialmente no que concerne às condições de mobilidade; ao alargamento de oportunidades de participação em atividades culturais e à própria disseminação de comportamentos saudáveis. O Município tem ainda um papel fulcral na dinamização do trabalho colaborativo entre as várias entidades que intervêm no Conselho.

De facto, a construção da Rede Social como plataforma de trabalho foi uma categoria muito destacada nas entrevistas realizadas aos técnicos das Respostas Sociais e dos projetos de intervenção comunitária. A Rede Social é reconhecida pelos técnicos como uma boa prática profissional, potenciadora da participação local, permitindo, senão ultrapassar, pelo menos, diminuir constrangimentos ligados à escassez de recursos materiais e humanos, face a necessidades neste domínio que são complexas e carecem de respostas abrangentes, com um entendimento geral e integrado dos fenómenos em presença.

Podemos, assim, observar que no Concelho do Entroncamento a operacionalização das políticas sociais e implementação de Respostas Sociais atuam através de uma abordagem holística, onde desenvolvem um trabalho conjunto, criando sinergias para fazer face aos desafios encontrados e às necessidades e realidade sociais da comunidade.

Nestas dinâmicas do trabalho institucional e em Rede, observámos, igualmente, a preocupação de envolvimento dos próprios idosos visados, bem como das suas famílias. Nas narrativas dos técnicos é assinalada a intenção de “dar voz e protagonismo” às pessoas envolvidas na ação, promovendo a sua participação nas dinâmicas da instituição e no seu processo de envelhecimento.

No entanto, vão surgindo novos desafios no desenvolvimento do trabalho institucional e em Rede, perante um quadro de crescente complexidade e onde os recursos não incrementam na mesma razão. Além disso, é frequente que as próprias pessoas visadas – as pessoas mais velhas – não reconhecerem a pertinência da intervenção social, e como tal não aderem às atividades realizadas. Um dos traços que contribuem para a complexificação dos desafios colocados está relacionado com a chegada de pessoas de várias nacionalidades, alargando as áreas de intervenção existentes e abrindo espaço para novas formas de trabalhar.

Verifica-se ainda que há espaço para consolidar no trabalho em Rede no Concelho, havendo sugestões para a realização de grupos de trabalho de temáticas sociais e parcerias entre as instituições, para uma eventual troca de recursos materiais.

Foram ainda identificadas necessidades sociais que, segundo as técnicas que trabalham nas respostas de intervenção comunitária, não estão a ser contempladas no atual quadro de Respostas Sociais existentes no concelho do Entroncamento. Entre estas é sublinhada a inexistência de um Centro de Noite, bem como a importância de criação de respostas específicas na área da Saúde Mental.

A fase pandémica levou a que muitas destas pessoas ficassem ainda mais isoladas, o que originou uma deterioração dos hábitos de vida e das relações interpessoais, com impactos não só na qualidade de vida de pessoas mais velhas utilizadoras de Respostas Sociais, como dos próprios técnicos que nelas trabalham.

No entanto, o estudo realizado revelou que este período pandémico também trouxe oportunidades e novas formas de trabalhar e de atuação junto das populações. Durante o período de confinamento o recurso a plataformas on-line permitiu assegurar o contato

entre as pessoas mais velhas e os seus familiares. Permitiu também a criação de novos projetos, não só para lidar com as emergências decorrentes da situação de isolamento, como para as prevenir.

Este estudo confirma, assim, que as Respostas Sociais e ação pública tem um papel fulcral na criação de espaços de sociabilidade na comunidade, contribuindo para a coesão social e identificação das populações com o contexto envolvente, desta forma, ajudando a mitigar experiências potenciadoras de isolamento e solidão. Ainda assim, será importante continuar a investir em novas formas de chegar às populações mais vulneráveis, como é frequentemente o caso das pessoas mais velhas.

Em estudos futuros, seria pertinente investigar de que forma os recursos educativos e as profissões que exerceram enquanto ativos condicionam a participação e a tomada de decisão nas atividades disponibilizadas na comunidade. Os dados recolhidos não nos permitem analisar com detalhe a adequação de diferentes tipologias de Respostas Sociais às diversas etapas de velhice, pautadas por maior ou menor autonomia e condições de saúde. Gostaríamos também de explorar melhor a articulação entre a ação pública e as famílias e outros significativos para as pessoas visadas. Num contexto das sociedades envelhecidas seria importante compreender melhor como atuar socialmente para promover uma maior solidariedade e interação entre gerações. Estas são temáticas que ficam em aberto para outras pesquisas.

## Referências Bibliográficas

- Amaro, R. R. (2003). Desenvolvimento — um conceito ultrapassado ou em renovação: Da teoria à prática e da prática à teoria, *Cadernos de Estudos Africanos*.
- Ander-Egg, E. (1980). *Metodologia y Practica Del Desarrollo de la Comunidad*. El Ateneo.
- Assembleia da República (2005). *Constituição da República Portuguesa. VII Revisão Constitucional*, p. 25.
- Bardin, L. (2004). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Carvalho, Maria Irene Lopes B. (2010). *Os Cuidados Domiciliários em Instituições de Solidariedade Social no Concelho de Cascais*. Lisboa: ISCTE—IUL. Tese de doutoramento.
- Dias, I. (2005). *Envelhecimento e violência contra idosos*. Porto, Universidade do Porto, Faculdade de Letras.
- Fernandes, A. A. (1997). *Velhice e sociedade. Demografia, família e políticas sociais em Portugal*. Oeiras: Celta Editora.
- Fernandes, P. (2000). *A depressão no idoso*. Coimbra: Quarteto Editora. Universidade Católica Portuguesa para obtenção do grau de mestre em Serviço Social.
- Fontaine, R. (2000). *Psicologia do envelhecimento*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Fortin, M. (1999). *O Processo de investigação da concepção à realização*. Loures: Lusociências Edições Técnicas e Científicas.
- Gonçalves, C. & Carrilho, M. (2007). *Envelhecimento crescente mas espacialmente desigual*. *Revista de Estudos Demográficos*.
- Grand e Pous. (1988). *Aging Couples and Disability Management*.
- Guerreiro, M. D. (2014). *Pessoas sós em Portugal: evolução e perfis sociais*. In: Delgado, A. & Wall, K. (Orgs.) *Famílias em Portugal nos Censos 2011: Diversidade e Mudança*, INE/ Imprensa de Ciências Sociais.
- Holdcroft, L. (1978). *The Rise and Fall of Community Development in Developing Countries: A Critical Analysis and an Annotated Bibliography*. MSU Rural Development, Paper No. 2. East Lansing, Michigan. Michigan State University, p. 10.

Imaginário, C. (2004). O idoso dependente em contexto familiar: Uma análise da visão da família e do cuidador principal. Coimbra: Edição Formasau.

INE (2002). Situação Demográfica e Socio-Económica Recente das Pessoas Idosas, Lisboa, Serviço de Estudos sobre a População do Departamento de Estatísticas Censitárias e da População.

Jacob, L. (2008). Participação ativa da população idosa na sociedade in Envelhecimento Ativo, Edição Janeiro-Julho, REPN, p. 20.

Lima, M. P (2010). Envelhecimentos - Estado da Arte, Imprensa da Universidade de Coimbra.

Mauritti, R. (2004). Padrões de vida na velhice. Revista Análise Social, XXXIX (171), p. 341.

Mauritti, R. (2011). Viver só: Mudança social e Estílos de Vida. Mundos Sociais, pp. 10-163.

Monteiro, H. & Neto, F. (2008). Universidades da terceira idade: Da solidão aos motivos para a sua frequência. Porto: Legis Editora.

Neto, F. (2000). Psicologia Social (II). Lisboa: Universidade Aberta.

Paúl, C. (1997). Lá para o fim da vida: Idosos, família e meio ambiente. Livraria Almedina, p.109.

Pimentel, L. (2005). O lugar do idoso na família. Coimbra: Quarteto Plano Gerontológico da Região Autónoma da Madeira, 2009-2013.

Quaresma, M. (1999). Envelhecimento e Ação Social. Lisboa, IEFP.

Quaresma, M. (2004). Interrogar a dependência. In M. Quaresma (Coord.), O sentido das idades da vida: Interrogar a solidão e a dependência. Lisboa: Cesdet Edições, p.46.

Quaresma, M. L. e Graça, S. (2006). Evolução das aspirações e necessidades da população envelhecida - novas perspectivas de actuação e intervenção. Cadernos Sociedade e Trabalho. Protecção Social, VII.

Quivy, R., & Van Campenhoudt, L. (2008). Manual de investigação em ciências Sociais (5ª Edição). Lisboa: Edições Gradiva.

Silva, M. M. (1962). Desenvolvimento Comunitário — Uma Técnica de Progresso Social — A.I.P., Lisboa.

Silva, M. M. (1963). Fases de um processo de Desenvolvimento Comunitário. Instituto Ciências Sociais da Universidade de Lisboa, p. 543.

Tunstall, J. (1966). Old and alone: a sociological study of old people. Routledge & K. Paul, London.

Viveiros, A. L. (2008). O Desenvolvimento Local e a Animação Sociocultural. Uma comunhão de princípios; en <http://quadernsanimacio.net>; nº 8; JULIO de 2008; ISSN 1698-4044.

Weiss,R.S.(1973). Loneliness: The experience of emotional and social isolation. Cambridge.

Zimmerman, G. I. (2000). Velhice: aspetos biopsicossociais. Porto Alegre: Artes Médicas.

### **Sítios Consultados:**

Associação ENCOPROF. Consultado em março de 2021. Disponível em: <https://encoprof.pt/>.

Associação Lar dos Ferroviários. Consultado em março de 2021: Disponível em: <http://www.alfer.pt/>.

Câmara Municipal do Entroncamento. Consultado em março de 2021. Disponível em: <https://www.cm-entroncamento.pt/>.

Censos Sénior, GNR. Consultado em janeiro de 2021. Disponível em: <https://www.gnr.pt/>.

Centro de Ensino e Recuperação do Entroncamento, CERE. Consultado em março de 2021. Disponível em: <https://cere1980.wixsite.com/cere/projects>.

Diagnóstico Social Entroncamento. Consultado em julho de 2022. Disponível em: [http://www.cm-entroncamento.pt/images/CME/Viver/acaosocial/redesocial/Diagnstico\\_social\\_2017\\_retificado.pdf](http://www.cm-entroncamento.pt/images/CME/Viver/acaosocial/redesocial/Diagnstico_social_2017_retificado.pdf).

Organização Mundial de Saúde. Consultado em fevereiro de 2022. Disponível em: <https://www.who.int/pt>.

PORDATA. Consultado em fevereiro de 2022. Disponível em: <https://www.pordata.pt/>

Santa Casa da Misericórdia do Entroncamento. Consultado em março de 2021. Disponível em: <https://scment.org/>.

Segurança Social. Consultado em janeiro de 2022. Disponível em: <https://www.seg-social.pt/inicio>.

# **Anexos**



## ANEXO A

### Autorização para a realização do estudo de caso no Concelho do Entroncamento

Estudo Académico no Concelho do Entroncamento

Caixa de entrada x



Ana Patrícia Duque <duqueana4@gmail.com>

para Tília Nunes, Rosário ▾

qui., 11 de mar. de 2021 15:09



Boa tarde,

Exma. Sra. Vereadora Tília Nunes,

Para além do meu trabalho no CLDS-4G, estou neste momento a realizar um estudo focado no Concelho do Entroncamento sobre respostas sociais e condições de participação de pessoas mais velhas na comunidade, realizado com fins académicos, no âmbito do Mestrado em Estudos de Desenvolvimento no Iscte, Instituto Universitário de Lisboa, sob orientação da Professora Rosário Mauritti (que coloco em Cc. neste email).

O estudo prevê duas componentes de recolha de informação. Uma primeira envolve a realização de entrevistas a dirigentes e responsáveis técnicos diretamente envolvidos na conceção e operacionalização das respostas sociais. Uma segunda fase prevê a realização de grupos de discussão, envolvendo utentes beneficiários da resposta social de Centro de Convívio. Nestes grupos de discussão pretendo captar as experiências e vivências dessas pessoas no período de confinamento.

Nesse sentido, venho convidar a Senhora Vereadora para a realização de uma entrevista, bem como solicitar a sua autorização para entrevistar também a Dra. Laura, responsável pelo Centro de Convívio. No seguimento gostaria ainda de confirmar a oportunidade de organizar dois grupos de discussão com utentes (4 a 6 utentes).

A entrevista a realizar tem um tempo estimado de 40 a 60 minutos, dependendo do desenvolvimento que quiser dar às perguntas que lhe colocar.

A sua ajuda é fundamental para o sucesso desta pesquisa, que segundo espero poderá trazer contributos interessantes para se pensar as respostas sociais no Concelho do Entroncamento e a sua adequação às necessidades e expectativas das populações.

Agradeço desde já a sua atenção.

Com os meus melhores cumprimentos,

Ana Patrícia Duque



Tília dos Santos Nunes <tília.nunes@cm-entroncamento.pt>

para mim, Rosário ▾

qui., 11 de mar. de 2021 19:31



Cara Dr<sup>a</sup> Ana Patrícia Duque,

Espero que se encontre bem e com saúde.

Acuso, com agrado, a receção do email infra, apresentando a minha disponibilidade e interesse pessoal e institucional para colaborar no estudo referido.

Quanto à participação da Dr<sup>a</sup> Laura Maia, em termos institucionais não há qualquer constrangimento, agradeço que formule o convite à mesma, podendo ser por email, para conhecimento da Coordenadora do Serviço Social, na pessoa da Dr<sup>a</sup> Rita Rafael.

Fico a aguardar, pelo agendamento da entrevista e indicação de outras especificidades sobre a mesma, nomeadamente recolha de dados.

Com os melhores cumprimentos,

Tília Nunes

Vereadora da Câmara Municipal

[tília.nunes@cm-entroncamento.pt](mailto:tília.nunes@cm-entroncamento.pt)



Município do Entroncamento  
Largo José Duarte Coelho

## **ANEXO B**

### **Termo de consentimento informado**

Por favor, leia com atenção a seguinte informação. Se achar que algo está incorreto ou que não está claro, não hesite em solicitar mais informações. Se concorda com a proposta que lhe foi feita, queira assinar este documento.

**[Ana Patrícia Duque, Estudante do Iscte-Instituto Universitário de Lisboa, Mestrado em Estudos de Desenvolvimento com o contacto telefónico: 916904769 e o endereço eletrónico: duqueana4@gmail.com]**

**Assinatura/s do/a investigador: ... ..**

(impresso em duplicado, uma das impressões fica com o/a entrevistado/a

-----

Declaro ter lido e compreendido este documento, bem como as informações verbais que me foram fornecidas. Foi-me garantida a possibilidade de, em qualquer altura, recusar participar neste estudo sem qualquer tipo de consequências.

Desta forma, aceito participar no **estudo focado no Concelho do Entroncamento sobre Respostas Sociais e condições de participação de pessoas mais velhas na comunidade, realizado com fins académicos**, e permito a utilização dos dados que de forma voluntária forneço através de **Entrevista**, realizada por **Ana Patrícia Duque**, estudante do Mestrado em Estudos de Desenvolvimento, do Iscte - Instituto Universitário de Lisboa, sob a orientação científica da professora Rosário Mauritti.

Fui informada/o que a entrevista é gravada e que os registos áudio e informáticos da gravação serão mantidos sob forma anónima e em ambiente de privacidade, i.e., com acesso restrito a terceiros. Confio também que toda a informação recolhida se destina exclusivamente a tratamento qualitativo, no âmbito científico do referido projeto.

Nome: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_/\_\_\_/2021

## **ANEXO C**

### **Guião da Entrevista**



### **ESCOLA DE CIENCIAS SOCIAIS E HUMANAS**

#### **Desenvolvimento comunitário como estratégia de combate ao isolamento do idoso**

Sou a Ana Patrícia Duque, e estou a realizar uma pesquisa académica, no âmbito do mestrado em Estudos de Desenvolvimento em curso no Iscte-Instituto Universitário de Lisboa, sob orientação da professora Rosário Mauritti ([rosario.mauritti@iscte-iul.pt](mailto:rosario.mauritti@iscte-iul.pt)).

O meu estudo tem como foco o Concelho do Entroncamento, e procura analisar as condições de participação de pessoas mais velhas na comunidade. Sabendo que muitas dessas pessoas vivem sozinhas ou com outras pessoas da mesma faixa etária, pretendo investigar, especificamente, o trabalho que tem sido desenvolvido nesta área pelas instituições que intervêm no terreno.

Neste sentido, gostaria de poder contar com a sua colaboração para uma entrevista com duração estimada de 40 a 60 minutos. Se concordar, peço por favor que preencha o termo de consentimento informado e o pequeno questionário de caracterização que envio junto.

Os dados recolhidos serão tratados de forma a garantir a confidencialidade e anonimato.

1. Quais as suas principais responsabilidades e funções nesta organização/projeto?
2. Num dia típico de trabalho quais as principais tarefas que o preenche?
3. Como organiza o trabalho em equipa na sua organização?
  - 3.1. Na equipa técnica
  - 3.2. Equipa de apoio

4. Trabalha em rede com outras instituições e técnicos ligadas às diversas áreas e Respostas Sociais?
  - 4.1. Quais os tipos de instituições com que esse trabalho é feito?
  - 4.2. Sente que há espaço/ trabalho a fazer no que diz respeito ao estreitamento de relações?
  - 4.3. De que forma acha que isso pode ser desenvolvido dentro do Concelho?
5. Atualmente quais têm sido os maiores desafios do seu trabalho?
  - 5.1. Antes da pandemia começar os desafios eram semelhantes?
  - 5.2. Quais se lembra de serem os maiores desafios antes da pandemia começar?
6. No seu dia a dia de trabalho tem contato direto com os utentes e as suas famílias?
  - 6.1. Quais os principais desafios que identifica nessa relação com os utentes e famílias? Como assim?
7. Quais os motivos que levam os idosos a procurar a vossa instituição?
  - 7.1. Procuram a vossa instituição por iniciativa própria ou por aconselhamento de um familiar ou amigo?
8. Considera que os utentes estão envolvidos na dinâmica instituição?
  - 8.1. De que forma esse envolvimento é promovido?
9. Considera que os utentes da sua instituição/ organização são ativos na sociedade?
  - 9.1. Participam nas atividades da instituição?
  - 9.2. Tem laços de amizade e pessoas a quem confidenciar?
  - 9.3. Em caso de necessidade pediriam ajuda por iniciativa própria?
10. Na sua opinião que outra resposta social considera pertinente existir no Concelho do Entroncamento?
11. Com base na sua experiência profissional considera que há muitos idosos no Concelho do Entroncamento a viver em situação de isolamento?
  - 11.1. Na sua opinião essas pessoas colocam desafios específicos às Respostas Sociais? Como assim?

## **ANEXO D**

### **Ficha de caracterização do/ a entrevistado/ a:**

1. Idade: \_\_\_\_\_
2. Grau de escolaridade mais elevado que completou:
3. Área de Formação:
4. Ano em que concluiu esse grau:
5. Há quantos anos trabalha na Universidade Sénior do Entroncamento:
6. Na análise dos dados não irei referir o nome das pessoas que entrevistei, substituindo por “nicknames” ou nomes fictícios. Quer escolher o nome pelo qual gostaria de ser citada/o? Se sim, por favor indique um nome:

## **ANEXO E**

### **Guião do Grupo de Discussão do Centro de Convívio**



### **FACULDADE DE CIENCIAS SOCIAIS E HUMANA**

#### **Desenvolvimento comunitário como estratégia de combate ao isolamento do idoso**

Este grupo de discussão é realizada no âmbito da investigação para obtenção do grau de Mestre em Estudos de Desenvolvimento, no qual pretendo investigar e analisar a dimensão do isolamento dos idosos do Concelho do Entroncamento, compreender e analisar as estratégias comunitárias existentes no combate ao isolamento desta população.

Os dados recolhidos serão tratados de forma a garantir a confidencialidade anonimato.

A amostra para este focus grupo serão os utentes que frequentam a resposta social de Centro de Convívio, dos Serviços Sociais da Câmara Municipal do Entroncamento.

1. Género F M\_\_\_
2. Idade
3. Escolaridade
4. Profissão
5. Vive só?
6. Costuma sair de casa sozinho(a)?
7. Há quantos anos frequenta o Centro de Convívio?
8. Qual é o seu envolvimento com a instituição?
9. Veio/ chegou até ao Centro de Convívio por iniciativa própria ou por aconselhamento de um familiar ou amigo?

10. Com que frequência vai ao Centro de Convívio?
11. Para além do Centro de Convívio frequenta outra resposta social ou realiza ou tipo de atividades? Se sim, qual?
12. Nos dias em que não frequenta a instituição costuma sair de casa?
13. Costuma estar regularmente com família ou amigos?
14. Qual a frequência?
15. Costuma sentir-se só?
16. Sente-se mais feliz desde que frequenta o Centro de Convívio?
17. Tem algum passatempo ou hobby?
18. Qual o impacto que a pandemia Covid-19 teve na sua vida?
19. Nos últimos meses tem tido contacto com amigos e familiares?
20. Como são esses contactos?
21. De forma pessoal ou por telefone?
22. Qual a frequência desses contactos?
23. Do que sente mais falta no seu dia-a-dia?
24. O que a/ o deixa feliz?

## **ANEXO F**

### **Guião do Grupo de Discussão da Universidade Sénior**



### **ESCOLA DE CIENCIAS SOCIAIS E HUMANAS**

#### **Desenvolvimento comunitário como estratégia de combate ao isolamento do idoso**

Este grupo de discussão é realizado no âmbito da investigação para obtenção do grau de Mestre em Estudos de Desenvolvimento, pelo Iscte – Instituto Universitário de Lisboa, no qual pretendo investigar a dimensão do isolamento dos idosos do Concelho do Entroncamento e compreender e analisar as estratégias comunitárias existentes de resposta a este desafio.

Como referi anteriormente, com o consentimento de cada um, a conversa que vamos desenvolver será gravada, de forma a facilitar a análise dos vossos testemunhos. Quero sublinhar, no entanto, que os dados recolhidos serão tratados de forma a que nenhum de vós, participantes no estudo, possa ser identificado por outras pessoas, não presentes nesta conversa.

1. Para iniciarmos proponho, se concordarem, que comecem por se apresentar...
  - 1.1. Já se conhecem?
2. De uma forma geral conseguem identificar no Concelho do Entroncamento instituições ou atividades que são particularmente utilizadas para o convívio de pessoas da vossa faixa de idades?
  - 2.1. No geral como é que as pessoas têm conhecimento dessas atividades?  
[mencionar as atividade que forem referidas]
  - 2.2. Normalmente quem é que adere a essas atividades? Porquê?
  - 2.3. Na vossa opinião as pessoas inscrevem-se nessas atividade por iniciativa própria ou por aconselhamento de outras pessoas? Quem? Um amigo, familiar, médico, assistente social ou outra pessoa?



3. Quais consideram ser os principais motivos que levam as pessoas a frequentar esse tipo de atividades? Como o Centro de Convívio, Universidade Sénior, outra...
4. Na vossa opinião qual o impacto que esse tipo de atividades, como o Centro de Convívio, Universidade Sénior ou outras atividades têm na vida das pessoas que as frequentam?
  - 4.1. Consideram que os dias das pessoas que frequentam esse tipo de atividades são diferentes? Porquê?
  - 4.2. Numa situação ideal, no geral com que frequência é que as pessoas deveriam frequentar essas atividades? Porquê?
    - Todos os dias,
    - Várias vezes por semana mas não todos os dias
    - Uma vez por semana
    - Várias vezes por mês mas não todas as semanas,
    - Uma ou duas vezes por mês, raramente.
  - 4.3. Numa escala de satisfação, onde 10 é Muito Satisfeito e 0 Nada Satisfeito, como avaliam a satisfação geral das pessoas com as atividades promovidas no Concelho do Entroncamento? ... [dar espaço para resposta] Porquê?
5. Como é que tem sido viver nestes tempos de Covid-19, em especial aqui no Entroncamento? Do que sentem mais falta?
6. Na vossa opinião o Concelho do Entroncamento dispõe de serviços que promovem um envelhecimento mais ativo? Como assim?
7. Diriam que no Concelho do Entroncamento há uma preocupação com o bem-estar das pessoas da vossa idade? Porquê?
  - 7.1. Que atividades ou serviços faltam no Concelho do Entroncamento?
8. Consideram que é fácil chegar aos serviços/ instituições da comunidade e comunicar com eles? Como assim?

## ANEXO G

### Ficha de caracterização dos Grupos de Discussão

Homem  Mulher

1. Idade: [            ]
2. Número de anos de escolaridade:
  - Menos de 4 anos
  - 4 anos
  - 6 anos
  - 9 anos
  - 11 anos
  - 12 anos
  - + de 12 anos
3. Qual a condição que descreve melhor a sua situação económica quando tinha entre os 30 anos e os 45 anos?
  - Estava empregado
  - Cuidava da família e da casa
  - Não trabalhava devido a problemas de saúde/invalidez
  - Outra situação. Qual? \_\_\_\_\_
4. Qual foi a sua última profissão (descreva com detalhe)  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
5. Qual a sua situação nessa última profissão?
  - Trabalhador por conta própria (patrão)
  - Tinha um pequeno negócio individual/familiar (sem empregados)
  - Trabalhava por conta de outrem (empregado)
6. Com quem vive?
  - Sozinho
  - Com o cônjuge/companheiro/a
  - Com o cônjuge/companheiro/a e filha/o (s)

Outra situação: qual: \_\_\_\_\_

7. Com que regularidade contacta com outros familiares ou amigos (que não residem consigo, mas são muito importantes para si?)

Todos os dias

Duas ou três vezes por semana

Uma vez por semana

Uma ou outra vez por mês, mas não todas as semanas

Uma vez por mês

Só em ocasiões especiais (aniversário, festas de Natal, etc.)

7.1. Normalmente esses contactos acontecem...

por telefone

são presenciais

ambos

8. Tem algum passatempo? Se sim qual?

---

---

---

Muito obrigada

## ANEXO H

### Análise de Conteúdo das Entrevistas

Categories	Subcategories	Unidade de Registo
1. Características do Isolamento no Concelho do Entroncamento	Isolamento e Solidão	<p><i>“ah, estamos numa cidade e as pessoas não estão isoladas...”, estão, estão! Esse é o nosso principal problema, por isso chamámos ao projeto “Proximidade” porque queríamos ir ao pé das pessoas, porque elas estão mesmo isoladas.”</i> Maria; 58 anos; Feminino; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE.</p> <p><i>“(...) também a forma como a cidade é pensada, e é construída, nestes últimos anos tendo sido feito um esforço muito grande para melhorar as acessibilidades. Já fizemos centenas de rebaixamentos de passeios, para permitir a inclusão, e o piso tátil para pessoas de baixa visão ou cegas, mas também com dificuldades de mobilidade, e a população idosa do concelho tem também sempre esse fator.”</i> Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME.</p> <p><i>“A gente tinha alguns em situações delicadas, em isolamento e mesmo pela própria estrutura familiar frágil, pais e filhos já com uma idade bastante avançada e sem alternativas de resposta.”</i> Helena; 41 anos; Feminino; Mestre em Psicologia Clínica e do Aconselhamento desde 2001; Diretora do Lar Santa Casa.</p>

