



## 1. Identificação

**Unidade Curricular:** Envelhecimento Activo

**Ano Lectivo:** 2020-21

## 2. Detalhes da Unidade Curricular

|                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Curso</b>          | Mestrado em Enfermagem na Área de Especialização em Enfermagem Médico-Cirúrgica, Área de Especialização em Enfermagem à Pessoa Idosa |
| <b>Ano Curricular</b> | 1  |
| <b>Semestre</b>       | 1  |
| <b>ECTS</b>           | 6  |

## 3. Equipa Pedagógica

**Regente / Coordenador** Emília Brito

**Docentes** Emília Brito, Ana Paula Neves

## 4. Finalidade

Capacitar o estudante para o seu papel no desenvolvimento de estratégias que contribuam para estilos de vida promotores de envelhecimento ativo.

## 5. Objetivos / Resultados de Aprendizagem

Objetivos (O)

- 1 - Analisar as Políticas de Saúde relativas à pessoa idosa e ao envelhecimento ativo;
- 2 - Compreender as necessidades da sociedade para viver numa filosofia de envelhecimento ativo;
- 3 - Selecionar modelos de intervenção adequados ao envelhecimento ativo da população.

## 6. Conteúdos Programáticos

- 1 - Processo de Envelhecimento
- 2 - Mitos e preconceitos
- 3 - Teorias de Envelhecimento
- 4 - Políticas de Saúde para a pessoa idosa
- 5 - Envelhecimento Ativo e seus determinantes

## 7. Demonstração da Coerência dos Conteúdos Programáticos com os Objetivos / Resultados de Aprendizagem

Os conteúdos programáticos dão resposta aos objetivos de forma integrada e articulada.

Os conteúdos programáticos:

Processo de Envelhecimento, dão resposta ao 1 e 3;

Mitos e preconceitos dão resposta ao 2 e 3;

Teorias de Envelhecimento dão resposta ao 1, 2 e 3;

Políticas de Saúde para a pessoa idosa dão resposta ao 1, 2 e 3;

Envelhecimento ativo e seus determinantes dão resposta ao 1, 2 e 3.

## 8. Carga Horária

|                       |                                   |    |              |
|-----------------------|-----------------------------------|----|--------------|
| <b>Horas Contacto</b> | <b>(T) Teórico</b>                | 5  | <b>Anual</b> |
|                       | <b>(TP) Teórico Prático</b>       | 10 |              |
|                       | <b>(PL) Prática Laboratorial</b>  | 20 |              |
|                       | <b>(TC) Trabalho de campo</b>     |    |              |
|                       | <b>(S) Seminário</b>              | 5  |              |
|                       | <b>(E) Estágio</b>                |    |              |
|                       | <b>(OT) Orientação e tutorial</b> | 5  |              |
|                       | <b>(O) Outra</b>                  |    |              |

**Horas dedicadas (Trabalho não acompanhado)**

**Total de horas de trabalho (Horas de contacto + horas dedicadas)** 150

## 9. Metodologias de Ensino

Expositiva e ativa



## 10. Avaliação

### Avaliação periódica :

Trabalho Individual - 70%

Trabalho de grupo - 30%

## 11. Demonstração da Coerência das Metodologias de Ensino com os Objetivos / Resultados de Aprendizagem

- Ensino Teórico - dá resposta aos 1, 2 e 3 com vista à exposição dos conteúdos programáticos da Unidade Curricular fornecendo informação sistematizada, pertinente e atualizada nesta área do conhecimento
- Ensino Teórico-prático- dá resposta aos 1, 2 e 3 com vista a promover nos estudantes a aquisição e o desenvolvimento de atitudes de pesquisa e de reflexão, o trabalho de grupo e a capacidade crítica individual.
- Ensino Prático e Laboratorial - dá resposta ao 2 e 3 com vista à aquisição e desenvolvimento de capacidades que permitam o planeamento de uma intervenção promotora do envelhecimento ativo num contexto.
- Trabalho de Campo - dá resposta ao 2 e 3 com vista à análise de um contexto e planeamento de uma intervenção promotora do envelhecimento ativo.
- Seminário - dá resposta ao 3 com vista à apresentação e análise crítica, individual e de grupo, do projeto de intervenção planeado.



## 12. Bibliografia

- Berger, L.; Mailloux-Poirer, D. & Phaneuf, M. (1995). *Pessoas idosas: uma abordagem global: processo de enfermagem por necessidades*. Lisboa: Lusodidacta.
- Costa, A. S., Ribeiro, A., Varela, A., Alves, E. M., Regateiro, F., Elias, I., & Ferreira, P. S. (2017). *Estratégia nacional para o envelhecimento ativo e saudável 2017-2015: Proposta do grupo de trabalho interministerial (Despacho n.º 12427/2016)*. Acedido em 10/01/2018 Disponível em: <https://www.sns.gov.pt/wp-content/uploads/2017/07/ENEAS.pdf>
- Ebersole, P. et al (2005). *Gerontological Nursing & Healthy Aging*. 2nd ed., Saint Louis: Mosby Elsevier.
- Firmino, H.; Simões, M. R.; Cerejeira, J. (Coord.) (2016). *Saúde mental das pessoas mais velhas*. Lisboa: Lidel.
- Ham, R. et al (2007)- *Primary care geriatrics: A case based approach*. 5th ed., Philadelphia: Mosby..
- Ribeiro, O. & Paúl, C. (2018). *Manual de envelhecimento ativo*. 2ª ed.. Lisboa: Lidel,
- Paúl, C. & Ribeiro, O. (2012). *Manual de Gerontologia*. Lisboa: Lidel
- PORTUGAL. Direcção-Geral da Saúde (2006). *Programa nacional para a saúde das pessoas idosas*. - Lisboa: DGS.
- Roach, S. (2003). *Introdução à Enfermagem Gerontológica*. Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan, S.A.
- Squire, A. (2005). *Saúde e bem-estar para pessoas idosas: Fundamentos básicos para a prática*. Loures: Lusociência.
- The Swedish National Institute of Public Health (2007). *Healthy Ageing: A Challenge for Europe*. Huskvarna.
- World Health Organization (2005). *Envelhecimento Activo: uma politica de saúde*. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde.