

# **CURSO DE FORMAÇÃO AVANÇADA EM GERONTOLOGIA**

**5.<sup>a</sup> Edição**



## **Entidade Promotora**

**Universidade Aberta | UALV - Unidade para a Aprendizagem ao Longo da Vida**

**Início: 03 de fevereiro/2020 Termo: 17 de maio/2020**

**ECTS / Horas: 7 ECTS / 182 Horas / 14 Semanas**

**Docentes: Anabela Mota Pinto | Cátia L. Pires | Maria João Azevedo |  
Sandro Jorge**

**Coordenador do Curso: Sandro Jorge**

## ENQUADRAMENTO DO CURSO

A Gerontologia emerge como disciplina académica ao longo do século XX, mas releva-se com maior notoriedade nos anos 90. Afirma-se enquanto campo do saber estreitamente ligado às temáticas do envelhecimento humano segundo a ótica do ciclo de vida, tendo como principal objeto de estudo: a pessoa idosa e as suas circunstâncias. Possui um carácter interdisciplinar regulado por um quadro de valores próprios, metodologias qualitativas e fenomenológicas na área das ciências da saúde, sociais e humanas, suportado por programas académicos com reconhecimento internacional.

Em Portugal, assiste-se, a par de outros países europeus que detêm um acentuado envelhecimento demográfico, a uma maior prevalência de doenças crónicas e incapacitantes, colocando assim múltiplos e sérios desafios no que respeita aos vários sistemas de cuidados e seus respetivos intervenientes. Exigindo, conseqüentemente, maior necessidade no reforço de cuidados de longa duração, mas simultaneamente cuidados cada vez mais especializados e qualificados, sem descurar respostas assertivas de proximidade destinadas às pessoas idosas e respetivas famílias.

Neste sentido, o presente **Curso de Formação Avançada em Gerontologia** é dirigido a profissionais, alunos e demais interessados, que pretendam aprofundar conhecimentos multidisciplinares integrados associados ao fenómeno e ao processo do envelhecimento humano. Visa, ainda, responder às maiores necessidades, de quem intervém ou se relaciona junto da população idosa, quer sejam inseridos em contexto de cuidados de saúde e/ou em respostas sociais, quer sejam junto de familiares e/ou amigos, capacitando-os enquanto prestadores de cuidados informais para melhor atenderem às diversas necessidades individuais e sociais das pessoas idosas.

## OBJETIVOS GERAIS DO CURSO

São objetivos do curso disponibilizar aos participantes a aquisição de conhecimentos no domínio da Gerontologia, em concreto:

- Refletir sobre os desafios que o envelhecimento coloca à sociedade e aos prestadores de cuidados (in)formais;
- Reconhecer estratégias de promoção da saúde, prevenir a doença e a incapacidades das pessoas, grupos e/ou comunidades ao longo do ciclo de vida;
- Adquirir conhecimentos no âmbito das relações familiares, sociais e comunitárias no envelhecimento;

- Contribuir para a melhor avaliação e intervenção junto da população idosa na ótica do envelhecimento ativo e das boas práticas de cuidados gerontológicos.

## **COMPETÊNCIAS A ADQUIRIR/DESENVOLVER**

No final do curso, será expectável que os participantes tenham adquirido as seguintes competências:

- Conhecer a especificidade científica da Gerontologia e os diversos campos de investigação e de intervenção;
- Conhecer os principais Síndromes Geriátricas;
- Aplicar e desenvolver conhecimentos de boas práticas gerontológicas;
- Conhecer a configuração nacional e internacional das políticas sociais e de saúde na área do envelhecimento;
- Atuarem conformidade com princípios éticos para as diversas intervenções.

## **PÚBLICOS-ALVO E PRÉ-REQUISITOS DOS FORMANDOS**

O presente Curso de Formação é dirigido a técnicos superiores, profissionais de instituições sociais ou unidade de saúde, voluntários, cuidadores informais ou familiares de pessoas idosas.

Admite-se igualmente abrir o curso a todos os interessados que pretendam aprofundar conhecimentos multidisciplinares integrados associados ao fenómeno e ao processo do envelhecimento humano.

Considera-se como fator de sucesso no presente curso, a motivação dos formandos e a sua disponibilidade para interagirem com os formadores e colegas na colocação de questões ou dúvidas sobre a matéria e disponibilidade de tempo para estudarem os conteúdos e elaborarem todas as atividades sugeridas.

Cumulativamente, os formandos devem:

- Dispor de um computador com ligação à Internet em banda larga;
- Ter prática de informática como utilizadores, em ambiente Windows;
- Possuir uma conta de correio eletrónico ativa e prática na sua utilização.

## **ESTRUTURA, DURAÇÃO E PROGRAMA DO CURSO**

Este Curso está estruturado em 7 Módulos de formação de realização sequencial,

precedidos de um módulo inicial de ambientação ao contexto do e-learning. No total o Curso terá um volume de trabalho dos formandos de 182 horas, equivalente a 7 ECTS da Universidade Aberta e, desenvolve-se ao longo de 14 semanas.

## **PROGRAMA E CONTEÚDOS DO CURSO**

### **MÓDULO 0: Ambientação ao contexto do *E-Learning***

**Docente: Cândido Dias Gaspar – UALV /UAb**

13 horas / 1 Semana

#### **Objetivos do Módulo**

Este módulo tem por objetivos a socialização dos participantes e a criação de “um grupo” de trabalho online, a familiarização com a utilização do *software* de gestão do curso (o *Learning Management System Moodle*, em [www.moodle.univ-ab.pt](http://www.moodle.univ-ab.pt)), por forma a adquirirem as competências necessárias à exploração eficaz de todas as suas funcionalidades de intercomunicação, em especial as assíncronas, necessárias à frequência do curso.

Durante o Módulo 0 será ainda explicada e treinada a forma como pesquisar “depressa e bem” informação na Web e será pedido aos participantes a procura (na Web) de informação relevante sobre temas que constituam matérias do curso.

#### **Competências a adquirir**

No final deste módulo, pretende-se que os formandos sejam capazes de:

- Interagir e comunicar com os colegas, com os formadores e com o *interface* de aprendizagem no sentido de conseguir resolver problemas básicos de interação e de comunicação;
- Explorar com eficácia todas as ferramentas e possibilidades da plataforma Moodle, com o estatuto de formando.
- Pesquisar, selecionar e organizar informação a partir da Web para a transformar em conhecimento mobilizável.
- Pesquisar, organizar, tratar e produzir informação em função das necessidades, dos

problemas a resolver e das situações de aprendizagem.

## **A plataforma informática de ensino/aprendizagem da UAb**

O que é o Moodle;

Formas de organizar espaços no Moodle; Recursos e ferramentas na plataforma Moodle; Estrutura do espaço Moodle deste curso; tópicos do curso; recursos disponíveis e ferramentas a utilizar;

## **Treino na exploração das ferramentas e recursos da plataforma**

Treino com fóruns, trabalhos, testes, questionário, wikis, referendos, equipas, etc.

## **Prática de pesquisa de informação na Web**

Como procurar informação usando: palavras-chave, operadores booleanos, sinais, especificação de formatos, aspas e asteriscos;

Motores de busca e meta-motores;

Credibilidade da informação na Web. Critérios de avaliação

## **MÓDULO 1: Introdução à Gerontologia**

**Docente: Cátia L. Pires**

13 Horas / 1 Semana

### **Objetivos do Módulo:**

A presente unidade pretende dotar os participantes de uma visão generalizada da investigação e intervenção em Gerontologia.

### **Competências a adquirir:**

- Compreender o objeto de estudo da Gerontologia;
- Conhecer as várias teorias do envelhecimento;

- Saber correlacionar os determinantes biopsicossocial do envelhecimento;
- Compreender os desafios e oportunidades do envelhecimento demográfico.

### **Conteúdos programáticos:**

- Conceito de Gerontologia e suas teorias;
- A Gerontologia como ciência multi e interdisciplinar;
- Alterações demográficas e o envelhecimento populacional;
- Envelhecimento demográfico e suas implicações.

## **MÓDULO 2: Biologia do Envelhecimento**

**Docente: Cátia L. Pires**

26 Horas / 2 Semanas

### **Objetivos do Módulo:**

Nesta unidade pretende-se instruir os participantes sobre as principais alterações resultantes do envelhecimento biológico e das estratégias de minimização destas alterações.

### **Competências a adquirir:**

- Compreender as alterações do corpo humano com o processo de envelhecimento;
- Conhecer estratégias de adaptação às alterações decorrentes do processo de envelhecimento.

### **Conteúdos programáticos:**

- Envelhecimento dos diversos componentes do corpo humano;
- Estratégias de envelhecimento saudável e ativo.

## **MÓDULO 3: Síndromes Geriátricas**

**Docentes: Anabela Mota Pinto**

26 Horas / 2 Semanas

### **Objetivos do Módulo:**

Sugere-se neste Módulo uma breve abordagem aos principais Síndromes Geriátricos, suas causas mais comuns, quais as suas implicações para a saúde das pessoas idosas, estabelecer medidas preventivas e interpretar os cuidados mais eficazes.

### **Competências a adquirir:**

- Conhecer os Síndromes Geriátricos: Instabilidade, Imobilidade, Incontinência e Síndrome de Fragilidade;
- Refletir sobre as principais causas e consequências dos Síndromes Geriátricos;
- Estabelecer medidas preventivas e estilo de vida eficazes na gestão de cuidados.

### **Conteúdos Programáticos:**

- Principais Síndromes Geriátricos – Instabilidade, Imobilidade, Incontinência e Síndrome Geriátrico;
- Causas, consequências, estratégias de prevenção e opções de tratamento.

## **MÓDULO 4: Psicologia do Envelhecimento**

**Docente: Maria João Azevedo**

26 Horas / 2 Semanas

### **Objetivos do Módulo:**

Preende-se facultar a compreensão do processo de envelhecimento numa perspetiva psicossocial e dar ênfase às políticas sociais associadas ao envelhecimento ativo.

## **Competências a adquirir:**

- Compreender as mudanças cognitivas e psicológicas durante o envelhecimento;
- Avaliar as necessidades psicossociais de uma população idosa em contextos urbano e rural;
- Conhecer estratégias de atuação junto da população idosa e rede social de suporte com diferentes características;
- Capacitar os profissionais para problemas emergentes dos doentes em fim de vida e respetivos familiares;
- Refletir sobre as representações sociais das pessoas idosas e suas implicações.

## **Conteúdos programáticos:**

- Psicologia do envelhecimento: mudanças cognitivas e suas afetações;
- Intervenções psicossociais junto da população idosa, rede social de suporte;
- Princípios de atuação em cuidados paliativos;
- Estratégias de combate a preconceitos e estereótipos sociais.

## **MÓDULO 5: Aspectos sociais do Envelhecimento**

**Docente: Sandro Jorge**

26 Horas / 2 Semanas

### **Objetivos do Módulo:**

Pretende-se abordar os aspectos sociais do envelhecimento analisando desafios e oportunidades do envelhecimento demográfico.

### **Competências a adquirir:**

- Analisar os principais desafios do prolongamento da vida ativa;



- Compreender as transformações das relações familiares no último estágio do ciclo de vida familiar;
- Compreender as potencialidades do envelhecimento ativo como construto de qualidade de vida.

### **Conteúdos programáticos:**

- Ciclo de vida de familiar;
- Envelhecimento ativo;
- Qualidade de vida.

## **MÓDULO 6: Políticas sociais e cuidados**

### **Docente: Sandro Jorge**

26 Horas / 2 Semanas

### **Objetivos do Módulo:**

A presente unidade pretende dotar os participantes de uma visão generalizada sobre a configuração das políticas sociais e os vários modelos de cuidados implementados em Portugal e na Europa dirigidas à população idosa.

### **Competências a adquirir:**

- Compreender a organização do Estado Social português e sua evolução;
- Analisar o “estado da arte” sobre boas práticas em cuidados de saúde e apoio social à população idosa;
- Compreender as potencialidades e constrangimentos dos cuidados informais.

### **Conteúdos programáticos:**

- Retrospectiva das políticas sociais e de saúde dirigidas à população idosa e de família em Portugal;
- Evolução das aspirações e necessidades da população idosa – novas perspetivas

de atuação e de intervenção;

- Importância dos cuidados informais e suas problemáticas.

## **MÓDULO 7: Projeto de Intervenção - Trabalho Final**

**Docentes: Cátia L. Pires | Maria João Azevedo | Sandro Jorge**

26 Horas / 2 Semanas

### **Objetivos do Módulo:**

Nesta unidade pretende-se que os participantes elaborem um trabalho individual e original sobre o desenho de um programa de intervenção dirigido a pessoas idosas, cuidadores formais ou informais, com escolha livre de entre os temas abordados nas unidades modulares do presente Curso de Formação Avançada em Gerontologia.

### **Competências a adquirir:**

- Reconhecer as necessidades da população idosa e/ou outros atores significativos que intervêm com esta população;
- Planear e organizar programas de intervenção junto desta população alvo, com vista à promoção do seu bem-estar e qualidade de vida.

### **Conteúdos programáticos:**

- Programas e projetos de intervenção com a população mais velha e outros atores significativos (exemplos);
- Boas práticas na elaboração de programas e projetos nesta área.

## **SISTEMA DE AVALIAÇÃO E CERTIFICAÇÃO**

A avaliação global deste Curso assenta em duas componentes:

### **Avaliação Contínua**

Para os Módulos de 1 a 6, espera-se que o formando integre os conhecimentos previstos

de forma dinâmica, interagindo com o docente e o grupo. Assim, a avaliação de cada Módulo é constituída por dois elementos:

1.º Ponderação de 40% relativa à pertinência, relevância e oportunidade da participação nos fóruns de discussão, assim como a qualidade e resultados de outras atividades propostas pelo docente.

2.º Ponderação de 60%, resultado de uma ficha de avaliação ou atividade a realizar no final de cada Módulo.

No caso particular do Módulo 7 – Projeto de Intervenção - Trabalho Final - são avaliados os parâmetros relativos à qualidade e adequabilidade do programa/projeto criado, assim como aspetos formais e o nível de participação no âmbito da tutoria deste Módulo.

A nota de cada um dos Módulos será expressa numa escala entre 0 e 20 valores, sendo que a aprovação estará condicionada à obtenção de uma nota igual ou superior a 9,5 valores.

## **Avaliação Final**

A avaliação final do Curso Avançado em Gerontologia, é constituída pela média ponderada dos Módulos que o constituem, com a seguinte ponderação:

**Módulo 1:** 5% ; **Módulo 2:** 15%; **Módulo 3:** 15% ; **Módulo 4:** 15% e **Módulo 5:** 15%  
**Módulo 6:** 15% **Módulo 7:** 20%

Todas as notas são expressas numa escala de 0 a 20 valores.

## **Certificação**

O Certificado do Curso de Formação Avançada em Gerontologia, com aproveitamento, será emitido pela Unidade de Aprendizagem ao Longo da Vida, da Universidade Aberta, e enviado por correio, após classificação final igual ou superior a 9,5 valores.

## **CORPO DOCENTE / NOTAS BIOGRÁFICAS**

### **Anabela Mota Pinto**

Professor Catedrático com Agregação na Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra - Professor de Fisiopatologia. Diretora do Instituto Geral de Patologia e Diretora do Gabinete de Estudos Avançados da Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra. Regente das Unidades Curriculares de: Fisiopatologia no Mestrado Integrado em Medicina, Envelhecimento no Mestrado em Geriatria, Patologia e Toxicologia do Tratamento no Mestrado em Saúde Ocupacional, terapêuticos. Coordena o curso de ensino a distância para Cuidadores formais e Informais intitulado “Envelhecimento Ativo e Saudável - Diretrizes em Saúde e Doença”. Publicações em revistas especializadas com peer-review – 88; Capítulos de livros – 24; Livros -11. Orientou 7 teses de doutoramento e co-orientou 3. Orientou 29 dissertações de mestrado e Coorientação 48. Participou em 53 projetos de investigação a nível nacional e internacional, 4 dos quais foi coordenadora. Atualmente participa em 4 projetos de investigação.