<p>2. Redes de suporte e sociabilidades</p>	<p>A família e as relações de amizade</p>	<p><i>“A partir do momento em que foi sentida a necessidade de criar uma Universidade Sénior e um Centro de Convívio, foi precisamente por fundamentar estas relações... Por exemplo, é no Centro de Convívio, muitas vezes, que as pessoas se sentem família. Nós temos pessoas a frequentar o Centro de Convívio todos os dias por uma questão de se sentirem bem. É lá que têm as pessoas com quem falam, com quem partilham, com quem querem festejar o seu aniversário...”</i> Joana; 34 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G.</p> <p><i>“(...) quando um está com uma dor, uma dor neste aspeto... uma dor, não é física, não é só física, mas também é moral, pronto, uma dor mais interior eles partilham. Logo há telefonemas, chovem telefonemas.”</i> Sol; 59 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 1998; Coordenadora do Centro de Convívio da CME.</p> <p><i>“Eles têm sempre alguém como referência, nem todos têm a mesma pessoa de referência, (...) Às vezes não gostam de se queixar, não gostam de se manifestar, mas têm sempre alguém com quem desabafam, para poder, de alguma maneira, a informação chegar a nós”</i> Helena; 41 anos; Feminino; Mestre em Psicologia Clínica e do Aconselhamento desde 2001; Diretora do Lar Santa Casa.</p>
<p>3. Valências de Apoio</p>	<p>Respostas Sociais, ações e atividades com impacto na inclusão e mitigação do isolamento</p>	<p><i>“Nós fizemos aí algumas propostas engraçadas, também um bocadinho de acordo com aquilo que a instituição podia oferecer de alguma maneira, e que se prendia com o facto de lhe proporcionarmos algumas atividades. (...) não eram atividades programadas semanalmente, mas pontualmente nós fazíamos convívios, nós fazíamos encontros, propúnhamos situações também de convívio com as próprias instituições (...) chegámos a fazer piqueniques, chegámos a fazer encontros de jogos tradicionais, cartas, xadrez e coisinhas</i></p>

	<p><i>assim (...). Porque as pessoas de mais idade gostam muito de estar envolvidas do ponto de vista manual, das tarefas manuais, de atividades de passeio, uii!” Maria; 58 anos; Feminino; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE.</i></p> <p><i>“Nós neste momento, e fruto da pandemia, como não conseguimos que eles venham até nós, nós arranjámos uma estratégia de ir até eles, e esta estratégia consistiu no construir de um produto, no Caderno de Ação, um caderno de desafios, de atividades, onde eles se possam sentir estimulados psicológica e fisicamente, para trabalhar a questão cognitiva, a questão física, e sobretudo a questão da ocupação.” Joana; 34 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G.</i></p> <p><i>“(…) proporcionar-lhe o maior bem-estar na sua vida. Proporcionar-lhe muita alegria. Proporcionar-lhe muita liberdade. Proporcionar-lhe conforto. Proporcionar-lhe melhor condição de saúde. Porque temos atividades e temos partilhas que ajudam muitos idosos que pra ali vão com algumas tristezas e angústias, que os ajude um pouco a aliviar, e até a substituir aquela tristeza, aquela angústia por outra coisa que se chama felicidade e bem-estar. Tudo isto resulta em pessoas mais felizes, e de facto, às vezes até mais bem resolvidas em aceitar melhor a idade em que estão a chegar...” Sol; 59 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 1998; Coordenadora do Centro de Convívio da CME.</i></p> <p><i>“Criámos a comissão de utente. Esta comissão representa os cinquenta e quatro utentes que temos na nossa instituição e sentimos que é uma mais-valia para a tal participação cívica, ativa, a envolvência, o compreender a dinâmica da equipa multidisciplinar, compreender a regras, compreender os regulamentos e quando a pessoa compreende e está envolvida neste</i></p>
--	---

		<p><i>processo, e não é só um ouvinte, é meio caminho andado para a satisfação ser elevada.” Ana; 38 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2006, Diretora Técnica do Lar Fernando Eiró – SCME.</i></p> <p><i>“Também existe o cartão Municipal do Idoso em que temos cerca de mil e oitocentas pessoas que estão a usufruir desse cartão. Os benefícios para as pessoas que têm esse cartão são descontos na fatura da água, dos resíduos e do saneamento, e a possibilidade de usufruir do Entroncamento Solidário que é um serviço de pequenas reparações que são feitas na sua casa, uma torneira, um autoclismo, um bidé, uma máquina de lavar... temos uma carrinha equipada e um técnico para essas reparações (...) O Cartão Municipal do Idoso ainda tem outros benefícios que é as pessoas têm descontos de 50% nas atividades culturais do município” Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME.</i></p> <p><i>“Centro de Convívio funcionava entre a uma da tarde e as cinco e meia da tarde, sempre com atividades, vários tipos de atividades, os idosos podiam usufruir de uma atividade física todos os dias, ou hidroginástica, ou ginástica, e tinham outro tipo de atividades (...).” Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME.</i></p>
	Participação dos Idosos	<p><i>“Os nossos utentes têm muito esta capacidade de participar em campanhas, de participar em dinâmicas, em atividades... Eles próprios também têm a iniciativa.” Ana; 38 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2006, Diretora Técnica do Lar Fernando Eiró – SCME.</i></p>

		<p><i>“Cada vez que vai surgir algo diferente, nós queremos que participem neste novo projeto ou neste novo desafio.”</i> Ana; 38 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2006, Diretora Técnica do Lar Fernando Eiró – SCME.</p>
	<p>Que atividades ou respostas sociais deveriam de existir no Concelho do Entroncamento</p>	<p><i>(...) fazia sentido haver, um centro de artes, um centro artístico, e esse centro artístico podia ser desde a pintura, cognitivo, ao desenvolvimento da parte física, podia ter jogos tradicionais, da leitura, da poesia, da criação artística, eu acho que é uma área que faz falta (...).</i> Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME.</p> <p><i>“uma coisa que faz mesmo muita falta no concelho e não só no concelho, são respostas ao nível do apoio à saúde mental. Nós não temos essa resposta.”</i> Joana; 34 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G.</p> <p><i>“Um centro de noite para idosos. (...) Penso que seria uma mais-valia, até para o combate à solidão, ao isolamento. Temos pessoas que ainda se consideram autónomas, mas que durante a noite poderá haver um maior risco associado ao fator idade, em que podiam estar integrados num centro de noite e durante o dia fazer a sua vida.”</i> Ana; 38 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2006, Diretora Técnica do Lar Fernando Eiró – SCME.</p>
	<p>Contacto com os utentes e famílias</p>	<p><i>“Há trinta e oito anos, desde as nove horas da manhã, até às dezoito, dezanove, consoante a hora que eu saio, eu estou sempre em contacto direto, sempre! Eu não sou mulher de gabinete, sou capaz de ter os meus papéis todos por fazer. Como eu costumo dizer assim: Papéis é um bocadinho difícil na minha vida, por isso eu tenho normalmente uma secretária com um milhão</i></p>



		<p><i>de papéis por fazer. Eu não sei trabalhar num gabinete. Portanto, eu estou sempre na rua.</i>” Maria; 58 anos; Feminino; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE.</p> <p><i>“...aliás, a própria família quer fazer parte, quer ser parte integrante deste contacto. Ok? Pronto. Também quer saber coisas sobre o seu familiar, e também quer falar um bocadinho do seu familiar. E para nós, quem está num espaço como o Centro de Convívio também é importante saber o que é que aquele familiar nos tem também a dizer sobre o utente.”</i> Sol; 59 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 1998; Coordenadora do Centro de Convívio da CME.</p> <p><i>“Nós realmente temos aqui uma intervenção psicossocial, uma intervenção que está direcionada para capacitar o utente a resolver também os seus problemas.”</i> Ana; 38 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2006, Diretora Técnica do Lar Fernando Eiró – SCME.</p> <p><i>“No caso da Universidade Sénior, sim, até porque nós tivemos um projeto, que foi o projeto... que era com a Tele-assistência. E nós fomos parceiros da Câmara nessa tele-assistência, e aí tivemos que fazer, e tínhamos a nossa conta, nós ainda ficamos com 40 e tal equipamentos, e fizemos a interligação com as famílias, com os utentes, porque eram pessoas que, por uma razão ou outra, estavam cá sozinhas, ainda com alguma autonomia, quase todos eles, mas ainda assim sozinhos.”</i> Maria Beatriz; 51 anos; Feminino; Licenciada em Música desde 1986; Coordenadora da Universidade Sénior.</p>
--	--	---

<p>5. Construção da Rede Social</p>	<p>Características da Rede Social no Concelho do Entroncamento</p>	<p><i>“Não me lembro de nenhum parceiro do Entroncamento que não faça parte do nosso trabalho. Eu não diria diário, mas quase diário. Vai desde as forças de segurança, passamos pela saúde, mas depois passamos também pelo Agrupamento de Escolas, mas depois também passamos pelas outras Instituições Particulares de Solidariedade Social. Se calhar, diariamente, nós conseguimos contactar todos estes, porque todos estes elementos são absolutamente indispensáveis para garantir o nosso exercício, também ao nível social.”</i> Maria; 58 anos; Feminino; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE.</p> <p><i>“A rede social do Entroncamento funciona muito bem. Nota-se que funciona muito bem, é uma rede que já funciona há muitos anos.”</i> Joana; 34 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G.</p> <p><i>“As reuniões de quadro, para além de terem a importância que têm para resolver assuntos, no fundo elas têm outro sentido também, que é o aproximar das equipas e o aproximar do conhecimento do que um e o outro faz. Se eu não consigo fazer, o meu colega vai-me ajudar a fazer.”</i> Joana; 34 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G.</p> <p><i>“(…) o trabalho em rede não é só com instituições, também é com empresas, também é com entidades públicas ou privadas, portanto o trabalho em rede é no fundo, com tudo e com todos. (...) Este trabalho não é feito diariamente, é claro. Porque nem todos os dias nós temos a necessidade de nos socorrer, entre aspas, dos parceiros, porquê? Porque também temos o nosso espaço que podemos, e que temos ferramentas suficientes para nos organizarmos enquanto instituição, ou enquanto autarquia, para o fazer. Só quando a</i></p>
-------------------------------------	--	--

		<p><i>necessidade de partilhar ou de encaminhar situações é que nós recorremos [aos parceiros].” Sol; 59 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 1998; Coordenadora do Centro de Convívio da CME.</i></p> <p><i>“A rede social existe porque existem estas entidades todas, e para mim, desde que vim para a câmara foi uma surpresa muito boa, muito agradável a forma como essas entidades trabalham todas em conjunto (...).” Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME.</i></p> <p><i>“A rede funciona muito bem e os parceiros estão habituados a trabalhar em conjunto e a cultura de trabalho em equipa foi conseguida. Eu acho que se está no patamar em que se criou uma cultura de trabalho em rede e os resultados são visíveis (...).” Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME.</i></p> <p><i>“O trabalho está agilizado. O trabalho está oleado. Está a funcionar. A qualquer hora e a qualquer momento tenho sempre o telefone ligado recebo contactos ou ligo e pergunto como estão as coisas, se é preciso alguma coisa. Vou passando essa informação ao Presidente de Câmara. (...) O maior desafio é fazer muito com pouco...” Rodrigo; 40 anos; Masculino; Licenciado em Ensino Básico desde 2007; Coordenador da Proteção Civil e Comandante dos Bombeiros.</i></p>
	<p>Desafios e constrangimentos do trabalho em Rede</p>	<p><i>“Os constrangimentos às vezes prendem-se, não tanto com as nossas possibilidades de trabalhar nesta rede, mas às vezes com constrangimentos que vêm dos próprios indivíduos. Ou seja, eles podem não querer que a gente atue, ou podem não dar autorização para que nós de alguma maneira façamos parte, digamos assim, da procura de soluções dentro dos problemas que eles apresentam. E dessa forma temos que sair do processo e, portanto, ficamos</i></p>

		<p><i>um bocadinho à margem e não conseguimos desenvolver o nosso trabalho.”</i> Maria; 58 anos; Feminino; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE.</p> <p><i>“O principal desafio neste momento nem é tanto a relação com as pessoas. O Entroncamento tem tido uma alteração do paradigma em que tínhamos pessoas oriundas da Beira Interior, e neste momento temos um Entroncamento multicultural, em que as pessoas estão a vir de fora, e gerir isto, a questão da multiculturalidade, há pessoas que não estão preparadas ou estão menos preparadas, se calhar, para viver em comunidade. O Entroncamento é um meio pequeno, e por vezes este tipo de relações em comunidade não é fácil, as pessoas têm outro tipo de vivência, e não estão habituadas a gerir o seu dia-a-dia como deveriam de gerir numa cidade como o Entroncamento.”</i> Rodrigo; 40 anos; Masculino; Licenciado em Ensino Básico desde 2007; Coordenador da Proteção Civil e Comandante dos Bombeiros</p>
	<p>Oportunidades e trabalho a desenvolver em Rede</p>	<p><i>“Agora, uma coisa que não é feita e que de futuro poderá ser proposta, e estão equipas novas a entrar, como é o nosso caso do CLDS, e como outros projetos que o Entroncamento tem, igualmente importantes, uma das propostas, e já se falou, mas penso que ainda não entrou em vigor, que era por exemplo, fazerem-se grupos de trabalho das temáticas. Por exemplo, haver semestralmente, um encontro de diretoras das Instituições Particular de Solidariedade Social de lares de idosos. A nível distrital é bastante enriquecedor. Esta partilha.”</i> Joana; 34 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G.</p> <p><i>“Aqui eu acho que poderia haver uma parceria entre instituições porque por vezes a instituição A está a desenvolver um trabalho e a instituição B pode não ter tantos recursos como a A. E poderia haver aqui uma troca de recursos</i></p>