### **Cátia Luz Pires**

Licenciada em Gerontologia pela Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro e Pós-graduada em Gestão da Qualidade em Saúde pela Universidade Católica do Porto e Mestre em Gestão e Economia de Serviços de Saúde na Faculdade de Economia da Universidade do Porto. Docente e formadora no âmbito do envelhecimento e da qualidade, salientam-se as colaborações com a Universidade Católica Portuguesa – Porto, o Instituto Superior de Saúde do Alto Ave (ISAVE), o Instituto Politécnico do Cávado e do AVE (IPCA) e Universidade Aberta. Exerce ainda funções de consultora e auditora em vários modelos de gestão da qualidade no terceiro setor, onde acumula funções de consultora independente, e auditora da SGS, ICS.

É investigadora do Centro de Investigação em Tecnologias e Serviços de Saúde (CINTESIS) da Universidade do Porto, e colabora nas atividades e projetos comunitários, de investigação e formação do CA50+ do ICBAS.UP, assim como na associação CASO50+. Dinamizou vários projetos na área do envelhecimento e dos cuidados informais: projeto Cuidar de Quem Cuida (2014-2016); projeto CuiDem – Cuidados para a Demência (2015-2017), projeto CARE4DEM (2017-2020), projeto Best4OlderLGBTI (2018-2020). Para além destas áreas, os seus interesses de estudo incidem sobre a temática dos custos associados aos cuidados informais, assim como a vivência da sexualidade e dos afetos na população mais velha.

## **Maria João Azevedo**

Licenciada em Psicologia, pela Universidade do Minho, Doutorada em Gerontologia e Geriatria pela Universidade do Porto e Universidade de Aveiro, especialista em Psicologia Clínica e da Saúde e com Especialização Avançada em Psicogerontologia (Ordem dos Psicólogos Portugueses). É professora adjunta convidada no Instituto Superior de Saúde do Vale do Ave (ISAVE) e formadora em temas da psicologia do envelhecimento e do envelhecimento ativo em várias entidades. Colaborou desde 2006 com a Unidade de Investigação e Formação sobre Adultos e Idosos. (UNIFAI) – Universidade do Porto em projetos de investigação científica e de intervenção na comunidade, formação e organização de eventos, particularmente o Congresso Bienal (Congresso Português de Avaliação e Intervenção em Gerontologia Social), e na criação do serviço à comunidade Centro de Atendimento 50+ (CA50+), onde exerce funções de Psicóloga Clínica e Formadora.

É investigadora do Centro de Investigação em Tecnologias e Serviços de Saúde (CINTESIS) da Universidade do Porto, e colabora nas atividades e projetos comunitários, de investigação e formação do CA50+ do ICBAS.UP e na Associação CASO50+. Foi coordenadora do projeto CuiDem – Cuidados para a Demência (2015-2017) e atualmente colabora nos projectos CARE4DEM (2017-2020), Best4OlderLGBTI (2018-2020) e S.IN.CA.L.A (2018-2021).

## **Sandro Jorge**

Licenciado em Ciências Sociais – Política Social pela Universidade Aberta. Pós-graduado em Geriatria e Gerontologia pela Universidade Lusíada de Lisboa. Mestre em Gerontologia Social pela Escola Superior de Enfermagem, da Universidade dos Açores, Doutorando em Sustentabilidade Social e Desenvolvimento, na Universidade Aberta. Exerceu funções de Direção Técnica em equipamentos sociais para pessoas idosas, na Santa Casa da Misericórdia da Madalena – Pico – Açores (Lar de Santa Maria Madalena, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário). Fundador e Coordenador da Universidade Sénior da Madalena. Coordenador de projetos sociais co-financiados. Docente/formador na UniSénior da ilha do Faial, nas disciplinas de Gerontologia e Envelhecimento Ativo e no âmbito do fenómeno do envelhecimento nas Misericórdias da ilha do Pico. Atualmente é membro do Conselho Científico da Sociedade Portuguesa de Geriatria e Gerontologia, membro da Direção da Associação Portuguesa de Psicogerontologia (Lisboa) e Vice-presidente da Casa de Infância de Santo António (Faial). Coordenador do Centro Local de Aprendizagem da Madalena do Pico (Açores), Coordenador do Curso Avançado em Gerontologia e Investigador na Unidade Móvel de Investigação em Estudos do Local (ELO) da Universidade Aberta.