		<p><i>em rede ao fim ao cabo. Ou seja, eu não consigo ter resposta neste momento mas se a instituição B me conseguir ajudar. Porque o trabalho é o mesmo ao fim ao cabo.”</i> Rodrigo; 40 anos; Masculino; Licenciado em Ensino Básico desde 2007; Coordenador da Proteção Civil e Comandante dos Bombeiros.</p> <p><i>“Os serviços sociais do município e em conjunto com outras atividades do conselho, fazem visitas periódicas, têm um levantamento dos idosos em situação de vulnerabilidade ou se estão sozinhos, eu penso que esse acompanhamento é feito, se calhar tentar aqui incrementar essas equipas e melhorar, aumentar o número de pessoas para poder responder mais rapidamente.”</i> Rodrigo; 40 anos; Masculino; Licenciado em Ensino Básico desde 2007; Coordenador da Proteção Civil e Comandante dos Bombeiros.</p>
<p>6. Atuação das respostas sociais para idosos perante a pandemia da COVID-19</p>	<p>Desafios do trabalho perante a pandemia da COVID-19</p>	<p><i>“Conseguir fazer cumprir as ações que estão previstas no plano de ação, tal e qual como foram imaginadas. A dificuldade é de facto a reinvenção, com alguns públicos, nomeadamente com o público do envelhecimento ativo.”</i> Joana; 34 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2010; Coordenadora do CLDS-4G.</p> <p><i>“Readaptámos o nosso plano de atividades (...) esta nova realidade, onde fazemos muitas atividades on-line, com convidados, com instituições parceiras, com instituições de apoio à terceira idade, e isso é sem dúvida um trabalho mais valioso, para o qual não estávamos tão despertos. A qualquer momento, na nossa casa, todos podemos estar a assistir, por exemplo, a um concerto, todos podemos estar a assistir à reza do terço, que é uma coisa que os nossos utentes gostam bastante, podemos estar a assistir a uma palestra, realizar um workshop.”</i> Ana; 38 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2006, Diretora Técnica do Lar Fernando Eiró – SCME.</p>

		<p><i>“(...) nada mudou: a nível emocional e a nível de... de emoções e sentimentos, de amizade e de pensamento em relação ao outro, nada mudou! Só estamos um bocadinho mais afastados, diariamente, não estamos com aquela permanência de contacto quase diário e nem estamos no mesmo espaço.”</i> Sol; 59 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 1998; Coordenadora do Centro de Convívio da CME.</p>
	<p>Oportunidade da pandemia da COVID-19</p>	<p><i>“Esta pandemia não trouxe só coisas negativas, também nos fez, portanto, ir mais além das nossas capacidades, descobrimos que há outras formas de trabalhar, também com as famílias que não podem estar, pronto, tantas vezes como gostariam de forma presencial na instituição, e isso é uma mais-valia. Temos alguns familiares que vivem fora do nosso país, e hoje em dia conseguem acompanhar, de uma forma muito mais frequente, e veio aproximar.”</i> Ana; 38 anos; Feminino; Licenciada em Serviço Social desde 2006, Diretora Técnica do Lar Fernando Eiró – SCME.</p> <p><i>“Com a pandemia criámos um projeto que foi muito importante na proximidade aos idosos, mas também o “Olá Estamos Aqui” que vai a casa das pessoas e que tem sido uma receptividade muito agradável e muito positiva para a comunidade mais isolada e mais idosa.”</i> Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME.</p> <p><i>“A pandemia veio realçar a necessidade de mais locais para as pessoas conviverem e comunicarem. E pode-se trabalhar as pessoas idosas de uma forma integrada, desenvolvendo competências diferentes, seja através da poesia, programas de literacia digital (...).”</i> Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME.</p>

		<p><i>(...) muitos dos leitores da biblioteca eram pessoas mais idosas que iam ler os jornais e faziam isso todos os dias, neste momento como os jornais não estão disponíveis é preciso criar o tal jornal digital (...).</i>” Maria José; 60 anos; Mestre em Psicologia Social e das Organizações desde 2010; Vereadora da Ação Social da CME.</p>
	<p>Impacto da pandemia da COVID-19 nas relações interpessoais</p>	<p><i>“Esta época foi muito difícil! Eu acho que as pessoas perderam muitas capacidades. Eu tenho pessoas que ficaram de tal maneira condicionadas que agora não querem sair de casa... E depois começaram cada vez mais a ficar em casa, cada vez mais a ficar em casa, e nós quase que temos que os obrigar a sair ali um bocadinho a passar a rua de um lado para o outro.”</i> Maria; 58 anos; Feminino; Mestre em Psicologia e Ciências da Educação desde 1989; Coordenadora do CERE.</p> <p><i>“Nós agora temos um impacto emocional que degradou muito o nosso dia a dia, inevitavelmente, porque nós tivemos que ser mais criativos, tivemos que pôr-nos à prova, e permitiu-nos ver o outro lado, nós, perante a diversidade, superamo-nos...”</i> Helena; 41 anos; Feminino; Mestre em Psicologia Clínica e do Aconselhamento desde 2001; Diretora do Lar Santa Casa.</p>

### ANEXO I Análise de Conteúdo dos Grupos de Discussão

CATEGORIA	SUBCATEGORIA	UNIDADE DE REGISTO
1. Redes de suporte e de sociabilidade	A família e as relações de amizade	<p><i>“A maior parte das pessoas que frequentam o Centro de Convívio não têm outra forma onde passar o tempo nem com quem conviver”</i> Homem. 81 anos, estudou até ao 11º ano, foi militar, vive com a cónjuge.</p> <p><i>“Eu vou andar com o meu marido todas as tardes, vamos dar uma volta, a minha vizinha também está sempre deserta para ir (...).”</i> Maria Helena, Mulher, 81 anos, 4ª classe, foi proprietária de um café, vive com o cónjuge.</p>
2. Valências de Apoio	Respostas Sociais, ações e atividades com impacto na inclusão e mitigação do isolamento	<p><i>“O Centro de convívio foi uma coisa belíssima que nos aconteceu, porque nós precisamos de qualquer coisa”</i> Fernanda Paulino, Mulher, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cónjuge.</p> <p><i>“Hoje já tive o objetivo de me levantar mais cedo, de me arranjar, porque vinha aqui, e lá nós pensamos logo nisso, pensamos de manhã, fazer o almoço porque às duas horas temos ginástica para estarmos despachadinhos, aquilo é uma motivação mental para sairmos de casa.”</i> Fernanda Paulino, Mulher, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cónjuge.</p> <p><i>“O Centro de Convívio, não haja dúvida que é um local que as pessoas aproveitam para frequentar quando não têm outra maneira, nem outro local onde estar, ali sentem um bocadinho de acolhimento, um bocadinho de convívio, por isso é que é um Centro de Convívio, onde passam um bocadinho do seu tempo.”</i> Homem. 81 anos, estudou até ao 11º ano, foi militar, vive com a cónjuge.</p>



		<p><i>“é como lhe digo, eu levanto-me de manhã e é logo o objetivo que tenho”</i> Fernanda Paulino, Mulher, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cônjuge.</p> <p><i>“desde que eu fui para lá acho que me tornei noutra pessoa. Tornou-me noutra pessoa porque eu estava ali isolada, eu tinha dias que nem ao quintal vinha (...) estava ali muito solitária, e depois eu mudei, tornei-me outra pessoa”</i> Manuela Cadete, Mulher, 75 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o filho.</p> <p><i>“O centro de convívio é muito positivo para mim, a igreja para mim também é fundamental porque sinto-me lá bem”</i> Fernanda Paulino, Mulher, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cônjuge.</p> <p><i>“Eu não tenho ninguém, estou sozinha, e assim, levanto-me, faço a minha vidinha a casa, faço o meu almoço e chega a hora vou-me embora, é muito bom.”</i> Maria Rosa Paulo Mulher, 4ª classe, foi proprietária de um café, vive sozinha.</p>
	<p>Atividades com maior destaque</p>	<p><i>“Sem dúvida as atividades da ginástica porque nos faz mexer”</i> Fernanda Paulino, Mulher, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cônjuge.</p> <p><i>“Jogar ao dominó, jogar ao loto, conversar um bocadinho, depois acabávamos por ver revistas de comer, depois trocávamos ideias.”</i> Manuela Cadete, Mulher, 75 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o filho.</p> <p><i>“Eu vou ao Centro de Convívio e a primeira coisa que faço é ir ler os jornais.”</i> Homem. 81 anos, estudou até ao 11º ano, foi militar, vive com a cônjuge.</p> <p><i>“Eu gosto muito de fazer trabalhos de manuais, costura é comigo.”</i> Maria Rosa Paulo Mulher, 4ª classe, foi proprietária de um café, vive sozinha.</p>

		<p><i>“Eu gostava era muito do nosso grupinho de cantares.”</i> Benvinda, Mulher, 77 anos, 4ª classe, doméstica, vive sozinha.</p> <p><i>“Eu ando lá mais com o objetivo de ir à ginástica e à hidrogenástica”</i> Fernanda Paulino, Mulher, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cônjuge.</p>
	<p>O que leva à participação das pessoas mais velhas</p>	<p><i>“não me estava a ver em casa parada, uma pessoa que sempre teve uma vida ativa.”</i> Teresa, Mulher, 68 anos, licenciada, foi Técnica Superior na Segurança Social e Coordenadora Distrital PIEF, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o cônjuge.</p> <p><i>“Já tenho setenta e reformei-me há sete anos, agora imagine-me parada há sete anos em casa, não me conseguia ver completamente fechada em casa.”</i> Fernanda, Mulher, 70 anos, licenciada, foi Professora do Ensino Secundário e Profissional, foi Diretora de Turma e Coordenadora de Departamento, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o cônjuge.</p> <p><i>“ A minha vida também é muito agitada e gosto sempre de coisas novas”</i> Irene, Mulher, 67 anos, Licenciada em História, foi Professora de História e Língua Portuguesa e Presidente do Agrupamento Alpha do Entroncamento durante 7 anos, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o filho.</p> <p><i>“Eu acho que para me obrigar a ter horários, primeira coisa, porque acho que é importante de manhã levantar-me e arranjo-me como se fosse para a escola e me organizo durante o dia...”</i> Fernanda Paulino, Mulher, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cônjuge.</p> <p><i>“é pelo convívio porque é agradável estar com as pessoas. Eu sinto vontade que puxem por mim, porque se não puxarem por mim eu fico quieta, eu preciso que puxem e dai gostar de ir e gostar de falar, gostar de estar.”</i> Irene, Mulher,</p>

		<p>67 anos, Licenciada em História, foi Professora de História e Língua Portuguesa e Presidente do Agrupamento Alpha do Entroncamento durante 7 anos, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o filho.</p> <p><i>“Eu acho que as tornam mais jovens, as pessoas ficam mais ativas, têm um envelhecimento mais saudável.”</i> Fernanda, Mulher, 70 anos, licenciada, foi Professora do Ensino Secundário e Profissional, foi Diretora de Turma e Coordenadora de Departamento, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o cônjuge.</p> <p><i>“Eu não gosto de estar o dia todo em casa, tenho necessidade de sair, de ver outras pessoas, falar com as pessoas.”</i> Teresa, Mulher, 68 anos, licenciada, foi Técnica Superior na Segurança Social e Coordenadora Distrital PIEF, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o cônjuge.</p>
	<p>Que atividades ou respostas sociais deveriam existir no Concelho do Entroncamento</p>	<p><i>“A minha opinião era que devia de haver no Centro de Convívio, não só jogos, não só conversa, mas um bocadinho dedicado à literatura para as pessoas tomarem conhecimento disto e daquilo.”</i> Homem. 81 anos, estudou até ao 11º ano, foi militar, vive com a cônjuge.</p> <p><i>“(…) mais um esclarecimento, irmos a um enfermeiro e dá-nos uns conselhos, isso também era positivo.”</i> Fernanda Paulino, Mulher, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cônjuge.</p> <p><i>“Algumas, nunca pode ser tudo o que queríamos, mas a Câmara até se empenha em dar algumas coisas, uns filmes de vez em quando, umas atividades, o Centro de Convívio é promovido pela Câmara, os passeios, e essas coisas por aí para fazermos exercício, portanto, nunca será o suficiente,</i></p>

		<p><i>mas acho que sim, tem-se preocupado com os idosos.”</i> Fernanda Paulino, Mulher, 73 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o cônjuge.</p> <p><i>“Eu acho que era mais a nível cultural, porque em termos de instituições e serviços estamos bem servidos. A nível cultural sinto falta de haver mais dinamismo por parte da Autarquia ou de outras instituições que promovessem mais atividades culturais.”</i> Teresa, Mulher, 68 anos, licenciada, foi Técnica Superior na Segurança Social e Coordenadora Distrital PIEF, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o cônjuge.</p>
3. Atuação das respostas sociais para idosos perante a pandemia da COVID-19	Impacto da pandemia da COVID-19 nas relações interpessoais	<p><i>“Têm sido horríveis, porque se a gente sai de casa, não pode, se a gente fica em casa ficamos só a olhar para as quatro paredes, e eu estou sozinha, não tenho um cão, não tenho um gato, não tenho nada.”</i> Teresa, Mulher, 68 anos, licenciada, foi Técnica Superior na Segurança Social e Coordenadora Distrital PIEF, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o cônjuge.</p>
	Do que sentiram mais falta durante os períodos de confinamento	<p><i>“Vivo aqui sozinha, tem me feito muita falta o convívio, ou seja, um convívio que possamos ter, porque uma pessoa isolada em casa sozinha...”</i> Manuela Cadete, Mulher, 75 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o filho.</p> <p><i>“faz muita falta a piscina.”</i> Manuela Cadete, Mulher, 75 anos, 4ª classe, doméstica, vive com o filho.</p> <p><i>“Pássaro não gosto de estar fechado na gaiola.”</i> Homem. 81 anos, estudou até ao 11º ano, foi militar, vive com a cônjuge.</p> <p><i>“eu sempre gostei muito de avançar, então eu ia a tudo, mas era muito bom, por isso é que ia ficando doida quando aconteceu isto e não saía de casa.”</i> Maria Rosa Paulo Mulher, 4ª classe, foi proprietária de um café, vive sozinha.</p>

		<p><i>“A gente jogava às cartas e tenho muitas saudades disso.”</i> Maria Rosa Paulo Mulher, 4ª classe, foi proprietária de um café, vive sozinha</p> <p><i>“Sinto mais falta do convívio, de estar com as pessoas.”</i> Teresa, Mulher, 68 anos, licenciada, foi Técnica Superior na Segurança Social e Coordenadora Distrital PIEF, é voluntária na CPCJ do Entroncamento, vive com o cônjuge</p> <p><i>“Arranjava tudo para ter aquele bocadinho. Quando saía de lá vinha muito bem para casa, vinha contente.”</i> Rosa Branca, Mulher, 87 anos, 4ª classe, foi proprietária de uma frutaria, vive sozinha</p>
--	--	--